

População idosa do ABC cresce quase 60% em 12 anos

George Garcia

No sábado (01/10) foi celebrado o Dia Internacional da Pessoa Idosa. A data foi instituída por meio da Resolução 45/106, em 14 de dezembro de 1990, da Assembleia Geral das Nações Unidas para sensibilizar a sociedade para o impacto do envelhecimento da população. No ABC, o número de maiores de 60 anos cresceu 58% desde 2010. Nestes 12 anos essa população que somava 277.970 pessoas, passou para 441.956, número que equivale a população inteira de Diadema, por exemplo, ou de Ribeirão Pires, Rio Grande da Serra e São Caetano, somadas.

Segundo levantamento da Fundação Seade (Sistema de Análise de Dados Estatísticos) realizado com números atualizados até 1º de julho deste ano, três cidades da região já têm mais pessoas acima de 60 anos do que jovens. A taxa de envelhecimento, calculada com base na proporção de idosos e crianças, mostra essa realidade.

São Caetano tem a maior taxa de envelhecimento, 166,34, seguida por Santo André, com 109,45, e Ribeirão Pires, com taxa de 100,73. Outro diagnóstico da pesquisa é que, quanto mais se avança na idade, maior a presença de mulheres. (veja quadro)

Para a docente do curso de Medicina da USCS (Universidade Municipal de São Caetano do Sul), especialista em Geriatria e Gerontologia, Maria Cecília Fernandes, no Brasil não há política de cuidados preventivos de saúde e de preparação para o envelhecimento. Muitas das doenças que acometem os idosos poderiam ser evitadas ou tratadas precocemente o que traria mais qualidade de vida na terceira idade.

Cecília afirma que a população está envelhecida e precisamos, urgentemente, nos preparar e se preocupar. A previsão, diz, é de décadas e não acredita que tenhamos estrutura para atender minimamente os idosos. “A prevenção é a base de tudo e deve ser feita por geriatra, que tem a formação para entender os processos do envelhecimento normal ou aquele acometido de diversas doenças. Para tal devem ser feitos exames clínicos acurados, exames laboratoriais e complementares de rotina, além de consultas de forma programada para que haja a intervenção antes do agravamento ou instalação da doença”, afirma.

O tratamento de um idoso é multidisciplinar e faz grande diferença no envelhecimento saudável, considera Cecília, que lista a orientação nutricional e fisioterápica, a terapia ocupacional, psicologia e assistência social como alguns destes atendimentos. Estruturas também são necessárias para o idoso. A geriatra cita espaço de educação continuada para treinamento das famílias e cuidadores, assim como espaços de lazer e atividades culturais, sociais e físicas. Também centros-dia, onde os idosos possam passar períodos, e instituições de longa permanência são considerados pontos de grande diferencial. “Portanto, com essa descrição percebemos o quanto estamos despreparados para atender com qualidade a pessoa idosa”, diz.

A médica explica que o envelhecimento traz muitas perdas, mas administráveis, desde que com orientação profissional adequada. Afirma que as doenças são preveníveis. Uma hipertensão ou diabetes, podem ser tratadas antes de complicações terríveis, como AVC (acidente vascular cerebral), um quadro de complicação renal e outras. “Os gastos desnecessários que temos com saúde hoje em dia são por falta de planejamento, falta de seguimento desses pacientes idosos. A gente percebe as complicações em pacientes que nunca tiveram consulta de rotina, nunca fizeram exames, passam muitas vezes em uma UBS, mas não criam vínculo com o médico, por isso que a gente fala que o médico geriatra é necessário, além do médico de família”, ressalta.

Falta inteligência

Segundo Maria Cecília Fernandes, não há acompanhamento suficiente nas redes pública e privada da saúde e, como não há prevenção, o gasto é muito grande no tratamento de doenças que poderiam ser evitadas ou controladas. “O que a gente tem hoje em saúde não é inteligente, nem na rede pública, nem na privada. Não se faz prevenções, não se preocupa em fazer uma manutenção da saúde então ganhamos problemas, como uma internação. Os gastos são exagerados porque a

gente não se previne. Uma casa ou um carro é assim, se não fizer a manutenção o problema vai crescer e vai se gastar muito mais com ele. A prevenção é a palavra chave, além da valorização do profissional especializado no atendimento do idoso”, afirma.

Hoje há procedimentos definidos pelos geriatras para a prevenção das doenças mais comuns da terceira idade e começa cedo, perto dos 40 anos. Para Cecília, o que se chama de reserva cognitiva é um preparo para o envelhecimento, para que se evite as doenças cérebro-vasculares, como o Alzheimer. Nada mais é do que estimular o indivíduo que envelhece e a gente já começa a considerar isso a partir dos 40 anos, pois muita coisa já está instalada aos 60 anos. “É importante ter uma visão do processo de envelhecimento. Tem pacientes que envelhecem mais rápido, às vezes aos 50 anos já têm doenças típicas de um idoso, com comorbidades e doenças associadas”, explica a geriatra.

Maria Cecília diz que o Brasil não está preparado para a saúde preventiva, importante na qualidade de vida do idoso. “A gente consegue reabilitações, a volta para o trabalho, inclusive, dando uma qualidade de vida. O que a gente tem de priorizar é a qualidade de vida porque isso tem impacto inclusive nas famílias, onera o Estado e o município, o que vejo é que o processo atual não é uma economia inteligente. Economia inteligente está sempre na manutenção da saúde e não no tratamento de doenças”, completa.

Prefeituras montam estruturas para atendimento da população idosa

As prefeituras do ABC contam com atividades para idosos e atendimento multidisciplinar. São Caetano, que tem o maior índice de envelhecimento segundo a Fundação Seade, há cinco CISEs (Centros Integrados de Saúde e Educação da Terceira Idade) e se prepara para inaugurar o sexto. “Já temos uma equipe multidisciplinar estruturada e capacitada para atender as demandas do processo de envelhecimento. Constantemente são investidas capacitações profissionais e ampliações dos serviços, exemplo disto será a inauguração do 6º CISE no Bairro Fundação”, informa em nota.

O município conta com a Comtid (Coordenadoria Municipal da Terceira Idade), que administra os CISEs. Cerca de 1,5 mil pessoas circulam diariamente por esses centros especializados que contam com ações integradas de lazer, social, cultural, recreativa, educacional e de saúde. Possui, ainda, a Unimais (Universidade Aberta da Terceira Idade), desde 2007, que proporciona convivência, diversão e aprendizagem. O curso tem duração de dois anos, e atualmente 300 alunos

frequenciam a Unimais duas vezes por semana.

São Caetano conta ainda com o Programa Agente Cidadão Sênior que promove a integração e participação de idosos. Os participantes recebem auxílio pecuniário, correspondente a um salário mínimo nacional e cesta básica. Atualmente 315 idosos trabalham como agentes na rede pública municipal.

No esporte São Caetano coordena e sedia o Jotiscs (Jogos da Terceira Idade de São Caetano do Sul), competição que tem, ainda, seis cidades inscritas: Santo André, São Bernardo, Diadema, Mauá, Rio Grande da Serra e São Paulo. Oitocentos atletas disputarão medalhas e troféus em 17 modalidades. Os jogos vão até o dia 8 de outubro.

São Bernardo

São Bernardo trabalha com números do IBGE de 2021, que mostram 134,7 mil moradores (15,9%) na faixa etária de 60 anos ou mais e aproximadamente 57,3 mil (6,7%) de 70 anos ou mais. Um dos programas que mantém para a terceira idade é o De Bem com a Vida, implantado nas 33 unidades básicas de saúde (UBSs), com ações para prevenção de doenças que atingem, em média, 2 mil munícipes, maioria idosos. A UBS Rudge Ramos abriga o serviço Cuidadoso, que oferta cuidados específicos para esta população, como consulta com geriatra, fisioterapia, especialidade para coordenação motora e equilíbrio, saúde bucal, entre outros. O plano é expandir a ação para outras unidades, a fim de acompanhar o aumento da população idosa.

No esporte, São Bernardo tem 46 turmas específicas para idosos, como hidroginástica, natação, ginástica, pilates, tai chi chuan, meditação, ritmos, alongamento e zumba, com 1,7 mil participantes. A cidade possui, ainda, o projeto Campeões da Vida, destinados a atletas a partir dos 50 anos, com treinamentos e competição. Atende cerca de 350 idosos, no atletismo, badminton, bocha, coreografia, damas, dominó, dança de salão, peteca, tênis, tênis de mesa, malha, vôlei e xadrez. Há, também, o Centro de Referência do Idoso (CRI), para promover a melhoria da qualidade de vida da população idosa com atividades de convivência, socioeducativas, culturais e de lazer, como é o caso dos bailes. Para participar basta ter idade igual ou superior a 60 anos e residir em São Bernardo. O CRI recebe a cada mês, em média, 400 pessoas.

Diadema

Cidade com menor taxa de envelhecimento, porém com mais de 51 mil idosos, que representam 12,1% do total de moradores, Diadema também investe em serviços para este público. A cidade se prepara para constituir um Plano Municipal do Idoso, no qual políticas públicas específicas serão construídas para melhorar a qualidade de vida para a população idosa.

Na área de Assistência Social e Cidadania, são oferecidos serviços de convivência e fortalecimento de vínculos para idosos em situação de vulnerabilidade social. Todos os usuários do serviço são indicados pelo Centro de Referência em Assistência Social (CRAS). No total, 310 idosos são atendidos pelos serviços de convivência, 80 deles no CCMI, e 230 nas unidades do Enéas Tognini.

O CCMI é o Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos para idosos que atende moradores com 60 anos ou mais. O atendimento fica na rua Paquetá, 23 – Centro. Telefones: 4056-8484 / 4044-7177. Atendimento: segunda a sexta-feira – das 8h às 17h. O Instituto de Ação Social Enéas Tognini atende em cinco locais de Diadema.

No esporte e lazer, Diadema tem os programas Mulher em Movimento e o Caminhando Bem. O último acontece duas vezes por semana, em 20 parques, praças e ginásios, com 490 integrantes. Destes, 85% são idosos. O Mulheres em Movimento, aplicado em 16 salas de ginástica, nos bairros, também é bissemanal. O Mulheres conta com cerca de 2 mil participantes, sendo 65% de pessoas acima dos 60 anos.

Na educação, são 240 estudantes acima de 60 anos de idade matriculados nas turmas de Educação de Jovens e Adultos. Desde maio deste ano, a Diadema conta com a campanha “Lugar de Idoso é na Escola”. Cerca de 400 pessoas a partir dos 60 anos participam de 29 oficinas.

Na saúde, Diadema promove capacitação para aprimorar o conhecimento geriátrico e gerontológico de profissionais da atenção primária em saúde, por meio de um curso de ensino a distância.

Rio Grande da Serra

Rio Grande da Serra se prepara para melhorar as condições do mobiliário urbano para atender aos idosos. Na assistência social, no CADúnico tem 2.138 idosos com mais de 60 anos cadastrados num conjunto de atividades, como caminhada, dança

e jogos. A cidade retoma em outubro o grupo de idosos, no espaço Ateliê de Potencialidades. onde experiências com arte pretendem resgatar histórias, trabalhar a auto-estima, bem estar e o pertencimento desta população na comunidade.

Santo André

Santo André possui o Crisa (Centro de Referência do Idoso) onde são atendidas em média 2 mil pessoas por mês. O atendimento especializado é realizado nos Cras (Centros de Referência de Assistência Social) e Creas (Centro de Referência Especializado de Assistência Social).

O Crisa promove cursos e passeios. Para participar de excursões para o Museu Catavento, oficina que ensina como cultivar as orquídeas, cursos de Aeróbica, Arteterapia, Condicionamento Físico, Dança de Ritmos, Ginástica, Meditação, Relaxamento, Palestra Qualidade de Vida, Violão, Dança de Salão, entre outros, o munícipe deve ter 60 anos ou mais e residir em Santo André.

O Crisa oferece mais de 32 atividades para a terceira idade. Os munícipes com carteira de vacinação contra a covid-19 em dia podem conhecer todas as atividades na sede do Crisa, que fica na rua Bernardino de Campos, 300, no Centro. Mais informações pelo telefone 4992-8132, de segunda a sexta, das 8h às 17h.

<https://www.reporterdiario.com.br/noticia/3162672/populacao-idosa-do-abc-cresce-quase-60-em-12-anos/>

Veículo: Online -> Site -> Site Repórter Diário

Seção: Saúde