



Comissão de
Defesa dos Direitos
da Pessoa Idosa



AUDIÊNCIA PÚBLICA

O ENVELHECIMENTO ATIVO:

MOBILIDADE E ACESSIBILIDADE EM
AMBIENTES PÚBLICOS E PRIVADOS.

DR. MARCUS VINÍCIUS DIAS



EXPECTATIVA DE VIDA

Atualmente expectativa de vida é **acima dos 60**

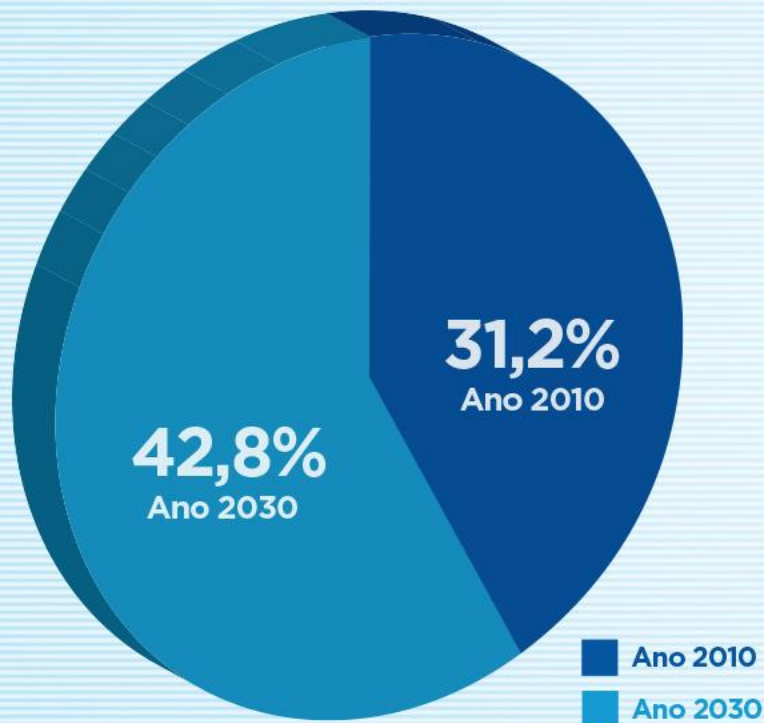
1947

média de 45 anos

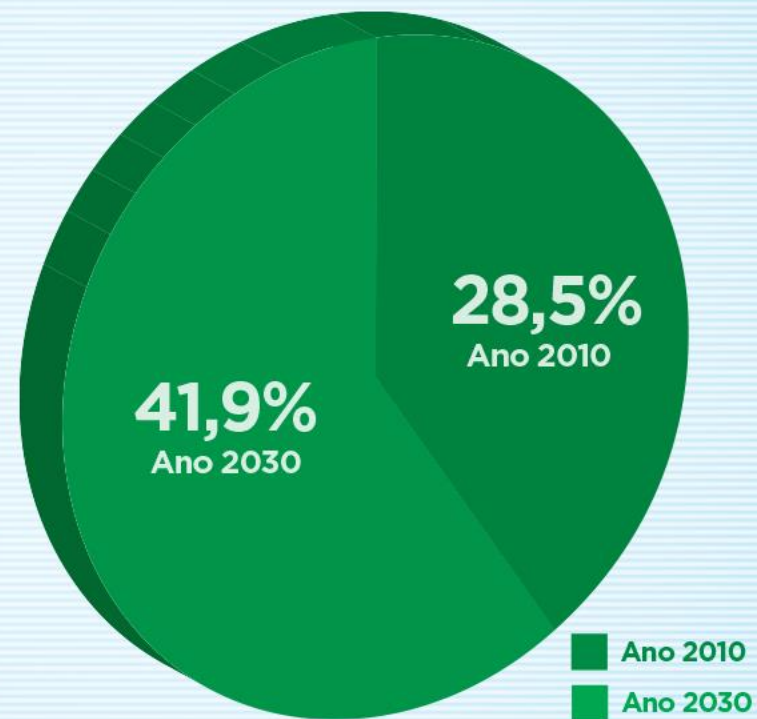
2020

média de 76,7 anos

CUSTOS DE SAÚDE DO IDOSO (IESS)

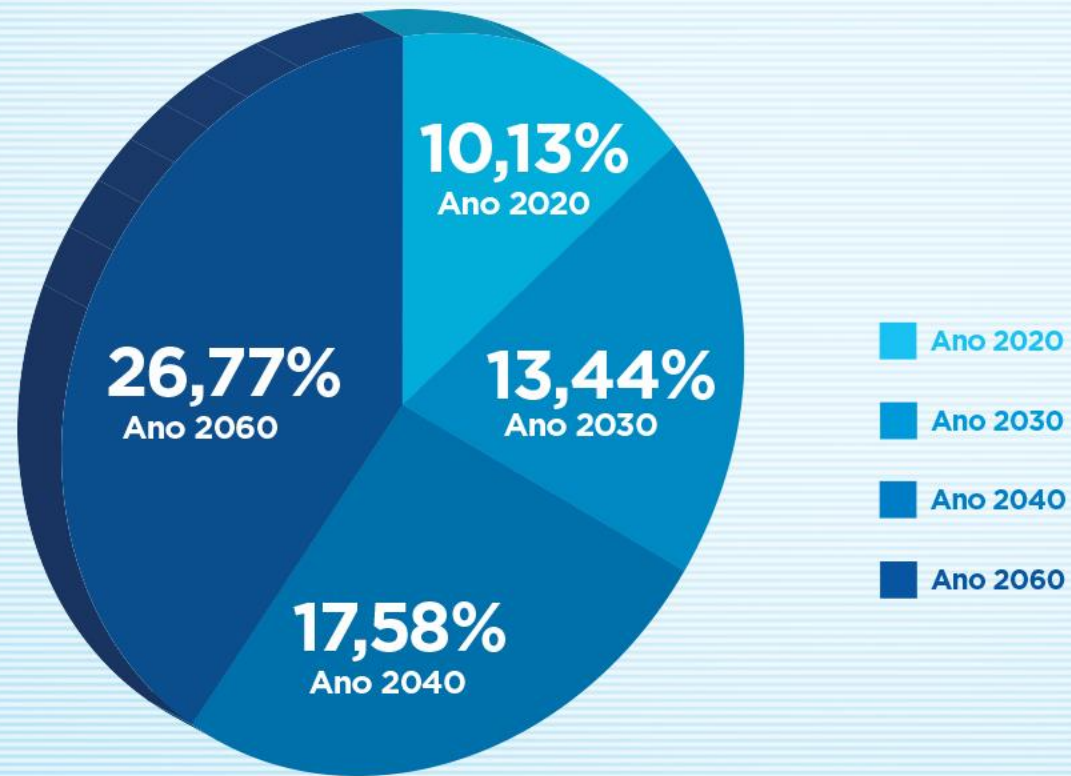


SUS  Ambulatório



SUS  Hospitalar

PROJEÇÃO DO ENVELHECIMENTO DA POPULAÇÃO



ENVELHECIMENTO POPULACIONAL E OS DESAFIOS PARA O SISTEMA DE SAÚDE BRASILEIRO

DÉCADA DO ENVELHECIMENTO
SAUDÁVEL 2020-2030 EM 4 AÇÕES:

AÇÃO I Mudar: o agir, pensar e sentir;

AÇÃO I Garantir promoção da capacidade das pessoas idosas;

AÇÃO III Saúde Integral; Atenção primária centrada no idosos;

AÇÃO IV Acesso a cuidados de longo prazo;

LEGISLAÇÃO E POLÍTICAS PÚBLICAS

1994 – LEI 8.842 DE 1994

Institui a Política Nacional do Idoso e cria CN do Idoso

- Autonomia;
- Integração, e
- Participação efetiva na sociedade

2003 - LEI 10.741 DE 2003

Institui o Estatuto do Idoso



- Acesso à rede de serviços de saúde e assistência social local
- Envelhecer é um direito personalíssimo e a sua proteção é direito social

LEGISLAÇÃO E POLÍTICAS PÚBLICAS

2006 – Política Nacional da Saúde da Pessoa Idosa (Portaria de 2006)

- Recuperar, manter e promover a INDEPENDÊNCIA do idoso
- Estimular programas de PREVENÇÃO dos agravos de doenças crônicas
- Rede ESPECIALIZADA na saúde do idoso: Redes Estaduais de Atenção ao Idoso
- Cuidado MULTIDISCIPLINAR e estimular o AUTO-CUIDADO
- Autonomia: capacidade do idoso tomar suas decisões
- Independência: capacidade de realizar as atividades cotidianas sem a necessidade de auxílio significativo de terceiros

2014 – Ministério da Saúde implementou as Diretrizes para o cuidado das pessoas idosas no SUS: proposta de modelo de atenção integral

- Aperfeiçoar articulação da Atenção Básica e demais componentes da Rede de Atenção à Saúde;
- Resolutividade:  referências para ESPECIALISTAS e HOSPITAIS
- Serviços mais CUSTO-EFETIVOS e a  SATISFAÇÃO do usuário

O DESAFIO DA MOBILIDADE SOB A ÓTICA DA ORTOPEDIA

- **ARTROSE**

Avanço dos agravos osteoarticulares degenerativos



- **OSTEOPOROSE**

Fratura do quadril do idoso



O DESAFIO DA MOBILIDADE SOB A ÓTICA DA ORTOPEDIA

Ortopedia como critério de desenvolvimento social

- Aumento das artroplastias e diminuição da fila de espera
- Quadril  de 35%: Suíça, Alemanha e Áustria
- Joelho  de 100% EUA

- Fratura do quadril do idoso operado em até 48h
- 80% em até 2 dias nos países membros da OCDE
- Finlândia: 95%
- Europa Ibérica: 42%



PREVENÇÃO ARTROSE: O QUE PODEMOS FAZER

- Restrição à atividade física > fraqueza e hipotrofia muscular
- condicionamento físico leva a da dor
- Dor leva à incapacidade física
- do desgaste articular
- necessidade de terapêutica medicamentosa e cirúrgica
- Evidência de melhora dos sintomas de artrose associados a exercícios - 50 anos
- São 1405 artigos científicos que relacionam a pratica de exercício com a melhora dos sintomas

CONCLUSÃO:

- Eficácia do exercício na melhora dos sintomas;
- Construção de uma política pública de Estado: ACADEMIAS DA 3º IDADE NA ESTRATÉGIA DA SAÚDE PÚBLICA DO SUS

FRATURA DO QUADRIL DO IDOSO: O QUE PODEMOS FAZER ANTES DE FRATURAR

PREVENÇÃO E TRATAMENTO PRECOCE DA OSTEOPOROSE

- Medidas não farmacológicas
- Medidas farmacológicas

PREVENÇÃO DE QUEDAS

- Saúde corporal e visual
- Ambiente seguro

FRATURA DO QUADRIL DO IDOSO: O QUE PODEMOS FAZER ANTES DE FRATURAR

- Tratamento cirúrgico em até 48h
- Reabilitação fisioterápica precoce
- Buscar a desospitalização o quanto antes
- Instituir centros de tratamento especializados em trauma do idoso

FRATURA DO QUADRIL DO IDOSO: O QUE PODEMOS FAZER ANTES DE FRATURAR

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

- A longevidade só é um avanço quando acompanhada de autonomia e independência
- As doenças osteoarticulares degenerativas e as fraturas do quadril são limitadores importantes da autonomia do indivíduo idoso
- As Academias da 3ª Idade são estratégias eficazes na prevenção das doenças ortopédicas que acometem o idoso
- Sua inclusão como estratégia do SUS e seu financiamento pela saúde devem ser consideradas
- Medidas de segurança de ambiente domiciliar devem ser estimuladas
- Centros de tratamento da fratura do quadril do idoso são bem-vindos



70% das quedas dos idosos
ocorrem dentro de casa,

O QUE DIZ A LITERATURA

Impacto das academias da terceira idade: comparação da capacidade motora e cognitiva entre praticantes e não praticantes

Impact of academies of seniors: comparison of motor and cognitive ability between practicing and non practicing

Susyane Dianin Gozzi¹ Sonia Maria Marques Gomes Bertolini², Tiago Franklin Rodrigues Lucena³

¹ Mestre em Promoção da Saúde pelo Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde – Centro Universitário de Maringá – UniCesumar, Maringá, PR - Brasil

² Doutora em Morfologia Humana, Professora do Programa de Mestrado em Promoção da Saúde - Centro Universitário de Maringá - UniCesumar e da Universidade Estadual de Maringá – UEM, Maringá, PR - Brasil

³ Doutor em Artes, Professor do Programa de Mestrado em Promoção da Saúde - Centro Universitário de Maringá – UniCesumar, Maringá, PR - Brasil

Autor para correspondência:

Sonia Maria Marques Gomes Bertolini
Av. XV de Novembro, 300 apto. 202
CEP 87013-230 - Maringá - Paraná [Brasil]
sonia.bertolini@unicesumar.edu.br

PROJETO GUGU NO RIO DE JANEIRO

O PROJETO FUNCIONA A 24 ANOS COM CERCA DE 2 MIL PESSOAS POR DIA



Conclui-se que em idosos praticantes de exercícios físicos nas academias da terceira idade, o equilíbrio, a agilidade e a cognição são melhores quando comparados aos não praticantes, sugerindo que o Programa ATII melhora a capacidade funcional da população idosa.



RIO • BAIRROS • BAIRROS

Projeto que oferece atividades gratuitas à terceira idade em Niterói ganha título de Patrimônio Imaterial do Rio

Projeto Gugu completa 24 anos e atende cerca de duas mil pessoas por dia

Daniela Kalicheski

19/08/2019 - 04:30



Em grupo. Professora orienta alunos em atividade no Largo do Marrão Foto: Divulgação/Regina Bittencourt

PROJETO GUGU NITERÓI GANHA TÍTULO DE PATRIMÔNIO IMATERIAL DO RIO DE JANEIRO



Vamos, senhores e senhoras parlamentares, implementar políticas perenes do exercício do corpo e da mente.

Uma questão de saúde pública para o bem viver.
Sobre o nosso envelhecimento, aprendi, por influência do Paulo Francis, a frase do Bernard Shaw:
“Nós não paramos de brincar porque envelhece os.
Nós envelhecemos porque paramos de brincar”.

*Não paremos de brincar,
não paremos de nos cuidar.*

DR. MARCUS VINÍCIUS DIAS