

# SER IDOSO

Dr. Régis Cavini Ferreira

## Idoso? O que é ser idoso?

Dizer-se que um indivíduo pertence à “melhor idade” muitas vezes pode ser extremamente cruel. Isso porque freqüentemente a realidade difere muito das fantasias que se criam com a propaganda e o *marketing*. Melhor idade por quê? Porque se obtém “privilégios” como os de não enfrentar filas ou andar de graça nos ônibus? Isto é muito pouco para quem tanto deu de si para os outros e para o mundo.

No Brasil, considera-se oficialmente idoso quem tem sessenta anos ou mais. Mas isso é relativo: incompreensivelmente, só se garante transporte gratuito nos coletivos urbanos e sub-urbanos a partir dos 65 anos. Entre 60 e 65 anos, a decisão é “local” - sem definir exatamente o que seja isto. O que vemos na realidade?

Por um lado, o aumento da expectativa de vida, que é motivo de alegria porque iremos desfrutar por muito mais tempo da convivência com aqueles que amamos, mas também de preocupação, porque a saúde se torna progressivamente mais frágil.

Agravando a situação, a economia brasileira tende a excluir o idoso, além de, pelas próprias características de desenvolvimento do País, não criar condições para uma velhice digna e tranqüila. Por isso, na medida em que a população de idosos aumenta se reverte a realidade do País que, até bem pouco tempo, era um País essencialmente de jovens. Isso já se reflete nas filas dos bancos: muitas vezes as filas do atendimento preferencial se alongam e se tornam quase iguais – ou até mesmo maiores! – que as de atendimento comum: já vi idosos mudarem de fila para terem atendimento mais rápido...

As injustiças são de tal ordem que em muitos municípios a atividade econômica é mantida pelos magros proventos de aposentadoria dos idosos, que continuam a sustentar as famílias assim como os mais jovens, desempregados.

Como resolver o problema?

A Organização Mundial da Saúde nos diz que *saúde é o bem estar físico, mental e social do indivíduo*. O bem estar social inclui recursos

financeiros para uma vida plena e digna. Isto nos remete de volta aos aspectos econômicos da questão: um idoso saudável demanda menos cuidados e, portanto, menos gastos com a saúde.

Muitas funções hormonais se alteram com a idade. Nossas glândulas constituem um sistema modulador de funções pré-existentes geneticamente determinadas. Mas muitos problemas podem ser revertidos no idoso.

Os organismos do idoso e da criança guardam muitas semelhanças, inclusive no cuidado com que os medicamentos devem ser administrados. No entanto, existe uma grande diferença: enquanto que o organismo infantil é dotado de grande capacidade de reação o organismo do idoso já perdeu grande parte desta vitalidade.

Assim, as doenças, até as mais graves, tendem a se manifestar com sintomas que freqüentemente são atribuídos às *coisas da velhice*. Isso pode acabar sendo um grande erro. Uma vez, tive a oportunidade de acompanhar uma paciente *em fase final da cura espontânea de uma pneumonia que passara despercebida pela reduzida manifestação clínica!*

O importante é procurarmos conferir ao idoso a melhor *qualidade de vida* que possa ter.

Isto significa que podemos ser portadores de muitas doenças, até mesmo doenças graves, mas o que importa, na verdade, é de que maneira estamos vivendo cada um dos nossos dias.

Este é o grande truque da velhice.

Viver cada dia como se fosse último – mas com a certeza de viveremos eternamente.