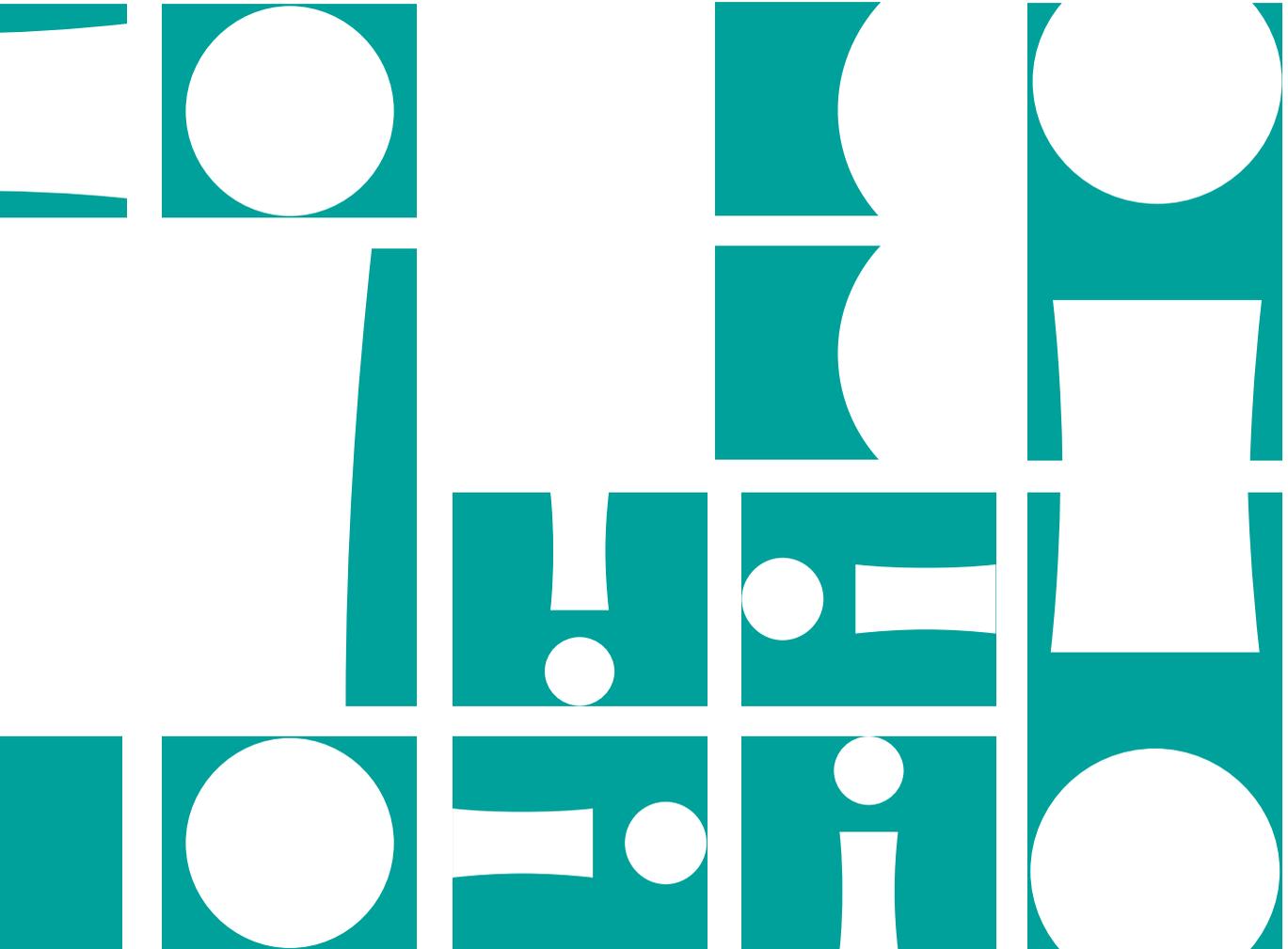




A Década do Envelhecimento Saudável (2021-2030) na região das Américas

[Artigo 2, páginas de 24 a 35]



Enrique Vega

*Chefe da unidade Curso de Vida Saudável, no Departamento de Família, Promoção à Saúde e Curso de Vida na Organização Pan-Americana da Saúde (Opas), em Washington, Estados Unidos.
vegaenri@paho.org*

Patricia Morsch

*Consultora sobre envelhecimento saudável no Departamento de Família, Promoção à Saúde e Curso de Vida na Opas.
morschpat@paho.org*

RESUMO

A região das Américas, com destaque para o Brasil, apresenta uma transição demográfica bastante rápida, o que exige adequações dos sistemas e serviços para atender às necessidades da população. A Década do Envelhecimento Saudável (2021-2030) é um movimento global cuja visão é de que vidas mais longas merecem ser vividas com mais saúde e oportunidades e, consiste em dez anos de colaboração multissetorial para promover o envelhecimento saudável e melhorar a vida de pessoas idosas, suas famílias e comunidades. A Década está estruturada em quatro áreas de ação principais – combater o preconceito em relação à idade e ao envelhecimento, comunidades que promovam as capacidades das pessoas idosas, serviços de cuidados integrados e de atenção primária à saúde centrados na pessoa e cuidados de longo prazo – permeadas por quatro habilitadores que estão relacionados à pesquisa e inovação, à liderança e participação das pessoas idosas. O Brasil tem avançado muito nas políticas voltadas para as pessoas idosas, mas a velocidade de sua transição demográfica, epidemiológica e social torna necessária uma resposta mais efetiva e eficiente a essas mudanças. A Década do Envelhecimento Saudável é uma oportunidade para reforçar estratégias vigentes e propor novas ações e atitudes para acrescentar mais vida aos anos.

Palavras-chave: envelhecimento; idoso; idoso de 80 anos ou mais; qualidade de vida; envelhecimento saudável.

ABSTRACT

The region of the Americas, with emphasis on Brazil, has one of the fastest demographic transition worldwide, which requires adjustments to systems and services to meet the needs of the population. The Decade of Healthy Aging (2021-2030) is a global movement with the vision that longer lives deserve to be lived with more health and opportunities, and consists of ten years of multisectoral collaboration to promote healthy aging and improve the lives of older people, their families and communities. The Decade is structured around four main areas of action (changing the way we think, feel and act regarding age and aging; ensure that communities promote older people's capacities; deliver integrated and person-centered care and primary health care services, and access to long-term care), underpinned by four enablers that are related to research and innovation, leadership and participation of older people. Brazil has advanced a lot in policies regarding the older population, but the speed of its demographic, epidemiological and social transitions urges the need to have a more effective and efficient response to these changes. The Decade of Healthy Aging is an opportunity to reinforce current strategies and propose new actions and attitudes to add more life to years.

Keywords: aging; aged; aged, 80 and over; quality of life; healthy aging.

A TRANSIÇÃO DEMOGRÁFICA E O ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL NAS AMÉRICAS

O envelhecimento na América Latina é um dos mais rápidos no mundo e até o ano de 2050 um entre quatro latino-americanos terá mais de 60 anos(1). Estima-se também que em aproximadamente dez anos (2030), haverá pela primeira vez mais pessoas idosas do que crianças com menos de 15 anos de idade na região das Américas. Salienta-se nesse contexto o aumento acelerado das pessoas de 80 anos ou mais, que dentre as faixas etárias mais envelhecidas é a que apresenta a taxa de envelhecimento mais rápida(2).

Dentre os países da região das Américas, o Brasil destaca-se em relação ao envelhecimento populacional. Atualmente, o país conta com mais de 28 milhões de pessoas idosas (60+), o que representa 13% da população brasileira. De acordo com dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), esse percentual tende a dobrar nas próximas décadas, já que existe um aumento sustentado da expectativa de vida, que chegou a 76,3 anos em 2018 – 72,8 anos para os homens e 79,9 anos para as mulheres(3). É importante salientar que ao mesmo tempo que a expectativa de vida aumentou consideravelmente nos últimos anos, não existe respaldo científico para dizer que as pessoas estão vivendo com mais saúde(4). No Brasil, estima-se que existe uma lacuna de dez anos entre a expectativa de vida e a expectativa de vida saudável, demonstrando o aumento da prevalência de doenças crônicas e incapacidades(5).

O envelhecimento saudável, porém, não significa que as pessoas precisam estar livres de doenças. Na presença de doença, envelhecer de forma saudável reflete o foco em viver bem e otimizar a habilidade funcional, e também ter a garantia de um cuidado coordenado que maneje a doença ao mesmo tempo em que considera os objetivos pessoais de cada indivíduo(6). As ações devem ser baseadas no conceito de envelhecimento saudável do Relatório Mundial de Saúde e Envelhecimento publicado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), em 2015, que conceitua o envelhecimento saudável como o processo de promoção e manutenção da habilidade funcional, que permite o bem-estar na velhice. A habilidade funcional inclui atributos relacionados à saúde que permitem uma pessoa ser e fazer o que é importante para ela. Esses atributos englobam todas as capacidades físicas e mentais que as pessoas apresentam (capacidade intrínseca) e ambientes que favoreçam o desenvolvimento dessas atividades(4). Nesse caso, considerar



O envelhecimento saudável, porém, não significa que as pessoas precisam estar livres de doenças. Na presença de doença, envelhecer de forma saudável reflete o foco em viver bem e otimizar a habilidade funcional, e também ter a garantia de um cuidado coordenado que maneja a doença ao mesmo tempo em que considera os objetivos pessoais de cada indivíduo.

onde as pessoas vivem e levam suas vidas é fundamental, pois o ambiente molda o que as pessoas com determinado nível de capacidade intrínseca podem ser ou fazer.

A população idosa é bastante heterogênea já que as diferentes experiências e caminhos ao longo do curso da vida moldam o envelhecimento e as trajetórias de saúde individuais(7). Estudos longitudinais sugerem que as pessoas idosas são representadas por três diferentes trajetórias de envelhecimento de acordo com sua habilidade funcional: alta-estável (71,4%), baixa-estável (25,2%) e declínio rápido (3,4%) com base em diferentes itens que combinam capacidades cognitivas e físicas e a capacidade de atender a algumas necessidades básicas. Antecipar e entender como atender àqueles que podem apresentar declínios na habilidade funcional deve ser uma prioridade(6) para que se possa estimular o envelhecimento saudável e evitar a dependência de cuidados. Aproximadamente dois terços (64%) da população dependente de cuidados no Brasil. São pessoas com idade superior a 65 anos, sendo que entre os anos 2000 e 2010 a proporção de pessoas idosas com incapacidade aumentou de 49,6% para 63,4%(5). A maior parte desses cuidados são providos pelas famílias. No Brasil, o número de familiares que eram também cuidadores informais de pessoas idosas aumentou de 3,7 milhões em 2016 para 5,1 milhões em 2019(8).

Assumir que o envelhecimento saudável pode ser alcançado apenas pela ausência de doenças ou que a idade cronológica avançada sozinha justifica a perda da saúde e da qualidade de vida são afirmações desprovidas de ética e embasamento científico. Muitas pessoas idosas vão apresentar multimorbidades, bem como situações sociais e mentais específicas, muitas vezes relacionadas ao desenvolvimento das

grandes síndromes geriátricas. Por isso, as pessoas idosas precisam de cuidados integrados e centrados na pessoa, para que seja possível entender sua situação de saúde de forma abrangente e fornecer estratégias para promover suas capacidades, conseguindo resultados de saúde mais eficazes(9).

O IMPACTO DA PANDEMIA DA COVID-19 FRENTE AO ENVELHECIMENTO POPULACIONAL

A pandemia da covid-19 ressaltou muitas das dificuldades e a falta de preparo dos sistemas de saúde e de assistência social para atender adequadamente às demandas da população idosa. Ressalta-se nesse contexto a dificuldade do controle de infecção nas Instituições de Longa Permanência (ILPI), bem como do manejo clínico da pessoa idosa, incluindo a dificuldade de identificar de maneira oportuna sinais e sintomas atípicos na apresentação das doenças(10). A falta de proteção às pessoas idosas em situações de emergência não é um tópico novo. No furacão Katrina, nos Estados Unidos, em 2005, três quartos dos óbitos foram de pessoas com mais de 60 anos(11). Quinze anos depois, vemos as pessoas idosas, principalmente aquelas que apresentam maior vulnerabilidade devido a multimorbidades e dependência, com maior mortalidade devido à pandemia da covid-19(12). Dados recentes mostram que a mortalidade por covid-19 em pessoas idosas está relacionada à exposição próxima a membros da família em idade produtiva e/ou vizinhos(13).

A covid-19 também evidenciou a prevalência do preconceito em relação à idade e ao envelhecimento (idadismo) em nossa sociedade. Durante a pandemia, muitas das decisões em relação a escolhas de tratamento, bem como a alocação de recursos foi pautada pela idade cronológica. Limites estabelecidos, que deixam de levar em consideração a grande diversidade de capacidades, condições crônicas e circunstâncias de saúde das pessoas idosas podem resultar em violação dos direitos humanos(10).

Embora as pessoas idosas possam apresentar desfechos muito diferentes em relação à covid-19, o isolamento vertical foi discutido em profundidade e muitas restrições foram impostas a esse grupo, com diversas implicações negativas em seus níveis de capacidade, saúde mental e dificuldade em manter sua saúde, principalmente relacionadas ao manejo de suas condições crônicas, devido ao acesso interrompido a diversos serviços essenciais de saúde(14). Um

Artigo 2

A Década do Envelhecimento Saudável
(2021-2030) na região das Américas

levantamento mundial realizado pela OMS demonstrou que essas interrupções ocorreram em mais de um terço dos serviços de saúde oferecidos. Em geral, os cuidados de Atenção Primária à Saúde (APS) e de reabilitação, assim como os cuidados paliativos e de longo prazo foram os mais afetados: 48% dos países relataram interrupções nos serviços essenciais da APS e 41% nos serviços de reabilitação, cuidados paliativos e de longo prazo, com prováveis implicações – especialmente nas populações mais vulneráveis, como pessoas idosas – em indivíduos que apresentam doenças crônicas, incapacidade e deficiência(15).

A pandemia da covid-19, além de ter ampliado os problemas relacionados à atenção à pessoa idosa, deu maior visibilidade aos desafios e desigualdades que já existiam. Por isso, oferece uma oportunidade para agir, mudar e, finalmente, fortalecer a otimização das capacidades das pessoas idosas, bem como enfatizar a prevenção e o manejo adequado das suas comorbidades por meio de estratégias comunitárias e atenção primária, já que os hospitais estão saturados e com alto risco de contágio, e os profissionais de saúde com alta demanda de trabalho relacionado à pandemia(16).

A DÉCADA DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL (2021-2030)

Diante do contexto atual, respostas e ações imediatas são fundamentais para que os países possam se preparar para a mudança demográfica e transformar o envelhecimento da população em uma oportunidade de uma vida mais longa e mais saudável. Com esse objetivo foi aprovada, em 3 de agosto de 2020, pela 73ª Assembleia Mundial da Saúde, a Década do Envelhecimento Saudável (2021-2030). Nessa ocasião, também foi recomendada a sua avaliação pela Organização das Nações Unidas (ONU) e logo aprovada em 14 de dezembro de 2020 na Assembleia Geral das Nações Unidas(17). A Década está alinhada com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da ONU e consiste em dez anos de colaboração multissetorial, concertada, catalítica e sustentada para promover o envelhecimento saudável e melhorar a vida das pessoas idosas, suas famílias e comunidades. Para atingir esses objetivos, a Década se concentrará em quatro áreas de ação(18):

- mudar a forma como pensamos, sentimos e agimos com relação à idade e ao envelhecimento;
- garantir que comunidades promovam as capacidades das pessoas idosas;

- entregar serviços de cuidados integrados e de atenção primária à saúde centrados na pessoa e adequados à pessoa idosa; e
- propiciar o acesso a cuidados de longo prazo às pessoas idosas que os necessitem.

Para concretizar as estratégias em cada área de ação, a proposta da Década enfatiza quatro habilitadores fundamentais: ouvir as diversas vozes e permitir o envolvimento com significado da pessoa idosa, familiares, cuidadores, jovens e comunidades; estimular a liderança e o desenvolvimento de capacidades para a tomada de ações adequadas e integradas por todos os setores; conectar várias partes interessadas ao redor do mundo para o compartilhamento e a aprendizagem a partir das experiências do outro; e fortalecer dados, pesquisa e inovação visando a acelerar a implementação.

É importante ressaltar que boa parte dos países do mundo tem dados limitados ou nenhum dado sobre envelhecimento saudável ou sobre pessoas idosas, o que contribui para a invisibilidade e exclusão dessas pessoas. A população idosa não é um grupo homogêneo e, por isso, os dados devem ser desagregados para melhor compreender seu estado de saúde e suas contribuições sociais, econômicas e capital social(18). A falta de dados coletados desagregados por faixa etária é uma realidade mesmo em situações em que as pessoas idosas são as mais vulneráveis, como nos relatórios de mortalidade para Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), como cardiopatias e diabetes. Além disso, a maioria das pesquisas de saúde e população, mesmo em países de alta renda, exclui pessoas idosas institucionalizadas(19). Investigações sobre o envelhecimento saudável devem atender às necessidades atuais das pessoas idosas, antecipar desafios futuros e vinculá-los às condições sociais, biológicas, econômicas e ambientais,



A Década está alinhada com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da ONU e consiste em dez anos de colaboração multissetorial, concertada, catalítica e sustentada para promover o envelhecimento saudável e melhorar a vida das pessoas idosas, suas famílias e comunidades.

Artigo 2A Década do Envelhecimento Saudável
(2021-2030) na região das Américas

bem como com os determinantes do envelhecimento saudável na primeira e na segunda metade da vida e as intervenções para melhorar as trajetórias de envelhecimento saudável(18). A melhoria dos dados sobre as pessoas idosas e o envelhecimento saudável, assim como a criação de bases científicas sólidas sobre esses temas contribuirão para decisões informadas e baseadas em evidências; e, dessa forma, favorecerão melhores avaliações e o desenvolvimento de intervenções eficazes que gerarão melhorias importantes na saúde e no bem-estar das sociedades que estão envelhecendo(20).

A disponibilidade de dados nacionais reflete a oportunidade de traçar metas e objetivos baseados em evidências, o que favorece a tomada de decisão e implementação de ações custo-efetivas. O Brasil dispõe de bases de dados populacionais que favorecem o conhecimento em relação às necessidades e às fortalezas dos sistemas em atender às pessoas idosas. Pautando-se na investigação de bases de dados nacionais(21-24), é possível identificar alguns desafios que o Brasil tem durante a Década do Envelhecimento Saudável, assim como avanços frente ao envelhecimento populacional.

O Brasil, com a sua conformação continental, abarca extensa inequidade, a qual impacta também o envelhecimento. Por exemplo, espera-se que uma criança nascida no Maranhão viva 8,6 anos a menos do que uma criança nascida em Santa Catarina. O manejo e a prevenção das doenças crônicas, assim como o fortalecimento dos cuidados a longo prazo também são desafios importantes durante a Década: 76,3% das pessoas idosas no Brasil têm ao menos uma doença crônica, e os indicadores de saúde mostram que muitas pessoas idosas brasileiras não mantêm hábitos saudáveis. Por exemplo, 12% são tabagistas e 79% não praticam os níveis recomendados de atividade física, o que favorece o sobrepeso e a obesidade, 32,2% das pessoas idosas que são usuárias do SUS têm alguma limitação funcional, o que impacta diretamente o envelhecimento saudável(5).

É importante também salientar que o Brasil conta com importantes ações que podem servir de exemplo e impulsionar outras estratégias acerca do envelhecimento saudável. Por exemplo, a estratégia de imunização do Sistema Único de Saúde (SUS) na campanha contra influenza apresentou cobertura de 97,2% entre as pessoas idosas no ano de 2018.

O Brasil conta com o desenvolvimento das Conferências dos Direitos da Pessoa Idosa, que representa um importante mecanismo de participação popular, e com o Estatuto do Idoso, que assegura os direitos desse grupo populacional na legislação. No Brasil, 51% dos municípios têm implementado o Conselho Municipal do Idoso, porém novamente se observa a inequidade na distribuição entre as regiões: no Rio de Janeiro mais de 80% das cidades contam com conselho; enquanto em Alagoas apenas 16%(5).

O Brasil tem avançado muito nas políticas voltadas para as pessoas idosas, assim como em sua estratégia de saúde universal, mas a velocidade de sua transição demográfica, epidemiológica e social torna necessária uma resposta mais efetiva e eficiente a essas mudanças, especialmente pelo SUS. A OpaS conta com liderança regional nas Américas, em conjunto com os seus Estados-membros, parceiros e centros colaboradores visando garantir a promoção da saúde das pessoas idosas da região através do desenvolvimento da Década do Envelhecimento Saudável (2021-2030). Esse movimento global oferecerá uma visão clara e unificada por meio de suas áreas de ação para que os países, inclusive o Brasil, possam concentrar suas estratégias, ações, recursos e sistemas para responder melhor às necessidades das pessoas idosas, protegendo sua saúde, seu bem-estar e seus direitos. Agora é a hora de transformar o cenário atual de forma mais positiva, promovendo um caminho em direção a uma sociedade mais inclusiva, equitativa e amiga da pessoa idosa, ancorada nos direitos humanos e orientada pela promessa compartilhada na Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável de não deixar ninguém para trás nas Américas.

Artigo 2

A Década do Envelhecimento Saudável
(2021-2030) na região das Américas

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. ORGANIZAÇÃO das Nações Unidas – ONU. *Profiles of aging*. Latin America and the Caribbean, 2017. Disponível em: <https://population.un.org/ProfilesOfAgeing2017/index.html>. Acesso em: 2021.
2. ORGANIZAÇÃO das Nações Unidas – ONU. *World population ageing 2019*. New York, 2019. Disponível em: http://link.springer.com/chapter/10.1007/978-94-007-5204-7_6. Acesso em: 26 abr. 2021.
3. INSTITUTO Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE. Conheça o Brasil: população. *Pirâmide etária*, 2019. Disponível em: <https://educa.ibge.gov.br/jovens/conheca-o-brasil/populacao/18318-piramide-etaria.html>. Acesso em: 26 abr. 2021.
4. ORGANIZAÇÃO Mundial da Saúde – OMS. *Relatório Mundial de Envelhecimento e Saúde*. Resumo. Genebra, 2015, p. 1-29.
5. ORGANIZAÇÃO Pan-Americana da Saúde – Opas. *Resumo de situação: o desempenho do sistema de saúde em relação às necessidades das pessoas idosas medindo a responsividade do sistema*. Washington, DC, 2020. Report: working paper.
6. ORGANIZAÇÃO Mundial da Saúde – OMS. *Decade of Healthy Ageing: baseline report*. Geneva: Organização Mundial de Saúde, 2020. 220 p. Disponível em: <https://www.who.int/publications/m/item/decade-of-healthy-ageing-baseline-report>. Acesso em: 26 abr. 2021.
7. ORGANIZAÇÃO Pan-Americana da Saúde – Opas. *Construindo a saúde no curso de vida*. Washington: DC, 2021.
8. INSTITUTO Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE. Censo 2021. *Com envelhecimento, cresce número de familiares que cuidam de idosos no país*, 2020. Disponível em: <https://censo2021.ibge.gov.br/2012-agencia-de-noticias/noticias/27878-com-envelhecimento-cresce-numero-de-familiares-que-cuidam-de-idosos-no-pais.html>. Acesso em: 26 abr. 2021.
9. ORGANIZAÇÃO Pan-Americana da Saúde, Organização Mundial da Saúde. *Atenção Integrada para a Pessoa Idosa (Icope)*. Orientações sobre a avaliação centrada na pessoa e roteiros para a atenção primária, 2020.
10. INOUE SK. Creating an anti-ageist healthcare system to improve care for our current and future selves. *Nat Aging*, 2021. Feb. 11;1(2):150-2. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1038/s43587-020-00004-4>. Acesso em: 26 mai. 2021.
11. AL-ROUSAN TM, Rubenstein LM, Wallace RB. Preparedness for natural disasters among older us adults: a nationwide survey. *Am. J. Public. Health*, 2014. Mar.;104(3):506-11. Disponível em: <http://ajph.aphapublications.org/doi/10.2105/AJPH.2013.301559>. Acesso em: 26 mai. 2021.
12. SHARMA A. Estimating older adult mortality from covid-19. Carr DS, editor. *Journals Gerontol*. Ser B, 2021. Feb. 17;76(3):e68-74. Disponível em: <https://academic.oup.com/psychocgerontology/article/76/3/e68/5906011>. Acesso em: 26 mai. 2021.

13. FISMAN DN, Bogoch I, Lapointe-Shaw L, McCready J, Tuite AR. Risk factors associated with mortality among residents with coronavirus disease 2019 (covid-19) in Long-term Care Facilities in Ontario, Canada. *JAMA Netw Open*. 2020;3(7):7-13.
14. MORLEY JE. Covid-19: The long road to recovery. *J. Nutr. Health Aging*. 2020. Sep. 5;24(9):917-9. Disponível em: <http://link.springer.com/10.1007/s12603-020-1497-y>. Acesso em: 26 mai. 2021.
15. ORGANIZAÇÃO Mundial da Saúde – OMS. *Pulse survey on continuity of essential health services during the covid-19 pandemic: key informant findings from 135 countries and territories Global results*. Geneva, 2021.
16. ORGANIZAÇÃO Pan-Americana da Saúde – Opas. El Decenio del Envejecimiento Saludable (2020-2030) en el contexto de la pandemia de covid-19: las pandemias deberán cambiar la manera de ver la edad y el envejecimiento. In: *Boletín de envejecimiento y derechos de las personas mayores en América Latina y el Caribe*, n. 18. Santiago: Chile: Comisión Económica para América Latian y el Caribe, 2020. Disponível em: <https://repositorio.cepal.org/handle/11362/46616>. Acesso em: 26 mai. 2021.
17. ORGANIZAÇÃO Mundial da Saúde – OMS. *UN Decade of Healthy Aging*. What is the UN Decade of Healthy Ageing?, 2020. Disponível em: <https://www.who.int/initiatives/decade-of-healthy-ageing>. Acesso em: 26 fev. 2021.
18. ORGANIZAÇÃO Mundial da Saúde – OMS. *Década do Envelhecimento Saudável (2020-2030)*. Organização Pan-Americana da Saúde, 2020, p. 1-29.
19. LLOYD-Sherlock P, Sempe L, McKee M, Guntupalli A. Problems of data availability and quality for covid-19 and older people in low- and middle-income countries. Meeks S, editor. *Gerontologist*, 2021. Feb. 23;61(2):141-4. Disponível em: <https://academic.oup.com/gerontologist/article/61/2/141/5918111>. Acesso em: 26 mai. 2021.
20. VEJA, GE. Research: a priority for the decade of healthy aging. *Colomb. Med.*, 2019. Jun 30;50(2):50-1. Disponível em: <http://colombiamedica.univalle.edu.co/index.php/comedica/article/view/3932>. Acesso em: 26 mai. 2021.
21. FIOCRUZ. *Elsi Brasil: Estudo Longitudinal da Saúde e Bem-Estar dos Idosos Brasileiros*. Banco de dados, 2015. Disponível em: <http://elsi.cpqrr.fiocruz.br/instrucoes-para-uso/>. Acesso em: 12 mai. 2021.
22. FIOCRUZ. *Sisap Idoso: Sistema de Indicadores de Saúde e Acompanhamento de Políticas do Idoso*. Consultar indicadores, 2020. Disponível em: <https://sisapidoso.icict.fiocruz.br/#>. Acesso em: 12 mai. 2020.
23. INSTITUTO Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE. *Pesquisa de orçamentos familiares 2017-2018*. Rio de Janeiro, 2020.
24. INSTITUTO Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE. *Pesquisa nacional de saúde 2013: acesso e utilização dos serviços de saúde, acidentes e violências*. Brasil, grandes regiões e unidades da federação. Rio de Janeiro, 2015.