

SAÚDE PÚBLICA: OS DESAFIOS DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

OLIVEIRA, Juliana de Cássia Melo (julian.melo@hotmail.com)¹; PACHECO, João Vicente Deocleciano (jvicente@netsite.com.br)²

- 1 - Graduanda do curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Patos de Minas-UNIPAM
- 2 - Professor do curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Patos de Minas-UNIPAM

Introdução e Objetivo: Saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, ou seja, qualidade de vida. O processo de envelhecimento e sua consequência natural, a velhice, continuam sendo uma das preocupações da humanidade desde o início da civilização. Para manter o equilíbrio entre o corpo e mente no decorrer deste processo e tentar retardar os sinais que o acompanha é preciso desenvolver iniciativas de prevenção e reabilitação nos vários contextos da vida do indivíduo, promovendo assim o bem estar dos idosos. Apontar o fenômeno do envelhecimento saudável como um desafio a ser incorporado pelo campo da Saúde Pública.

Materiais e métodos: Este trabalho foi feito por meio de uma revisão teórica nos bancos de dados de google, livro de 1996 à 2002.

Resultados e discussão: Qualidade de vida é a percepção que o indivíduo tem de sua posição na vida dentro do contexto de sua cultura e do sistema de valores em que vive e em relação a seus objetivos, expectativas padrões e preocupações. O envelhecimento saudável envolve ações de políticas públicas que promovam modos de viver mais salutares em todas as etapas da vida e favoreçam a prática de atividades físicas no cotidiano e no lazer, o acesso a alimentos saudáveis e a redução de fatores de risco, como consumo de tabaco e álcool, entre outros. Essas questões são a base para o envelhecimento saudável, um envelhecimento que significa também um ganho substancial em qualidade de vida e saúde. O envelhecimento saudável é um processo natural e fisiológico (senescência) e não patológico (senilidade).

Conclusão: Avaliar a qualidade de vida significa também comparar suas condições ao longo do tempo. Portanto deve-se haver a interação dos vários programas de Saúde Pública implantados pelo Governo desde a infância à senescência, na perspectiva de um envelhecimento saudável, durante todo o ciclo vital.

Palavras-chave: Qualidade de vida, Envelhecimento; Saúde Pública.