



Seminário virtual do CFM contou com a participação de reconhecidos especialistas em geriatria

As condições de vida e intervenções necessárias à preservação da saúde de idosos longevos estiveram em debate no II Webinar de Geriatria do Conselho Federal de Medicina. O seminário online foi realizado nesta quarta-feira (7) e transmitido ao vivo no canal do CFM no YouTube. Com o tema Idosos longevos, o encontro virtual contou com apresentações sobre aspectos conceituais da longevidade e também sobre as fragilidades física e cognitiva como consequências de uma vida longa.

O seminário foi aberto pela coordenadora da Câmara Técnica de Geriatria do CFM, Helena Maria Carneiro Leão, também 2ª Secretária do CFM. Iniciando as discussões, a diretora destacou a importância do tema, “não só para a geriatria, mas para todas as especialidades médicas, para toda a sociedade e para a saúde pública no nosso país.

Aspectos conceituais – A palestra de abertura do evento analisou dados fisiológicos e epidemiológicos da longevidade e foi conduzida pela professora associada-Livre docente da Disciplina de Geriatria e Gerontologia da Escola Paulista de Medicina (EPM-UNIFESP), Maysa Seabra Cendoroglo, médica cadastrada do Hospital Israelita Albert Einstein. A geriatra e docente apresentou considerações sobre o assunto que, segundo ela, tem ganhado maior relevância em trabalhos de pesquisa com o crescimento do número de idosos com mais de 80 anos. “Hoje nós sabemos que os indivíduos que nascem, independente da raça, têm uma expectativa de vida ao nascer bastante elevada. Já é previsto que eles possam conseguir alcançar em torno dos 120 anos. E ao mesmo tempo, temos uma geração de idosos longevos, com idades muito avançadas”, destacou.

Como exemplo, a professora relatou o caso de um casal de idosos que completou 88 anos de casados, a esposa com 103 e o marido com 101 anos. “Eles resolveram realizar uma cerimônia de casamento, mostrando que, mesmo após os cem anos, aqueles que sobrevivem e têm uma condição de interação com o meio, eles têm demandas, necessidades e procuram alcançar os seus objetivos”, relatou a palestrante. Sabemos que a expectativa de vida vem aumentando e

precisamos encontrar soluções para que eles possam ter uma melhor condição de vida e preservar sua condição de independência e autonomia.

Fragilidades - Dando sequência às apresentações, o segundo assunto discutido no II Webinar de Geriatria do CFM foram as fragilidades cognitiva e física como consequências da longevidade. O tema foi apresentado pelo geriatra Marco Polo Dias Freitas, chefe do serviço de geriatria, Centro Multidisciplinar do Idoso, do Hospital Universitário de Brasília, Universidade de Brasília, onde atua como preceptor do Programa de Residência Médica em Geriatria.

Durante a palestra, o geriatra destacou justamente que as fragilidades cognitiva e física não são consequências da longevidade. O médico destacou que a vulnerabilidade ocorre de forma heterogênea, tanto entre os indivíduos e até mesmo entre os próprios órgãos e sistemas do corpo humano, influenciados por fatores como a herança genética, estilo de vida e exposição ambiental. “Ou seja, até por uma interação genética/ambiente.

Outras fragilidades destacadas pelo palestrante foram as mudanças no sistema músculo esquelético no processo de envelhecimento, como a redução da massa muscular e o declínio da massa muscular, com o aumento de chance de fratura. Como medidas para retardar esse processo, Marco Polo Dias Freitas destacou a prática de atividades físicas e uma alimentação equilibrada, principalmente rica em proteínas. Como exemplo, o palestrante questionou: “alguém quer algum remédio para parar de envelhecer? Não é na farmácia que vai achar. É simplesmente praticando alguma atividade física regular.

Após as apresentações, os palestrantes respondera a perguntas enviadas pelo público durante a transmissão do evento. A íntegra do II Webinar de Geriatria do CFM está disponível no canal do Conselho no YouTube e pode ser acessado [AQUI](#).

Fonte: [Portal CFM](#), em 09.12.2022.