

2017-06-08 11:38:49

<http://justnews.pt/noticias/fazer-do-envelhecimento-ativo-e-saudavel-uma-prioridade-em-portugal>



## **Fazer do envelhecimento ativo e saudável «uma prioridade em Portugal»**

O presidente do Conselho Estratégico Nacional da Saúde (CENS) da Confederação Empresarial de Portugal (CIP), João Almeida Lopes, afirmou, esta quarta-feira, que “a saúde e a qualidade de vida não podem ser um exclusivo das gerações mais novas”. E apelou à colocação em prática de políticas que tenham em atenção “os cidadãos mais seniores”.

Aquele responsável dirigia-se aos participantes na conferência “Envelhecimento ativo – uma prioridade para Portugal”, uma iniciativa da CENS/CIP que serviu para promover a discussão em torno das principais tendências demográficas, suas consequências e soluções de fomento do envelhecimento saudável e com dignidade.

Não faltam razões para discutir esta temática. Veja-se, por exemplo, o que dizem os dados do Eurostat: os portugueses perderam cerca de três anos de esperança de vida saudável em 2014, face ao ano anterior, números que colocam o país em contraciclo em relação à Europa, no indicador de esperança de vida saudável.

### **Encarar a Saúde como "um investimento"**

Deixando claro que o CENS/CIP pretende contribuir para fazer do envelhecimento ativo e saudável “uma prioridade em Portugal”, João Almeida Lopes frisou ser “essencial colocar em prática políticas que privilegiem a autonomia, a independência e a qualidade de vida dos cidadãos mais seniores”. E acrescentou que “a Saúde, mais que um objetivo a atingir, deve estar sempre presente no quotidiano de todos os cidadãos”, concluindo ser tempo de assumi-la como “uma prioridade nacional”.

No seu entender, para que tal seja uma realidade, é preciso “ter a ambição” de deixar de ver a Saúde como uma despesa, mas sim como “um investimento” na vida de todos os cidadãos, sob pena de nos distanciarmos gradualmente da Europa em termos de resultados nesta matéria.



### **Criação de uma “Lei de Meios”**

“Na CIP, vamos continuar a defender que a qualidade de vida e o aumento da longevidade são duas conquistas que devem caminhar a par. É também por essa razão que defendemos ser urgente olhar para a Saúde como uma prioridade política”, indicou.

Segundo João Almeida Lopes, a CIP tem defendido que este é o tempo certo para se construírem, em Portugal, os consensos necessários à criação de uma “Lei de Meios”, que introduza previsibilidade nos investimentos, com base em orçamentos plurianuais que garantam estabilidade legislativa e os meios necessários à sustentabilidade do SNS.

“É esse o caminho que Portugal deve seguir, acompanhando as sociedades mais avançadas e mais humanistas”, afirmou.



João Almeida Lopes e Maria do Céu Machado.

## "As políticas têm de ser integradas"

Maria do Céu Machado, presidente do Infarmed, que partilhou com João Almeida Lopes a sessão de encerramento da conferência, defendeu que a questão do envelhecimento ativo e saudável deve ser "abordada de forma transversal", sendo necessário que seja trabalhada por profissionais de várias áreas, que não apenas a da Saúde.

"Deixo aqui um repto à CIP para que na próxima reunião estejam também presentes profissionais da Educação, da área Social e das autarquias, porque as políticas têm de ser integradas", afirmou.



## Aumentar a literacia para um envelhecimento "com qualidade"

"Há cerca de 15 anos, mais de 40% da população acima dos 75 anos era analfabeta. Obviamente, que a educação é importantíssima na saúde, nomeadamente no que diz respeito a um envelhecimento saudável e ativo, tal e qual como no crescimento", sublinhou a nova dirigente do Infarmed, que é médica pediatra.

Segundo Maria do Céu Machado, é essencial que se continue a aumentar a literacia da população de uma forma geral, mas sobretudo em Saúde, para que se possa envelhecer com qualidade.



## Mais atividade, "menos doença crónica"



No seu entender, “a autogestão da doença crónica é muito importante” e, se o idoso dispuser dos conhecimentos necessários para o fazer, os ganhos em Saúde serão “muito superiores”.

Aludindo ao estudo de um investigador alemão, salientou que têm menos doença crónica os idosos que se dedicam a alguma atividade, nomeadamente voluntariado e/ou tratar regularmente dos netos. “Porque estão ocupados”, reforçou.

Para terminar, Maria do Céu Machado fez referência à “fabulosa criatividade do povo brasileiro” e às ações “fantásticas” que levam a cabo para que a sua população possa envelhecer de forma saudável e ativa, onde se inclui a promoção de cursos de Forró para idosos em centros de Saúde.



A conferência organizada pelo Conselho Estratégico Nacional da Saúde da CIP contou com as intervenções, nomeadamente, do próprio presidente da CIP, António Saraiva, de Pedro Santana Lopes, provedor da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, de Miguel Guimarães, bastonário da Ordem dos Médicos, e de José Pereira Miguel, coordenador da Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável.



