

Velhice não é sinônimo de doença

Muitas coisas mudaram no mundo moderno, inclusive a forma de pensar e analisar eventos corriqueiros da vida, o que fez ressaltar a doença, especialmente em dois grupos distintos – a infância e a velhice. Parece que nessas fases o tema central é doença, quando na verdade deveria ser saúde.

Por certo que adoecemos no decorrer da vida, quer seja por agentes biológicos, fator externo, em decorrência do nosso estilo de vida ou simplesmente pelo desgaste orgânico decorrente dos anos acumulados. No entanto, ultimamente tem ocorrido uma medicalização da vida – a cada dia mais nos falam que estamos doentes? Será que é verdade?

Na velhice o organismo sofre algumas perdas de sua capacidade, o que não é exclusivo da faixa etária, mas onde mais se sobressai. A partir disso poderia vir a conclusão: - Mas então todos seremos doentes na velhice. Nesse momento deveríamos pensar em nossos pais, avós, bisavós – Por que a geração deles não era “fissurada” em doença? Por que o nosso processo de envelhecer tem que ser representado por doenças, se o deles não foi? É certo que o estilo de vida era outro, mas não deve ser esse o único fator.

Será que o foco da vida centrou-se na doença porque andamos perdendo o significado emocional de nós mesmos? Será que mantemos as relações afetuosas com os que nos rodeiam e que levam a vida a ter sentido, como era típico em gerações passadas (onde especialmente a família tinha um valor supremo)? Será que a

perda desses laços não nos leva a nos fixarmos no fator que nos agregará companheirismo, auxílio, ou seja, na doença, já que todo doente necessita de cuidados?

Quem sabe possamos imaginar que estamos sofrendo do emocional.

Ser velho é ter acumulado muitos anos (60 ou mais segundo a definição), mas não significa ser doente. É verdade que é a fase em que as fragilidades orgânicas ressaltam, mas não é destino do idoso virar um consumidor de múltiplos remédios, o que é bastante comum quando não é atendido em sua integralidade, e sim fragmentado em especialidades médicas, o que leva à cena tão comum de vermos o idoso com duas sacolas: - a de exames e a de remédios.

Temos que pensar que o idoso pode estar doente, mas que ser velho não significa permanecer doente, como se fosse um destino inexorável.

Tratar a hipertensão arterial, diabetes mellitus, osteoartrose, dentre outros é preciso. Mas fundamental é redescobrir o valor da vida – aquele que nossos pais, avós e bisavós tinham e que andamos perdendo pelo caminho.

Um segredo talvez seja buscar o sentido da vida no interior de nós mesmos, algo que funcione como uma mola propulsora a nos fazer querer viver plenamente.

Desfrutar da tecnologia a favor da saúde é fundamental, mas não podemos ser transformados em meros dados biológicos (números, gráficos, traçados, imagens). O ser humano tem uma dimensão maior que essa.

Infância, juventude, vida madura, velhice são fases da vida. Se buscarmos nas três primeiras resgatar o valor pessoal, além de preservar as boas condições de vida que propiciam a saúde, chegaremos na velhice podendo realmente afirmar que velhice não é sinônimo de doença, não através de um mero bordão, mas por estarmos vivenciando esta realidade.

João Batista Alves de Oliveira

Clínico Geral – Especialista pela Sociedade Brasileira de Clínica Médica - Mestre em Gerontologia pela PUC-SP