

29 - Envelhecimento



Dr. Paulo Alcantara

Médico Urologista do Centro Médico Monte Sinai de Ourinhos
Membro Titular da Sociedade Brasileira de Urologia
Membro da Sociedade Americana de Urologia



O homem está vivendo mais, como mostram recentes pesquisas. A expectativa de vida estimada em 1998 era 65,9 anos para os homens e 73.5 anos para as mulheres, agora dados de 2007 mostraram 68.5 anos para os homens e 76.1 anos para as mulheres, estes dados são do Brasil. Sabe-se que em países mais desenvolvidos como os

Estados Unidos, Reino Unido e Japão, estes dados são melhores com expectativa de vida maiores, tanto para homens como para mulheres.

Viver mais também significa ter mais problemas de saúde, depender mais do sistema de saúde e ter mais gastos com medicamentos.

Especificamente no homem, o envelhecimento pode causar uma síndrome (conjunto de sintomas) intitulada atualmente “deficiência androgênica do envelhecimento masculino” ou D.A.E.M.

Com o passar dos anos nosso organismo declina progressivamente, com diminuição da produção dos hormônios sexuais (já não são tão necessários), queda na imunidade, diminuição de massa óssea e muscular, acrescido de diminuição do tamanho do cérebro.

Neste conjunto de mudanças encontra-se também em muitos casos a Disfunção erétil.

Para o homem o envelhecimento é responsável pelos seguintes sintomas desagradáveis.

1-Urinar muitas vezes durante a noite.

-se deve principalmente ao crescimento benigno da próstata.

2-Incontinência Urinária.

Acomete 38% das mulheres e 18% dos homens.

3-Medo de perder urina e ter que usar fraldas.

4-inapetência sexual.

Acomete 65 a 75 % dos idosos.

5-Ejaculação precoce.

Acomete mais de 50% dos idosos.

6-falta de interesse sexual.

78% das mulheres não tem interesse em melhorar a performance sexual.

7-Sintomas de DAEM.

65% dos idosos referem ter

algum tipo de sintoma relacionado a D.A.E.M.

O que se espera para quem envelhece é que tenha apoio e suporte familiar, assistência médica governamental justa, subsidio para compra de medicamentos e possibilidade de exercitar-se e ter uma vida saudável.

Porém o que vemos na maioria das vezes em nosso país é um descaso enorme em relação ao idoso.

Amparo familiar nem sempre presente. Estudos recentes mostram que no Brasil os idosos acham que é obrigação da família dar suporte quando na velhice. As mesmas pesquisas realizadas nos Estados Unidos e no Reino Unido, mostram que lá, os idosos no decorrer da vida produtiva, procuram se programar com aposentadorias e reservas para não depender dos familiares na velhice. No Brasil 78% acham que a família deve cuidar deles, nestes outros países somente 30% pensam desta maneira.

Este aspecto cultural interessante, nos leva até as

bases de nossa colonização, tipicamente jesuítica de culto a pobreza, em contradição com as bases luteranas de alguns países citados.

No Brasil a necessidade do assistencialismo público (deficiente) encoraja instituições filantrópicas e pessoas de compaixão a ajudarem e acolherem o idoso no final da sua existência em asilos e casas de repouso.

As casas de repouso, muitas vezes somente alienam o idoso do ambiente familiar, tornam-se abrigos, semelhantes ou até piores que os asilos.

Comparativamente, nos outros países desenvolvidos citados anteriormente, as casas de repouso (pagas e caras) localizadas quase sempre em estados com clima tropical (florida nos Estados Unidos) e com muitos centros hospitalares na proximidade, propiciam ao idoso, mesmo distante de seus familiares, uma qualidade de vida ótima e aumentando a longevidade.

Com isso, fica difícil para o

idoso sem assistência, sem cuidados médicos, sem medicação e atividade física regular, salvo gloriosas exceções, viver muito.

Portanto, na sua vida produtiva, procurem se preparar para uma aposentadoria digna e sem necessitar de favores familiares, poupe, tenha previdência complementar, quando for possível, cuide de sua saúde na época boa da vida, pois ninguém sabe o que o aguarda na velhice.

Para aqueles mais saudosistas, deixo um trecho da música dos Beatles “When I'm sixty-four”.

When I get older losing my hair,
Many years from now,
Will you still be sending me a valentine
Birthday greetings bottle of wine?

If I'd been out till quarter to three
Would you lock the door,
Will you still need me, will you still feed me,
When I'm sixty-four?

Estes textos são protegidos por direitos autorais.

Proibida a reprodução sem autorização.