

O fenômeno do envelhecimento da população é agora um processo inevitável em quase todos os países em desenvolvimento avançado. Portanto, é necessária uma mudança cultural que conduza a políticas direcionadas para governá-la, com o objetivo de transformá-la de um fardo em um recurso para a sociedade, ativando todas as potencialidades dos idosos.

A atenção internacional progressiva tem estimulado muitos países a adotarem políticas de envelhecimento ativo e tem levado à construção do Índice de Envelhecimento Ativo (Aai), para o qual o Istat tem colaborado com parceiros internacionais (Unece e Comissão Europeia).

É um instrumento constituído por 22 indicadores, capaz de monitorizar os resultados nas várias áreas, especialmente útil para os decisores políticos para a avaliação e adoção de políticas adequadas de apoio ao envelhecimento ativo. Esse índice foi dividido por gênero e região, abrangendo um período de 2007 a 2018.

O volume oferece uma leitura diacrônica do envelhecimento ativo, oferecendo também insights e análises temáticas sobre vários indicadores. Observação. Em 14 de agosto de 2020 às 10h30 o volume foi substituído devido à correção de alguns erros de digitação

Trabalhamos para que sejam garantidas aos idosos as condições necessárias para viver com saúde, com independência e participar activamente na vida económica, cultural e social.

### **O que é envelhecimento ativo?**

De acordo com a definição da Organização Mundial de Saúde, o envelhecimento ativo é “um processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, a fim de melhorar a qualidade de vida dos idosos”. A população em idade produtiva vai diminuir: HelpAge propõe uma nova forma de olhar para os idosos.

As projeções do Istat revelam que em 2050 um terço da população italiana terá mais de 65 anos, enquanto a faixa etária de 15 a 65 anos representará pouco mais da metade do total, sofrendo uma redução de dez pontos em relação a hoje.



O aumento da esperança de vida exige um repensar do paradigma sociocultural utilizado para interpretar / compreender o envelhecimento até agora; Na verdade, a base do envelhecimento ativo é a consciência de que os idosos podem e devem ser cada vez mais capacitados a contribuir de forma significativa para a economia e a sociedade.

Ao mesmo tempo, as vulnerabilidades e fragilidades, muitas vezes próprias da velhice, devem encontrar respostas adequadas em sistemas de proteção e cuidados que estejam atentos à qualidade de vida do idoso, capazes de respeitar a sua autonomia pessoal e a capacidade de participação na a vida social.

O compromisso da HelpAge Italia traduz-se na promoção do envelhecimento ativo através de ações que visam a promoção do emprego, a formação contínua, o combate à discriminação com base na idade, o acesso aos serviços sociais e de saúde, a luta contra a pobreza e a exclusão social das pessoas idosas.

O envelhecimento da população, fenômeno significativo em escala global, tem repercussões disruptivas tanto nas relações sociais e intergeracionais quanto na resiliência dos sistemas de saúde e, de forma mais geral, do bem-estar. Envelhecer é, portanto, um processo que certamente diz respeito ao indivíduo, mas recai inevitavelmente sobre a comunidade.

O papel da política deve ser o de criar as condições para que cada pessoa tenha a oportunidade de viver uma vida longa e saudável, administrando, no máximo e ativamente, aquela fase comumente chamada de "terceira idade".

### **Para envelhecer bem, para se manter ativo e ser um ativo da sociedade, é necessário atuar prontamente sobre diversos fatores.**

Friuli-Veneza-Giulia é uma das Regiões com a população mais antiga da Europa e ocupa o segundo lugar no ranking italiano de Regiões com maior percentagem de pessoas com mais de 65 anos, tornando-se um campo de estudo, análise e experimentação muito fértil e interessante.

Nas últimas décadas, na Itália, o crescimento da população idosa tem sido muito forte. De 4,6 milhões de pessoas com mais de 65 anos em 1960, o equivalente a 9,3% do total residente, passou para 7,4 milhões em 1980 (13,1%) e depois para 10,3 milhões em 2000 (18,1%). Em 2009, os maiores de 65 anos eram próximos a 12 milhões, o equivalente a 20,3%.

A partir de 1 de janeiro de 2019, de acordo com os últimos dados disponíveis, o número de pessoas com mais de 65 anos a residir no nosso país ascendia a 13,8 milhões, o equivalente a 22,8% do total. E isso não é tudo. No espaço de quarenta anos, a Itália acrescentou cerca de 13 anos à esperança média de vida das pessoas. Hoje o limiar de 80 é ultrapassado para os homens e o de 85 para as mulheres.



As projeções demográficas preveem que em 25 anos, entre agora e 2045, os maiores de 80 passarão a 3,6 milhões, e que, a essa altura, representarão 6% da população. Essa tendência de envelhecimento tem um impacto muito forte no tecido social e na vida cotidiana de todos os italianos, sem exceção. Basta pensar nas repercussões no sistema económico, no bem-estar, no sector da previdência e na coesão social.

Se movermos a lupa para o setor médico-saúde, descobriremos que a Covid reduziu os níveis de sobrevivência. A expectativa de vida na Itália caiu de fato para 82 anos para todos, ou seja, um ano a menos do que em 2019. O impacto da pandemia nos idosos, em termos de internações e mortes, trouxe à tona algumas dúvidas que o envelhecimento da população posa aos cuidados de saúde, soando mais de uma campainha de alarme.

Uma vez que o aspecto tradicional da família mudou, muitas pessoas da terceira idade são deixadas sozinhas, abandonadas ou "estacionadas" em unidades de saúde. De acordo com o Istat, cerca de 38% das pessoas com mais de 75 anos vivem sozinhas.

Quase 40% não têm parentes nem amigos com quem possam contar em caso de necessidade, enquanto 12% podem no máximo contactar um vizinho. O dano psicológico que o indivíduo pode sofrer em decorrência dessas situações também é evidente.

Para governar o crescimento da população idosa - considerando também o desperdício de recursos - é necessária uma profunda mudança cultural. Uma abordagem inovadora capaz de estimular políticas direcionadas e orgânicas, capazes de transformar o envelhecimento da população de um fardo em um recurso para a sociedade.

Nessa nova perspectiva, o papel do cuidador, ou seja, de "aquele que cuida", seja ele criança ou cuidador, assume um papel central. Principalmente na fase do envelhecimento passivo, onde o trabalho de cuidado e a gestão da complexa situação de saúde,

familiar, social e burocrática dura sete dias por semana, sem pausas, por 4/6 horas por dia de trabalho direto e outras 10 horas de trabalho indireto. Tudo através de pequenos gestos, palavras reconfortantes que ajudam a traçar um caminho e dar sentido à experiência.

### **Quem cuida torna-se indispensável para o idoso.**

Tanto para garantir o potencial residual em seu dia a dia, quanto para prevenir complicações relacionadas ao seu estado de saúde. Por exemplo, a incontinência urinária (de acordo com o Livro Branco publicado pela Finco, Federação Italiana de Incontinência) afeta mais de 36 milhões de pessoas na Europa, das quais 60% são mulheres.

Na Itália, 5 milhões sofrem com isso. Mas os preocupados têm vergonha de admitir, até escondem do médico de família. O papel do cuidador é, portanto, estratégico, pois pode afetar a adaptação da pessoa à sua nova condição de adoecimento, recuperando assim uma melhor qualidade de vida.

É o que se denomina "envelhecimento ativo", já definido em 2002 pela OMS como "o processo de otimizar as oportunidades de saúde, participação e segurança para melhorar a qualidade de vida das pessoas que envelhecem".

