

ASPSI PROMOVE FORMAÇÃO DOS CUIDADORES

Velhice tende a ser solitária

SAÚDE Um envelhecimento ativo e de qualidade pode prevenir algumas patologias que afetam doentes e cuidadores, alertam especialistas que reuniram esta semana em Castelo Branco.

Lidia Barata

lida.barata@rcastelo.pt

Promover um envelhecimento ativo, aliado a um programa de prevenção de doenças como as depressões, as demências ou o Alzheimer, ajuda a uma longevidade com qualidade e com pessoas integradas no desenvolvimento social e económico, também assente no lazer e na cultura. A afirmação é de Fernando Dias de Carvalho, presidente da ASPSI – Associação de Apoio e Estudo à Psicognosis na Raia Central, que realizou sábado, dia 14 de março, o encerramento do curso "Formação dos Cuidadores", promovido em colaboração com os parceiros do Projeto Espaço Transfronteiriço sobre o Envelhecimento (ETE) e a Escola Superior de Saúde Dr. José Lopes Dias.



Ciclo de encontros al projecto

Dias de Carvalho deixou aos presentes alguns números alarmantes, da Organização das Nações Unidas (ONU), sobre o envelhecimento. "Na próxima década o mundo terá mais idosos do que crianças dos zero aos cinco anos. E, segundo a Portdata, nos próximos 20 anos Portu-

Ciclo de encontros do projeto

gal duplicará o seu número de idosos", refere, lembrando que em 2013 o índice de envelhecimento era de 133 idosos para 100 jovens, um número que se estima em 2033 seja de 225 idosos por 100 jovens e, em 2060, se situe nos 309 idosos por 100 jovens. Contudo, "a

Dias de Carvalho (ao centro) presidente da ASPSI

envelhecimento não é uma moda, que passa, é algo que veio para ficar. E não se deve ao aumento da esperança média de vida, mas sim à brutal quebra na natalidade" e "havendo menos filhos, o envelhecimento é cada vez mais solitário". E defende que esta deve ser uma preocupação do Governo, em termos nacionais, mas sobretudo em termos da nossa região.

Álvaro Carvalho, diretor do programa nacional para a saúde mental da Direção Geral da Saúde, ressaltava que "pela primeira vez o Ministério da Saúde está a dar importância às demências, havendo já uma atenção política também nesta matéria", destacando as parcerias que também já existem com o Programa Vidas, da União das Misericórdias, ou com a Associação Alzheimer Portugal.