**A população idosa portuguesa é pouco saudável**

Um estudo europeu revela que a população idosa portuguesa tem baixos níveis de saúde, por comparação com a de outros países europeus.

A população idosa portuguesa tem baixos níveis de saúde, por comparação com a de outros países europeus. Estes são os resultados preliminares do estudo DO-HEALTH, o maior estudo europeu sobre envelhecimento que procura formas de melhorar a saúde dos idosos com mais de 70 anos, no qual estão envolvidos mais de meia centena de investigadores de sete centros universitários da Alemanha, Áustria, França, Portugal e Suíça.

As conclusões, referentes à primeira visita clínica dos 2157 participantes no estudo, indicam que na Suíça 51% dos idosos são considerados saudáveis, na Áustria 58%, na Alemanha 38%, em França 37% e em Portugal apenas 9%. No global, 42% dos participantes europeus foram considerados idosos saudáveis.

Os investigadores do projeto, coordenado pela professora Heike Bischoff-Ferrari, da Universidade de Zurique, clarificam que são considerados idosos saudáveis os seniores que não apresentam doenças crónicas e têm uma boa saúde física e mental.

A participação portuguesa no estudo, iniciado em 2012, é assegurada por um grupo de investigadores da Clínica Universitária de Reumatologia da Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra (FMUC) liderado pelo professor José António Pereira da Silva.

Ao longo de três anos de ensaio clínico foi pedido aos participantes que cumprissem, três vezes por semana, um plano de exercício simples em casa e tomassem diariamente suplementação de vitamina D e/ou ácidos gordos Omega 3 e/ou placebo, com o objetivo de avaliar o efeito da vitamina D e do Omega 3 e do exercício físico na saúde cognitiva e física dos idosos.

De seguida, explicita José António Pereira da Silva, «os dados recolhidos vão ser analisados de forma a determinar os efeitos destas três intervenções em cinco principais dimensões: risco de fratura, função muscular dos membros inferiores, função cognitiva, tensão arterial e taxa de infeções», de modo a que a informação obtida permita desenhar «estratégias que possibilitem aos mais velhos terem uma vida mais ativa e saudável.»

Sobre o facto de Portugal apresentar níveis de saúde inferiores aos observados nos outros seis centros participantes, o docente e investigador da FMUC afirma que «estes resultados não nos surpreendem, mas preocupam. Temos os idosos menos saudáveis a todos os níveis, cognitivo e físico. É, sem dúvida, um problema relevante de saúde pública.»

Quanto a possíveis causas, embora ainda não tenham sido devidamente avaliadas no estudo, José António Pereira da Silva acredita que «há a considerar todo um conjunto de recursos sociais com efeito na saúde dos idosos, que vão desde o valor das pensões até à facilidade de acesso à saúde. Há ainda um fator que eu presumo ser muito determinante que é o nível educacional.»

Na opinião do especialista, a título pessoal, «há alguns sinais preocupantes em Portugal do ponto de vista do Serviço de Saúde. Por um lado, vai diminuindo a acessibilidade aos serviços públicos - por exemplo, a redução do acesso aos transportes de doentes - e, por outro, uma aposta que me parece deliberada dos partidos do arco de governação na medicina privada.»

A qualidade do Serviço Nacional de Saúde, reconhecida a nível internacional, «é excelente por comparação com o custo que ele tem. Para as pessoas mais carenciadas, e muitos dos nossos idosos estão inseridos neste grupo, este movimento não pode deixar de ser pernicioso porque a maior parte dessas pessoas não pode pagar cuidados de saúde privados», assevera.

Para a implementação do DO-HEALTH em Portugal foi criado um centro dedicado na FMUC, que implicou um financiamento da Universidade de Coimbra na ordem dos 200 mil euros, representando no total, com a contribuição da União Europeia, um orçamento de mais de 800 mil euros. O orçamento total do DO-HEALTH foi de 17.6 milhões de euros.

A equipa da UC, constituída por três enfermeiros, quatro médicos, dois fisioterapeutas e uma farmacêutica, recrutou e seguiu 301 idosos da região de Coimbra, que perfizeram 3 consultas anuais e 9 contactos telefónicos trimestrais.

Declarações de José António Pereira da Silva disponíveis: [aqui.](https://www.youtube.com/watch?v=mQaaWxDGVY4&feature=youtu.be)

Cristina Pinto (Assessoria de Imprensa - Universidade de Coimbra)

Ciência na Imprensa Regional – Ciência Viva