

Nova geração de idosos mais saudáveis

Médicos explicam que exames e avanços da tecnologia estão permitindo que idosos vivam mais tempo e com mais qualidade

Bárbara Becalli

Uma geração de idosos saudáveis está sendo criada graças a mudanças de hábitos de vida, como ter uma boa alimentação e realizar atividades físicas, e também graças a exames e avanços da tecnologia.

Essas técnicas ajudam profissionais da saúde a diagnosticar, prevenir e tratar doenças mais comuns nessa idade, como o Alzheimer e a isquemia, por exemplo.

A termografia é uma das técnicas

“A termografia faz um mapeamento do corpo inteiro, detectando todas as áreas de disfunções e alterações térmicas”

Bárbara Krohling, fisioterapeuta

cas. Ela é um método de avaliação e diagnóstico por infravermelho, de acordo com a fisioterapeuta especialista em termografia Bárbara Krohling Balestrero.

“Há uma câmera de termografia que detecta a radiação infravermelha que emitimos do corpo. Esse método faz um mapeamento do corpo inteiro, detectando todas as áreas de disfunções e alterações térmicas. Tudo que tiver de errado no corpo, de patologia, doença ou lesão, altera a temperatura naquele ponto e identificamos”, explicou.

Ela acrescentou que a técnica, além de prevenir e diagnosticar doenças, também é usada como apoio para o monitoramento de outros tratamentos indicados.

Outro avanço é o uso de exames de sangue para verificar indícios de demência em idosos, como o Alzheimer, que poderá ser desenvolvida no futuro.

Segundo o geriatra e médico de cuidados paliativos do São Bernardo Apart Heitor Spagnol dos Santos explicou, o método é utilizado como auxílio e não descarta a avaliação clínica.

“Há alguns estudos que mostram que, ao dosar uma substância no sangue, a apolipoproteína, resultados podem apontar a possibilidade de o paciente desenvolver

TRATAMENTO



FABIO NUNES/AT

Vida nova após controle da dor

Aos 71 anos, a aposentada Nilce Alves Martins se queixava de várias dores generalizadas. Seu ortopedista a encaminhou para a realização da termografia para identificar o local e a gravidade das lesões. Ela se sub-

meteu ao procedimento com a fisioterapeuta Bárbara Krohling Balestrero (na foto, ao lado dela).

Nilce contou que, com o procedimento, foram localizados focos inflamatórios nas juntas e constatada

febre reumática. Com o diagnóstico, foi possível realizar o tratamento adequado e se livrar das dores. “Agora consigo manter a dor controlada. A qualidade de vida agora é outra. Estou sempre cuidando”, disse.

demência no futuro. O histórico do paciente contribui para esse diagnóstico antecipado”, disse.

O ortopedista e cirurgião de coluna Charbel Jacob apontou a telemedicina como um avanço, prin-

cipalmente para as regiões mais carentes do Estado, que têm acesso limitado à saúde.

“Prendemos assessorar médicos e também pacientes a distância. Alguns municípios do interior

têm dificuldade de transporte dos pacientes para a Grande Vitória e isso pode ser prejudicial, principalmente para idosos. Então iremos fazer esse acompanhamento por mensagens, via internet.”

AS TÉCNICAS E ALGUNS EXAMES MAIS MODERNOS

Termografia

> **MÉTODO** de avaliação e diagnóstico. Funciona como uma câmera que faz o registro gráfico das temperaturas, por meio da radiação infravermelha que o corpo humano emite.

> **COM A TÉCNICA**, é possível fazer um mapeamento do corpo, detectando áreas de disfunções e alterações térmicas. Tudo que se mostrar errado (patologia, doença ou lesão) vai alterar a temperatura naquele ponto.

> **É POSSÍVEL** identificar se há inflamações ou problemas que outros exames não detectaram.

> **PODE SER USADA** como prevenção de problemas em idosos e também atletas, porque ela detecta o problema quando ele já está ocorrendo,



“A partir dos 50 anos, pedimos que a colonoscopia seja feita a cada 10 anos para rastrear o câncer de intestino, por exemplo”

Caroline Tessinari Pupim, geriatra do Hospital Metropolitano

mas o corpo ainda não demonstrou.

> **ALÉM DE** ser fundamental para diagnósticos, é uma boa ferramenta para o acompanhamento de tratamentos estabelecidos.



“Exames, como um específico de sangue, podem indicar a possibilidade de o paciente desenvolver demência no futuro”

Heitor Spagnol dos Santos, geriatra do São Bernardo Apart

Telegeriatria/telemedicina

> **USO DO** meio digital em favor dos pacientes da terceira idade. Essa é a ideia da telegeriatria. Um exemplo da sua utilidade são para os casos de pacientes idosos que têm doença avançada e certa dificuldade de locomoção.

> **É POSSÍVEL** entrar em contato com médicos e enfermeiros por vídeo, mostrando problemas que tenham surgido, como feridas, ou então mostrar algum comportamento diferente, como um tremor inusitado.

> **É POSSÍVEL** ter uma recomendação e direcionamento melhor quanto à gravidade do problema. Porém os médicos alertam: o atendimento on-line não substitui o atendimento clínico.

Punção Lombar

> **TÉCNICA DE** aspiração do líquido cefalorraquidiano (líquor) na região lombar da medula espinhal, que ganhou novas funções.

> **COM A DOSAGEM** de algumas substâncias, os biomarcadores, os resultados podem indicar elementos que levam ao diagnóstico de demências, como o Alzheimer. Exames de sangue específicos, com a dosagem de apolipoproteína E, por exemplo, também indicam possível ocorrência de demência no futuro.

Pet e Spect

> **EXAMES QUE**, ganharam novas funções e contribuem também para a avaliação da atividade cerebral e da energia que o cérebro está gastando em determinadas situações.

> **SOMADA À** análise clínica, essa avaliação pode contribuir com o diagnóstico, até mesmo antecipado, de algumas doenças características da idade, como as demências.

Colonoscopia

> **O EXAME**, que permite a visão do intestino grosso, é recomendado para ser feito a cada 10 anos em pessoas com mais de 50 anos.

> **ISSO É FEITO** como rastreamento do



“A telemedicina auxilia, via internet, aqueles pacientes com dificuldade de acesso a hospitais”

Charbel Jacob, ortopedista do Hosp. Santa Casa de Misericórdia

câncer de intestino, muito comum dessa faixa etária.

> **O RASTREAMENTO** de câncer de mama e do colo do útero, em mulheres mais velhas, também é recomendado.

Fonte: especialistas consultados