

Envelhecimento da População e Doenças Crônicas Não Transmissíveis





DIA MUNDIAL DO CÂNCER

4 de fevereiro

Fonte da imagem: <https://cliniadrcristovam.com.br/dia-mundial-do-cancer/>

No mês de fevereiro, chamamos a atenção para o **Dia Mundial do Câncer**, estabelecido no dia 04 com o intuito de conscientizar a população sobre a prevenção e o diagnóstico precoce da doença.

A relevância do tema se justifica pelas estatísticas mundiais elaboradas pela Organização Mundial de Saúde (OMS), que alertam para o aumento do adoecimento por doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) na população acima dos 60 anos.

Dados da OMS indicam que a expectativa de vida global passou de 66,8 anos em 2000 para 73,3 anos em 2019, um aumento de aproximadamente 9%. Contudo, a expectativa de vida saudável é menor aos 60 anos, ou seja, as pessoas estão vivendo mais, porém com mais problemas de saúde e incapacidades (OMS, 2022).

Tendo em vista o aumento da expectativa de vida da população mundial, as DCNTs tornam-se o principal fator de risco para a saúde. De acordo com a OMS (2022), em 2019 aproximadamente 33,2 milhões de pessoas no mundo morreram em decorrência das DCNTs, superando as doenças infecciosas como principal causa de morte no mundo e tendo as doenças cardíacas, a demência e o acidente vascular cerebral como as mais frequentes.

Além disso, o avanço da medicina diagnóstica, em especial a medicina genômica, favoreceu o diagnóstico de diversas doenças, contribuindo para o “aumento” dos casos.

Desse modo, cabe a todos um olhar mais cuidadoso para medidas preventivas, em especial, aquelas ligadas às mudanças no estilo de vida, pois o sedentarismo, a alimentação inadequada e o uso abusivo de álcool, tabaco e de outras drogas produzem radicais livres, que causam o “envelhecimento” celular e propiciam o adoecimento (BARBOSA et al., 2010).

DCNTs MAIS PREVALENTES



Neoplasias malignas

Figuram entre as principais causas de morte na maioria dos países, sendo relevantes as estatísticas na população brasileira. Em 2019, foram registrados mais de 120 mil óbitos por neoplasias malignas em indivíduos entre 30 e 69 anos (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2021).

Os tipos mais frequentes no Brasil são neoplasias de mamas, traqueia, brônquios e pulmões, colo do útero, próstata e estômago, ou seja, houve aumento dos cânceres associados ao estilo de vida, em detrimento daqueles decorrentes de infecções.



Diabetes mellitus

De acordo com a OMS (2022), embora tenha havido globalmente um declínio no número de mortes por DCNT entre 2000 e 2019, ocorreu um ligeiro aumento do número de mortes por diabetes no mesmo período.

A doença consiste na falta de insulina ou diminuição da capacidade da insulina de exercer sua função (favorecer a captação da glicose pelas células) e está frequentemente associada a dislipidemia (elevados níveis de lipídeo no sangue), hipertensão arterial e alterações nos vasos sanguíneos (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2013).



Hipertensão arterial sistêmica

Caracteriza-se por níveis de pressão arterial elevados e sustentados a partir de 140x90mmHg, embora se observe aumento progressivo do risco de morte por doença cardiovascular com a elevação da pressão arterial a partir de 115x75mmHg (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

A hipertensão arterial sistêmica é a origem de diversas doenças crônicas, provenientes de distúrbios e alterações em órgãos-alvo – coração, rins, vasos sanguíneos e encéfalo, além de doenças degenerativas, como demência vascular e Alzheimer (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014; SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2016).



Doenças do aparelho circulatório

Foi a principal causa de óbitos em 2019 no Brasil, sendo o infarto agudo do miocárdio e o acidente vascular encefálico como historicamente mais prevalentes (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2021; OLIVEIRA *et al.*, 2020).

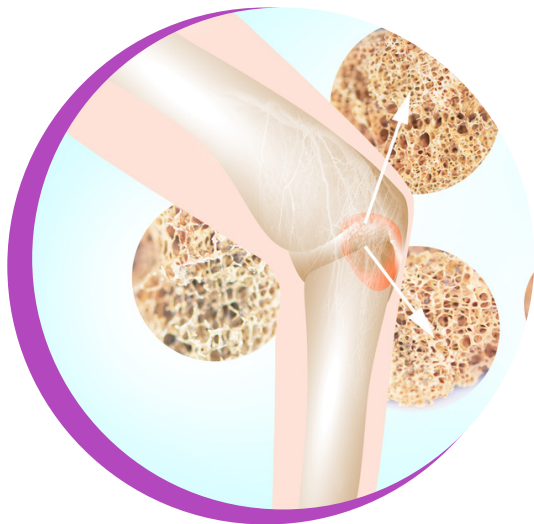
Para a World Heart Federation (2022), mais de 70% das mortes por doenças cardiovasculares são atribuídas a fatores de risco modificáveis – como tabagismo, alimentação à base de ultraprocessados e açúcares, atividade física insuficiente – e, por isso, poderiam ser evitadas.



Alterações neurodegenerativas

As alterações neurodegenerativas desencadeadas pelo envelhecimento (ou seja, decorrentes do declínio das funções fisiológicas) que mais frequentemente causam demência são doença de Alzheimer, demência vascular, demência por corpos de Lewy e demência frontotemporal (CARAMELLI & BARBOSA, 2002).

De acordo com a OMS, demência é a principal causa de incapacidades e dependência no mundo, e as taxas de prevalência aumentam proporcionalmente com a idade. Possui inter-relação com outras doenças crônicas não transmissíveis, enquanto consequência – como depressão, hipertensão arterial sistêmica, diabetes mellitus, hipercolesterolemia e obesidade –, além de estar associada a fatores de risco modificáveis (OMS, 2021).



Osteoporose

É caracterizada pelo comprometimento da resistência óssea, que tem como consequência importante a fratura, mais frequentemente de vértebras, rádio distal e fêmur proximal (RADOMINSK et al., 2017; OLIVEIRA & GUIMARÃES, 2010). Possui relação estreita com a queda na produção de hormônios sexuais, que ocorre em decorrência do envelhecimento.

A baixa densidade mineral óssea promove a fratura óssea, sem a necessidade de trauma prévio, decorrente de quedas ou lesões, e diminui a qualidade e a expectativa de vida, além de contribuir com o aumento da taxa de mortalidade (RADOMINSKI et al., 2017).

Todas essas doenças têm em sua gênese fatores de risco modificáveis, atrelados ao nosso estilo de vida. Por isso, cabe a nós a reflexão acerca de como gostaríamos de experienciar esse processo de envelhecimento e promover no presente as mudanças necessárias para que no futuro se tenha mais qualidade de vida. A conscientização sobre a importância do autocuidado é o primeiro passo que devemos dar!

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE MEDICINA DIAGNÓSTICA (ABRAMED). **Contribuições científicas da medicina diagnóstica: o que evoluiu?** Disponível em:

<https://abramed.org.br/3962/contribuicoes-da-medicina-diagnostica-em-2022-o-que-evoluiu/>. Acesso em: jan. 2023.

BARBOSA, K. B. F.; COSTA, N. M. B.; ALFENAS, R. C. G.; DE PAULA, S. O.; MINIM, V. P. R.; BRESSAN, J. Estresse oxidativo: conceito, implicações e fatores modulatórios. **Rev. Nutr.**, Campinas, 23(4):629-643, jul./ago., 2010. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rn/a/Fvg4wkYjZPgsFs95f4chVjx/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: jan. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Instituto Nacional do Câncer (INCA). **O que é câncer?** 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/cancer/o-que-e-cancer/>. Acesso em: jan. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica : diabetes mellitus.

Cadernos de Atenção Básica. n. 36. Brasília, 2013. Disponível em:

https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estrategias_cuidado_pessoa_diabetes_mellitus_cab36.pdf. Acesso em: jan. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: hipertensão arterial sistêmica. **Cadernos de Atenção Básica**. n. 37. Brasília, 2014. Disponível em:

https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/hipertensao_arterial_sistematica_cab37.pdf.

Acesso em: jan. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. **Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas e agravos não transmissíveis no Brasil – 2021-2030**. Brasília (DF), 2021. Disponível em:

https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/publicacoes-svs/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf. Acesso em: jan. 2023.

CAMELLI, P.; BARBOSA, M. T. Como diagnosticar as quatro causas mais frequentes de demência? **Rev Bras Psiquiatr** 2002;24(Supl I):7-10. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbp/a/wK6prkZXgrZwcyTB9TScPpH/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: jan. 2023.

OLIVEIRA, L. G.; GUIMARÃES, M. L. R. Osteoporose no homem. **Rev Bras Ortop.** 2010;45(5):392-6. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbort/a/y4Hb4kVgnKyPRGskz6vqBdP/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: jan. 2023.

OLIVEIRA, S. G. de; GOTTO, J. R. F.; SPAZIANI, A. O.; FROTA, R. S; SOUZA, M. A. G. de. et al. Doenças do aparelho circulatório no Brasil de acordo com dados do Datasus: um estudo no período de 2013 a 2018. **Braz. J. Hea. Rev.**, Curitiba, v. 3, n. 1, p.832-846jan./feb. 2020. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/6678/5891>. Acesso em: jan. 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE (OMS). **Estatísticas mundiais de saúde.** 2022. Disponível em: <https://www.who.int/data/gho/publications/world-health-statistics>. Acesso em: jan. 2023.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE (OPAS). **Chefes de Estado se comprometem com Pacto Global de Doenças Não Transmissíveis para salvar 50 milhões de vidas até 2030.** 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/21-9-2022-chefes-estado-se-comprometem-com-pacto-global-doencas-nao-transmissiveis-para>. Acesso em: jan. 2023.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE (OPAS). **OMS divulga novas estatísticas mundiais de saúde.** 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/20-5-2022-oms-divulga-novas-estatisticas-mundiais-saude>. Acesso em: jan. 2023.

RADOMINSKI, S. C.; BERNARDO, W.; PAULA, A. P. de; ALBERGARIA, B.; MOREIRA, C. et al. Diretrizes brasileiras para o diagnóstico e tratamento da osteoporose em mulheres na pós-menopausa. **Rev Bras Reumatol.** 2017;57(S2):S452-S466. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbr/a/p8S8hk4qKxTC6gf45R48zwq/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: jan. 2023.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA (SBC). Diretrizes da Sociedade Brasileira de Cardiologia. 7ª Diretriz brasileira de hipertensão arterial. **Pocket Book Light.** Disponível em: <https://sbc-portal.s3.sa-east-1.amazonaws.com/diretrizes/Pocket%20Books/2017/7%C2%AA%20Diretriz%20Brasileira%20de%20Hipertens%C3%A3o%20Arterial.pdf>. Acesso em: jan. 2023.

TAVARES, P. A. N.; NEGRÃO, I. P. R.; LIMA, R. R. Predisposição às doenças neurodegenerativas durante o envelhecimento. **Rev. Para. Med;** 25(4)out.-dez. 2011. Disponível em: <http://files.bvs.br/upload/S/0101-5907/2011/v25n4/a3064.pdf>. Acesso em: jan. 2023.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global status report on the public health response to dementia**. Disponível em:

<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/344701/9789240033245-eng.pdf>.

Acesso em: jan. 2023.

WORLD HEART FEDERATION. **Quatro caminhos para uma melhor saúde**

cardiovascular: visão mundial do coração 2030. 2022. Disponível em: [https://world-](https://world-heart-federation.org/news/four-paths-to-better-cardiovascular-health-world-heart-vision-2030/)

[heart-federation.org/news/four-paths-to-better-cardiovascular-health-world-heart-](https://world-heart-federation.org/news/four-paths-to-better-cardiovascular-health-world-heart-vision-2030/)

[vision-2030/](https://world-heart-federation.org/news/four-paths-to-better-cardiovascular-health-world-heart-vision-2030/). Acesso em: jan. 2023.



**INSTITUTO
FEDERAL**
Rio de Janeiro



@ifrj.oficial



/ifrj.oficial



/ifrjoficial

portal.ifrj.edu.br