



# Envelhecimento ativo e promoção da saúde





O envelhecimento é fenômeno mundial e demanda ações que propiciem bem-estar e, conseqüentemente, **previnam** agravos e hospitalizações evitáveis.





Apesar do envelhecimento populacional representar evolução da humanidade, é necessário que a sociedade esteja preparada para essa mudança, que envolve aspectos sociais, econômicos, políticas e saúde.

O aumento da taxa de envelhecimento modifica os índices de morbimortalidade, proporcionando mudança nos padrões das doenças que acometem determinadas populações



Considerando que os idosos podem ser parcela vulnerável da população, o Estatuto do Idoso, a Política Nacional da Saúde do idoso e a Política Nacional da pessoa idosa regulamentaram direitos a estes, mas de que forma?





Estimulando sua autonomia, integração e participação efetiva na sociedade, garantindo direito à vida e à saúde, obtidas através da prevenção de agravos, promoção, proteção e recuperação da saúde. Tudo isso com o intuito de promover: o **envelhecimento ativo** e saudável.



Em meio a isso, em 2005 a OMS definiu o termo **envelhecimento ativo** como **promoção de melhores condições de saúde**, que têm como objetivo melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem





A palavra **“ativo”**, referente ao envelhecimento ativo, refere-se à participação dos mais idosos em questões sociais, econômicas, culturais, espirituais e civis dentro da sociedade.



O objetivo do envelhecimento ativo é aumentar a expectativa **DE VIDA ATIVA**, independentemente da idade. Não se trata somente de viver mais tempo, mas de ter qualidade nos anos vividos.



**Gostou do conteúdo?**



**Compartilhe!**

**Confira nossa página com  
informações novas todos os dias!**