

E, EDITORIAL

A FRAGILIDADE (D)NUMA SOCIEDADE EM MUDANÇA

Vivemos um tempo em que as alterações demográficas estão na ordem do dia. Podemos facilmente observá-lo no nosso dia a dia ou no centro do debate político. Como três características da evolução da estrutura etária da nossa população podemos designar a baixa natalidade, o aumento da imigração e o envelhecimento da população. Quanto a este último ponto, e segundo dados da Pordata, o nosso Índice de Envelhecimento (n.º de pessoas com 65 ou mais anos sobre o número de jovens com menos de 15 anos) era de 182,1% no censo de 2021, de 12,8 % em 2011 e de 102,2 % em 2001; em 1970 era de 34,0 %. Esta evolução tão rápida quanto drástica tem certamente várias razões para ter acontecido, mas interessa sobretudo refletir sobre como podem lidar com este fenómeno os sistemas que atualmente garantem a estabilidade das sociedades. A melhoria dos cuidados de saúde coloca aqui uma questão quase paradoxal, pois trata-se de um dos fatores mais importantes neste grande aumento da esperança média de vida, mas por outro lado a capacidade de manter estes mesmos cuidados vai sendo cada vez mais posta à prova à medida que vamos tendo uma população mais envelhecida, por força do aumento dos custos que tal implica.

É neste contexto que surge, nesta edição da Acta Portuguesa de Nutrição, o trabalho de Vieira e colaboradores, acerca da intervenção nutricional em idosos com fragilidade. Não cabe a este pequeno espaço detalhar de que se trata esta fragilidade, estando aliás esta descrição cabalmente feita no artigo referido. Trata-se, resumidamente, de uma síndrome de perda geral de funcionalidade que se associa a uma diminuição significativa da saúde e da qualidade de vida. O que parece aqui interessante refletir é que, por um lado, a população portuguesa tem, quando comparada com outros países, sobretudo do norte da Europa, prevalências de fragilidade bastante elevadas e, por outro, que existe a possibilidade de, com a ajuda de uma intervenção alimentar adequada, de atenuar ou mesmo reverter esta síndrome. Ou seja, temos aqui um conjunto de circunstâncias (aumento da população idosa, alta prevalência de fragilidade e a possibilidade de recorrer à intervenção nutricional como parte muito importante do seu tratamento), que nos impele para a necessidade de encontrar novas soluções. Fica também claro da leitura do supracitado artigo que existem ainda muitas questões que, a este respeito, necessitam de mais e melhor evidência científica para que possam ser desenhadas guias de intervenção que respondam às dificuldades destes indivíduos. Para isso necessitamos de uma investigação científica profícua e de qualidade, para as quais aqui tentamos modestamente contribuir.

Nuno Borges
Diretor da Acta Portuguesa de Nutrição