

JORNAL GEROSAÚDE

PORQUE SAÚDE NÃO TEM IDADE

www.gerosaude.com.br

Serviço de Geriatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da USP



Desde 2002 - Ano 20 – Edição 85 – Setembro de 2023 – Distribuição Livre – Edição ON LINE

Outubro é:

Prata na Cabeça

e



Rosa no Peito



O Programa GeroSaúde do Serviço de Geriatria, continua com as atividades ativas. Com as dinâmicas de disciplinas, oficinas e ciclos de palestras. Com apoio de ferramentas utilizadas e ministradas por tutores de diversas áreas do conhecimento gerontológico, proporcionando um ambiente agradável fomentando a integração social e bem estar.

1- Alimentação Saudável

Disciplina que proporciona o conhecimento alimentar e o auto-conhecimento da consciência alimentar para continuar com saúde e disposição protegendo contra a má nutrição. Proporcionando alimentação equilibrada e saudável. As Sextas-feiras das 9h30 às 10h30. **Nutricionista - Elci**

2- Atividade Física

Disciplina oferece exercícios que trabalham a coordenação motora e o equilíbrio, ganho de massa óssea, benefícios aeróbicos; aumentando a independência e segurança nas atividades diárias da vida. As terças-feiras e quintas-feiras das 8h30 às 9h30. **Mestre - Educação Física**

3- Introdução a Tecnológica

Disciplina com foco principal na inserção do idoso na tecnologia, facilitando a melhora na comunicação e interação social, estimulando a memória, atenção e raciocínio. As sextas-feiras das 12h às 13h45. **Protagonista - Verônica**

4- Borboletas

Oficina voltada a socialização, coordenação motora, memória e criatividade com suas dinâmicas diversas voltada para o artesanato. As segundas-feiras das 10h30 às 12h. **Protagonista - Rosemari**

5- Coral

Oficina que dispõe da música, e proporciona técnicas de exercícios vocais fortalecendo os músculos da garganta e palato, permitindo que o idoso durma melhor, pois o envelhecimento deteriora os músculos.

Diminui o estresse, melhora a capacidade pulmonar e ativa o sistema cardiovascular. Melhora a coordenação e a atenção na vida diária. As terças-feiras das 10h30 às 11h30

Musicista - Débora

6- Memória

Oficina que utiliza ferramentas em suas dinâmicas para estimular a memória, suas funções cognitivas, auto imagem com criatividade e liberar emoções. Quanto maior o estímulo, melhora a memória e a concentração. As terças-feiras das 13h30 às 15h. **Terapeuta Ocupacional - Silvia**

7- Letramento Geronto-digital (Online)

Oficina que desenvolve habilidades digitais e conhecimentos; diminuindo a solidão e melhorando o bem estar em contato com outro idioma o italiano por intermédio de histórias da região. As quintas-feiras das 14h às 16h. **Nutricionista - Marta**

8- Ciclo de palestras - Saúde não tem idade

Os encontros abordam aspectos biológicos, psicológicos, sociais, e espirituais no envelhecimento. Ministrados por profissionais convidados. As quintas-feiras as 10h às 11h00 com prévio cadastro de participação.

Enfermeira - Angela

Obs: O cronograma pode ser alterado

Para maiores informações sobre o programa e sua missão, ligue para 2661-8021. Espaço Propes das 9h às 14h00 de segundas-feiras a sextas-feiras. Agende um horário.

Coordenadora: Rozany dos Santos - Programa GeroSaúde do Serviço de Geriatria



COMEMORAÇÃO
Dia Internacional do idoso

Caminhada Lazer e Saúde

LOCAL :ATLÉTICA (CLUBE DOS MÉDICOS)

01/10/2023 - 9h

PARTICIPEM

Orientação

- Roupas e calçados confortáveis;
- Bolsa pequena de ombro ou Pochet (Documentos);
- Sem mochilas.

Trazer garrafinha de água!

Receberão brinde surpresa



Inscrições para o
GAMIA 2024

Dias 02, 03 e 04 de Outubro
das 8:00h às 12:00h

Local: Prédio dos Ambulatórios
5º andar - Bloco 4A
Corredor do Ambulatório
de Geriatria

Entrada pela Rua Dr. Ovídio Pires de Campos, 225

SEMANA DA PESSOA IDOSA

ENVELHECIMENTO PLENO

PROGRAMAÇÃO

01/10/2023 - DOMINGO

9h

Caminhada Lazer e Saúde

Profissional de Educação Física - Douglas Cerqueira
Ferdinando

Local - Associação Atlética Acadêmica Oswaldo Cruz

02/10/2023 - SEGUNDA

9h

Abertura Semana da Pessoa Idosa

Coordenadora Comitê Selo Amigo do Idoso -
Katia Cilene

Palestra - Como manter o protagonismo da pessoa idosa?

Palestrante - Prof. Dr. Wilson Jacob Filho
Local - Berilo Langer - Sala 2

9h30

Palestra - O Etarismo ao nosso redor

Palestrante - Prof. Dr. Eduardo Ferrioli
Local - Berilo Langer - Sala 2

03/10/2023 - TERÇA

10h30

Coral Gero Saúde

Local - 5º andar PAMB - hall dos elevadores
(em frente ao Hospital Dia)

Musicista - Debora Pereira dos Santos

04/10/2023 - QUARTA

9h

Oficina Arteterapia - Envelhecer: encontro com as emoções

Psicóloga Analuci Silva e Arteterapeuta Neusa
Rodrigues de Souza Silva

Local - Teatro FMUSP

10h

Oficina Farmácia - Remédios todo dia: como facilitar o uso?

Farmacêutica Priscilla Alves Rocha
Local - Teatro FMUSP

11h

Oficina Fisioterapia - Movimento Senior

Fisioterapeuta Deise Ferreira da Silva
Local - Teatro FMUSP

05/10/2023 - QUINTA

9h

Prática exclusiva com os controladores de acesso - Sensibilização sobre o envelhecer

Palestrante - Willians Fiori

Local - Catracas PAMB - 4º andar

9h

Palestra - Sexualidade - alterações fisiológicas da pessoa idosa

Palestrante - Enfermeira Gero Saúde - Angela Henrique

Local - Centro de convenções

Rebouças - Anfiteatro Vermelho

9h30

Palestra - Sexualidade - um olhar para a funcionalidade

Palestrante - Terapeuta Ocupacional Roberta
Abduch e Fernanda Pontes

Local - Centro de convenções

Rebouças - Anfiteatro Vermelho

10h

Palestra - Dicas de ouro para uma pele saudável

Palestrante - Enfermeira Rita de Cássio Toledo Pinto

Local - Centro de convenções

Rebouças - Anfiteatro Vermelho

10h30

Palestra - Cognição e Memória

Palestrante - Fonoaudiólogo Cirley Novaes Valente

Local - Centro de convenções

Rebouças - Anfiteatro Vermelho

06/10/2023 - SEXTA

9h

Palestra - Alimentação Consciente

Palestrante - Nutricionista Elci Fernandes

Local - Berilo Langer

9h30

Palestra - Estatuto e direitos sociais da pessoa idosa

Palestrante - Assistente Social Bianca Perez

Local - Berilo Langer

10h

Palestra de encerramento - Saúde mental - pós-pandemia de Covid-19

Palestrante - Psicóloga Claudia Laham

Local - Berilo Langer



Realização:

Comitê
Selo do
Idoso



Opções de passeios de trem bem próximos a São Paulo para quebrar a rotina.

Os passeios de trem pelas cidades próximas a São Paulo mostram um pouco da história e cultura de cada local. Dá para viajar de trem partindo da capital para Paranapiacaba, Jundiaí e Mogi das Cruzes. Confira 3 passeios bate e volta de trem em São Paulo que são imperdíveis:

Expresso Turístico da CPTM: PARANAPIACABA

O Expresso Turístico é uma locomotiva dos anos 50 que leva os passageiros a cidades turísticas próximas a São Paulo. Existem três opções de roteiros que alternam entre os finais de semana do mês e partem da Estação da Luz, em São Paulo.

A cidade turística de Paranapiacaba é um dos destinos do Expresso Turístico. Ela fica no distrito de Santo André e visitá-la é como voltar no tempo dos barões de café, onde as cidades eram rústicas e pequenas. A região abrigou, em 1867, imigrantes ingleses que vieram ao país para construir a ferrovia paulista. Por conta disso, Paranapiacaba possui uma arquitetura diferenciada, com edificações construídas pelos britânicos e mantidas até hoje. Além disso, trilhas, cachoeiras e bastante contato com a natureza completam as atrações do lugar.

Partida: Estação da Luz, às 8h30

Quando: aos sábados e domingos.

Ingressos à venda com antecedência na bilheteria local, de segunda a sexta-feira, das 9h às 18h, e aos sábados e domingos, das 7h às 9h. Pagamento apenas com dinheiro.



Expresso Turístico da CPTM: MOGI DAS CRUZES

Outro destino é Mogi das Cruzes, que fica a 50 km de São Paulo. A cidade possui algumas boas opções de passeios para quem quer sair da rotina. Uma das atividades mais legais para quem gosta de trilhas e paisagens bonitas é a visita ao Pico do Urubu. Bem próximo à estação de trem, o local apresenta uma trilha curta e fácil que leva ao topo de uma montanha. O destino é praticamente um centro de esportes radicais, tendo atividades para corredores, ciclistas, trekkers ou apenas admiradores de paisagens. O pôr do sol no local é incrível!

Partida: Estação da Luz, às 8h30

Quando:

Ingressos à venda com antecedência na bilheteria local, de segunda a sexta-feira, das 9h às 18h, e aos sábados e domingos, das 7h às 9h. Pagamento apenas com dinheiro.

Expresso Turístico da CPTM: JUNDIAÍ

Outra opção é Jundiaí, a 60 km de São Paulo. A cidade é uma opção de passeio para quem quer ver de tudo um pouco: lugares históricos e ter contato com a natureza. O Jardim Botânico é um passeio que agrada a crianças e adultos - e principalmente quem quer relaxar e descansar. Já o Museu da Companhia Paulista conta um pouco da história de São Paulo na época da criação da linha ferroviária, dos modelos antigos de locomotivas e histórias de funcionários.

Partida: Estação da Luz.

Quando:

Ingressos à venda com antecedência na bilheteria local, de segunda a sexta-feira, das 9h às 18h, e aos sábados e domingos, das 7h às 9h. Pagamento apenas com dinheiro.

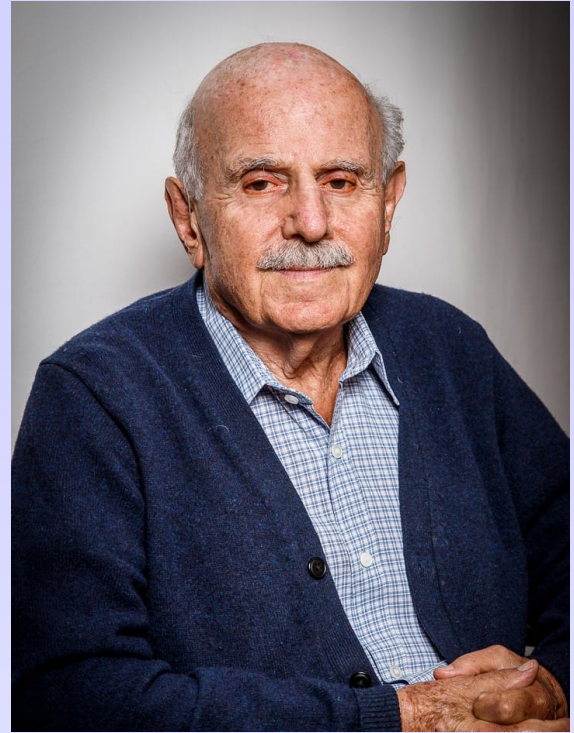
*Fotos apenas ilustrativas

Fonte: <https://www.guiadasemana.com.br/na-cidade/galeria/passeios-bate-e-volta-de-trem-para-fazer-em-sp>

Pesquisa e textos:
Adília de Oliveira Malta
Emília Simone M. Peres
Francisca Francineide dos Reis
Comissão do JGS

A matéria de saúde desta edição sobre o Fígado, é uma entrevista com o Dr. Azzo Widman, 89 anos, em atividade no Hospital das Clínicas desde 1960. Ele mesmo exemplo para nós idosos de como um envelhecimento ativo e saudável favorece a longevidade. Boa leitura

Meu nome é **AZZO WIDMAN**, tenho 89 anos e sou médico formado na Faculdade de Medicina da USP-Pinheiros em 1960. Desde então trabalho no Hospital das Clínicas da FMUSP onde fiz Residência Médica e Pós-Graduação adquirindo o título de Doutor em Medicina e me especializei em Cirurgia Geral e Radiologia Vascular. Ao longo dos anos dei aulas práticas aos alunos do curso de Medicina e Pós-graduação, produzi e participei de vários trabalhos de pesquisa médica publicados. Atualmente trabalho no Ambulatório da Clínica de Moléstias Cirúrgicas do Aparelho Digestivo, setor de Hepatites onde atendo pacientes com doenças do fígado.



JGS - O fígado é um órgão vital? Qual sua importância para o funcionamento do corpo?

Dr. Azzo Widman - O fígado é um órgão central que recebe sangue de todo o intestino (veia porta), parte da circulação sistêmica (artéria hepática) e está em íntimo contacto com as vias biliares. Devido à esta condição está completamente sujeito a toda sorte de patógenos: moleculares (ex.: álcool, tóxicos, medicamentos), virais (ex.: hepatite B e C), bacterianos (ex.: bactérias intestinais) e celulares (amebíase, esquistossomose, tumores). Sua função é eliminar estes agentes desativando-os, mas esta situação faz com que o órgão seja agredido

Na sua posição o fígado tem grande importância no funcionamento do organismo, pois sua tarefa de inativar e metabolizar patógenos o torna peça fundamental no funcionamento dos diversos órgãos, protegendo-os de sua ação deletéria. Com a morte de células hepáticas que provoca um quadro clínico de hepatite o qual, graças à sua capacidade de regeneração, pode ser imperceptível, transitório ou crônico e definitivo (cirrose).

JGS - O fígado tem ligação com outros órgãos, como os rins, por exemplo?

Dr. Azzo Widman - Devido sua posição central, o fígado interage com todo o organismo, mas quando doente, suas incompetências funcionais se manifestam primordialmente em vários setores: sistema central (por não metabolizar adequadamente a amônia e seus relatos), no sistema renal (por não excretar adequadamente a bilirrubina pelas vias biliares), na coagulação sanguínea (por falha de produção de elementos que compõem a cadeia da sequência da coagulação) e assim adiante.

JGS - Quais são as doenças do fígado?

Dr. Azzo Widman - A classificação das doenças do fígado depende da natureza do agente causador, mas de um modo geral podem ser agrupadas em inflamatórias (hepatites infecciosas), degenerativas por infiltração de gordura esteatose, por tecido fibroso (cirrose), metais (siderose, doença de Wilson). Estas doenças distorcem a arquitetura hepática causando dificuldades à passagem do sangue proveniente do intestino através da veia porta (hipertensão portal). Outra categoria e muito importante são as neoplasias que podem ser primárias (naturais do fígado) ou metastática (provenientes de neoplasias de outro órgãos que instalaram colônias no fígado).

JGS - Quais os principais problemas que acometem os idosos?

Dr. Azzo Widman - A medicina preventiva, a sanitização ambiental, a melhora do tratamento dos alimentos (indústria do frio), a presença de medicamentos poderosos (antibióticos/quimioterápicos) e o acesso facilitado à Medicina alongaram o período de sobrevida do ser humano permitindo a presença frequente de

longevos. Esta condição expôs uma série de doenças de caráter degenerativo que incidem em organismos que em outras épocas estariam mortos (diabete, arteriosclerose, hipertensão arterial, insuficiência renal, insuficiência cardíaca, neoplasias, etc.) em cujo tratamento a Medicina esta cada vez mais empenhada.

JGS - O que é a Hepatite, quais os tipos, quais os sinais e como pode ser transmitida?

Dr. Azzo Widman - Dentre as doenças inflamatórias do fígado a popular hepatite é a mais saliente, entretanto este termo se aplica a toda e qualquer agressão ao tecido hepático com morte celular que é identificada pelo aumento das enzimas hepáticas (transaminases). A causa da mais frequentemente são vírus (B e C) e/ou, atualmente, infiltração gordurosa(esteatohepatite).

JGS - Como o idoso pode evitar problemas de fígado?

Dr. Azzo Widman - O idoso nada mais é que um jovem que viveu até à idade em que está sendo considerado, portanto os cuidados com a saúde devem ser implementados desde sempre para que se tenha uma “velhice” saudável. O álcool, por sua capacidade tóxica em qualquer quantidade, é o agente mais importante na agressão hepática e pode ter sua ação potencializada pelos efeitos das doenças inflamatórias resultando, até precocemente, numa cirrose com eventual perda do fígado.

JGS - Quais mudanças são importantes para cuidar da saúde do fígado?

Dr. Azzo Widman - A palavra que melhor sintetiza os cuidados para a saúde em geral é prevenção. Isto significa abster-se de ingerir tóxicos (principalmente álcool), procurar fazer exercícios físicos, ter cuidado com os alimentos e o mais importante frequentar médicos periodicamente para ser examinado e realizar exames de rastreamento.

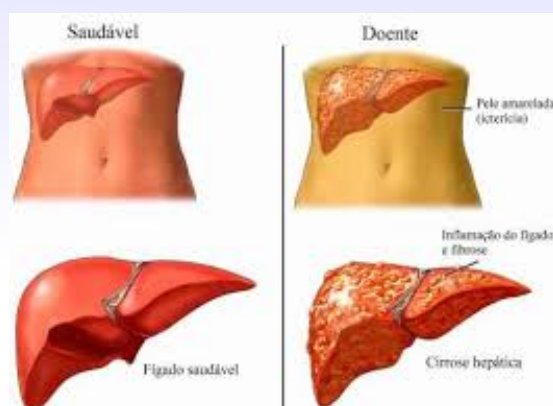
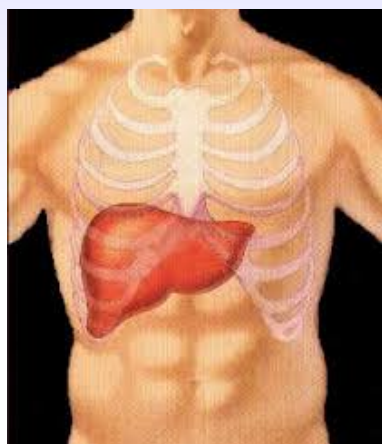
JGS - Quando o idoso deve procurar um especialista em fígado?

Dr. Azzo Widman - O idoso, por ser a somatória de todos os acontecimentos ao longo da vida deveria se relacionar com os médicos desde sempre e, fazendo os exames de rastreamento, ter sua eventual doença hepática, não só identificada mas tratada, a fim de não prejudicar a qualidade de vida futura.

Nossos agradecimentos ao Dr. Azzo Widman, por esta entrevista e as informações que podemos aprender com ela. Muito obrigado!

Captção da Matéria
Olinda Castilho Escobar
Comissão do JGS

Imagens Ilustrativas do Fígado (*)



* Imagens obtidas na Internet

Eu era bem pequeno, Lá no sertão do velho Pernambuco
Quando ouvi versos que falavam da flor do maracujá.
Hoje deparei com aquelas quadras; o velho "HD" deu um loop.
E vi-me de novo naquela feira a escutar estes versos de

 **FAGUNDES VARELLA:**

Flor do Maracujá

Pelas rosas, pelos lírios,
Pelas abelhas, sinhá,
Pelas notas mais chorosas
Do canto do sabiá,
Pelo cálice de angústias
Da flor do maracujá!

Pelo jasmim, pelo goivo,
Pelo agreste manacá,
Pelas gotas do sereno
Nas folhas de gravatá,
Pela coroa de espinhos
Da flor do maracujá!

Pelas tranças da mãe-d'água
Que junto da fonte está,
Pelos colibris que brincam
Nas alvas plumas do ubá,
Pelos cravos desenhados
Na flor do maracujá!

Pelas azuis borboletas
Que descem do Panamá,
Pelos tesouros ocultos
Nas minas do Sincorá,
Pelas chagas roxeadas
Da flor do maracujá!

Pelo mar, pelo deserto,
Pelas montanhas, sinhá!
Pelas florestas imensas
Que falam de Jeová!
Pela lança ensanguentada
Da flor do maracujá!

Por tudo o que o céu revela!
Por tudo o que a terra dá
Eu te juro que minh'alma
De tua alma escrava está!...
Guarda contigo esse emblema
Da flor do maracujá!

Não se enojem teus ouvidos
De tantas rimas em — a —
Mas ouve meus juramentos,
Meus cantos ouve, sinhá!
Te peço pelos mistérios
Da flor do maracujá!

Poema: Fagundes Varella
Imagem: Internet
Texto do início:
Eraldo Marques
Comissão do JGS



Há um tempo em que é preciso recosturar, reformar, reavivar as nossas roupas usadas que tanto nos deram alegria quando novas e que hoje apesar de gastas continuam quentes, macias e confortáveis porque possuem o formato do nosso corpo. Não devemos esquecer nossos antigos caminhos só porque achamos que nos levam sempre aos mesmos lugares, devemos aproveitá-los para encurtar a distância que nos levam a novos. É tempo de travessia: temos que ousar em fazê-la para nunca ficarmos a margem de outros.

 **Fernando Pessoa**

PRESERVAÇÃO DA NOSSA TERRA X

GASTOS INFRUTÍFEROS DE ALGUMAS NAÇÕES

Em uma breve atualização, de 5 meses atrás, que obtive do SIPRI (Instituto Internacional para a Paz de Estocolmo), organização que realiza pesquisas científicas em questões sobre conflitos e realiza ajuda de importância para a paz e segurança internacional.

Os dados recolhidos versam sobre os gastos com defesa das nações, incluindo o Brasil, maior gastador da América Latina. em nossa avaliação esses países, (abaixo lista dos principais gastadores), gastos que em nada contribuem para a paz, desenvolvimento e perpetuação da humanidade, pelo contrário, há sim, a perspectiva de sua destruição.

São 17 países listados que em 2021 chegaram aos 2,113 trilhões de dólares a despeito da Pandemia Mundial da Covid 19. O mote de todos: "despesas e pesquisas para a segurança nacional". Mas o que isto significa? As pesquisas cada vez mais avançadas sobre armas de destruição em massa chegaram ao ponto de destruir a terra várias vezes, basta um acidente descontrolado. Vemos países como URSS, CHINA, CORÉIA DO NORTE e agora, OS EUA (em corrida desenfreada para alcançar a URSS) nesta busca insana por armas cada vez mais sofisticadas.

A URSS como sabemos tem o desejo de dominar todas as nações periféricas como dominou antes de 1991, época do seu colapso e, dessa forma, exercer influência hegemônica sobre toda a humanidade. Putim anda se vangloriando que desenvolveu armas poderosas tão veloz (segundo ele), que é impossível destruí-las. Putim está se comportando como o DEUS ARES (mitologia Grega) que odiava os pais e era considerado perigoso por comportamento insaciável no campo de batalha, estando associado a agressão física e a selvageria.

Há suspeitas de que acabou com a vida de 11 opositores, a qualquer momento ele pode cometer um erro muito grave e adeus humanidade.

Suas atitudes destrutivas são impressionantes, tem mandado ondas e mais ondas de soldados para atacar a Ucrânia; estima-se que já tenha causado a morte de mais de 200 mil soldados entre os dois exércitos sem contar muitos da população civil, com deportação de mais de 20.000 crianças para doutrinação dentro da URSS, crianças que no futuro vão enxergar seus pais como inimigos se ainda encontrá-los vivos.

A Coréia do Norte tem mantido sua população sobre controle rígido, nada é permitido sem controle do partido controlado por Kim Jon Um, um sanguinário que mandou matar o próprio tio por discordância.

A China é uma incógnita, interessa-se mais pelo comércio, mas ao mesmo tempo mina outras nações com a compra de terras, instalação de suas indústrias e intenso comércio, que discretamente também procura desenvolver armamentos poderosos.

As nações mais gastadoras. Estimativas em moeda americana, dados espelhados em 2023, tendo-se como estimativa até o ano de 2021.

Esses bárbaros governantes precisam entender que só existe um planeta chamado terra o qual é habitado por todos nós. Precisam entender que a preservação deste planeta é primordial, todo esforço deve ser empreendido no sentido de mantê-lo saudável, vigoroso, e em paz e que guerras só traz destruições.

17º Brasil	19,2 Bi	8º Arábia Saudita	55,6 Bi
16º Espanha	19,5 Bi	7º Alemanha	56,0 Bi
15º Israel	24,3 Bi	6º França	56,6 Bi
14º Irã	24,6 Bi	5º Rússia	65,9 Bi
13º Canadá	26,4 Bi	4º Reino Unido	68,4 Bi
12º Austrália	31,8 Bi	3º Índia	76,0 Bi
11º Itália	32,0 Bi	2º China	293,0 Bi
10º Coréia do S.	50,2 Bi	1º EEUA	801,0 Bi
9º Japão	54,1 Bi		

Que esses trilhões de dólares sejam gastos na busca de um planeta ou satélite que possa ser capaz de abrigar os seres humanos de alguma forma, já que a terra é finita e seus recursos tendem a se extinguir devido ao uso descontrolado.

E a ONU neste papel. PRINCIPAIS PROPOSTAS:

- Manter a paz e segurança internacionais;
- Desenvolver relações amistosas entre as nações;
- Realizar a cooperação internacional para resolver os problemas mundiais de caráter econômico, social, cultural e humanitário, promovendo respeito aos direitos humanos e as liberdades fundamentais.

Vemos que apesar das nações acima citadas serem signatárias da carta das Nações Unidas, agem em total desrespeito aquilo que foi acordado durante sua criação.

Teria que haver algum freio a essas nações que estão interessadas só em poder, e domínio, sem preocupação alguma com nosso Planeta.

Fontes: SIPRI-Instituto Internacional para a Paz de Estocolmo
Jornal Estado de São Paulo (Estadão)

Texto da Matéria:
Luiz Beatriz de Souza
Comissão do JGS

A psicóloga Valmari Cristina Aranha é, por muitos anos, Coordenadora do Jornal Gerosaúde junto com idosos colaboradores e ex-participantes do Gamia – Grupo de Assistência Multidisciplinar ao Idoso Ambulatorial.

A eficiente e capacitada, Valmari está deixando a coordenadoria e será nossa Assistente, mas que jamais será esquecida.

Para alegria dos membros do jornal, passará a nos coordenar a Nutricionista Maria Aquimara Zambone Magalhães.

Foi maravilhoso você aceitar, pois você é Mara-vilhosa, seja Bem-vinda!

Tem um ditado que diz: colhemos o que plantamos, e está colheita foi Mara-vilhosa.

Texto: José Cascione (Zico)
Comissão do JGS



Dia da Pessoa Idosa - Origem

No dia 1º de outubro, comemora-se o Dia do Idoso, pessoa que possui idade igual ou superior a 60 anos. Essa data, que marca o dia em que a Lei N°10.741 (Estatuto do Idoso) entrou em vigor, é fundamental para **reforçar a importância da proteção a esse público** e para reavaliarmos nossa atitude com relação aos idosos.

O envelhecimento é um fenômeno biológico normal que atinge todos os organismos vivos, mas muitas pessoas não sabem lidar com esse processo. Diante disso, o aumento da expectativa de vida no Brasil, que hoje ultrapassa os 71 anos de idade, representa um desafio para toda a sociedade, que deve **criar formas de amparar melhor os idosos**.

Estatuto do Idoso – Lei N° 10.741, de 1º de outubro de 2003

A criação do Estatuto do Idoso em 2003 representou um **grande avanço na vida dessa parcela de nossa população**, que frequentemente é vítima de maus-tratos e abusos de todas as formas. Esse estatuto estabeleceu os direitos dos idosos, como a prioridade em alguns serviços e a garantia de acesso à saúde, alimentação, educação, cultura, lazer e trabalho.

Fonte: Mundo Educação (link para o site AQUI)

<https://mundoeducacao.uol.com.br/datas-comemorativas/dia-idoso.htm>



Texto da internet:

Captação:

Carlos Alberto Baccaro

Comissão do JGS

JORNAL GEROSAÚDE

Elaborado por idosos da Geriatria do HCFMUSP

1ª edição divulgada em Julho de 2002

comissao.do.jornal@gmail.com

Comissão

Coordenadora: Valmari Cristina Aranha (Psicóloga)

Colaboradores:

Adília de Oliveira Malta

Eraldo José Lima Marques

Alcides da Cruz Gomes

Francisca Francineide dos Reis

Antero Lourenço Teixeira

José Cascione (Zico)

Auristela Batista Lopes

Luiz Beatriz de Souza

Carlos Alberto Baccaro

Olinda Castilho Escobal

Emília Simone Macêdo Peres

01 DE OUTUBRO

**DIA NACIONAL DA
PESSOA IDOSA**

