

O que significa a moderna Medicina Antienvelhecimento

Dr. Alfredo Toledo e Souza, Doenças Reumáticas, Geriatria e Medicina da Dor

Avenida Condessa de Vimieiros, 395 – Centro – Itanhaém, SP

Fone (13) 3426.3776

Site: www.curadivina.webs.com

Em 2013, ficar velho tem que continuar sendo uma penitência? Ou todos nós, agora, já podemos ter por lema de vida “vou morrer totalmente jovem, ainda que o mais velho possível”?

Não se deixe iludir. Comprar e vender o conceito da terceira idade como “a melhor idade” é algo tão politicamente correto como absolutamente mentiroso, pois para a esmagadora maioria das pessoas ela representa a certeza de um corpo progressivamente mais feio, decadente, dolorido e impotente, além da obrigatoriedade de ter que engolir diariamente de quatro a doze remédios diferentes, apenas para continuar vivo.

Isto é uma “melhor idade”? Para quem? Para a Indústria Farmacêutica?

O que eu vejo na prática da geriatria são cinco situações clínicas que passaram a ser quase que obrigatórias depois dos 60: obesidade, artroses (degenerações das juntas, com dores e rigidez), osteoporose nas mulheres (ossos porosos e quebradiços) e aumento da próstata em homens (com dificuldade para urinar), problemas cardiovasculares como a hipertensão arterial (muitas vezes já com histórico de infarto ou de derrame), e problemas metabólicos como dislipidemias (colesterol ruim e triglicérides sempre altos), diabetes e hipotireoidismo.

E isto para não mencionar a incidência cada vez maior de quase todos os tipos de câncer conhecidos, que chega junto com a progressiva perda da capacidade de trabalho, da visão, da audição, da sexualidade e de quase todos os dentes.

Isto é realmente necessário ou inevitável? Hoje em dia, definitivamente não, porque já temos a disponibilidade plena da moderna medicina antienvelhecimento. Vamos ver como ela atua:

O primeiro passo é fazer distinções diagnósticas e laboratoriais para se avaliar a presença de metais pesados no sangue, percentual de lesões causadas pela ação dos radicais livres, capacidade funcional corporal e mental, alergias alimentares, ritmo do metabolismo, níveis hormonais, constituição corporal, estado nutricional e nível de estresse, estabelecendo-se uma comparação entre a idade biológica (qualitativa, avaliada pelos exames) e a idade cronológica do paciente (quantitativa, sua data de nascimento).

A partir daí, uma equipe de profissionais de saúde treinados na ciência do antienvelhecimento poderá identificar deficiências hormonais, nutricionais, metabólicas e estéticas e os níveis de toxinas presentes no corpo, a fim de preparar um programa específico para cada necessidade de nutrição, reposição, suplementação e desintoxicação.

O principal diferencial do tratamento está exatamente na junção de terapias que desintoxicam o organismo e equilibram os hormônios e a deficiência de nutrientes,

aliadas a um conjunto efetivo de estratégias individualizadas para o controle do estresse, um plano alimentar individualizado com dietas que saciam com pratos saudáveis e saborosos, a proposta de um plano racional de atividades físicas moderadas e prazerosas e, finalmente, mas não menos importante, a programação para os procedimentos corretivos e estéticos (massagens, drenagem linfática, fisioterapia, acupuntura, tratamentos de pele e cirurgias plásticas).

Em tempo: não, vaidade não é pecado. É uma virtude maravilhosa, pois nos faz tomar conta de nossos corpos com muito mais cuidado, carinho e bons resultados de antienvelhecimento. Pecado é levar uma vida ignorante e irresponsável para com as necessidades do próprio corpo, e chegar à terceira idade se encaminhando para um futuro de total dependência da boa vontade alheia até para se alimentar ou usar o assento sanitário.

Podemos e devemos amar e cuidar da melhor forma possível dos idosos que hoje terminam suas vidas em situações dramáticas de degeneração física, emocional e cognitiva, mas com certeza não mais é necessário que você tenha que imitá-los em tal destino terrível, nem depois dos 60, nem nunca.

Velhice? Para mim não, obrigado!