

# A longevidade é necessariamente uma coisa boa?

Todos anos, aumenta o número de pessoas **idosas** tanto nos países desenvolvidos como nas nações em desenvolvimento, graças às descobertas da **medicina moderna** para atrasar as fronteiras da morte, mas a longevidade é necessariamente uma coisa boa?

Na Califórnia, a forma física é levada a um extremo. Há lojas em Beverly Hills, local conhecido por sua obsessão com a imagem, apinhadas com comprimidos e fórmulas que visam prolongar a vida. Em Santa Monica, há tantos programas de treinamento "boot camp" e tantas sessões de ioga em parques públicos que autoridades locais já pensam em impor um **limite**.

"Na Califórnia, você pessoas se exercitando às 5h15 e isso ou faz bem a eles ou faz parte de uma psicose neurótica séria na qual eles estão infelizes porque estão ficando mais velhos. Uma pessoa de 55 anos imaginando que se parece com alguém de 25, se submetendo a cirurgias e se exercitando fanaticamente para que isso aconteça, tudo isso me parece uma má ideia. A **obsessão** em parecer mais jovem do que você realmente é", afirma o produtor do filme Fast Food Nation, Ed Saxon.

Além da loucura em torno da forma física, existem os conselhos incessantes em torno do que se deve comer para se permanecer jovem. Eu deveria tomar mirtilo, couve batida ou comer torrada sem glúten? E vinho tinto faz bem para mim ou não? E quanto a chocolate?

Pode ser desconcertante, mas o objetivo é claro. A morte tem de ser adiada o máximo possível.

## LONGA INCAPACIDADE

"Nos Estados Unidos, se assume como fato que a **longevidade** é algo bom", afirma a autora do livro Never Say Die (Nunca Diga Morrer, em tradução literal), Susan Jacoby.

"Muito dessa crença irracional de que há coisas que você pode fazer para se assegurar contra a velhice e a doença tem a ver com o fato de que nós, nos Estados Unidos, realmente não gostamos de envelhecer", comenta a escritora.

Jacoby, de 67 anos, faz duras críticas ao que chama de "lixo sobre estilo de vida" e "lixo de suplementos alimentares".

"Se você for olhar com mais atenção para essas pessoas que te dizem que você pode ser uma pessoa saudável aos 120, existe um homem ou uma mulher vendendo alguma coisa", comenta.

A verdade, diz a autora, é que a maior parte das pessoas que vivem além dos 90 irão morrer após passar "um período prolongado de incapacidade".

"Nós estamos acreditando nesse mito de que como estamos atualmente mais saudáveis do que nunca aos 67 anos, estaremos assim também aos 87 ou aos 97. Mas a verdade é que graças a alguns avanços duvidosos da medicina moderna, que mantém pessoas vivas não importa o quê, é que será preciso refletir mais sobre como cuidar dessas pessoas."

Em 1980, James Fries, professor de medicina da Universidade de Stanford, anteviu uma sociedade em que doenças crônicas seriam adiadas e reduzidas. Nessa sociedade, pessoas levariam vidas saudáveis e morreriam de forma relativamente rápida, reduzindo a quantidade de deficiência e incapacidade.

Fries chamou a isso de "morbidez comprimida" e seu trabalho foi creditado como o marco das origens do paradigma moderno para se envelhecer de forma saudável. O problema é que é mais fácil aconselhar pacientes sobre como prolongar suas vidas saudáveis do que reduzir qualquer período de saúde em declínio.

### **BOA MORTE**

Joseph e Anne Gias são um casal saudável na faixa dos 60 anos, mas eles se preocupam com os percalços da velhice. "Não quero passar dos 80. Eu creio que entre os 80 e os 85 as pessoas se deterioram muito. Já vi muita deterioração nessa faixa etária e não quero que isso aconteça comigo", afirma Anne.

A despeito dos temores de Anne, há exemplos de pessoas que levaram vidas longas e saudáveis. Quando Besse Cooper morreu em dezembro do ano passado, aos 116 anos, ela era a mulher mais velha do mundo.

De acordo com relatos, ela estava com uma **saúde incrível** e nunca se queixou de dores. Ela levava uma vida ativa e se recusava a comer "porcarias".

No seu último dia de vida, ela comeu um generoso café da manhã, fez o cabelo e viu um vídeo de Natal com amigos.

Besse morreu em paz à tarde, após ter sofrido problemas respiratórios. Ela é um raro, mas bom exemplo da morbidez comprimida, a que se referia James Fries - uma vida longa e saudável e uma boa morte.

**Fonte: BBC**