

Cidades

Mulheres chegam mais aos 100 anos

No Estado, segundo o novo censo do IBGE, existem 724 mulheres centenárias, contra apenas 284 homens

Kelly Kalle

O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) divulgou no Censo 2010 que as mulheres têm mais chances de chegar aos 100 anos no Estado. Isso porque a ala feminina representa a maioria dos centenários.

De acordo com os dados divulgados ontem, há no Espírito Santo 1.008 pessoas com 100 anos ou mais. Desse grupo, 724 são mulheres, sendo apenas 284 homens.

O tecnologista do IBGE Mauro Guimarães explicou que historicamente as mulheres vivem mais do que os homens. Apesar deles nascerem em maior número, morrem mais cedo por várias causas, entre elas, acidentes no trânsito, assassinatos e problemas de saúde.

“Hoje as mulheres vivem cerca de 77 anos e os homens, pouco mais de 69 anos. Mas muitas ultrapassam essa idade”, reforçou.

Guimarães contou que na Grande Vitória há 193 pessoas nessa faixa etária, sendo 153 mulheres e 40 homens.

“Cariacica é a cidade com mais idosos com 100 anos ou acima disso. Porém, é Vila Velha que tem mais mulheres com essa idade, seguida de Cariacica e Vitória.”

Mas o tecnologista frisou que, quando analisados os números de acordo com o percentual da população da cidade, verifica-se que no interior há mais mulheres proporcionalmente com essa idade do que na Região Metropolitana.

“Só para se ter uma ideia, se Vitória tivesse a mesma proporção de mulheres acima de 100 anos que Montanha, deveria ter 220 mulheres centenárias, e não apenas 35”, explicou.

Guimarães disse que o IBGE ainda não fez estudos para explicar por que os municípios do interior teriam proporcionalmente mais mulheres centenárias.

“O que conseguimos observar é que, por serem cidades menores, as condições de vida seriam melhores, não no acesso a alimento e à saúde, mas em qualidade de vida. Há menos estresse”, pontuou.

“Isso se deve ao envelhecimento da população. Elas têm uma expectativa de vida maior do que a dos homens”

Mauro Guimarães, tecnologista do IBGE

TOTAL DE IDOSOS COM 100 ANOS OU MAIS

ESTADO	TOTAL	HOMENS	MULHERES
	1.008	284	724

GRANDE VITÓRIA	TOTAL	HOMENS	MULHERES
	193	40	153

CIDADES	TOTAL	HOMENS	MULHERES
Cariacica	45	8	37
Vila Velha	43	4	39
Vitória	43	8	35
Serra	42	11	31
Cachoeiro de Itapemirim	30	9	21
Linhares	25	10	15
São Mateus	18	5	13
Montanha	14	2	12
Aracruz	13	4	9
Barra de São Francisco	13	4	9
Guarapari	12	5	7
Pinheiros	11	1	10
Baixo Guandu	11	6	5
Colatina	9	2	7
Alegre	9	4	5
Conceição da Barra	8	5	3
Viana	8	4	4
Ecoporanga	7	5	2
Guaçuí	6	1	5
Muniz Freire	6	1	5
Presidente Kennedy	6	2	4

FONTE: CENSO 2010 DO IBGE.

QUALIDADE DE VIDA



Leitura, música e muita vaidade

A centenária Olga Bresciani Castro contou que tem uma vida muito feliz ao lado dos filhos e acha que chegou a essa idade por causa do amor deles e de sua qualidade de vida.

“Leio muitos livros e revistas,

adoro música, gosto muito de cantar e de ouvir Roberto Carlos.”

A filha da aposentada, Maria Aparecida Castro Oliveira, 61, contou que Olga não deixa de lado a vaidade.

“Ela está sempre cheirosa e bonita. Gosta de se arrumar bem e todos nós

da família, que já chegamos a 8 filhos, 20 netos e 45 bisnetos, vemos essa alegria nela.”

Olga disse que é muito bom ser mãe. “Desejo que todas as mães sejam felizes e tenham a mesma idade que eu.”

Fator genético e hábitos saudáveis

Quando o assunto é hábito saudável e viver mais, as mulheres lideram. Isso porque elas são mais cuidadosas com a saúde, de acordo com os médicos. Para eles, há também fatores genéticos que justificam a longevidade das mulheres com mais de 100 anos.

A geriatra e presidente da Sociedade de Geriatria no Estado, Regina Angela Viana Mesquita, contou que as mulheres têm mais hábitos saudáveis do que os homens.

“Elas têm menos hábitos que fazem mal à saúde, como alcoolismo

e fumo, além de se envolverem menos com violência e em acidentes de trânsito e de trabalho.”

Além disso, a presidente reforçou que as mulheres comem menos gordura. “A alimentação delas tem mais frutas, verduras e legumes, além de menos gordura. Também são menos sedentárias.”

O geriatra Renato Lírio Morelato ressaltou que há a hipótese genética. “Quem tem uma mãe que viveu por muitos anos tem mais probabilidade de também chegar a essa longevidade. Além disso, até a

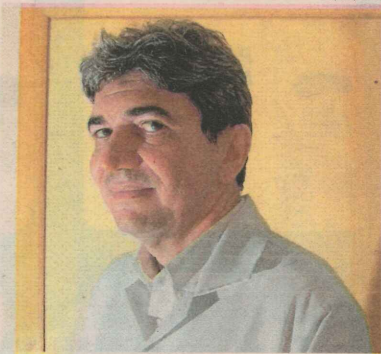
menopausa, elas têm uma proteção maior para eventos cardiovasculares, devido aos hormônios.”

Para a geriatra Kelly Zulima Mariani Vello, o fato de as mulheres vivenciarem a maternidade também as torna sensíveis para os cuidados com a saúde. “Elas fazem mais exames e se cuidam, além de cuidar da família.”

Para Kelly, no interior há proporcionalmente mais mulheres centenárias do que homens porque o estresse está mais presente nas grandes cidades.

O QUE ELES DIZEM

MARCELO ANDRADE - 25/03/2010



“Uma das hipóteses da longevidade é que há um gene que predispõe a pessoa a viver mais”

Renato Lírio Morelato, geriatra

FERNANDO RIBEIRO - 07/10/2010



“As mulheres são mais cuidadosas com a saúde e menos sedentárias do que os homens”

Regina Angela Viana Mesquita, geriatra

DIVULGAÇÃO



“Mulheres com 100 anos hoje não tinham vícios como álcool e cigarro e se alimentam bem”

Kelly Zulima Mariani Vello, geriatra