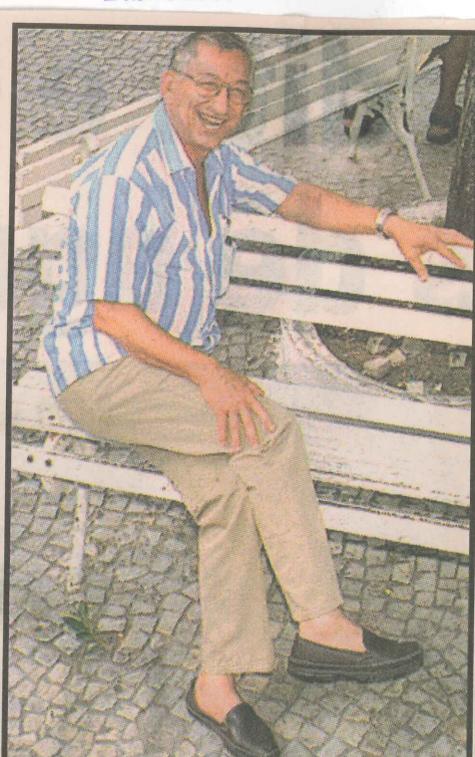




TRABALHO

Tomo conta da casa; do meu marido, que está doente; faço os serviços bancários e ainda me divido no trabalho das lojas. Para manter as minhas energias, faço uma alimentação saudável, só tomo banho frio e descanso no sítio da família.

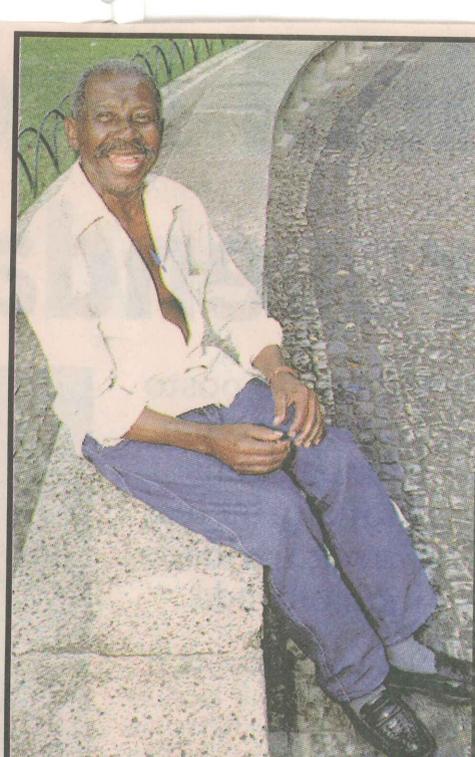
BERTHA SANTANA,
79 anos, empresária



JENIPAPO COM MEL

A minha receita de longevidade é tomar chá de jenipapo com mel porque fortalece os ossos e a mente, tocar um sambinha nos bares com os amigos e contar histórias e anedotas.

GILSON TOSCANO DE BRITO,
74 anos, aposentado



RESPEITO

Os idosos estão sendo jogados fora. Falta respeito, transporte e saúde dignos. Apesar disso, estou satisfeito porque recebo o suficiente para me vestir, me alimentar e ir para o forró aos domingos.

MÁRIO CANDEIA,
87 anos, aposentado

Expectativa de vida no país chega a 71 anos

IBGE revela que as mulheres têm mais chance de viver mais que os homens

MANUELLA SIQUEIRA

Casa, marido, serviços bancários e o trabalho na administração das lojas da família. A rotina diária da empresária Bertha Santana, de 79 anos, começa cedo, às 4h30 da manhã e só termina às 22h30 da noite. Em plena atividade, ela não demonstra sinais de cansaço. "A idade nunca será um obstáculo para mim", diz.

Bertha faz parte das estatísticas do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) que mostram o aumento da expectativa de vida entre os brasileiros. Em 2002, pela primeira vez a média de expectativa de vida no país ultrapassou a casa dos 70, chegando aos 71 anos.

Entre as mulheres, a expectativa de vida é 7,6 anos maior do que entre os homens - 74,9 anos para o sexo feminino contra 67,3 anos para o sexo masculino. Em 1980, a expectativa de vida das mulheres era de 2,1 anos a mais.

"Isso acontece porque os homens morrem mais por causas externas, como acidentes e violência", explica o gerente do projeto Componente da Dinâmica Demográfica do IBGE, Fernando Albuquerque.

Segundo ele, a diferença de expectativa de vida entre os sexos é maior na faixa etária entre 20 e 25 anos. Nela, as chances do homem morrer antes de completar 25 anos é quatro vezes maior. Os dados foram divulgados

ontem pelo IBGE e apontam que de 1980 até 2002, a expectativa de vida aumentou 14% entre as mulheres e 12,9% entre os homens - prova de que os brasileiros estão vivendo cada vez mais. "A queda nas taxas de mortalidade infanto-juvenil e de fecundidade são as grandes responsáveis por esse crescimento", destacou Albuquerque.

O Brasil está em 88º lugar no ranking das Organizações das Nações Unidas para a expectativa de vida em 192 países. O Japão aparece em primeiro lugar com expectativa de vida de 81,6 anos. Em último está Zâmbia, com 32,4 anos.

Vida longa

A médica geriatra e técnica do Programa de Atendimento ao Idoso da Secretaria Estadual de Saúde (Sesa), Waleska Binda Wruck, disse que o país tem cerca de 360 médicos especializados e titulados pela Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia para atender a população com mais de 60 anos, que em 2002 somava 14 milhões de pessoas.

"A discussão que a gente faz no momento é de como capacitar os médicos da saúde básica para atender à população mais velha, cada vez maior", assinalou.

Ainda de acordo com Waleska, de 1960 a 2002, o número de idosos saltou de 3 milhões para 14 milhões e em 2025 pode chegar a 32 milhões. "Precisamos nos preparar para o envelhecimento da população", concluiu.

Sobre a receita para alcançar uma vida longa, Waleska sintetizou: alimentação saudável, exercício físico, exames médicos regulares, não fumar e fazer a ingestão moderada de bebidas alcoólicas.



Longevidade

Levantamento realizado pelo IBGE, relativo a dados do ano 2000, mostra que o brasileiro está vivendo mais.

1980

A expectativa de vida dos brasileiros era de 62,5 anos em ambos os sexos, em média. As mulheres viviam 2,1 anos mais do que os homens, cuja expectativa de vida era de 60,4 anos. Os homens com 20 anos de idade tinham duas vezes menos chances, em relação às mulheres, de morrer antes dos 25 anos, em decorrência de violência e acidentes.

2001

A expectativa de vida era de 68,9 anos em ambos os sexos, em média, sendo 72,9 anos para as mulheres e 65,1 anos para os homens - uma diferença de 7,8 anos.

2002

A expectativa de vida passou para 71 anos em ambos os sexos, em média. Nas mulheres, a expectativa de vida é 7,6 anos maior - 74,9 anos contra 67,3 anos para os homens. Os homens têm quatro vezes mais chances, em relação às mulheres, de morrer antes de completar 25 anos.

Ranking da expectativa de vida

1º Japão
81,6 anos

2º Suécia
80,1 anos

3º Hong Kong
79,9 anos

4º Islândia
79,8 anos

5º Canadá
79,3 anos

88º Brasil
71 anos

192º Zâmbia
32,4 anos

Fonte: IBGE

Genildo Ronchi/A Gazeta/Ed. de Arte