

# Reportagem Especial

LONGEVIDADE

## 11 idosos vêm por dia para o Estado

Segundo o IBGE, nos últimos 5 anos, número de novos moradores com mais de 60 anos foi de 20.803. Vila Velha é destino favorito

Dayane Freitas  
Joyce Merigueti

Onze idosos saem de outros estados todos os dias para morar no Espírito Santo, segundo dados do Censo 2010, do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE).

O total de pessoas com 60 anos ou mais que não residiam no Espírito Santo no ano de 2005 (referência da pesquisa) do Censo 2010 é de 20.803 moradores.

As cidades do Estado que mais receberam esses novos moradores são: Vila Velha (2.729 pessoas); Serra (2.356); Vitória (1.874); Guarapari (1.421) e Cariacica (1.197), segundo o instituto.

Um total de 3.768 estrangeiros também vieram morar no Estado, como apurou o Censo 2010.

Eles vêm atraídos pela qualidade de vida, proximidade com o litoral, entre outros fatores.



JULIA TERAYAMA/AT

### MUDANÇA DE VIDA

#### Terra natal

Há 17 anos, Eliana Ormy Gama, 67, trocou São Paulo pelo Espírito Santo. A decisão de voltar para sua terra natal, Vitória, foi tomada depois da aposentadoria.

Por 24 anos, ela trabalhou como bancária na grande metrópole, onde levava uma vida estressante, conta a aposentada.

“Em Vitória, o ritmo de vida é mais tranquilo. Moro perto da praia e caminho três vezes por semana no calçadão”, explica Eliana, que também se dedica ao artesanato, à dança e ao pilates no Centro de Convivência de Jardim Camburi.

“É preciso trabalhar a cabeça e o corpo. Não dá para ficar parada”, diz.

“Apesar da violência ainda temos bons predicados para se morar após a aposentadoria”, frisou o presidente da Federação do Comércio de Bens, Serviços e Turismo do Espírito Santo (Fecomércio-ES), José Lino Sepulcri.

E não é só no Estado que o número de idosos cresce. Em todo o Brasil e em vários países o número aumenta. Segundo o IBGE, o total de idosos no Brasil vai quadruplicar até 2060, passando de 14,9 milhões (7,4% do total), em 2013, para

58,4 milhões (26,7% do total).

A estimativa faz parte de uma série de projeções populacionais baseadas no Censo de 2010. No período, a expectativa média de vida do brasileiro deve aumentar dos atuais 75 anos para 81 anos.

Com a redução do número de jovens e do aumento da população idosa, o Brasil deverá ter também mais pessoas com idade entre 15 e 64 anos trabalhando e sustentando outras que estão fora dessa faixa, apontou o IBGE.

## Aposentadoria somente aos 90 anos

O aumento da expectativa de vida vai fazer com que as pessoas trabalhem mais e a aposentadoria seja somente aos 90 anos.

É o que afirma o biólogo americano e diretor do Centro de Envelhecimento da Universidade de Harvard, David Sinclair.

Segundo o especialista, no futuro, o homem viverá até os 150 anos, mas essa realidade não está tão distante da humanidade. “A primeira pessoa que vai viver 150 anos já nasceu”, declarou Sinclair

em entrevista à revista Exame.

Ele afirma que, em 10 anos, toda criança terá o seu DNA sequenciado. Com isso, os pais saberão, desde o momento do nascimento dos filhos, a probabilidade de eles desenvolverem certas doenças e poderão atuar de forma preventiva, aumentando o tempo de vida.

Mas o especialista destaca que nem todos os países estão preparados para a revolução genética que começou a acontecer.

“Algumas nações estão aumen-

tando a idade mínima para a aposentadoria, mas ainda é pouco. Pense em pessoas que viverão mais de 120 anos. Não fará sentido para elas passarem quase metade da vida aposentadas. Vamos nos aposentar aos 90 anos”, diz.

Aos 85 anos e em plena atividade, a chefe do Cerimonial do governo do Estado, Hilda Cabas, aposentou-se, mas preferiu continuar trabalhando. “O trabalho para mim é um prazer. Tenho muita vitalidade e não quero parar”, diz.



LEONE IGLESIAS - 29/10/2013

HILDA: “Tenho muita vitalidade”

### FALA, LEITOR!

FOTOS: JULIA TERAYAMA/AT



JOSÉ MANOEL MENDES, 74, aposentado

“Vitória é uma cidade boa para se viver. Para os idosos, tem várias opções de lazer e locais para a prática de exercícios”



MARIA DE LURDES PEREIRA, 70, aposentada

“Vitória deveria ter mais lugares para os idosos terem condições de praticar atividades físicas de forma contínua”



ANALIA DE SOUZA SANTOS, 85, dona de casa

“Vitória é uma cidade tranquila e bonita. Gosto de morar nessa cidade e de viver próximo à praia”



ZILMA TEIXEIRA, 59, aposentada

“Moro na Serra, mas posso perceber que o clima em Vitória é bem agradável. Além disso, é fácil se locomover na cidade”

## O que ganham e gastam

Maior renda é da aposentadoria

### TRABALHO



> 364.745 idosos no Estado  
> São 137 mil pessoas com 60 anos ou mais economicamente ativas, mas sem aposentadoria.  
> 92 mil aposentados economicamente ativos trabalham no Espírito Santo.

**220.558 NO ESTADO** recebem benefício entre R\$ 1.020 e R\$ 1.530.

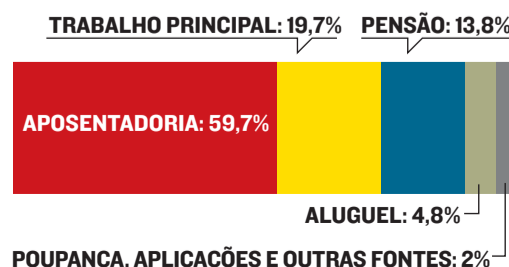
### Rendimento dos idosos no País

**R\$ 402,3 BILHÕES EM 2012**  
O VALOR É IGUAL AO PIB DA IRLANDA

#### POR CLASSE ECONÔMICA

Alta renda	17,8%
Nova classe média	70,4%
Baixa renda	11,4%

#### De onde vem a renda desses idosos

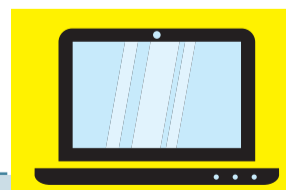


### O QUE ELES COMPRAM?

IDOSOS REPRESENTAM 40% DOS GASTOS NO PAÍS

- R\$ 135 BILHÕES em alimentos e bebidas
- R\$ 64 BILHÕES em carros
- R\$ 49 BILHÕES em artigos de vestuário
- R\$ 24 BILHÕES em produtos de higiene e beleza
- R\$ 12 BILHÕES em viagens

**35%** em quatro anos é quanto crescerá o consumo de pessoas com mais de 50 anos



#### Acesso à tecnologia

De 2005 a 2011, o acesso dos idosos à internet cresceu 222%, para 8,1 milhões.

84% dos internautas brasileiros com mais de 55 anos têm perfil no Facebook.

## Reportagem Especial

## LONGEVIDADE

## Vitória é 7ª cidade com mais benefício

Aulas de idiomas, ioga, teatro, dança, descontos em impostos, transporte adaptado e colônia de férias. Esses são alguns benefícios das 20 cidades que oferecem as melhores condições de vida para aposentados no País.

Nesse ranking, que analisou os municípios com mais de 100 mil habitantes, o sétimo lugar é ocupado pelo município de Vitória.

O estudo da empresa de análise de dados Urban Systems a pedido da revista Exame levou em consideração aspectos econômicos, demográficos e de qualidade de vida.

O topo da lista é ocupado pela cidade paulista de São Caetano do Sul, onde a expectativa de vida é de 72 anos, 90% dos ônibus estão adaptados para cadeirantes e 30% dos idosos moram em locais

com calçadas com rampas. Além disso, os moradores têm acesso a atendimento psicológico individual e a hidroterapia de graça.

Já em Porto Alegre (RS), que aparece em 4º lugar no levantamento, o orçamento para 2014 voltado a políticas públicas para idosos é de R\$ 9,2 milhões. “Entre as ações voltadas especialmente para eles, está colônia de férias que atende 450 idosos”, disse o secretário de Direitos Humanos da ci-

dade, Luciano Marcantônio.

Outra cidade que aparece no ranking é Balneário Camboriú (SC). Lá está sendo construída uma travessia elevada, para que o idoso não suba ou desça do meio-fio. “Ele vai atravessar no mesmo plano da calçada”, disse o prefeito da cidade, Edson Piriquito.

Em Niterói (RJ), terceira colocada na lista, vai começar a funcionar no primeiro semestre de 2014 o Serviço de Atenção Especializada ao Idoso, que reunirá, em um só espaço, médicos, psicólogos e assistentes sociais.

“Entre as ações voltadas para eles (idosos), está colônia de férias que atende 450”

Luciano Marcantônio, secretário de Direitos Humanos de Porto Alegre (RS)

Já em Vitória, entre as políticas públicas voltadas para os idosos estão unidades básicas de saúde; Centro de Referência de Atendimento ao Idoso (Crai) com fonoaudiólogo, nutricionista e enfermeiros; academias populares, escolinhas esportivas, desporto no IPTU e grupos de vivência com oficinas de artesanato, teatro, dança, pilates e aulas de musculação.

Entre os idosos que desfrutam dessa estrutura estão Getúlio Duarte, Dante Santos, Ilton Paradizo e a mulher dele, Alice Paradizo, que frequentam o Centro de Convivência de Jardim Camburi, onde fazem aulas de musculação.



## Opções de lazer

“Considero Vitória uma cidade com boas opções de lazer para quem se aposenta. Eu, por exemplo, faço dança e musculação. A parte ruim é que a violência aumentou e o trânsito está mais estressante.”

Getúlio Duarte, 69, aposentado

## Belezas naturais

“Comparada a outras cidades, Vitória é mais organizada e tranquila, além de ser muito bonita. Gosto de tudo na cidade, principalmente das opções de lazer, mas me preocupo com a violência.”

Ilton Paradizo, 71, aposentado

## Atividades físicas

“Não consigo ficar parado. Tanto que depois de me aposentar continuei trabalhando por um bom tempo. Faço musculação e caminho na praia. Morar perto do mar estimula a prática de atividades físicas.”

Dante Santos, 68, aposentado

## Montanha e mar

“Vitória é uma cidade bonita que tem perto montanha e mar. É um bom lugar para quem quer descansar. Pena que a violência seja motivo de grande preocupação e não nos deixe totalmente à vontade.”

Alice Paradizo, 75, vendedora

## O QUE AS MELHORES CIDADES PARA VIVER NA APOSENTADORIA OFERECEM



## O que Vitória oferece?

- > **FONOAUDIÓLOGO**, nutricionista, enfermeiros, psicólogos, entre outros.
- > **20 ACADEMIAS** e 12 módulos de orientação ao exercício.
- > **DANÇA**, vôlei, natação, musculação, entre outros.
- > **MEIA-ENTRADA** em eventos.
- > **PESSOAS** acima de 60 anos têm descontos no IPTU.



- 1º São Caetano do Sul (SP)
- 2º Santos (SP)
- 3º Niterói (RJ)
- 4º Porto Alegre (RS)
- 5º Balneário Camboriú (SC)
- 6º Poços de Caldas (MG)
- 7º **Vitória (ES)**
- 8º Presidente Prudente (SP)
- 9º Belo Horizonte (MG)
- 10º Araraquara (SP)

- 11º Araras (SP)
- 12º São José do Rio Preto (SP)
- 13º Catanduva (SP)
- 14º Juiz de Fora (MG)
- 15º Divinópolis (MG)
- 16º Barretos (SP)
- 17º Rio de Janeiro (RJ)
- 18º Santa Maria (RS)
- 19º Uberaba (MG)
- 20º Araçatuba (SP)

## 1º LUGAR



## O que São Caetano do Sul oferece?

- > **PILATES**, ioga, tai chi chuan, teclado, entre outros, além de inglês, italiano e francês.
- > **CABELEIREIRA**, manicure, fisioterapeuta, entre outros.

## O que Niterói oferece?

- > **GERIATRAS**, pneumologistas, ortopedistas, fisioterapeutas vão atender num só lugar.
- > **AULA DE MEMÓRIA**, samba, informática, pintura e espanhol.

## 3º LUGAR



## 4º LUGAR



## O que Porto Alegre oferece?

- > **O ORÇAMENTO** 2014 para o idoso é de R\$ 9,2 milhões, além de R\$ 6,7 milhões do Fundo Municipal.
- > **O PLANO MUNICIPAL** do Idoso e sete casas lares serão implementadas.
- > **COLÔNIA** de férias para 450 idosos.

## 5º LUGAR



## O que Balneário Camboriú oferece?

- > **SERÁ** criada a travessia elevada para o idoso não descer o meio-fio, e atravessar no mesmo plano da calçada.

## ANÁLISE

Marcelo Loyola Fraga, economista e coordenador Geral da Faculdade Pio XII



## Ainda precisamos avançar muito mais

“Aparecer em 7º lugar em uma pesquisa que envolve as cidades do Brasil é sempre importante, porém não há muito o que comemorar, pois estamos ainda muito aquém dos países desenvolvidos no que diz respeito às condições de vida para os idosos.

Como destaque positivo, podemos citar os centros de convivência para idosos, existentes em alguns grandes bairros de Vitória, nos quais são oferecidas diversas oficinas. Mas é necessário avançarmos no número de vagas e implantar esses centros em outros lugares.

Merece destaque ainda o bom atendimento nos postos de saúde. Por outro lado, temos calçadas e ruas esburacadas, que colocam os idosos em risco de queda. A sinalização precária em diversas vias também aumenta os riscos de atropelamento. Além disso, a segurança pública precisa de melhoria.

É preciso avançar mais, uma vez que Vitória é uma cidade de pequena dimensão e tem alta arrecadação proporcional.”