

Regional

SÃO JOSÉ DO CALÇADO

Cidade dos vovôs

Município no Sul do Estado tem a maior população de idosos do Estado, em números proporcionais, e supera a quantidade de jovens

Alessandro de Paula
SÃO JOSÉ DO CALÇADO

No sul do Espírito Santo, bem na divisa com o Rio de Janeiro, existe uma cidade em que as pessoas por algum motivo vivem mais do que em outros lugares. É São José do Calçado, cuja população de idosos, em números proporcionais, é a maior do Estado.

Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), 16,2% da população de São José do Calçado, com 10.408 habitantes, tem mais de 60 anos.

O percentual de vovôs e vovós é mais que o dobro de Serra, Brejetuba e Sooretama, cada uma com 7,1% de idosos.

Chama a atenção na tabela do IBGE que os idosos de Calçado são mais numerosos do que a população jovem na faixa etária de 15 a 24 anos, que normalmente é bem superior em outras cidades.

Lá, o percentual nessa faixa etária é de 15,8%. Já em Viana, por exemplo, a taxa de jovens de 15 a 24 é de 18,9%, mais que o dobro dos vovôs (7,8%).

Os idosos de Calçado são animados. Quem quiser comprovar basta ficar na praça Pedro Vieira, Centro, nas terças e quintas pela manhã, para ver a movimentação de vovôs e vovós, que vão ao Montanha Clube fazer ginástica e dançar zumba. Nas noites de quinta, há o animado baile da terceira idade.

A costureira Ana Maria de Oliveira, 66, conta que trabalhou muito na prefeitura, mas só depois de se aposentar, há cinco anos, come-



MARIA DE ASSIS MIRANDA é fã ativa aos 111 anos que de vez em quando precisa apresentar a carteira de identidade para comprovar sua idade



SAÚDE EM DIA

Sem parar aos 111

Muita gente duvida da idade da dona de casa Maria de Assis Miranda, que de vez em quando precisa apresentar a certidão de nascimento ou a carteira de identidade para comprovar seus 111 anos.

Ela desce e sobe a pé a ladeira, cuida da casa, faz comida, capina o quintal e cuida da horta. Até dois anos atrás, ainda catava papel e latinhas para vender, mas precisou parar por exigência sanitária. Teve 12 filhos, sendo quatro ainda vivos, e 29 netos. Perdeu a conta do número de bisnetos e tataranetos.

çou a aproveitar a vida. “Estou bem melhor, faço ginástica, artesanato, cuidado da casa”, contou.

Bairristas, os moradores de São José do Calçado afirmam que a cidade reúne diversas características que ajudam as pessoas a viverem mais.

“Pelo menos em comparação com cidades vizinhas, o clima é mais agradável. Temos boa qualidade de vida, a cidade é tranquila

e a cultura é intensa”, defendeu o professor e comerciante Edson Lobo Teixeira, presidente da Academia Calçadense de Letras.

Segundo ele, o calçadense é bairrista e, mesmo quando vai embora atrás de trabalho e estudo, já sai pensando em retornar. “Geralmente compra um terreno, começa a construir, mesmo distante, planejando voltar assim que se aposentar”, disse.

RANKING

CIDADES COM MAIS IDOSOS (*)

CIDADE	POPULAÇÃO	PESSOAS COM 60 ANOS OU MAIS	TAXA
São José do Calçado	10.408	1.686	16,2%
Laranja da Terra	10.826	1.721	15,9%
Itaguaçu	14.134	2.204	15,6%
Apicá	7.512	1.134	15,1%
Itarana	10.881	1.621	14,9%

CIDADE COM MENOS IDOSOS (*)

CIDADE	POPULAÇÃO	PESSOAS COM 60 ANOS OU MAIS	TAXA
Serra	409.267	29.057	7,1%
Brejetuba	11.915	846	7,1%
Sooretama	23.843	1.692	7,1%
Viana	65.001	5.070	7,8%
Aracruz	81.832	6.710	8,2%

FONTE: INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE)

Observação: (*) em números proporcionais.

CASOS

Linha na agulha

Aos 98 anos, a aposentada Maria Aparecida de Almeida Cunha, a Dona Zizi, não usa óculos e coloca linha na agulha com facilidade de fazer inveja. Ganha dinheiro fazendo brolha, um tipo de renda. Ela lembra com detalhes da enxurrada de 1970 que matou 11 pessoas em Vila Pavão, São José do Calçado, e de como trabalhou no resgate das vítimas. Tem 14 netos, 16 bisnetos e três tataranetos.



Xodós

O Recanto Carlos José Nunes, o Lar dos Idosos de São José do Calçado, tem 31 velhinhos, mas dois deles ganham mais atenção dos funcionários. Afinal, juntos possuem 208 anos.

Evangelista Adriano, 105 anos, e Otacília Martins Dutra, 103, são os xodós da instituição filantrópica, que sobrevive com recursos dos próprios idosos, da prefeitura e do governo federal.

Aula de zumba e baile são sucesso

Os idosos de São José do Calçado são conhecidos pela animação. A Praça Pedro Vieira, no Centro, é o ponto de encontro. Lá eles se reúnem para caminhar, bater papo e vão ao Montanha Clube para fazer ginástica e dançar zumba.

“Temos uns 80 idosos fazendo educação física e outro grupo grande que participa do baile nas noites de quinta. A gente também passeia. Toda semana vamos a uma cidade diferente”, diz a coordenadora Maria Geane Gabriel, a Cida, 42 anos.

O agricultor José Maria de Almeida, 65, trabalhou a vida inteira na lavoura e não tinha tempo para atividades físicas e de lazer. “Ele está aproveitando mais agora. Adora zumba”, disse a irmã, Maria das Graças Almeida, 59.

A aposentada Maria Lúcia Rezende Abib, 84, diz que participa das atividades do clube desde a fundação. Faz ginástica, zumba e vai aos bailes, não para dançar, mas para conversar com os amigos. Durante o dia, gosta de caminhar pela rua e fazer serviços de banco.



CLUBE oferece aulas de zumba

Médico acredita que o ar puro ajuda a viver mais

Há dois anos trabalhando em Calçado, o médico cubano Alberto Ortiz Scaluna disse que chamou sua atenção a quantidade de idosos no município. Ele acredita que a distância dos grandes centros, onde o ar é mais poluído, ajuda.

Nas visitas às casas, ele sempre orienta os familiares a dar atenção ao idoso, servindo uma alimentação saudável e ajudando-o a manter atividades física e mental.

“O idoso não pode ficar esqueci-

do no canto, deve manter uma atividade. A qualidade de vida é importante, pois não queremos apenas que a pessoa viva muito tempo, mas de forma saudável e feliz”, disse.

Na opinião do médico, a tendência é que a população idosa cresça ainda mais em função dos avanços científicos. Ele, que é geneticista, também acredita que parte da população de Calçado possa ter uma predisposição genética favorável para que viva mais.