

**Expectativa de vida no interior de São Paulo é de 76,8 anos aponta estudo**

Edimarcio A. Monteiro  
edimarcio.augusto@rac.com.br

A expectativa de vida no interior de São Paulo chegou a 76,8 anos em 2023 e voltou ao mesmo patamar de antes da pandemia de covid-19. Em 2019, a expectativa era de 76,9 anos para a população dessa área, que abrange a Região Metropolitana de Campinas (RMC). Em 2021, durante o período de pico da doença, chegou a 72,7 anos, de acordo com o estudo "Esperança de Vida Paulista", divulgado pela Fundação Sistema Estadual de Análise de Dados (Seade).

**Em 2021, pico da covid-19, expectativa caiu para 72,7 anos**

"A implementação de políticas públicas e intervenções sanitárias, que visavam ao tratamento e à prevenção da doença, destacando-se a vacinação massiva contra o vírus, permitiu o resgate das condições de saúde e sobrevivência da população paulista", afirmou o pesquisador Carlos Eugenio de Carvalho Ferreira, responsável pelo trabalho.

A pesquisa apontou um ganho de 8 meses em relação a 2022, o que posiciona o interior paulista entre a média da América do Sul (76,2 anos) e da Europa (79,1), na comparação com as estimativas da Divisão de População das Nações Unidas para 2023 divulgada neste ano. A projeção é superior à média do Brasil, 75,9 anos, apontou o estudo da Seade. "As estimativas indicam a consolidação do processo de recuperação da esperança de vida paulista e apontam para novas tendências de crescimento, que, muito provavelmente, darão continuidade aos progressos registrados no passado", analisou o pesquisador.

A projeção para o interior é ligeiramente inferior à média do Estado, 77,2 anos, que é puxada para cima pela expectativa de vida no município de São Paulo (78,5 anos) e na Região Metropolitana paulista (77,7 anos). O estudo da Seade mostrou ainda diferença na expectativa de vida entre os sexos. No interior, são 73,8 anos para os homens, a mesma expectativa de 2019, e de 79,9 anos para as mulheres. Há cinco anos a esperança de vida era de 80 anos cravados para elas.

**DIRECIONAMENTO E AÇÕES**

A análise da dinâmica demográfica da população no Estado é baseada nos dados coletados nos Cartórios de Registro Civil de todos os municípios. Essas informações estão integradas ao Sistema Estatístico Nacional, coordenado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), com o acervo sendo usado para a definição e monitoramento de políticas públicas.

Em Campinas, as ações envolvendo a prevenção, tratamento de saúde e acolhimento de pessoas acima de 60 anos de idade são multidisciplinares e envolvem três secretarias municipais: Desenvolvimento e Assistência Social, Esportes e Saúde. Elas incluem desde as cerca de 500 academias ao ar livre espalhadas pela cidade, práticas integradas nos 68 centros de saúde, manutenção de instituições de longa permanência para esse público e até o Centro Dia da Pessoa Idosa, uma espécie de "creche" para pessoas em situação de vulnerabilidade, inaugurada há 11 meses.

De acordo com a presidente do Conselho Municipal do Idoso, Karla Borghi, o trabalho é voltado para garantir autonomia, integração social e os direitos desse público. "Os idosos que estão isolados são muito mais vulneráveis à vio-



Implementação de políticas voltadas à população mais longeva e medidas de combate à covid-19 contribuíram com a melhoria nos índices; na imagem, idosos interagem e se divertem após o término da prática de atividade física no Centro de Vivência do Idoso, na Lagoa do Taquaral, algo essencial para ampliar a qualidade e expectativa de vida

RETOMADA

**Expectativa de vida no interior de SP é de 76,8 anos**

Resultado divulgado pela Fundação Seade mostra que índice voltou a patamar semelhante ao registrado antes da pandemia de covid-19



Campinas inaugurou há menos de um ano o Centro Dia da Pessoa Idosa, que acolhe idosos em situação de vulnerabilidade; "os idosos que estão isolados são muito mais vulneráveis à violação de seus direitos. Ao participarem de um grupo, um cuida do outro", destacou Karla Borghi, presidente do Conselho Municipal do Idoso

lação de seus direitos. Ao participarem de um grupo, um cuida do outro. Quando um falta, há uma preocupação geral para saber o que está acontecendo", explicou.

Essa integração e a fraternidade estão presentes no grupo que ontem jogava bingo à sombra de uma árvore em frente ao Centro de Vivência do Idoso (CVI), na Lagoa do Taquaral. Após participarem das atividades físicas oferecidas, Alcides de Oliveira (92 anos), Olga Parras (79), Clésio Veiga (72), Diná Moro (85), Paulo Oya (80), Maria Itazir (82) e o cacula do grupo, Lúcio de Oliveira (58), se divertiram entre as pedras cantadas e a marcação nas cartelas.

"Aqui é muito bom, é ótimo para passar o tempo. Estamos aqui de segunda a sexta", disse Olga da Silva Parras, entre o anúncio de um número sorteado e outro. O mais experiente do grupo é também o frequentador há mais

tempo do CVI. "Venho há uns 20 anos", disse Alcides Alves de Oliveira. Os demais frequentam o espaço há um pouco menos de tempo, cerca de 15 anos. As atividades no CVI são variadas ao longo da semana, incluindo ginástica localizada, alongamento, movimento vital expressivo, lian gong, damas, tênis de mesa e voleibol adaptado.

**FOCO NA SAÚDE**

Para Clésio Veiga, o CVI poderia funcionar também nos finais de semana. "Eles poderiam abrir também aos sábados e domingos", reivindicou. De acordo com o gerontologista Fábio Antônio Carvalho, os idosos estão mais preocupados com a saúde. Os cuidados auxiliam no aumento da expectativa de vida. "A complexidade das demandas de saúde apresentadas pelos idosos exige dos serviços a capacidade de responder adequadamente às suas necessidades, não so-

mente de prevenção e controle de doenças como também de promoção de um envelhecimento ativo e saudável, buscando uma maior autonomia e bem-estar."

Perto de chegar aos 60 anos e entrar para o grupo dos idosos, Lúcio Augusto de Oliveira começou a frequentar o CVI e se sente bem entre as pessoas de mais idade. "Já sofri um infarto e me cuido", contou, levando no peito a cicatriz da cirurgia cardíaca a que foi submetido. O professor de educação física César Roberto dos Santos, 77 anos, faz musculação na academia três vezes por semana e também caminhadas. Ontem, depois de deixar a mulher na aula de pilates, aproveitou o tempo de espera para andar em torno da Lagoa do Taquaral.

"O fato de Campinas ter muitos parques, como o Taquaral, estimula as pessoas a se exercitarem", afirmou. Para ele, a melhor qualidade de

vida, ampliação do acesso aos serviços de saúde e maior preocupação com os cuidados físicos ajudam a viver mais e com qualidade. "Quero chegar aos 89", disse.

Os pais dele morreram aos 54 anos, a mãe em virtude de câncer, e o pai de infarto. César dos Santos sofreu um acidente vascular cerebral (AVC) há 14 anos, quando exercia dupla função: diretor de escola e professor. Sem nenhuma sequelha do derrame, mantém as atividades físicas como um cuidado extra para manter a saúde.

Gerente de loja, hoje aposentada, Sandra Domingues Copola, 69 anos, se preocupa com a alimentação. Em busca de uma dieta mais equilibrada, ela revelou que consome muitas frutas e verduras. "Estou muito bem de saúde e quero continuar assim", completou.

"Consumir diariamente três porções de leite e derivados e uma porção de carnes,

aves, peixes ou ovos, retirar a gordura aparente das carnes e a pele das aves antes da preparação, torna esses alimentos mais saudáveis", disse Fábio Carvalho. Para o médico, a dieta saudável para o idoso inclui ainda arroz, feijão, consumo de pelo menos 2 litros de água, evitar refrigerante, suco e alimentos industrializados.

O aposentado José Luiz de Freitas, 69 anos, faz caminhadas rotineiras e sempre leva uma garrafa de água. "Ando pelo menos três vezes por semana", calculou no momento em que percorria a calçada da Avenida José de Souza Campos (Via Norte-Sul) para evitar o sol com a proteção da sombra das árvores.

A maior conscientização das pessoas com mais de 60 anos e ampliação das políticas para esse público são cada vez mais importantes diante do envelhecimento da população brasileira. O Censo de 2022 mostrou que a idade mediana passou de 29 anos em 2010 para 35 anos no último recenseamento feito pelo IBGE. De acordo com a contagem populacional, o Brasil também registrou o maior salto de envelhecimento entre dois censos desde 1940, passando a ter 55 idosos para cada 100 jovens. O IBGE divulgou ainda que a expectativa de vida de quem nasceu em 2022 é de 75,5 anos, contra 57 anos na década de 1970.

Seguindo uma tendência internacional, o país deve ter cada vez menos jovens e cada vez mais idosos. Essa mudança é apontada também na pesquisa "A tendência demográfica da Região Metropolitana de Campinas" realizada pelo Observatório PUC-Campinas. A projeção feita pelos pesquisadores da universidade apontou que em 2040 a RMC deverá ter 41 idosos e 22 jovens em cada grupo de 100 pessoas. O levantamento aponta para uma mudança profunda no perfil em quatro décadas. Em 2000, eram 39 jovens e 13 idosos.

