



Publicado em 11/09/2025 - 19:27

## **Aposentadoria tranquila? Estudo lista as cidades brasileiras que oferecem melhor qualidade de vida aos aposentados**

---

Escrito por Débora Araújo

Estudo do Instituto Longevity analisou 23 indicadores de saúde, economia e ambiente social para definir os municípios onde viver após se aposentar garante mais qualidade de vida.

A escolha de onde morar depois de se aposentar é uma decisão que vai muito além do gosto pessoal. Saúde, custo de vida, estrutura urbana e até o ambiente social fazem toda a diferença nessa fase da vida. Pensando nisso, o Instituto Longevity (IDL) elaborou um ranking nacional que aponta os municípios brasileiros mais indicados para aproveitar a aposentadoria com bem-estar e segurança.

O estudo utilizou 23 indicadores agrupados em três grandes dimensões: saúde, economia e socioambiental. A metodologia buscou medir desde a oferta de leitos hospitalares e taxas de vacinação até fatores como expectativa de vida, engajamento cívico e conectividade digital.

### **São Caetano do Sul no topo**

Segundo os dados, a campeã foi São Caetano do Sul (SP), cidade localizada na região metropolitana de São Paulo. Com pouco mais de 160 mil habitantes, o município se destaca pelo alto Índice de Desenvolvimento Humano (IDH), pela robusta infraestrutura de saúde e pela qualidade dos serviços públicos.

A cidade já é tradicionalmente reconhecida como uma das melhores do país em longevidade e expectativa de vida. Aliado a isso, o fácil acesso à capital paulista e a estabilidade econômica local pesaram na avaliação.

### **Santos e o litoral paulista em evidência**

Em terceiro lugar no levantamento aparece Santos (SP), também no estado de São Paulo. O município litorâneo reúne bons indicadores de saúde, rede hospitalar consolidada e uma das maiores expectativas de vida do país.

Para além dos números, Santos oferece um ambiente urbano que combina qualidade de vida e opções de lazer, como a orla da praia e equipamentos culturais. Não por acaso, a cidade costuma figurar entre as preferidas de aposentados que buscam equilíbrio entre infraestrutura e tranquilidade.

### **Outras cidades bem avaliadas**

O ranking também reforçou a presença de outros municípios já conhecidos pela boa qualidade de vida. Florianópolis (SC) aparece como destaque pela combinação entre natureza, segurança relativa e rede de serviços. Já Vitória (ES) foi lembrada pela elevada expectativa de vida e pela boa gestão urbana.

Porto Alegre (RS) e Niterói (RJ) também aparecem em análises paralelas como opções de destaque, cada uma com pontos fortes próprios: na capital gaúcha, a rede de saúde é referência; já em Niterói, a proximidade com o Rio de Janeiro sem abrir mão de índices sociais melhores faz diferença.

### **O que foi avaliado**

Entre os critérios analisados pelo Instituto Longevity estavam:

- Saúde: número de médicos e leitos hospitalares por habitante, taxa de vacinação, mortalidade por doenças crônicas e expectativa de vida;
- Economia: estabilidade financeira, capacidade de consumo da população idosa e políticas de apoio social;
- Socioambiental: índices de violência, participação em atividades comunitárias, preservação ambiental, conexões afetivas e acesso à internet.

A combinação desses fatores permitiu elaborar uma visão ampla do que realmente significa envelhecer com qualidade no Brasil.

### **Por que São Paulo domina o ranking?**

O fato de São Caetano do Sul e Santos aparecerem entre as primeiras colocações não é coincidência. O estado de São Paulo concentra a maior rede de hospitais e serviços de saúde do país, além de políticas públicas mais estruturadas para idosos.

Outro ponto é a infraestrutura urbana: transporte coletivo, acessibilidade e oferta de serviços básicos fazem diferença na vida de quem já passou dos 60 anos.

### **Aposentadoria além do dinheiro**

O levantamento também chama a atenção para um aspecto muitas vezes esquecido: aposentadoria não é apenas sobre renda, mas também sobre condições sociais e emocionais.

Ter acesso a atividades culturais, sentir-se integrado na comunidade e poder contar com redes de apoio são fatores que impactam diretamente a qualidade de vida. O estudo do IDL reforça que cidades com maior engajamento cívico e melhores relações comunitárias tendem a proporcionar mais bem-estar para aposentados.

### **Tranquilidade e dignidade após a aposentadoria é possível em várias cidades brasileiras**

O ranking do Instituto Longevity mostra que o Brasil tem sim cidades capazes de oferecer boas condições para quem busca tranquilidade e dignidade após se aposentar. São Caetano do Sul lidera pela excelência em indicadores de saúde e longevidade, seguida de perto por Santos e outras capitais regionais como Florianópolis e Vitória.

A mensagem é clara: escolher onde viver na aposentadoria pode ser decisivo para transformar essa fase da vida em um período de bem-estar, saúde e integração social. Para quem sonha com dias mais tranquilos, o mapa está traçado — basta decidir em qual dessas cidades viver o próximo capítulo da vida.

[=https://clickpetroleogas.com.br/instituto-revela-as-melhores-cidades-do-brasil-para-aproveitar-a-aposentadoria-sao-caetano-do-sul-e-santos-lideram-dsca00/](https://clickpetroleogas.com.br/instituto-revela-as-melhores-cidades-do-brasil-para-aproveitar-a-aposentadoria-sao-caetano-do-sul-e-santos-lideram-dsca00/)

**Veículo:** Online -> Site -> Site Click Petróleo e Gás

**Seção:** Cidades