

Descubra qual cidade lidera o ranking de melhor lugar para se aposentar no Brasil

Estudo nacional revela o município com melhor qualidade de vida para idosos, com destaque para saúde, mobilidade e inclusão social

Por Silvia Melo

Com o aumento da expectativa de vida e o envelhecimento acelerado da população brasileira, cresce também a preocupação com o bem-estar na terceira idade. Garantir um envelhecimento saudável vai muito além da renda: envolve acesso a serviços de saúde, segurança, lazer e políticas públicas voltadas à inclusão dos idosos.

Um levantamento recente do Instituto de Longevidade Mongeral, em parceria com o portal Rota de Férias, analisou dezenas de municípios brasileiros para descobrir quais oferecem as melhores condições para quem deseja aproveitar a aposentadoria com tranquilidade.

Os critérios que definem a “melhor cidade para se aposentar”

Para chegar ao resultado, o estudo utilizou o Índice de Desenvolvimento Urbano para Longevidade (IDL) e o Índice de Desenvolvimento Humano Municipal (IDHM), indicadores que avaliam desde infraestrutura urbana até acesso à saúde e educação. Também foram considerados o custo de vida, a mobilidade urbana e a existência de programas de apoio à população idosa.

Esses fatores combinados permitem identificar cidades que não apenas garantem qualidade de vida, mas também promovem autonomia e integração social aos aposentados.

São Caetano do Sul: referência em envelhecimento ativo

O levantamento apontou São Caetano do Sul, na região do ABC Paulista, como a melhor cidade do Brasil para se aposentar. O município se destacou por ter altos índices de longevidade, transporte público gratuito para idosos e uma rede completa de hospitais e unidades de saúde.

Além disso, São Caetano investe em projetos de inclusão digital e atividades sociais voltadas à terceira idade, fortalecendo o sentimento de pertencimento e comunidade entre os moradores.

De acordo com o levantamento, o sucesso da cidade não é coincidência. São Caetano trata o envelhecimento como prioridade nas políticas públicas, promovendo campanhas de prevenção de doenças, incentivo à prática de atividades físicas e ações de convivência social.

Essas iniciativas ajudam a manter a população idosa mais ativa, saudável e conectada com a vida urbana. O resultado é um modelo que pode inspirar outras cidades brasileiras a repensarem como cuidam de seus cidadãos mais experientes.

O exemplo que pode inspirar o país

O reconhecimento de São Caetano do Sul reforça a importância de planejar o envelhecimento de forma ampla — unindo saúde, lazer e participação social. À medida que o Brasil envelhece, cresce também a necessidade de criar cidades mais acolhedoras, acessíveis e preparadas para oferecer dignidade e bem-estar a quem já dedicou décadas de trabalho.

A lição é clara: envelhecer bem é possível, desde que se viva em um lugar que valorize o tempo, a experiência e o direito de cada pessoa de continuar fazendo parte ativa da sociedade.

<https://catracalivre.com.br/saude-bem-estar/descubra-qual-cidade-lidera-o-ranking-de-melhor-lugar-para-se-aposentar-no-brasil/>

Veículo: Online -> Site -> Site Catraca Livre

Seção: Cidades