



Publicado em 22/02/2026 - 08:29

## **Aposentados com 60 anos podem viver melhor na cidade eleita líder em longevidade e qualidade de vida**

---

*Cidade une longevidade e rotina tranquila para aposentados.*

Por Maura Pereira

A 12 km do centro de São Paulo, uma cidade de 15 km<sup>2</sup> concentra o que capitais inteiras não conseguem oferecer a quem se aposenta. São Caetano do Sul lidera o Índice de Desenvolvimento Humano Municipal (IDHM) do país desde 1991 e ocupa o primeiro lugar no ranking de longevidade urbana e qualidade de vida entre todos os municípios brasileiros.

Em 28 de julho de 1877, 28 famílias de imigrantes vindas da província de Treviso desembarcaram nas terras de Tijucuçu para formar o núcleo colonial criado pelo Império. O solo argiloso frustrou a lavoura, mas favoreceu as olarias que abasteceram a construção civil paulistana no início do século XX. Esse barro virou tijolo, e os tijolos viraram cidade.

A emancipação veio em 1948, após um plebiscito com mais de 5 mil assinaturas. São Caetano do Sul se separou de Santo André e, em menos de cinco décadas, saiu da condição de distrito para o topo do desenvolvimento humano no país. A herança italiana segue viva no Bairro Fundação, onde o Museu Histórico Municipal funciona no antigo Palacete De Nardi, construído no final do século XIX por uma das famílias pioneiras.

### **Por que a Forbes elegeu o município a melhor para aposentados?**

A resposta está nos números. O IDHM de São Caetano é 0,862, o mais alto do Brasil segundo o Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento (IBGE). A mortalidade infantil é de 4,46 por mil nascidos vivos, e o saneamento atende 100% da população em água, esgoto e coleta de resíduos. Pouquíssimas cidades

brasileiras alcançam essa marca.

A Revista Forbes considerou critérios como acesso à saúde, opções de moradia e oferta cultural. A cidade do Grande ABC se destacou em todos. Para quem busca qualidade de vida após décadas de trabalho, os indicadores confirmam o que os moradores já sabem: São Caetano entrega o que promete.

Descubra por que São Caetano do Sul ostenta o maior IDHM do Brasil. O vídeo é do canal MAIS 50, com mais de 730 mil inscritos, e detalha a infraestrutura, segurança e o custo de vida na cidade referência em qualidade de vida.

### **Os números por trás da líder em longevidade urbana**

O Índice de Desenvolvimento Urbano para Longevidade (IDL), do Instituto de Longevidade, avalia 23 indicadores de saúde, dados socioambientais e econômicos em todos os 5.570 municípios do país. São Caetano do Sul ocupa o primeiro lugar desde 2020, à frente de Vitória, Santos, Florianópolis e Curitiba.

A cidade tem a terceira maior expectativa de vida aos 60 anos entre municípios com mais de 100 mil habitantes e, proporcionalmente, a segunda maior população de idosos nessa mesma faixa. Nota máxima nos indicadores de leitos hospitalares e de profissionais de saúde completa o quadro. São Caetano trata o envelhecimento como prioridade de governo, não como pauta secundária.

### **Seis clubes da terceira idade e uma universidade aberta**

A Prefeitura de São Caetano do Sul mantém seis CISEs (Centros Integrados de Saúde e Educação), espaços abertos a moradores a partir dos 50 anos. O cardápio de atividades inclui violão, teatro, canto, dança, ginástica, yoga, Pilates, hidroginástica, bocha, vôlei, artesanato e idiomas, tudo combinado com atendimento em saúde.

A UniMais, parceria da Prefeitura com a Universidade Municipal de São Caetano do Sul (USCS), funciona como universidade aberta da terceira idade. Não exige escolaridade prévia e oferece disciplinas como Música e Saúde, Nutrição, Informática, Teatro e Turismo. Para quem quer ocupação e renda, o Programa Agente Cidadão Sênior, criado em 2007, insere idosos na prestação de serviços em departamentos públicos.

### **O que fazer no dia a dia na menor cidade do ABC?**

Com apenas 15,3 km<sup>2</sup> de área totalmente urbana, São Caetano do Sul compensa a falta de zona rural com espaços bem cuidados. O Espaço Verde Chico Mendes, no bairro Cerâmica, ocupa 140 mil m<sup>2</sup> e reúne lago, pistas de caminhada (com quatro percursos aferidos), sete quadras, mesas de xadrez e feira de artesanato aos fins de semana. Um túnel conecta o parque ao vizinho Parque Catarina Scarparo D'Agostini.

A Fundação das Artes oferece cursos de artes visuais, dança, música e teatro, além de abrigar a Orquestra Filarmônica de São Caetano do Sul. O Teatro Paulo Machado de Carvalho, com 1.350 lugares, é a maior casa de espetáculos da região. Em agosto, a Festa Italiana toma o Bairro Fundação ao longo de quatro fins de semana. A 32ª edição, em 2025, reuniu 156 mil pessoas e arrecadou R\$ 4,6 milhões revertidos a 32 entidades assistenciais.

Leia também: Com abismos de 900 metros, a “Terra dos Cânions” foi esculpida há milhões de anos na América do Sul.

### **Quando o clima favorece cada tipo de passeio?**

O clima subtropical úmido da capital do maior IDH brasileiro segue o padrão da Região Metropolitana de São Paulo. O verão concentra as chuvas e as tardes mais quentes, enquanto o inverno seco e ameno é a melhor época para aproveitar parques e eventos ao ar livre.

### **Como chegar à cidade com o melhor IDH do país?**

São Caetano do Sul fica a 12 km do centro de São Paulo pela rodovia Anchieta ou pelas avenidas do Estado e Salim Farah Maluf, cerca de 20 minutos sem trânsito. A Linha 10-Turquesa da CPTM conecta a cidade à Estação da Luz e ao restante da malha metroferroviária paulistana. Os aeroportos de Congonhas (18 km) e Guarulhos (42 km) atendem voos domésticos e internacionais.

### **Uma cidade que cuida de quem já cuidou de tudo**

São Caetano do Sul não é apenas uma linha em rankings. É uma cidade compacta que transformou limitação territorial em eficiência urbana, herança italiana em identidade viva e políticas de longevidade em rotina de cada bairro. Os números explicam, mas o cotidiano confirma.

Você precisa conhecer São Caetano do Sul de perto para entender por que quem se aposenta ali não quer morar em outro lugar.

<https://www.tupi.fm/entretenimento/aposentados-com-60-anos-podem-viver-melhor-na-cidade-eleita-lider-em-longevidade-e-qualidade-de-vida/>

**Veículo:** Online -> Site -> Site Rádio Tupi 96.5 FM - RJ

**Seção:** Cidades