

## **Aposentados após os 60 podem viver mais felizes na cidade líder em rankings de longevidade e qualidade de vida**

---

Por Maura Pereira



*São Caetano do Sul prova que longevidade não depende apenas de hospitais, mas de um conjunto que inclui transporte acessível, lazer ativo, segurança e vínculos comunitários. / Imagem ilustrativa*

A 12 km do centro de São Paulo, um município de apenas 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) em qualidade de vida do país há mais de três décadas e ocupa o primeiro lugar no ranking nacional de longevidade urbana.

### **De olaria imperial a líder nacional em qualidade de vida**

Em 28 de julho de 1877, 28 famílias vindas da província de Treviso, no norte da Itália, desembarcaram nas terras de Tijuçu para formar o núcleo colonial criado pelo Império. O solo argiloso frustrou a lavoura, mas revelou outra vocação: as olarias que abasteceram a construção civil paulistana no início do século XX,

incluindo tijolos para obras como o Mosteiro de São Bento.

A emancipação veio só em 1948, após um abaixo-assinado com mais de 5 mil assinaturas. Desde então, a antiga colônia italiana se transformou na cidade com o IDH mais alto do Brasil (0,862), posição que ocupa de forma ininterrupta desde 1991, segundo o IBGE/PNUD.



*A cidade registra a terceira maior expectativa de vida aos 60 anos entre municípios com mais de 100 mil habitantes e nota máxima em leitos hospitalares e profissionais de saúde por habitante. / Imagem ilustrativa*

### **Por que São Caetano do Sul lidera o ranking de longevidade?**

O Índice de Desenvolvimento Urbano para Longevidade (IDL), do Instituto de Longevidade MAG, avaliou 23 indicadores de saúde, economia e meio ambiente nos 5.570 municípios brasileiros. São Caetano ficou em primeiro lugar pela terceira edição consecutiva, à frente de Vitória, Santos, Florianópolis e Curitiba.

A cidade registra a terceira maior expectativa de vida aos 60 anos entre municípios com mais de 100 mil habitantes e nota máxima em leitos hospitalares e profissionais de saúde por habitante. Um dado da Fundação Seade explica o contexto: 24,8% da população local já é formada por idosos, proporção que o restante do Brasil só deve atingir em 2050.

São Caetano do Sul é a cidade com o maior IDH do Brasil. O vídeo é do canal MAIS 50, com mais de 480 mil inscritos, e detalha o custo de vida, a segurança e a infraestrutura dessa referência no ABC paulista:

### **Como é a rotina de quem mora na cidade do ABC?**

Com 165 mil habitantes distribuídos em 15 bairros, São Caetano é compacta e 100% urbana. A maioria dos serviços fica a poucos minutos de casa, o que reduz deslocamentos e facilita o dia a dia de quem tem mobilidade reduzida. Bairros como Santa Paula e Barcelona concentram a verticalização, mas mantêm ruas arborizadas e calçadas niveladas.

Desde novembro de 2023, o Programa Tarifa Zero garante gratuidade nos ônibus municipais para moradores. A medida, segundo a Agência Brasil, dobrou o número de passageiros diários no primeiro mês de operação. Para o aposentado, isso significa liberdade para ir a consultas, frequentar parques ou visitar amigos sem custo com transporte.

### **O que a cidade oferece para quem tem mais de 60 anos?**

São Caetano trata o envelhecimento como prioridade de governo. A rede de apoio ao público sênior vai além dos consultórios médicos.

- CISEs (Centros Integrados de Saúde e Educação): seis unidades funcionam como clubes da terceira idade, com aulas de hidroginástica, yoga, dança, teatro, idiomas e atendimento de saúde integrado.
- UniMais (Universidade Aberta da Terceira Idade): parceria entre a Prefeitura e a USCS, com disciplinas de música, nutrição, informática e turismo, sem exigência de escolaridade prévia.
- Programa Agente Cidadão Sênior: criado em 2007, oferece ocupação e renda a idosos por meio de serviços em departamentos públicos.
- Espaço Verde Chico Mendes: 140 mil m<sup>2</sup> de área verde com pistas de cooper, sete quadras, lago e feira de artesanato aos fins de semana. Uma passagem subterrânea conecta o parque ao vizinho Parque Catarina Scarparo D'Agostini.
- Museu Histórico Municipal: instalado no Palacete De Nardi, residência de uma das primeiras famílias de imigrantes, com acervo que conta a saga dos colonos italianos.



*São Caetano do Sul prova que longevidade não depende apenas de hospitais, mas de um conjunto que inclui transporte acessível, lazer ativo, segurança e vínculos comunitários. / Créditos: depositphotos.com / luisrftc*

### Quando o clima favorece os passeios ao ar livre?

O clima subtropical do ABC Paulista, com altitude média de 760 m, evita extremos de temperatura. Verões são quentes e chuvosos, invernos secos e amenos.



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

São Caetano fica a 12 km do centro de São Paulo, com acesso pela Anchieta-Imigrantes ou pela Avenida do Estado. A Linha 10-Turquesa da CPTM conecta a cidade à capital em cerca de 30 minutos. O Aeroporto de Congonhas está a menos de 10 km.

### **A cidade onde envelhecer é um projeto coletivo**

São Caetano do Sul prova que longevidade não depende apenas de hospitais, mas de um conjunto que inclui transporte acessível, lazer ativo, segurança e vínculos comunitários. Poucos lugares no Brasil reúnem esses elementos em um território tão compacto e bem organizado.

Se você busca um lugar para viver a aposentadoria com autonomia e bem-estar, vale conhecer de perto a cidade do ABC que transformou o cuidado com o idoso em marca registrada.

<https://terrabrasilnoticias.com/2026/03/aposentados-apos-os-60-podem-viver-mais-felizes-na-cidade-lider-em-rankings-de-longevidade-e-qualidade-de-vida/>

**Veículo:** Online -> Site -> Site Terra Brasil Notícias

**Seção:** São Caetano