

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

Redação

Enquanto o restante do Brasil só deve ter um em cada quatro habitantes com mais de 60 anos em 2050, São Caetano do Sul já chegou lá. No município do ABC Paulista, essa realidade é hoje, e a cidade construiu uma estrutura inteira de qualidade de vida à altura dela.

O que faz de São Caetano a melhor cidade para envelhecer?

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, com média geral de 78,2 anos, segundo a Prefeitura de São Caetano do Sul.

Os números da saúde explicam parte do resultado. O município está entre os cinco com maior número de profissionais de saúde por habitante no país e é o segundo em procedimentos hospitalares realizados. A Revista Forbes chegou a eleger São Caetano a melhor cidade do [Brasil](#) para se aposentar, citando acesso à saúde, moradia e oferta cultural. Um dado da Fundação Seade fecha o contexto: 24,8% da população local já é formada por idosos, proporção que o restante do Brasil só deve atingir em 2050.

Como é a rotina de quem mora no município do ABC?

A vida cotidiana em São Caetano tem uma característica rara numa cidade a 12 km de São Paulo: tudo fica perto. O território compacto e 100% asfaltado significa que consultas, mercados, parques e centros culturais estão a poucos minutos a pé ou de ônibus. E o ônibus, desde 2025, é gratuito para todos os moradores, com o programa de tarifa zero que garante liberdade de deslocamento sem custo.

A Rua Visconde de Inhaúma funciona como coração comercial a céu aberto. Já a Avenida Presidente Kennedy fecha para carros aos domingos e vira parque linear para caminhadas e ciclismo. As calçadas bem niveladas em boa parte dos bairros facilitam a locomoção de quem tem mobilidade reduzida, detalhe que faz diferença no dia a dia de quem tem mais de 60 anos.

São Caetano do Sul é um exemplo de desenvolvimento urbano, ostentando o maior IDHM do Brasil entre mais de 5.500 municípios. O vídeo é do canal MAIS 50, que conta com mais de 280 mil inscritos, e detalha por que a cidade é uma das mais desejadas para se viver no ABC Paulista:

Quais programas a cidade oferece para a terceira idade?

São Caetano trata o envelhecimento como política permanente, não como pauta eventual. A estrutura dedicada à terceira idade é uma das mais completas do país e está detalhada no portal da prefeitura.

- CISEs (Centros Integrados de Saúde e Educação): cinco unidades exclusivas para moradores com mais de 50 anos, com natação, pilates, bailes, cursos de idiomas e acompanhamento de saúde integrado.
- UniMais (Universidade Aberta da Terceira Idade): parceria entre a prefeitura e a USCS com disciplinas de música, nutrição, informática e turismo. Não exige escolaridade prévia, apenas leitura e escrita básicas.
- Programa Agente Cidadão Sênior: criado em 2007, oferece ocupação e renda complementar a idosos por meio de serviços em departamentos públicos municipais.
- Espaço Verde Chico Mendes: área verde de 140 mil m² com pistas de cooper, sete quadras esportivas, lago e feira de artesanato nos fins de semana. Uma passagem subterrânea conecta o parque ao Parque Catarina Scarparo D'Agostini.
- Museu Histórico Municipal: instalado no Palacete De Nardi, residência de uma das primeiras famílias de imigrantes, com acervo sobre a saga dos colonos italianos e as raízes da cidade.

Como é o clima ao longo do ano no município?

São Caetano tem clima subtropical úmido, com verões quentes e chuvosos e invernos amenos e secos. A altitude média de 760 metros suaviza as temperaturas

em relação à capital paulista.

Como chegar a São Caetano do Sul saindo de São Paulo?

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

Vale morar na cidade que já ensina o Brasil a envelhecer bem

São Caetano do Sul é pequena no mapa, mas grande nos números que importam: longevidade, saúde, segurança e sentido de comunidade. A herança italiana que construiu a cidade também moldou um jeito de viver coletivo que resiste ao tempo.

Se você busca uma aposentadoria com autonomia, estrutura de verdade e uma cidade que enxerga o envelhecimento como prioridade, São Caetano do Sul merece ser conhecida de perto, e quem chega raramente quer ir embora.

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

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

Seção: São Caetano