APRESENTAÇÃO EXCLUSIVA
PARA A IMPRENSA

ILP

(Indicador de Longevidade Pessoal)

Um novo olhar sobre o futuro da vida e do envelhecer.



Há mais de duas décadas, o Grupo Bradesco Seguros faz da ***LONGEVIDADE*** *um compromisso.*



Para nós,
LONGEVIDADE
não é sobre viver
mais tempo.



*É sobre **GARANTIR CONTINUIDADE** diante das transformações da vida.*



*Em 2025, temos orgulho em **AMPLIAR** o estudo do Indicador de Longevidade Pessoal (ILP).*

*Com 4.400 participantes em todo o país, construímos a maior e mais completa base de dados individuais sobre longevidade no Brasil – **um estudo inédito por sua abrangência e profundidade.***



Edelman | bradesco seguros

Edelman | bradesco seguros

A cada ano, o Brasil fala mais sobre longevidade e de novas formas.

Estão prontos para ver como essa conversa tem se transformado?



Edelman | bradesco seguros

A expectativa de vida

do brasileiro segue em crescimento consistente.



Em **2050**, quase 30% da população – mais de **66 milhões de pessoas** – terá mais de 60 anos, de acordo com o IBGE.

Mas, afinal, **estamos preparados para viver mais e melhor?**

O **ILP** parte dessa reflexão e considera **seis pilares fundamentais**, desenvolvidos em parceria com o gerontólogo **Alexandre Kalache**, que ajudam a compreender o que realmente sustenta uma vida longa e plena.

A seguir, relembre quais são os pilares.



Edelman | bradesco seguros

Atitudes em relação à longevidade
(20 pontos)

- Conhecimento do conceito de longevidade
- Importância atribuída à longevidade
- Impacto da longevidade nas ações
- Aprendizagem ao longo da vida
- Idadismo internalizado

Saúde física
(20 pontos)

- Hábitos alimentares
- Prática de atividade física
- Consumo / abuso de álcool
- Tabagismo
- Qualidade do sono
- Qualidade da saúde

Saúde mental
(20 pontos)

- Desfrutar a vida
- Lazer / atividades prazerosas
- Sentimentos negativos
- Autoestima
- Concentração nas tarefas cotidianas

Interações sociais e meio ambiente
(20 pontos)

- Relações pessoais
- Apoio social
- Crenças pessoais
- Vida sexual
- Ambiente

Cuidados de Saúde e Prevenção
(10 pontos)

- Satisfação com o acesso a serviços de saúde
- Atitude relacionada à prevenção
- Cuidados preventivos

Finanças
(10 pontos)

- Metas financeiras
- Controle de gastos
- Endividamento
- Planejamento para aposentadoria





INDICADOR DE LONGEVIDADE PESSOAL 2025

Edelman | bradesco seguros

PONTUAÇÃO MÉDIA
61

A pesquisa, realizada pela Edelman, ouviu

o Brasil inteiro

Alcançando 4.400 pessoas[1] com foco nos principais estados de cada região[2].

O público testado é composto por **pessoas de perfis diversos** (gênero, etnia, idade, renda etc.) representando as **principais características da população brasileira**.



1.Pesquisa digital por autopreenchimento realizada no mês
de setembro de 2025, com margem de erro de 1,5 ponto percentual. 2. CNSeg.



Edelman | bradesco seguros

Vamos aos principais achados desta nova edição do ILP,

um retrato atual de como o Brasil está vivenciando a longevidade.

Para a maioria, o envelhecimento é percebido com naturalidade e leveza: apenas 17% o encaram como algo negativo

Interesse pela longevidade aumenta com a idade: **pessoas 50+ lideram em interesse para aprender sobre o tema (45%)**, enquanto mais jovens mostram menor engajamento (25%)

7 em cada 10 pessoas **se inspiram em pessoas mais velhas**, enquanto apenas 10% têm jovens como referência



Mais de 70% das pessoas defendem a importância de aprender coisas novas ao longo da vida e a necessidade de políticas para garantir segurança às pessoas mais velhas

Edelman | bradesco seguros

PONTUAÇÃO MÉDIA
64

1º PILAR

Atitudes em relação à longevidade

Um tema que inspira cuidado e curiosidade, mas ainda pede mais entendimento e protagonismo



Além de muito relevante, a longevidade é percebida como essencial para a maior parte da população

84% *das pessoas a consideram prioridade ou se importam muito com o tema. Além disso, 4 em cada 10 sabem exatamente o que significa longevidade.*

Ainda sobre conhecimento

78% *das pessoas buscam novas habilidades e conhecimentos com frequência*

E, entre o público com mais de 50 anos, o número é ainda mais relevante: 85% buscam aprender novas habilidades ou adquirir conhecimentos.

Edelman | bradesco seguros

2º PILAR

Saúde física

Na teoria, a saúde é encarada como uma prioridade. Na prática, a rotina nem sempre acompanha

PONTUAÇÃO MÉDIA
65





3 em cada 4 pessoas praticam atividade física, mas apenas 36% mantêm rotina de 4 dias ou mais por semana

74% da população pratica alguma atividade física, com destaque para os homens (79%) e para o público 50+ (74%), que também é o mais constante na prática

Edelman | bradesco seguros

PONTUAÇÃO MÉDIA
56



3º PILAR

Saúde mental

Cuidar da mente é um desafio para os mais jovens, e a calma se torna o novo luxo da maturidade

A satisfação pessoal cresce com a idade



das pessoas com 50 anos ou mais dizem sentir-se bastante ou extremamente bem consigo mesmas

A longevidade emocional não está apenas em viver mais, mas em aprender a estar bem consigo mesmo ao longo do tempo.

A maturidade fortalece a percepção de que cuidar da mente é cuidar da vida:

9 em cada 10 brasileiros reconhecem que suas ações de saúde mental ajudam na longevidade

A percepção é ainda mais forte entre o público com mais de 50 anos.

98% da audiência acima de 50

94% 30 – 49 anos | **89%** 18 – 29 anos

Edelman | bradesco seguros

PONTUAÇÃO MÉDIA
62

4º PILAR

Interações e ambiente social

A idade fortalece vínculos e propósito, enquanto a juventude ainda busca conexão e equilíbrio com o entorno



Satisfação com os laços pessoais e propósito de vida crescem com a idade

53%

dos brasileiros se declaram satisfeitos ou muito satisfeitos com seus relacionamentos pessoais

63%

do público com mais de 50 anos

49% público 18-29 anos

70%

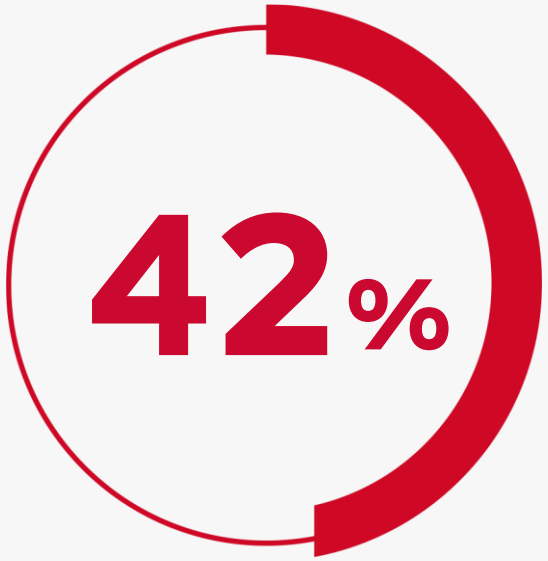
dos brasileiros apontam que suas crenças pessoais dão bastante ou extremo sentido à vida

79%

do público com mais de 50 anos

65% público 18-29 anos

Se sentir plenamente bem em seu ambiente social é um desafio para os brasileiros



das pessoas avaliam seu ambiente como bastante ou extremamente saudável.



o consideram nada ou pouco saudável

Edelman | bradesco seguros

PONTUAÇÃO MÉDIA
62

5º PILAR

Cuidados de saúde e prevenção

A consciência sobre a prevenção existe, mas o desafio ainda é agir com antecedência

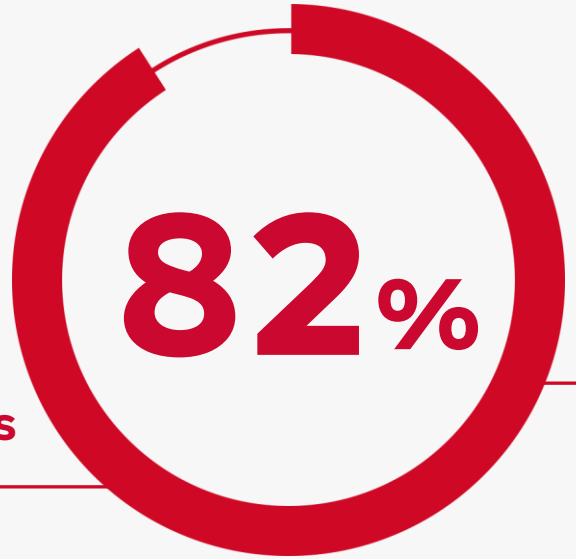


O acesso à informação preventiva cresce com a idade

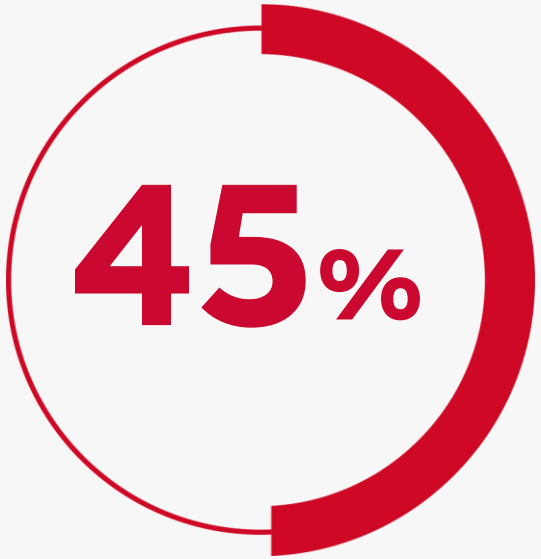


das pessoas se atentam a informações preventivas

Contudo, o interesse segue maior **entre mulheres**



e pessoas com 50 anos ou mais (87%)



das pessoas procuram atendimento médico apenas diante de sintomas,
enquanto 41% o fazem de forma preventiva

Mais jovens tendem a agir de forma reativa,
procurando atendimento apenas quando percebem algum problema.

50% entre 18-29 anos.

Edelman | bradesco seguros

PONTUAÇÃO MÉDIA
47

6º PILAR

Finanças

Hábitos financeiros refletem necessidade de maturidade e renda para solidificar planejamento a longo prazo



A população se divide entre quem gasta acima da renda e quem consegue manter o equilíbrio com destaque para a disparidade financeira entre gerações.

55% dos mais jovens (18–29 anos)

relatam gastos acima da renda.

Enquanto apenas

34% das pessoas com 50 anos ou mais

gastam mais do que recebem.

O planejamento de longo prazo ainda é um desafio.



2 a cada 3 pessoas apontam não ter reserva para a aposentadoria

O hábito de poupar cresce com a idade:
41% das pessoas com 50 anos ou mais têm algum fundo, contra 31% entre os jovens (18-29 anos).



Edelman | bradesco seguros

Panorama da Longevidade por 10 estados* do Brasil

*Foram selecionados os 2 principais estados de cada região de acordo com ranking da CNSEG

Desempenho Regional:

São Paulo e Rio de Janeiro superam a média nacional.

Paraná apresenta o menor índice geral

Reflexo de maiores desafios nos pilares de ***Saúde Mental e Finanças Pessoais.***





64 pontos
São Paulo



63 pontos
Rio de Janeiro



62 pontos
Pará



61 pontos
Bahia



61 pontos
Goiás



61 pontos
Pernambuco



61 pontos
Rio Grande do Sul



60 pontos
Amazonas



60 pontos
Distrito Federal

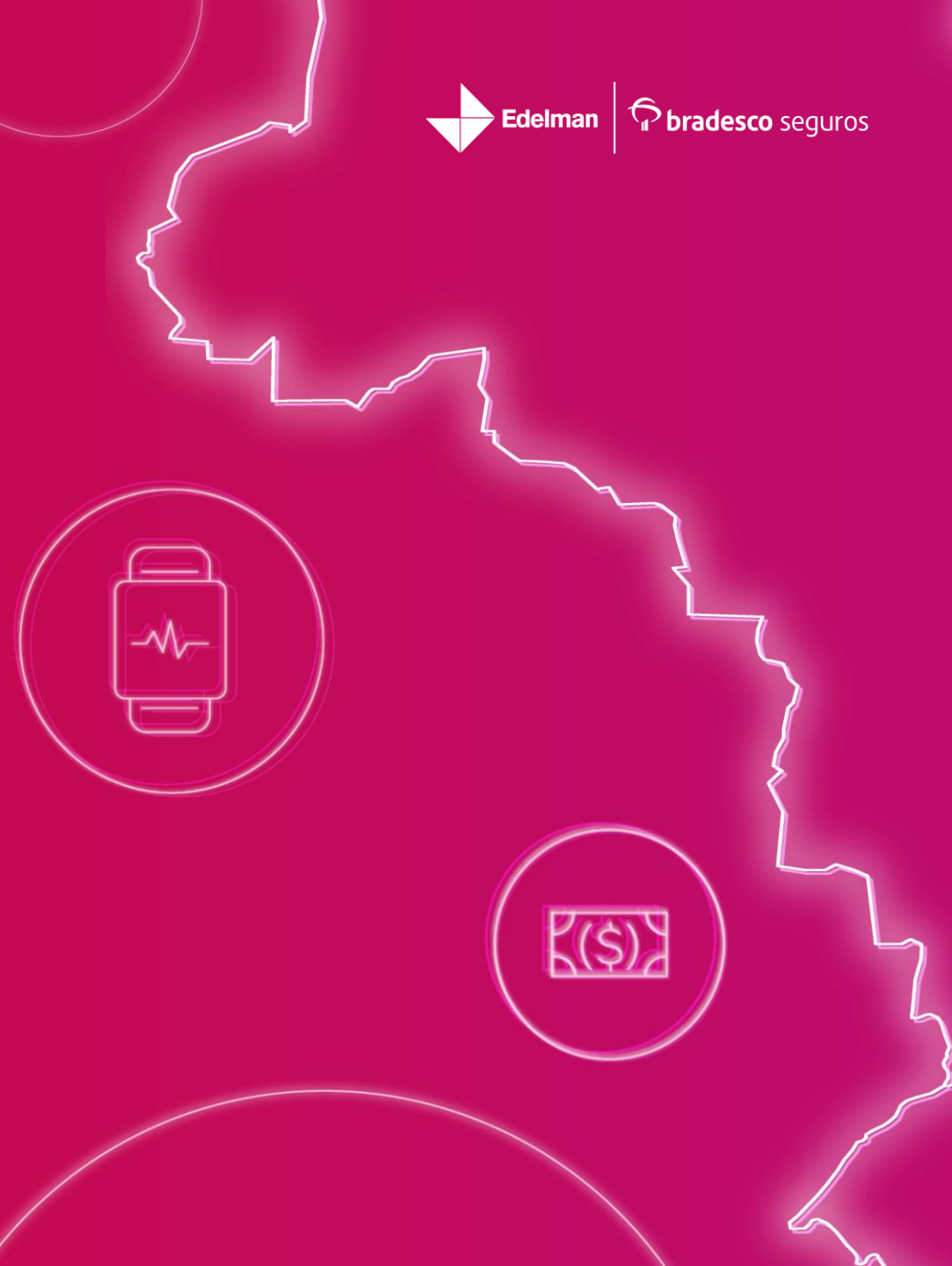


59 pontos
Paraná

Edelman | bradesco seguros

Entender a longevidade regional é compreender as múltiplas formas de viver bem no Brasil.

A seguir, conheça os principais achados do ILP por estado*



*Foram selecionados os 2 principais estados de cada região de acordo com ranking da CNSEG

Sudeste*



São Paulo (64 pontos)

79% sempre ou frequentemente consideram o impacto de suas atitudes no futuro.

Saúde se destaca: 81% buscam conhecimento sobre prevenção e 73% mantêm rotina de exercício.

Rio de Janeiro (63 pontos)

91% das pessoas acima dos 50 anos buscam se informar sobre exames preventivos.

49% estabelecem metas financeiras de longo prazo e se esforçam muito/totalmente para alcançá-las.

*Foram selecionados os 2 principais estados de cada região de acordo com ranking da CNSEG

Sul*

Paraná (59 pontos)

Apenas 30% consideram a longevidade uma prioridade em suas vidas.

Atualmente, somente 33% buscam atendimento de forma preventiva.



Rio Grande do Sul (61 pontos)

43% das pessoas gaúchas entre os 30 e 49 anos buscam atendimento preventivo.

Porém finanças ainda é um desafio para todos: 71% das pessoas do estado declaram que possuem dívidas, e somente 36% demonstram segurança em pagá-las no futuro.

*Foram selecionados os 2 principais estados de cada região de acordo com ranking da CNSEG

Nordeste*



Bahia (61 pontos)

76% praticam alguma atividade física na semana. E 81% não fumam.

Por outro lado, em finanças, 70% possuem alguma dívida.

Pernambuco (61 pontos)

Maioria da população (83%) têm conhecimento sobre longevidade, contudo apenas 30% possuem reserva financeira dedicada à aposentadoria.

*Foram selecionados os 2 principais estados de cada região de acordo com ranking da CNSEG

Norte*



Amazonas (60 pontos)

77% da população reconhece que suas atitudes atuais impactam diretamente sua vida futura. 87% não fumam e mais da metade (52%) não consome bebidas alcoólicas.

Por outro lado, desafios aparecem em finanças, e 69% não têm reservas para aposentadoria.

Pará (62 pontos)

Saúde é prioridade para paraenses: 77% afirmam praticar algum esporte ou exercícios físicos na semana e 79% procuram se informar sobre exames preventivos.

Contudo, finanças é o principal desafio: apenas 19% declaram que
os gastos foram menores em relação à renda nos últimos 12 meses.

*Foram selecionados os 2 principais estados de cada região de acordo com ranking da CNSEG

Centro-Oeste*



Distrito Federal (60 pontos)

Apesar de 79% buscarem novas habilidades ou aprendizados com alta frequência, o conhecimento sobre longevidade ainda é limitado – apenas 36% sabem exatamente o que significa longevidade.

Em finanças, 67% afirmam não possuir reservas para aposentadoria. Ainda assim, 40% declaram estabelecer e se esforçar muito/totalmente para alcançar metas financeiras de longo prazo.

Goiás (61 pontos)

Estado se destaca nos pilares de saúde física e prevenção: 76% buscam conhecimento sobre exames preventivos e 71% praticam alguma atividade física na semana.

Por outro lado, 69% não têm reserva para aposentadoria.

*Foram selecionados os 2 principais estados de cada região de acordo com ranking da CNSEG

As diferenças regionais revelam que a longevidade no Brasil não depende apenas do tempo que se vive, mas de como cada território enfrenta seus próprios desafios sociais, emocionais e econômicos.



Aprendizados e próximos passos

APRENDIZADOS

A pesquisa de 2025 demonstra que a longevidade da população brasileira
ainda requer **debate, planejamento e educação**.

Os dados reforçam que **viver mais e melhor passa por escolhas diárias
de cuidado, prevenção e planejamento financeiro.**

Para que isso aconteça, é fundamental transformar o tema em uma **conversa contínua e colaborativa**, além de **intensificar a educação sobre o tema, especialmente para os mais jovens.**

Porque **longevidade deve ser vivida hoje** e só será possível
se for **construída de forma coletiva.**



Edelman | bradesco seguros

Sessão de perguntas e respostas

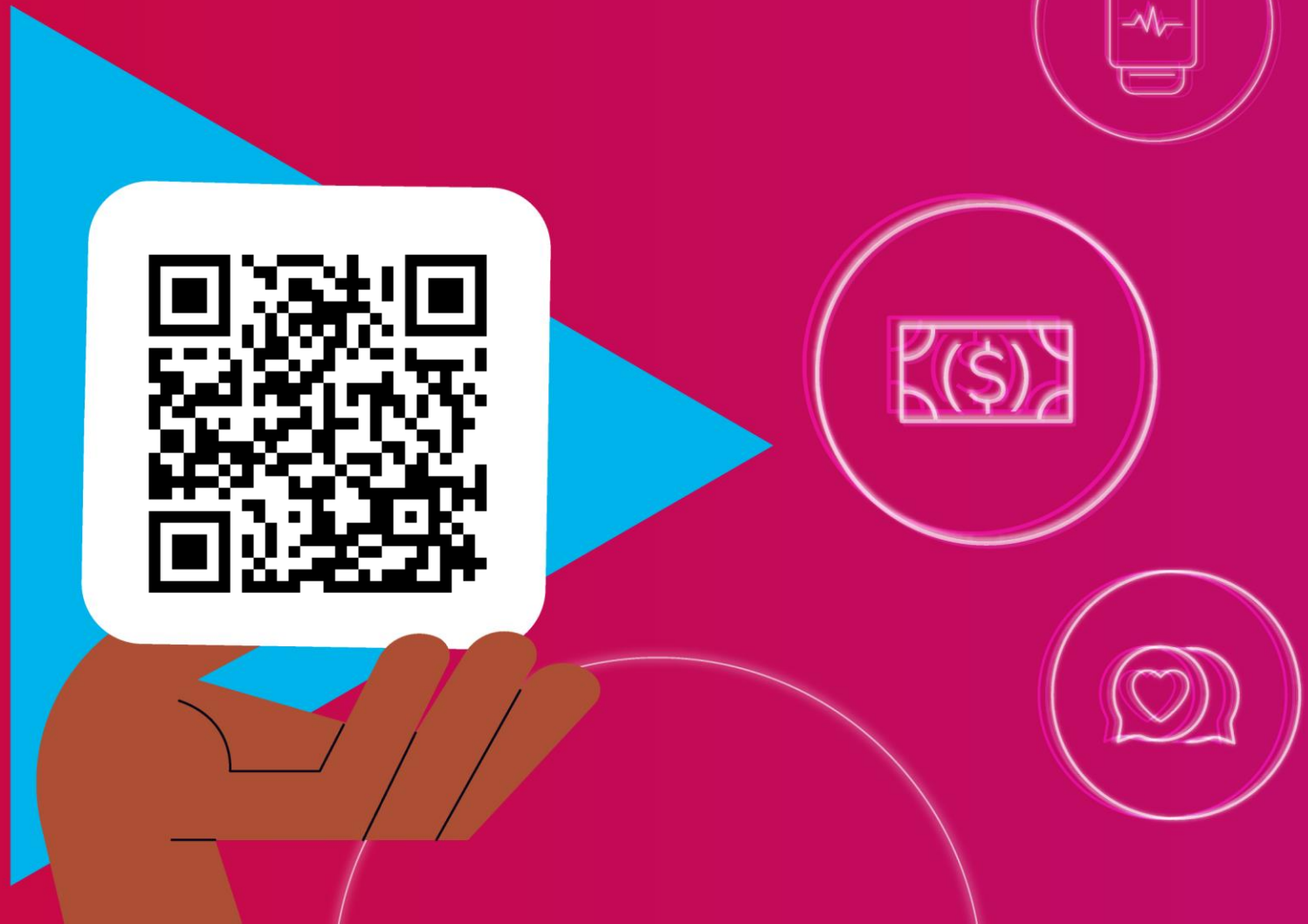


Edelman | bradesco seguros

VAMOS FAZER O TESTE?

Escaneie o QR Code para responder as perguntas e

Atualize o seu ILP



Agradecemos

