

Valor do conceito longevidade para o futuro ainda é pouco percebido por brasileiros

Reunindo experts que mapeiam desafios de viver mais e melhor, fórum do Grupo Bradesco Seguros chega à 17ª edição com pesquisa inédita

Em pesquisa realizada pelo Grupo Bradesco Seguros, em parceria com o Instituto de Pesquisa Locomotiva e o especialista em envelhecimento Alexandre Kalache, 9 em cada 10 pessoas dizem ter algum conhecimento sobre o conceito de longevidade, mas apenas 38% declaram saber exatamente o seu significado.

Para fazer planos de viver mais e melhor, é preciso dominar esse conceito e os pilares que o sustentam. Foi em torno dessa questão central que o XVII Fórum Longevidade, realizado pelo Grupo Bradesco Seguros, ocupou o Teatro Bradesco, em São Paulo, no último dia 8.

O tema foi debatido dentro das várias áreas que compõem a construção da longevidade, da saúde às finanças, com participação de especialistas do Brasil e do exterior, como a cientista Lygia de Veiga Pereira, tida como uma das mais renomadas geneticistas do mundo, o economista Eduardo Gianetti e Alexandre Sidorenko, expert em políticas internacionais sobre envelhecimento.

Também estiveram no evento a atriz e cantora Zezé Motta, reconhecida como um ícone da longevidade, e a atriz e apresentadora Cissa Guimarães, que atuou como mestre de cerimônias e mediadora das conversas. A escritora Martha Medeiros e o apresentador Pedro Bial completaram o time de convidados especiais.

Luiz Carlos Trabuco, presidente do Conselho de Administração do Bradesco, destacou a mudança constante da perspectiva da velhice, atualizada constantemente pelos indicadores sociais:

— Quando criamos o Fórum, no início do século, nossa preocupação era fazer as pessoas pensarem no futuro, porque as chances desse futuro existir eram cada vez maiores. O recente dado divulgado pelo IBGE que mostra a disparada da esperança de vida ao nascer — que pulou de 66,9 anos em 1991 para 76,4 anos em 2023, e deve chegar aos 83,9



Zezé Motta, Martha Medeiros e Pedro Bial em foto com executivos e lideranças do Grupo Bradesco Seguros



“O grande desafio da genética do século 21 é entender quais são as variações genéticas relacionadas à saúde”
LYGIA DE VEIGA PEREIRA
geneticista, pesquisadora da USP

antes de passar a fazer parte desta população é essencial: — Envelhecer não pode estar apenas no futuro; é uma ação que nos remete ao tempo presente.

Quem concorda e ecoa essa questão é Alexandre Kalache. Para ele, é preciso construir o envelhecimento de formativa, e esse caminho começa muitos anos antes:

— O envelhecimento não é súbito; ele é uma construção.

Para ajudar a guiar esta construção, é possível lançar mão do ILP — Indicador de Longevidade Pessoal, um sistema desenvolvido por especialistas combinando uma metodologia inédita à experiência de mais de 20 anos do Grupo Bradesco Seguros no debate sobre longevidade.

Mapeando áreas essenciais na concepção e realização de uma vida longa e com qualidade, como saúde mental e financeira, o ILP foi base para a pesquisa que revelou o pouco conhecimento médio nacional sobre longevidade.

anos em 2070 — mostra que o futuro já chegou.

Carlos Marinelli, CEO da Bradesco Saúde, traduziu a mudança demográfica para resumir a percepção pessoal sobre o bom envelhecer:

— Cada dia vivido com saúde é um passo rumo a uma vida longa, saudável e feliz.

Para Trabuco, refletir sobre a maturidade desde



“Políticas sobre envelhecimento devem ser trocadas por uma política para e sobre longevidade, com um documento que mostre como fazer”
ALEXANDRE SIDORENKO
especialista em políticas sobre envelhecimento

— O ILP veio para desmistificar algumas ideias alimentadas pelo etarismo e incentivar a população a adotar atitudes mais positivas em relação à longevidade — avalia Kalache.

MAIS INFORMAÇÃO

Mas um dos principais desafios quando o assunto é longevidade é disseminar informação, mantendo viva esta conversa e educando uma população que tem como característica uma inclinação mais imediatista sobre o desfrute da vida.

— É necessário falar sobre proteção, segurança e planejamento. O papel da Bradesco Seguros é esse, abrir espaço para esse debate, para essa formação. Vamos trazer à luz o que a sociedade precisa para viver mais e melhor — disse Jorge Nasser, diretor-presidente da Bradesco Vida e Previdência e da Bradesco Capitalização, resumindo o objetivo do evento ao longo dessas quase duas décadas de realização.



“O ILP veio para desmistificar algumas ideias alimentadas pelo etarismo e incentivar a população a adotar atitudes mais positivas em relação à longevidade”
ALEXANDRE KALACHE
médico-gerontólogo, presidente do Centro Internacional da Longevidade

ACESSE GRATUITAMENTE O TESTE DO ILP PELO QR CODE



Longevidade para os brasileiros

38%

declaram saber exatamente o significado do conceito de longevidade

46%

avaliam o tema como uma prioridade pessoal

61%

consideram que suas ações com a saúde mental contribuem muito para sua longevidade



Jovens de 18 a 29 anos sofrem mais com questões de saúde mental, relações sociais e prevenção, o que afeta a evolução da longevidade



8 em cada 10 pessoas têm interesse em conhecer mais sobre longevidade



Busca por longevidade precisa combinar esforços pelo corpo, mente e finanças

Lygia de Veiga Pereira e Eduardo Gianetti discutem consequências e oportunidades trazidas pelo aumento na expectativa de vida da população

O ser humano é fruto da genética e do meio ambiente. Com o aumento da expectativa de vida da população, os cientistas se dedicam a encontrar formas de melhorar a saúde da população no processo de envelhecimento. Lygia de Veiga Pereira, geneticista, pesquisadora e professora da Universidade de São Paulo (USP), é uma das especialistas que busca entender o porquê de algumas pessoas são hipertensas, outras



“Faça um convite aos jovens: comecem a poupar cedo. É uma decisão que faz muita diferença, porque coloca os juros compostos a seu favor”
EDUARDO GIANETTI
economista e autor

têm tendência a engordar ou ainda respondem melhor a alguns tipos de antidepressivo.

— O grande desafio da genética do século 21 é entender quais são as variações genéticas relacionadas à saúde, o que vai permitir a desenvolver a medicina de precisão, facilitando a administração da saúde — resumiu a geneticista.

Na avaliação de Lygia, muito além da herança genética, é preciso atenção com outros fatores externos que influenciam a saúde ao longo da vida, que vão da exposição ao sol, prática de exercícios, consumo de álcool e cigarro, processos de estresse:

— Ao longo da vida, fazemos escolhas que podem impactar na nossa saúde. Essas escolhas são amplas, e nos relacionamos com temas como consciência ambiental, relações de afeto, consciência social, solidariedade e gratidão. São aspectos que também vão nos fazer viver muito — indicou a pesquisadora.

No processo de envelhecimento, além desses cuidados, é preciso ter um olhar de futuro para as finanças,



Depois de suas palestras, a cientista Lygia de Veiga Pereira e o economista Eduardo Gianetti participaram de um painel com Cissa Guimarães e Alexandre Kalache

como explica o economista Eduardo Gianetti.

Segundo Gianetti, as projeções mostram que, em 2041, o crescimento da população brasileira deve estagnar, chegando a 220 milhões de habitantes, e depois começa a cair. Com isso, haverá impacto na economia, no mercado de trabalho, na previdência pública e privada.

O Brasil tinha uma pirâmide etária, com a maior

parte da população, mais jovem, na base, explicou Gianetti. Com a queda da taxa de natalidade, a base diminuiu e a principal representatividade populacional passa a ter uma faixa etária maior (formato de barril). Agora, o país se prepara para ver o “cogumelo”, com o envelhecimento das pessoas.

— Hoje temos 15,6% da população acima de

60 anos. Em 2070, serão 37,8%. Por isso, façam um convite aos jovens: comecem a poupar cedo. É uma decisão que faz muita diferença, porque coloca os juros compostos a seu favor, diferentemente do que acontece quando se decide poupar mais adiante — acrescenta o economista.

A Bradesco Seguros Auto/RE, essa mudança no perfil etário do brasileiro

faz parte da estratégia de negócios, como contou o presidente Ney Dias. A companhia atua em segmentos como seguros para autos, agronegócio e proteção residencial.

— Nossa área de auto e ramos elementares tem cada vez mais desenvolvido produtos que considerem a longevidade. É um fator que está presente nas decisões de negócios — concluiu Ney.

Sidorenko aponta desafios no caminho para viver mais

Em 1992, a Organização das Nações Unidas (ONU) fez o primeiro movimento em direção ao envelhecimento populacional. Em 2002, a II Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento procurou avançar com o desenho de um plano de ação internacional para o século XXI. Mais tarde, em 2020, a Assembleia Geral das Nações Unidas declarou o período entre 2021 e 2030 como a Década do Envelhecimento Saudável, com a proposta de adotar iniciativas em relação à longevidade.

Foram três movimentos importantes, mas o



Alexandre Sidorenko discutiu a questão da longevidade com o colega de atuação na ONU Alexandre Kalache

que avançou até agora? Alexandre Sidorenko, especialista em políticas e programas sobre envelhecimento, participou das iniciativas da ONU e aponta uma série de gargalos, como o fato de os esforços não terem sido direcionados aos países menos desenvolvidos.

— Há barreiras sobre implementação do Plano de Madri, como a falta de recursos financeiros, recursos humanos inadequados, a falta de vontade política e uma coordenação inadequada. Só três profissionais trabalham de forma focal nesse tema na sede

das Nações Unidas — observou Sidorenko.

Na avaliação do especialista, o primeiro passo é a revisão do Plano de Madri que mire mais proatividade na construção de uma sociedade para todas as idades, leve em consideração a vida como um todo, com uma dimensão preventiva do envelhecimento para reduzir impactos e tirar proveito da longevidade nessas sociedades.

— As políticas sobre envelhecimento devem ser trocadas por uma política para e sobre longevidade, com um documento que mostre como fazer.

Zezé Motta: “Eu prefiro ter 80 anos”

Definida mais de uma vez pelos presentes como alguém que se tornou um “ícone da longevidade”, a atriz e cantora Zezé Motta, 80 anos, esteve no palco do XVII Fórum Longevidade, realizado pela Bradesco Seguros em São Paulo.

— Não me sinto velha porque estou sempre em atividade — disse Zezé.

E não é à toa: entre outros trabalhos, a atriz recentemente interpretou a escravidã Esperança Garcia em “A Carta de Esperança Garcia”,

misto de filme e documentário que narra a surpreendente história da personagem-título. Em 1970, aos 19 anos, Esperança escreveu uma carta ao governador da capitania de São José do Piauí denunciando a violência e os maus-tratos a que ela, sua família e seus pares eram submetidos. Em 2017, o Conselho Nacional da OAB (Ordem dos Advogados do Brasil) reconheceu como a primeira advogada do País após entender a histórica carta como uma petição.

Zezé também acaba de participar do projeto “Luzes Negras”, patrocinado pelo Grupo Bradesco Seguros em parceria com o Programa de Mentoria GOMA e com o MAFRO — Museu Afro-Brasileiro da Universidade Federal da Bahia.

“Luzes Negras” envolveu pesquisadores de várias áreas para trazer à tona as histórias de várias personalidades negras realizadoras de grandes feitos, mas apagadas pela história. O resultado foi uma publicação, apresentada em vídeo

por Zezé; uma exposição que fica em cartaz até 8 de novembro no MAFRO e uma campanha premiada em Cannes.

— No departamento psicológico, eu prefiro ter 80 anos. Eu sofro menos. Quando mais jovens, a gente sofre mais do que o necessário. A própria vida vai nos ensinando a conviver com as coisas que fazem parte dela — resumiu a atriz, em entrevista concedida pouco antes de entrar no palco para conversar sobre seus 80 anos de vida e de muitas histórias com Cissa Guimarães.

