

UMA EXPEDIÇÃO NA
ÁFRICA SELVAGEM

DUBAI, A CIDADE
SUSTENTÁVEL

OS PTEROSSAUROS
ESTÃO ENTRE NÓS

NOVEMBRO 2017

NATIONAL GEOGRAPHIC BRASIL

OS PAÍSES MAIS FELIZES DO MUNDO



Viver com prazer, propósito e orgulho:
as lições que podemos aprender com
Costa Rica, Dinamarca e Cingapura



Dinamarca

Rapazes mergulham nas águas da Baía de Copenhague de uma plataforma de 5 metros de altura. O lugar, que parece convidar à atividade física, ajuda a explicar por que os dinamarqueses têm uma das mais baixas taxas de obesidade no mundo. O país está sempre entre os líderes do Relatório Mundial da Felicidade, um reflexo da rede de segurança montada pelo governo nas áreas de educação, saúde e finanças.

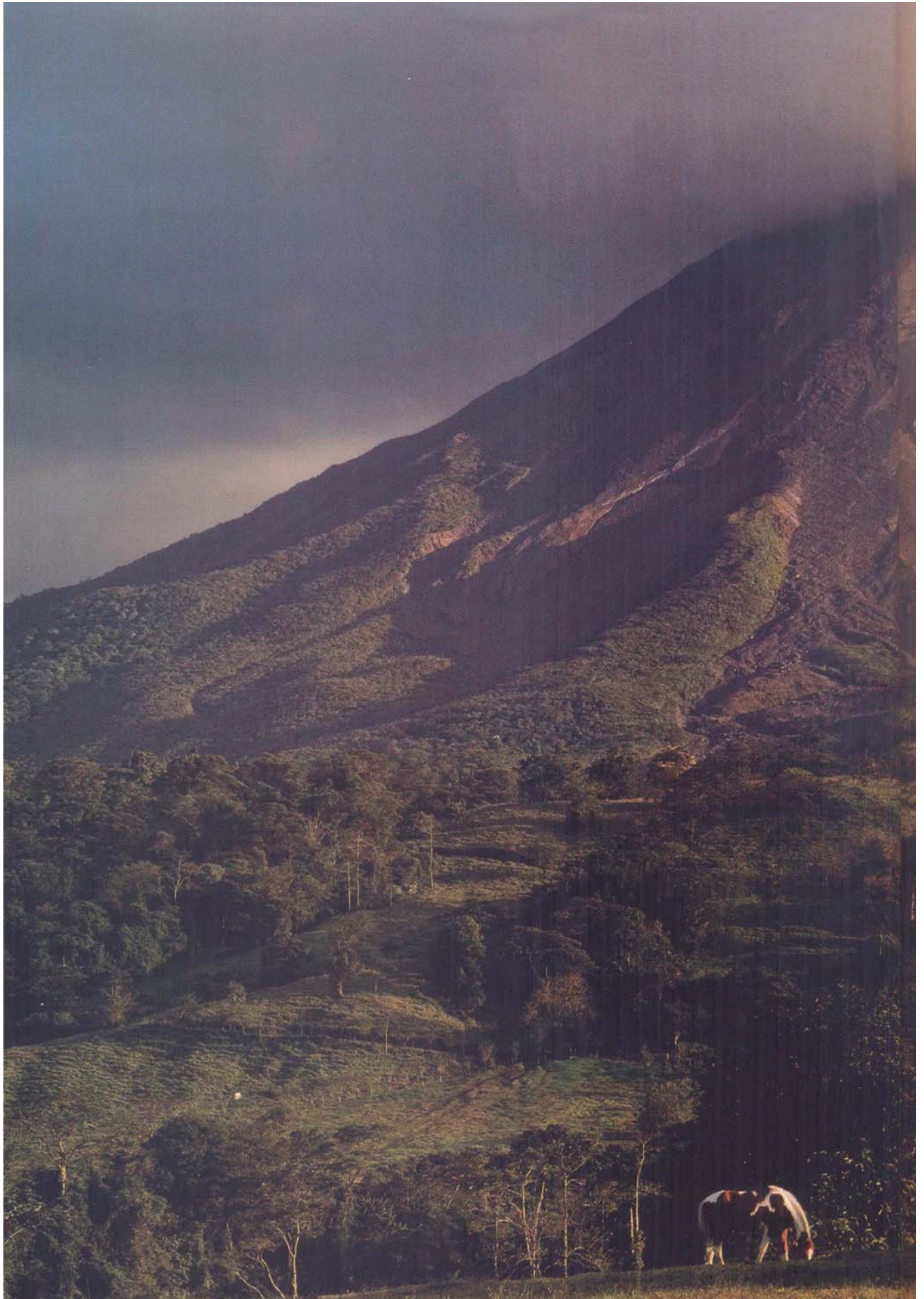
CORY RICHARDS



A full-page photograph of a man in mid-air, jumping into a public swimming pool. He is shirtless and wearing green and white patterned swim trunks. His arms are outstretched, and his legs are spread wide. The pool is outdoors, with a wooden deck and a metal fence. In the background, there are several large, multi-story buildings with red roofs and many windows, suggesting a European city. The sky is blue with some light clouds. The overall atmosphere is one of joy and relaxation.

OS LUGARES MAIS FELIZES DO MUNDO

O que Dinamarca, Cingapura e Costa Rica têm em comum? Um povo que se sente seguro, vê propósito no que faz e aproveita a vida minimizando o estresse e maximizando a alegria. Descubra o segredo.





Costa Rica

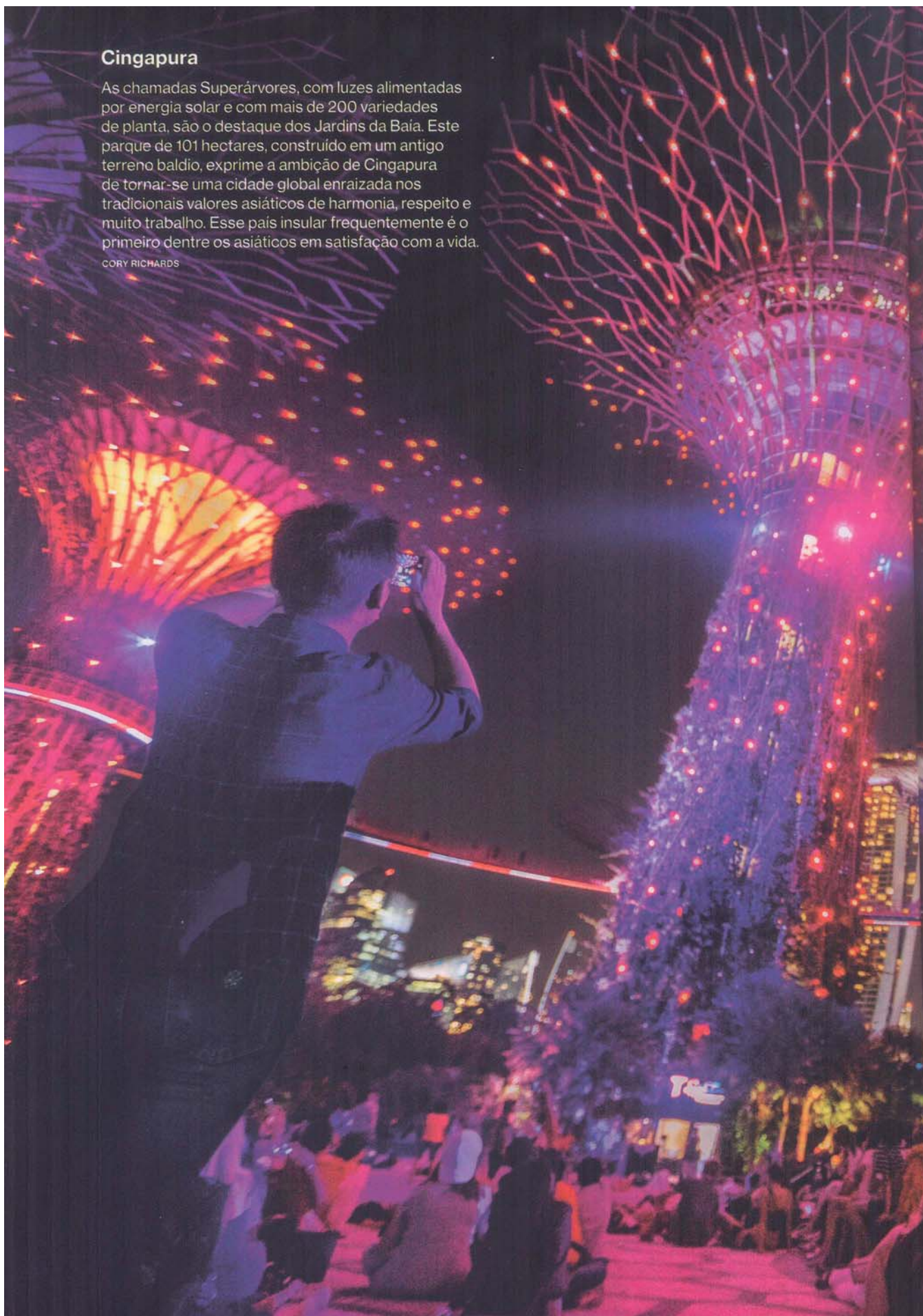
O Vulcão Arenal agiganta-se nas férteis planícies do norte. Devido ao terreno montanhoso, o país nunca teve grandes fazendas, como outros da América Central – por isso, nunca foi dominado por uma classe de latifundiários poderosa. Os pequenos proprietários de terra elegeram presidentes que deram prioridade à educação, garantiram água potável, instituíram um sistema de previdência social e instalaram clínicas médicas gratuitas na maioria das povoações.

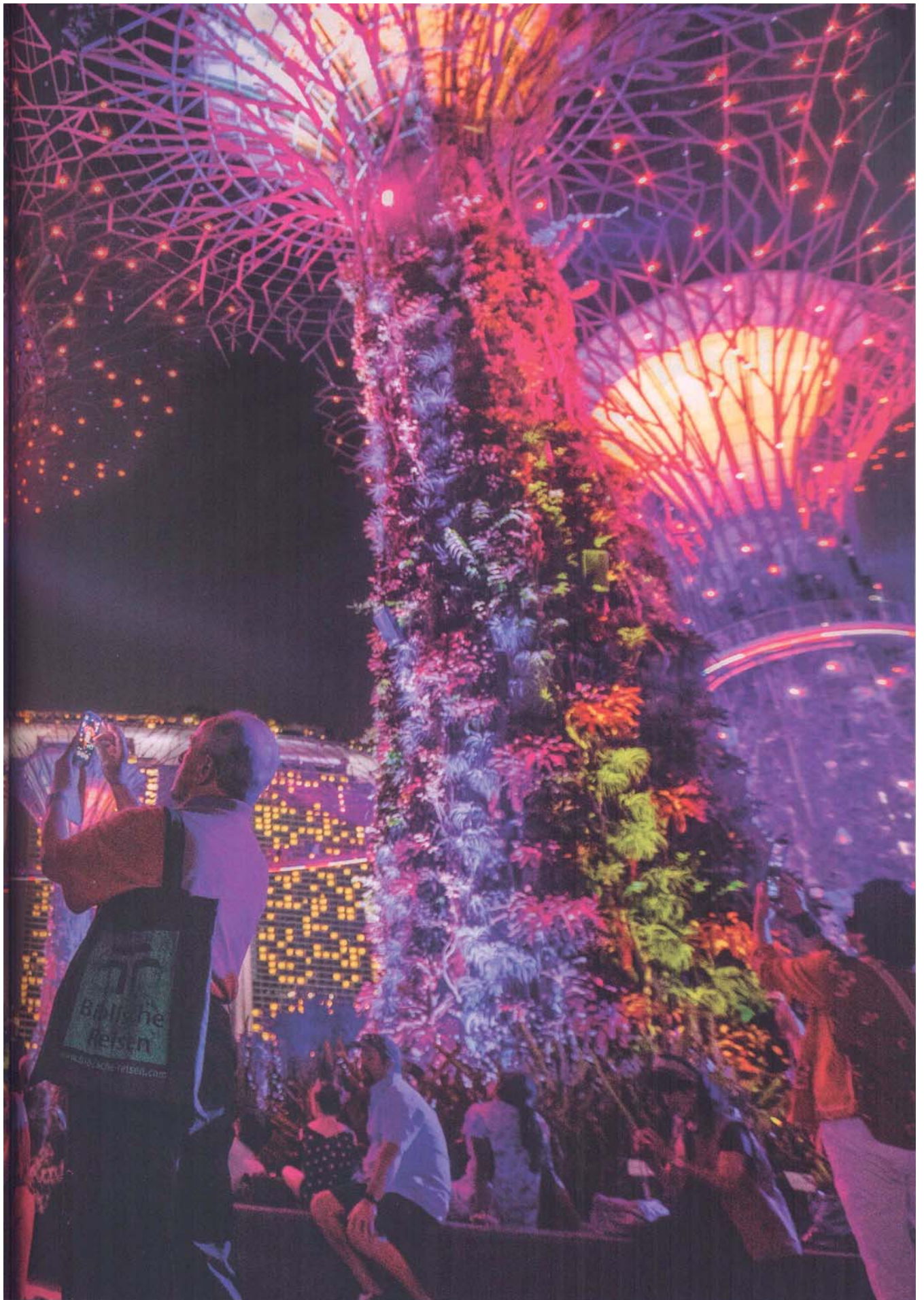
ROBERT HARDING. AURORA

Cingapura

As chamadas Superárvores, com luzes alimentadas por energia solar e com mais de 200 variedades de planta, são o destaque dos Jardins da Baía. Este parque de 101 hectares, construído em um antigo terreno baldio, exprime a ambição de Cingapura de tornar-se uma cidade global enraizada nos tradicionais valores asiáticos de harmonia, respeito e muito trabalho. Esse país insular frequentemente é o primeiro dentre os asiáticos em satisfação com a vida.

CORY RICHARDS





Q

uem é a pessoa mais feliz do mundo?

Poderia ser Alejandro Zúñiga, um pai sadio que desfruta de, no mínimo, seis horas diárias de vida social e tem bons amigos com quem pode contar. Ele dorme, no mínimo, sete horas na maioria das noites, vai a pé ao trabalho e come seis porções de frutas e hortaliças quase todo dia. Trabalha não mais de 40 horas por semana em um emprego que ele ama e com colegas que estima. Ele usa algumas horas semanais em trabalho voluntário. No fim de semana, faz as suas devoções a Deus e se entrega à paixão pelo futebol. Em resumo: ele faz escolhas diárias que promovem a felicidade e são facilitadas porque ele vive em meio a pessoas de mentalidade semelhante no viçoso Vale Central da Costa Rica.

Sidse Clemmensen é outra candidata. Ela vive com um companheiro carinhoso e três filhos pequenos em uma comunidade onde as famílias dividem as tarefas domésticas, os cuidados com as crianças e as refeições em uma cozinha comum – uma forma de morar consagrada com o nome de “cohousing”. Sidse é socióloga, e faz diariamente um trabalho instigante e envolvente. Ela e a sua família vão de bicicleta ao trabalho, às compras e à escola, o que os ajuda a se manter em boa forma. Paga impostos altos com o seu salário modesto, mas recebe assistência médica e educação para os filhos, além da garantia de uma renda quando se aposentar. Em Aalborg, Dinamarca, onde ela vive, as pessoas confiam que o governo irá garantir que nada de muito ruim lhes aconteça.

Há também Douglas Foo. Empresário bem-sucedido, ele dirige um BMW de 750 000 dólares e mora numa casa de 10 milhões. É casado, tem quatro filhos bem-comportados que se destacam na escola. Ele próprio sustentou-se trabalhando em quatro empregos enquanto estudava, depois abriu uma empresa, que cresceu e, por fim, se tornou uma companhia multinacional de 59 milhões de dólares. Contando os seus negócios e as suas atividades filantrópicas, ele trabalha cerca de 60 horas por semana. Conquistou o respeito dos seus funcionários, dos colegas e da comunidade. Tamanho sucesso foi fruto de esforço árduo, mas, como Foo admite sem hesitar, ele provavelmente não teria conseguido construir essa vida em nenhum outro lugar além de Cingapura.

Zúñiga, Sidse e Foo ilustram três linhas distintas que se entrelaçam e criam uma felicidade duradoura. Eu as chamo de prazer, propósito e orgulho. Além disso, eles vivem em países que estimulam essas linhas.



Dan Buettner, aclamado autor do *New York Times*, há 15 anos investiga o que nos torna saudáveis e felizes. O seu quarto livro, *The Blue Zones of Happiness*, foi publicado há pouco pela National Geographic (apenas em inglês).

Vejam os Zúñiga, que, como muitos costa-riquenhos, usufruí ao máximo o seu cotidiano em um lugar que ameniza o estresse e maximiza a alegria. Cientistas chamam esse tipo de contentamento de “felicidade experimentada” ou “afeto positivo”. Nos levantamentos, isso é medido com perguntas que visam saber com que frequência a pessoa sorriu ou sentiu alegria nas últimas 24 horas. O país de Zúñiga não é apenas o mais feliz da América Latina mas também, no mundo, está entre aqueles em que as pessoas dizem sentir mais emoções positivas no dia a dia.

Sidse Clemmensen representa a mentalidade dinamarquesa que preza a vida em função de um propósito, ou seja, pressupõe que as necessidades básicas são atendidas para que as pessoas possam se dedicar ao que gostam no trabalho e no lazer. Os acadêmicos referem-se a isso como “felicidade eudemônica”, um termo derivado de uma palavra grega. O conceito provém da noção, difundida por Aristóteles, de que a verdadeira felicidade só pode existir em uma vida com sentido – fazer o que vale a pena fazer. O Instituto Gallup mede essa condição perguntando às pessoas se “aprenderam ou fizeram algo interessante ontem”. Na Dinamarca, a sociedade evoluiu voltada para ensejar uma vida estimulante.

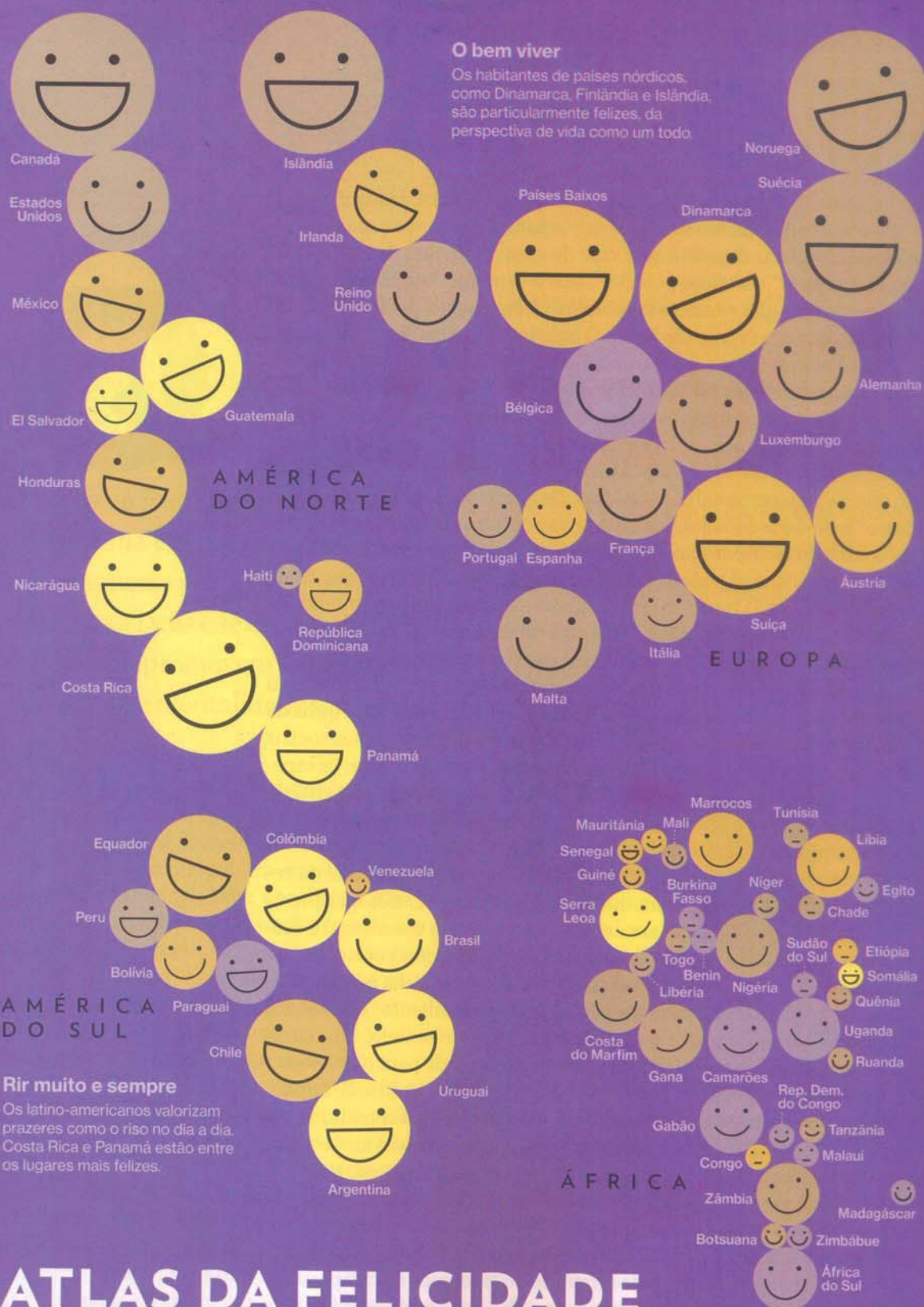
E, para não desmentir a reputação cingapurense de fanatismo pelo sucesso, Foo, por toda a sua ambição e realizações, representa a linha da felicidade que vem da “satisfação com a vida”. Muitos cientistas sociais pedem que as pessoas deem uma nota de 0 a 10 para a sua vida. Os especialistas também usam o termo “felicidade avaliativa”. Esse é o critério internacionalmente aceito de mensuração do bem-estar. Cingapura tem sido a campeã asiática mais frequente em satisfação com a vida.

Os pesquisadores que publicam todo ano o Relatório Mundial da Felicidade, da ONU, concluíram que, aproximadamente, três quartos da felicidade humana se baseiam em seis fatores: forte crescimento econômico, expectativa de vida saudável, relacionamentos sociais de boa qualidade, generosidade, confiança e liberdade de escolha na vida. Tais fatores não se materializam ao acaso: são, intimamente, ligados aos valores culturais do país e ao modo como ele é governado. Em outras palavras: os lugares mais felizes incubam a felicidade para o seu povo.

Para ilustrar o poder do local em que se vive, John Helliwell, um dos editores do relatório, analisou 500 mil questionários respondidos por pessoas de 100 países que haviam imigrado para o Canadá nos 40 anos anteriores, muitas provenientes de nações bem menos felizes. Helliwell e os seus colegas observaram que, dentro de poucos anos após a imigração, as pessoas que tinham vindo de locais tristes começavam a informar um nível maior de felicidade no país adotivo. Pelo visto, o próprio ambiente foi o responsável pelo aumento de felicidade dessas pessoas.

Alejandro Zúñiga, Sidse Clemmensen e Douglas Foo dedicam-se com fervor aos seus objetivos, mas não deixam de lado a alegria e o riso, e sentem orgulho pelo que fazem. Em muitos casos, tudo isso é possível porque o lugar em que vivem – o seu país, a sua comunidade e a sua família – dá a eles um respaldo invisível constante e os impele delicadamente para comportamentos que favorecem o bem-estar no longo prazo.

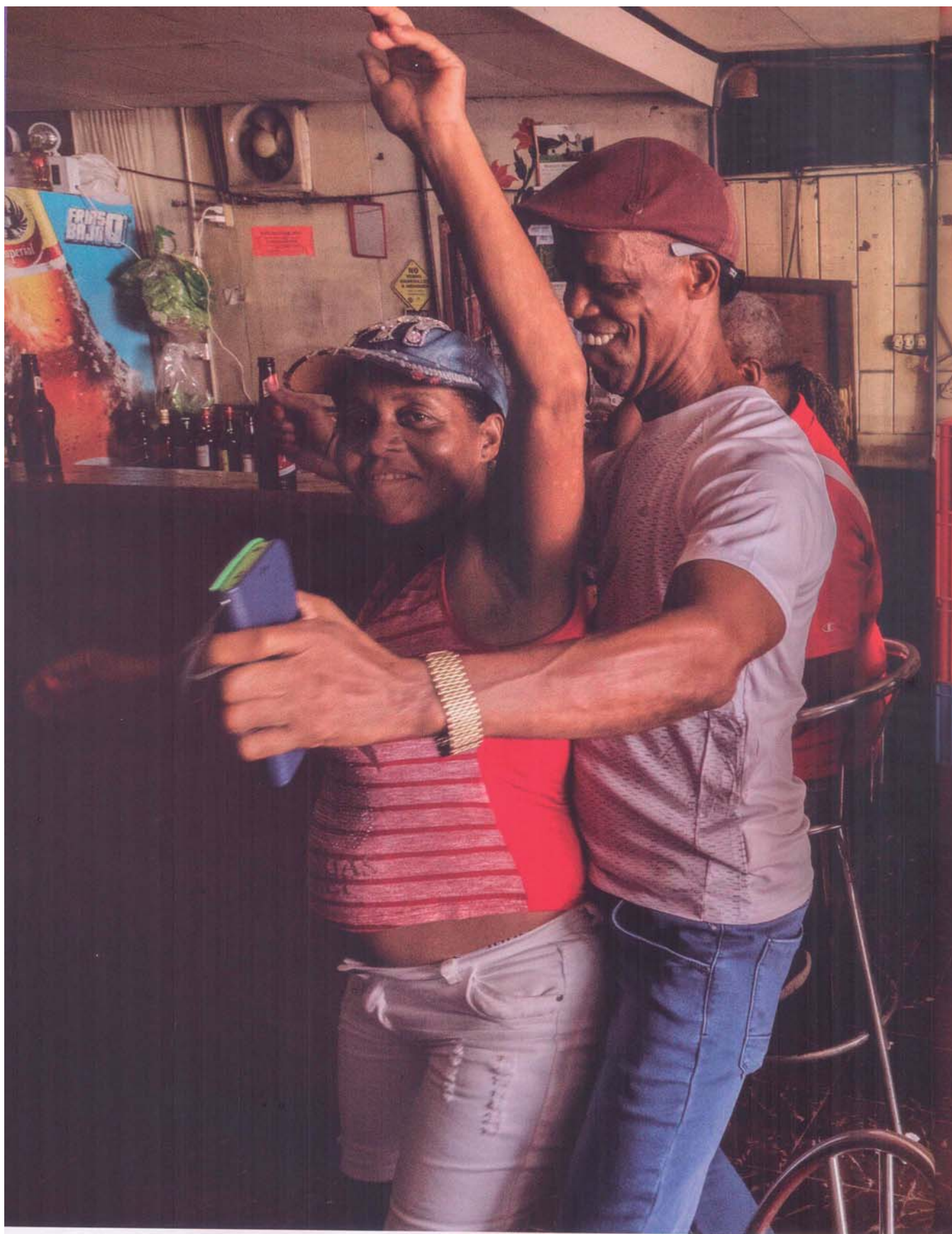
AS PESSOAS QUE
VIVEM NOS
LUGARES FELIZES
DEDICAM-SE
COM FERVOR
AOS SEUS
OBJETIVOS, SEM
NUNCA DEIXAR
DE LADO A
ALEGRIA E O RISO.



ATLAS DA FELICIDADE

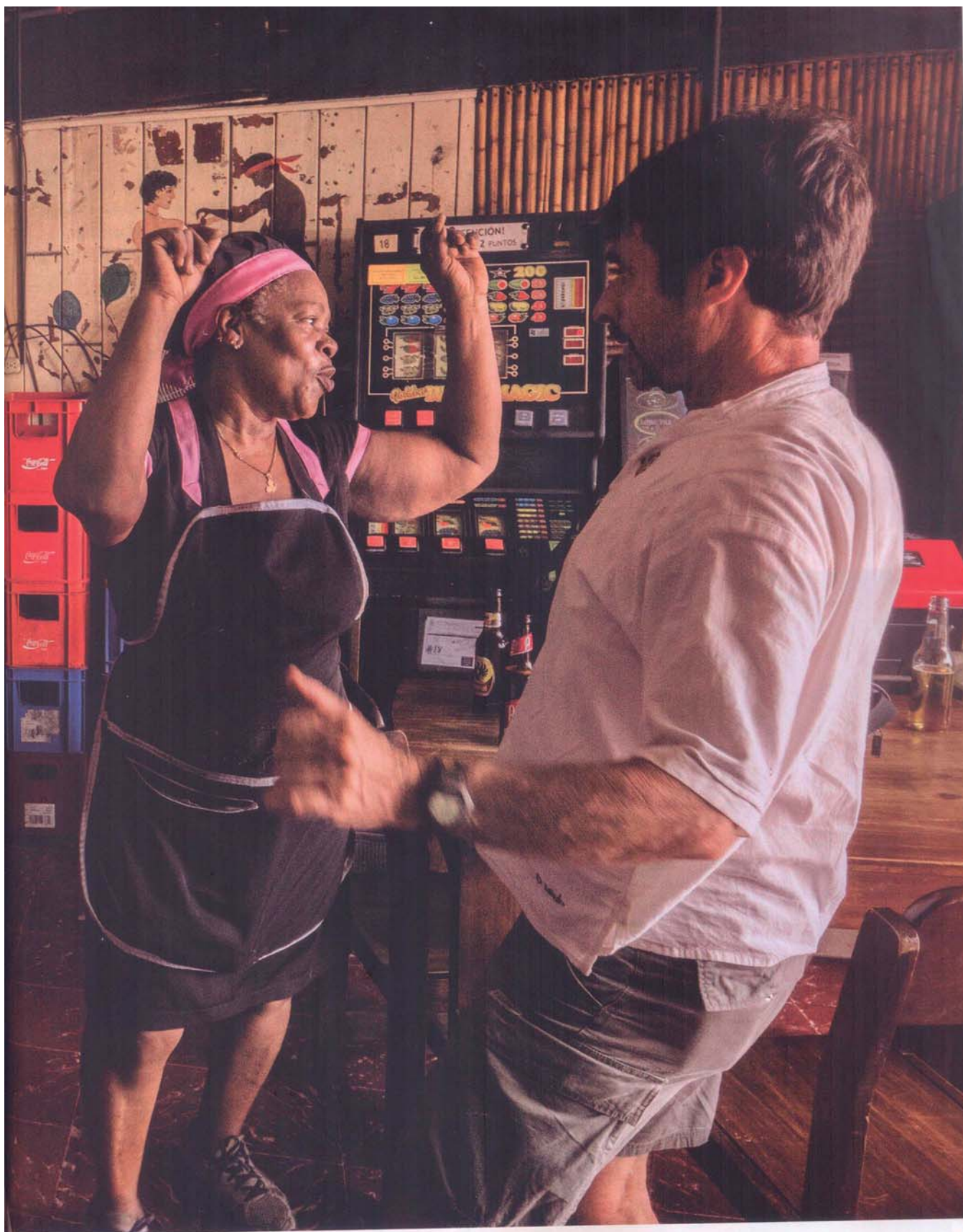
O que é preciso para ser feliz? O Instituto Gallup apura isso através de uma pesquisa anual com dezenas de perguntas para medir a felicidade em mais de 140 países. Esta reportagem enfoca três dos seus temas: como as pessoas veem a sua vida de modo geral, a alegria cotidiana e a saúde física. Uma coisa é clara: cada cultura tem a sua própria ideia do que significa uma vida boa.

DADOS INDISPONÍVEIS PARA ALGUNS PAÍSES. INCLUIDOS TERRITÓRIOS SELECIONADOS.



COSTA RICA

**ALEGRIA TODO DIA:
SAÚDE, FÉ, FAMÍLIA**



María del Carmem Yoursrecha Paterson, à direita, tira uma folga no meio do dia no seu restaurante em Limón e procura os embalos da música em um bar da vizinhança. Para os costa-riquenhos, é natural viver cada momento e reservar tempo para conviver com a família e os amigos. MATTHIEU PALEY

Voltemos a Alejandro Zúñiga, que é vendedor de frutas e verduras no mercado central de Cartago, uma cidade a leste de San José, a capital da Costa Rica. Por décadas, esse robusto feirante de 57 anos tem sido presença assídua no mercado, onde ele vende abacates, socializa e conta novas piadas. Todo mundo o conhece. Quando algum dos outros 60 e tantos feirantes adoece ou tem alguma emergência familiar, é Zúñiga quem providencia uma vaquinha para ajudar. Ele organiza excursões para torcer pelo amado, mas não muito afortunado, time de futebol da cidade, o C.S. Cartaginés. É um amigo carismático e um líder nato.

Uma noite, alguns anos atrás, Zúñiga recebeu um telefonema de um amigo, com uma notícia sensacional: "Você ganhou na loteria!" Ele tinha comprado o bilhete premiado e estava prestes a receber 50 milhões de colones (na época, uns 93 000 dólares). Mas ele não acreditou no amigo, um notório pregador de peças. E não estava com ânimo: o dia fora longo,

Só três alunos vão às aulas em La Central, uma povoação rural a cerca de uma hora de Cartago. Aqui, eles almoçam com o professor em um restaurante. O crucifixo foi removido da igreja por segurança quando o Vulcão Turrialba entrou em erupção nas imediações. O ensino fundamental e médio é gratuito e obrigatório, e a taxa de alfabetização no país alcança 97,8%.

MATTHIEU PALEY



e ele não tinha vendido todos os seus abacates. “Pensei que fosse uma piada”, recorda ele. “Eu só tinha no bolso os meus últimos 8 dólares.”

Zúñiga desligou o telefone.

Quando foi trabalhar no dia seguinte, os feirantes o receberam com aplausos. A notícia da premiação tinha se espalhado. Toda semana, ele jogava no mesmo número, enfim sorteado. Aturdido, Zúñiga percorreu as bancas dos amigos e colegas com o braço erguido de um campeão olímpico, batendo na mão espalmada de um por um. Eles sabiam que Zúñiga nunca tivera uma vida fácil. Crescera em favelas, largara os estudos aos 12 anos para se sustentar, tivera problemas de alcoolismo e perdera o amor da sua vida aos 20 anos, quando ela o deixou.

Agora que tinha ficado rico, os seus colegas feirantes supunham que ele os trocava por uma vida nova, mais abastada. Só que, nas semanas seguintes, Zúñiga surpreendeu: lá estava ele de volta ao mercado, apregoando a sua mercadoria e pregando peças. Discretamente, porém, ele andava distribuindo a sua fortuna: 1 milhão de colones para o amigo que lhe vendera o bilhete de loteria, 1 milhão para um feirante que o alimentara em tempos difíceis, outro milhão para um mendigo do mercado. O resto ele deu à sua mãe e às quatro mães dos seus sete filhos. Em um ano, ele já estava de novo na pindaíba. Mesmo assim, ele garante: “Eu não poderia estar mais feliz”.

Para entender essa flexibilidade de Zúñiga, você precisa saber mais a respeito de Costa Rica, onde uma combinação alquímica da geografia com políticas sociais criou uma liga poderosa de laços familiares, assistência médica universal, fé, paz duradoura, igualdade e – uma qualidade que Zúñiga tem de sobra – generosidade. Tudo isso culmina em uma receita especialmente rica para se aproveitar a vida: a linha da felicidade que emana do prazer. Aqui, essa combinação resulta em mais felicidade por dólar per capita que na imensa maioria dos outros lugares do planeta.

Analisemos a situação de Zúñiga. Ele não tem carro nem joias caras nem roupas elegantes nem aparelhos eletrônicos sofisticados, mas não precisa de nada disso para se sentir feliz. Ele vive em um país onde, durante grande parte do século passado, foi enfatizado o apoio a cada cidadão. Diferentemente da maioria dos países centro-americanos, em que os latifundiários e os presidentes apoiados pelas Forças Armadas que promoviam os interesses dos fazendeiros dominaram após a independência, a Costa Rica seguiu por outro caminho. Com cordilheiras escarpadas

O FATOR FELICIDADE

COSTA RICA

O Gallup divide os seus estudos em cinco categorias para o bem-estar. Os costarriquenhos sempre lideram nos quesitos relacionamento social, sentimento de propósito e saúde física.

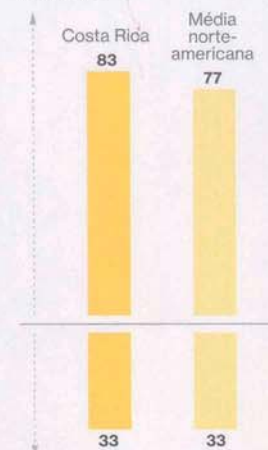
PERCENTUAL DA POPULAÇÃO MELHORANDO EM CADA ASPECTO



CENSO EMOCIONAL

Cinco questões, respectivamente, para experiências positivas e negativas geram a pontuação de 0 a 100 em cada país.

NÍVEL DE SENTIMENTO POSITIVO



NÍVEL DE SENTIMENTO NEGATIVO

GALLUP WORLD POLL, 2015-16

e cortadas por ravinas e pouca mão de obra barata, as condições ali não eram favoráveis ao surgimento de grandes *haciendas*. Em vez disso, pequenos proprietários de mentalidade independente prosperaram no Vale Central, depois que descobriram um mercado internacional para o café. Os costa-riquenhos elegeram professores para a Presidência do país, e, sem ter de arcar com o fardo de instituições coloniais corrosivas, implementaram políticas que iniciaram uma espiral ascendente de bem-estar.

Em 1869, o ensino primário tornou-se obrigatório para todas as crianças – inclusive para as meninas, uma iniciativa notável. Em 1930, a taxa de alfabetização já estava entre as mais altas da América Latina. Ao mesmo tempo, o país investiu no fornecimento de água potável para as povoações rurais e na redução de doenças infantis, como cólera e diarreia. Nos anos 1940, vieram a previdência social e o fim do Exército. Em 1961, foi aprovada a legislação sobre a assistência médica universal, trazendo clínicas de atendimento primário à maioria dos vilarejos.

Ileana Álvarez Chaves, técnica de saúde que trabalha no programa de assistência médica do governo da Costa Rica, verifica os sinais vitais de Mayela Orozco, uma viúva de 68 anos que mora sozinha. No decorrer de um ano, Ileana visitará todas as casas de Paraíso. O enfoque em saúde preventiva reduziu a mortalidade infantil e aumentou a expectativa de vida.

MATTHIEU PALEY



Esse comprometimento continua até hoje. Em uma manhã de inverno, acompanhei uma técnica de saúde chamada Ileana Álvarez Chavez nas suas rondas, de mochila e geladeira portátil com vacinas, pela arborizada cidade de Paraíso, no Vale Central. Ela trabalha nos Equipos Básicos de Atención Integral em Salud (Ebais), o sistema nacional criado em meados dos anos 1990. Saúde e felicidade são inextricavelmente ligadas.

Pequenas equipes compostas de médico, enfermeiro, escriturário e vários técnicos são designadas para dar assistência a 3 500 pessoas. A quota de Ileana requer que ela visite até 12 casas por dia. Em cada uma, ela gasta 30 minutos para atualizar os prontuários médicos, medir a pressão arterial, aplicar vacinas, dar orientações e procurar água parada, onde se reproduzem os mosquitos portadores do vírus zika.

Na casa de Hernández Torres, Ileana dá orientações a uma jovem mãe sobre uma dieta saudável para o seu filho de 2 anos e deixa vitaminas e comprimidos vermífugos. Ela nota pão branco e leite na mesa da cozinha. “Procurem comer mais feijão, frutas e hortaliças”, aconselha. Na casa de Aurora Brenes, de 89 anos, Ileana faz um inventário dos remédios, mede a pressão arterial e marca uma consulta para a octogenária com o médico da sua equipe. “Muitas vezes detecto doenças antes que apareça uma crise de diabetes ou um ataque cardíaco”, diz ela. “Muitos dos meus clientes são solitários, gostam quando alguém lhes dá atenção.”

Desde 1970, a expectativa de vida na Costa Rica deu um salto de 66 para 80 anos, e a mortalidade infantil decresceu sete vezes. A taxa de óbitos por doença cardíaca em homens é cerca de um terço menor que nos Estados Unidos, embora, na Costa Rica, o gasto per capita com assistência médica seja um décimo do americano. O ex-presidente José María Figueres, que implementou o programa Ebais, disse-me que o sistema de saúde do país funciona tão bem porque procura, antes de tudo, manter as pessoas saudáveis. “Aqui, já há anos que a ênfase é na saúde preventiva, porque, afinal de contas, o objetivo de uma boa política de saúde é evitar que as pessoas adoçam”, diz ele.

Em resumo, o sistema social da Costa Rica cuida da maioria das necessidades do povo, diz o costa-riquenho Mariano Rojas, economista da Faculdade Latino-Americana de Ciências Sociais na Cidade do México. “O sistema proporciona ao povo a sensação de segurança e uma boa saúde. E elimina a maioria das grandes preocupações da vida enquanto oferece um ambiente onde a maioria das pessoas ainda é capaz de se sustentar.”

NA COSTA RICA,
UMA ALQUIMIA
DA GEOGRAFIA
COM POLÍTICAS
SOCIAIS
INTELIGENTES
CRIOU UMA
COMBINAÇÃO
DE LAÇOS
FAMILIARES,
ASSISTÊNCIA
MÉDICA, FÉ, PAZ,
IGUALDADE E
GENEROSIDADE.





DINAMARCA

**NECESSIDADES BÁSICAS
GARANTIDAS E TEMPO LIVRE**



No norte de Copenhague, estudantes colhem legumes que eles mesmos plantaram e que irão comer como parte de um programa voltado para maior valorização do meio ambiente. Atividades comunitárias desse tipo são típicas entre os dinamarqueses. O estilo de morar conhecido como "cohousing" é comum. CORY RICHARDS

Eu conheço Sidse Clemmensen na terceira viagem que faço ao país escandinavo para investigar o tipo único de felicidade local – que parece capacitar as pessoas a viver uma vida com propósito. Sentada na cozinha tomando chá, essa mãe de 35 anos usa cabelo curtinho, blusa sem mangas, pantufas de couro e um diamante no nariz. “O Estado fornece tudo de que preciso”, diz Sidse. “Meus filhos são felizes. Tenho um marido maravilhoso. E amo o meu trabalho. Sei que nada de muito ruim pode me acontecer.”

Sidse e os seus formam uma das 22 famílias em uma comunidade de moradia compartilhada, chamada de *bofællesskab*, na cidade de Aalborg. Cada família possui uma casa pequena que lembra um bloco de Lego, mas, juntas, dividem um jardim enorme, lavanderia, oficina, depósito, estacionamento e sala de jantar, onde podem optar por refeições comunitárias. Cada família fornece uma ou duas refeições mensais para toda a comunidade, e faz as demais gratuitamente. A localização do complexo,

Um imigrante cubano assimila a paixão da Dinamarca pela socialização e dança com a filha, de mãe dinamarquesa, em um gramado próximo a uma área de natação em Copenhague que é um ponto muito procurado pelos moradores. Os locais costumam receber bem os imigrantes, embora a recente crise dos refugiados arrefeça um pouco o entusiasmo.

CORY RICHARDS



construído em um morro baixo com vista para pastagens ondulantes, permite ir de bicicleta à escola fundamental da área e à universidade.

Bem ao estilo escandinavo, o complexo oferece uma elegante combinação de privado e público, uma boa metáfora para a sociedade dinamarquesa como um todo, que valoriza a confiança e a comunidade. A evolução da sociedade remonta à Segunda Guerra do Schleswig, em 1864, diz Peter Gundelach, sociólogo da Universidade de Copenhague – quando a Dinamarca perdeu um quarto do seu território para a Prússia. “Com essa derrota, deixamos de lado nossa ambição de ser uma superpotência mundial”, conta ele. “Perdemos a presunção. Nosso governo começou a fortalecer a identidade nacional e a construir para dentro.”

Os dinamarqueses crescem acreditando que têm direito a assistência médica, educação e uma rede de segurança financeira. Os universitários têm ensino gratuito. Os pais de um recém-nascido podem tirar licença de um ano paga pelo governo, inclusive se forem homossexuais.

As pessoas trabalham duro na Dinamarca, porém menos de 40 horas semanais em média, com no mínimo cinco semanas de férias por ano. O preço desses benefícios é um imposto sobre a renda que está entre os mais altos do mundo, cuja alíquota vai de 41% até 56% – um nivelador que permite a um coletor de lixo ganhar mais que um médico.

“A felicidade dos dinamarqueses é estreitamente ligada à sensação de proteção e conforto que começa com o amor materno e prossegue na relação com o seu governo”, diz Jonathan Schwartz, um antropólogo americano que mora em Copenhague. “Não é que o sistema garante a felicidade, e sim que ele impede as pessoas de fazerem coisas que as tornem infelizes.”

Reservar um tempo para a realização pessoal é outro ingrediente essencial da felicidade dinamarquesa. Mais de 90% da população frequenta um clube ou é filiada a alguma associação – entre outras, a dos nadadores de águas frias e a dos criadores de coelho. E mais de 40% faz trabalho voluntário em grupos cívicos. A sociedade incentiva o tipo de equilíbrio entre trabalho interessante e lazer gratificante, que resulta em uma noção de tempo conhecida como “fluxo”. “Os dinamarqueses parecem ter mais consciência das necessidades globais de um ser humano do que povos de outros lugares”, explica o psicólogo Mihaly Csikszentmihalyi. “As pessoas precisam enfrentar desafios. Está nos nossos genes. Adquirimos autoconfiança por meio da adversidade. Cada revés é um tijolo do edifício da felicidade.”

O FATOR FELICIDADE

DINAMARCA

No mínimo, metade dos dinamarqueses tem alta pontuação nas categorias de bem-estar financeiro e participação na comunidade. Também vão bem em gerar propósito na vida cotidiana.

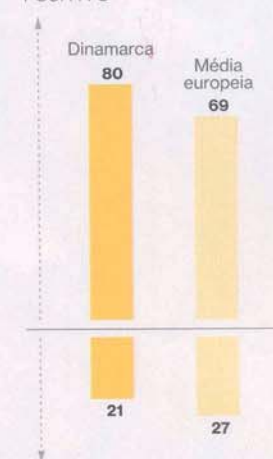
PERCENTUAL DA POPULAÇÃO MELHORANDO EM CADA ASPECTO



EMOÇÃO EUROPEIA

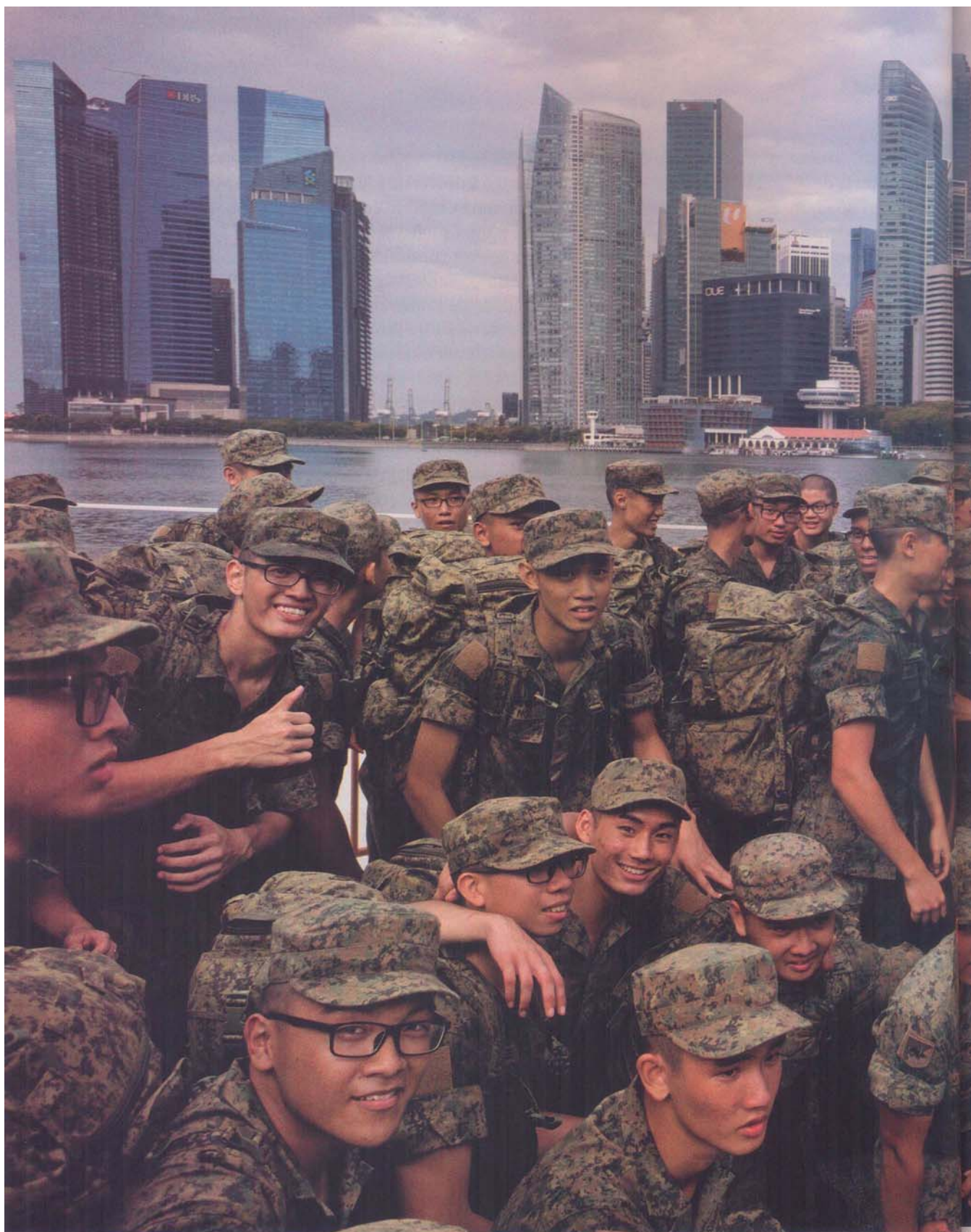
A Dinamarca é líder na Europa em experiências positivas. Belarus está em último lugar.

NÍVEL DE SENTIMENTO POSITIVO



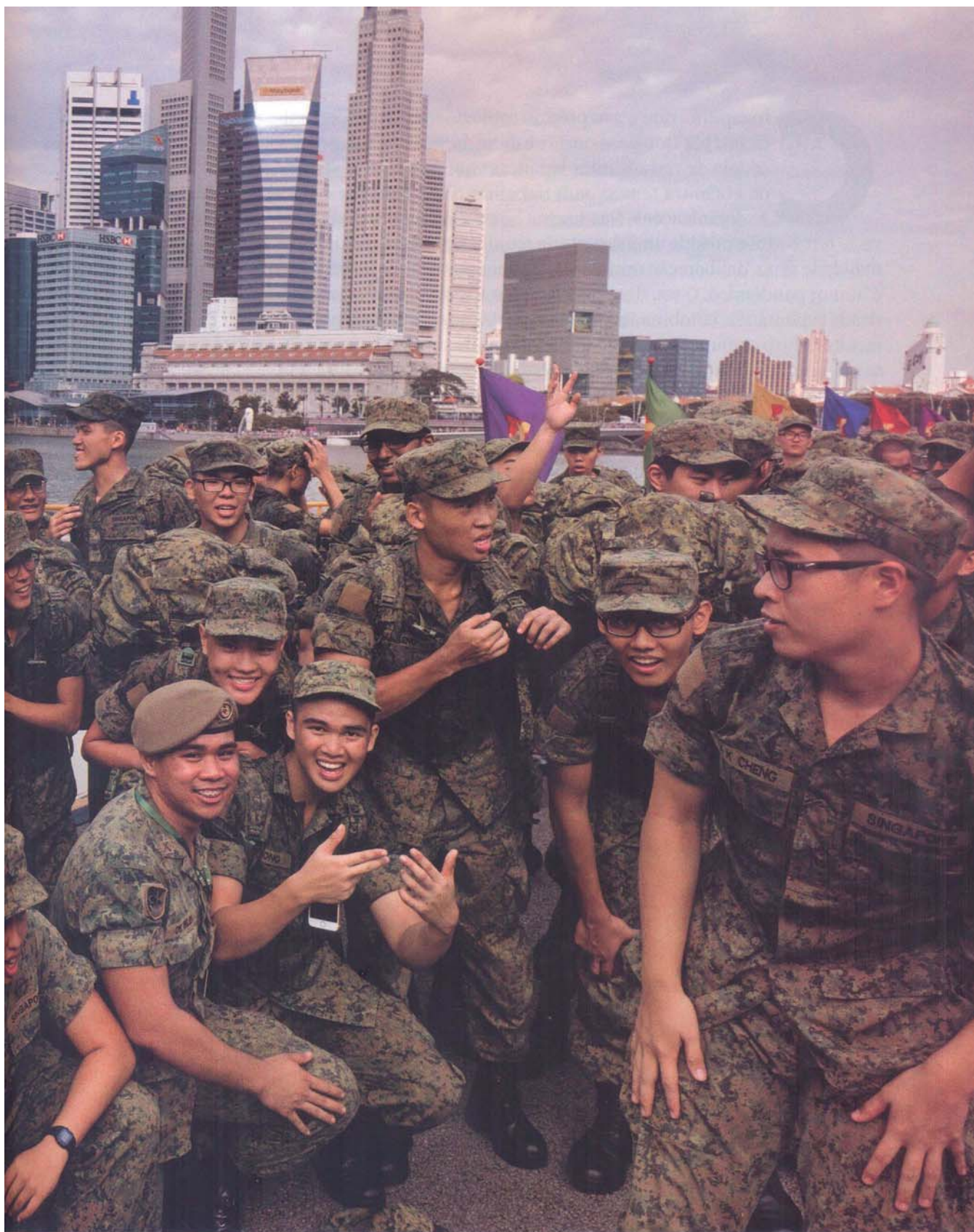
NÍVEL DE SENTIMENTO NEGATIVO

GALLUP WORLD POLL, 2015-16



CINGAPURA

**UM CAMINHO LIVRE E
SEGURO LEVA AO SUCESSO**



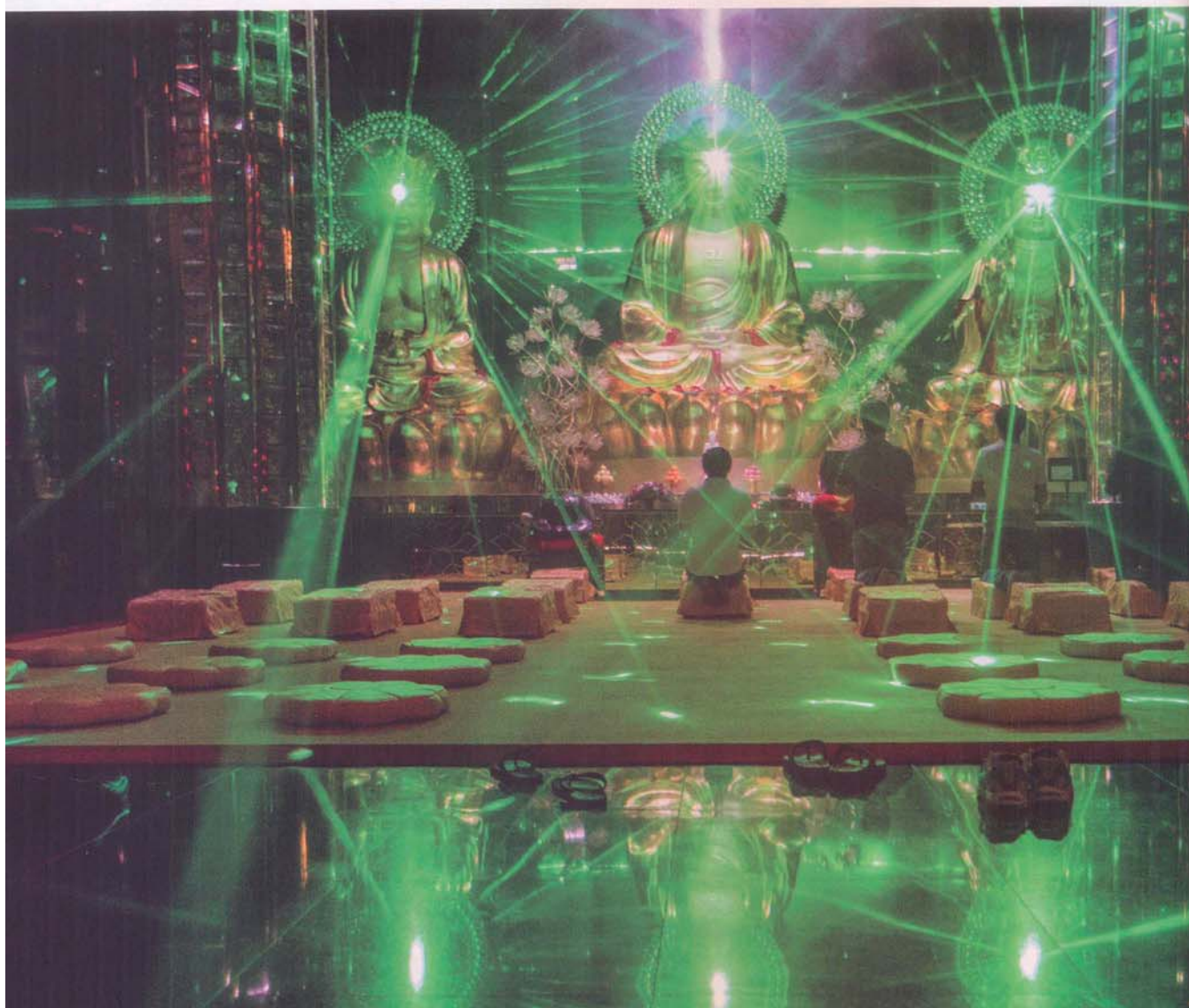
Para comemorar a formatura, recrutas varam a noite em uma marcha de oito horas até o maior palco flutuante do mundo. O serviço militar, obrigatório para homens, engendra orgulho e união, além de criar laços entre os grupos étnicos do país. O Exército é um símbolo de segurança, prezado pelos cingapurenses. MATTHIEU PALEY

Cingapura criou o seu próprio estilo de felicidade, personificado por Douglas Foo. Ele é dono da Sakae Sushi, a maior cadeia de restaurantes japoneses quick service, mas ainda encontra tempo para trabalhar como voluntário para 22 organizações. Nas suas 14 horas diárias de trabalho, ele veste terno azul e preside uma dezena de reuniões com um misto de formalidade séria, deliberação minuciosa, firmeza no vozeirão de barítono e humor pandêmico. O seu dom para dissipar a tensão diária com uma risada espontânea, combinado a uma capacidade de trabalho hercúlea, facultou-lhe o conjunto completo dos símbolos de sucesso cingapurenses. E, apesar de Foo se declarar feliz, ele ainda sente que não conseguiu tudo. “No cenário geral, sou apenas um inseto”, diz ele, com um ar grave no rosto redondo. Depois percebe a hipérbole, e cai na risada.

Foo, de 48 anos, é de uma geração intermediária entre aquela dos desesperados por sobreviver que fundou Cingapura nos anos 1960 e a dos

Três pessoas oram diante da urna com as cinzas de uma pessoa da sua família durante uma feérica cerimônia com direito a show de laser em um retiro de luxo. Para muitos cingapurenses, a riqueza amplamente ostentada é um aspecto essencial da sua fórmula de felicidade.

CORY RICHARDS



jovens hoje na casa dos 20 que construirá um novo futuro. Em pouco mais de meio século, esse país minúsculo transformou-se de uma vasta povoação de pescadores em uma nação de 5,8 milhões de habitantes, vivendo em meio a milhares de arranha-céus e mais de 150 shopping centers. Uma metrópole ornada por ruas limpíssimas e arborizadas.

Para os cingapurenses, o sucesso está no final de um caminho bem definido: siga as regras, entre na escola certa, consiga o emprego certo e você encontrará a felicidade (resumida como “os cinco cês”: carro, casa, capital, cartão – de crédito – e clube). Em um sistema que aspira a ser uma meritocracia, o talento e o desempenho são recompensados. Alguns até reclamam que os preços sobem, que trabalham demais; porém, quase todos dizem que se sentem seguros e confiam uns nos outros.

O arquiteto desse experimento social foi Lee Kuan Yew, já falecido, que liderou o movimento pela independência de Cingapura em 1965. Amado de paixão pelos cingapurenses, ele endossou leis rigorosas e punição corporal para crimes violentos. Lee prezava muito os valores asiáticos tradicionais, e se empenhou em construir uma sociedade baseada em harmonia, respeito e trabalho árduo. Qualquer um que procurasse trabalhar, por mais humilde que fosse a sua ocupação, tinha um salário garantido para se sustentar. O programa de workfare – assistência governamental aos cidadãos em troca de trabalho – suplementava salários baixos com subsídios para moradia e saúde.

Embora a maioria da população seja composta de chineses (74,3%), malaios (13,4%) e indianos (9,1%), o governo de Yew manteve o inglês como língua franca para que nenhuma etnia acabasse prevalecendo sobre as demais. Ele garantiu liberdade religiosa e educação igual a todos, e subsidiou a aquisição de casa própria. A maioria dos cingapurenses possui um apartamento em conjuntos habitacionais construídos pelo governo, geralmente em prédios altos. Por lei, a composição dos ocupantes de cada prédio deve refletir a diversidade étnica do país; por isso, Cingapura não tem guetos raciais ou étnicos.

Hoje o povo de Cingapura é um exemplo da terceira linha de felicidade, que os especialistas chamam de “satisfação com a vida”. Nela, a nota é alta quando as pessoas vivem segundo os seus valores e se orgulham do que realizam. Elas tendem a gozar de segurança financeira, ter status elevado e sentir-se integradas. Alcançar esse tipo de felicidade pode levar anos, e muitas vezes requer abrir mão de prazeres momentâneos do cotidiano.

O FATOR FELICIDADE

CINGAPURA

A estabilidade econômica ajuda o país a ocupar os primeiros lugares em bem-estar financeiro. Mas o enorme esforço para enriquecer prejudica outros fatores da felicidade.

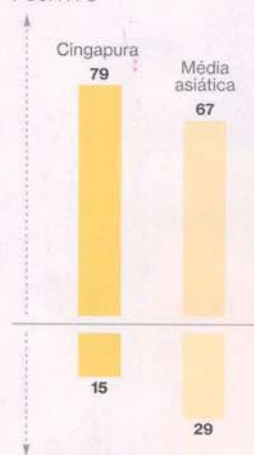
PERCENTUAL DA POPULAÇÃO MELHORANDO EM CADA ASPECTO



BONS DIAS

Cingapura é um dos cinco países com o menor número de experiências negativas.

NÍVEL DE SENTIMENTO POSITIVO



NÍVEL DE SENTIMENTO NEGATIVO

GALLUP WORLD POLL, 2015-16

POR WILLIANS BARROS / FOTOS DE MARCELO CURIA

ONDE FICA O LUGAR MAIS FELIZ DO BRASIL?

Costa Rica, Dinamarca e Cingapura têm uma linha comum para determinar um “regime da felicidade”. Os três casos revelam como um país pequeno (todos com cerca de 6 milhões de habitantes) e próspero pode alcançar o bem-estar quando tem líderes esclarecidos e bem-intencionados no comando de políticas que atendam ao interesse de todos. O problema é: o que funciona para essas sociedades pode não se traduzir facilmente em soluções para um país enorme, diverso e com uma história de desigualdades – assim como de recentes e graves problemas políticos – como o Brasil.

Na contramão de muitas tendências negativas atuais, contudo, destacam alguns exemplos de comunidades brasileiras que apresentam

Meninos do time até 9 anos divertem-se no intervalo de um treino no ginásio da Associação Carlos Barbosa de Futsal, a ACBF. Tricampeã mundial de clubes e pentacampeã da Liga Nacional em 2015, a equipe é um orgulho de todos, e fez a fama da cidade mundo afora.



equilíbrio social e prosperidade, muitas delas no interior do Rio Grande do Sul. Carlos Barbosa, em plena Serra Gaúcha, a pouco mais de 100 quilômetros de Porto Alegre, por exemplo, ostenta indicadores surpreendentes de qualidade de vida. O Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) do município, medido com base em indicadores de educação, renda e expectativa de vida, é considerado alto, embora não ocupe o topo do ranking brasileiro. E a cidade é também pentacampeã gaúcha no Índice de Desenvolvimento Socioeconômico (Idese), um indicador-síntese para mensurar o nível de desenvolvimento dos municípios do estado.

Um recente estudo feito pelo **Centro de Políticas Sociais da Fundação Getúlio Vargas** destacou Carlos Barbosa no pódio nacional da distribuição de renda. A pesquisa avaliou todos os 5 568 municípios do Brasil, e a liderança coube a Westfália, outra cidade do Rio Grande do Sul, com 2 700 habitantes, e onde 94,16% das famílias pertencem às classes A, B e C. Carlos Barbosa, com os seus 27 835 habitantes, aparece logo em seguida, com percentual de 93,69% das famílias nas classes mais altas, e a segunda menor taxa da população nas camadas D e E. De acordo com o coordenador da pesquisa, **Marcelo Neri, economista-chefe da FGV Social**, os dados refletem um nível de organização social muito acima da média brasileira. “O resultado é um maior percentual da população participando do mercado de consumo. É uma região bem desenvolvida em todos os sentidos. Há menos desigualdade, melhor nível educacional, mercado de trabalho organizado. Até mesmo a distribuição das propriedades é mais equânime”, analisa.

Para um observador comum, nem é preciso quebrar a cabeça com as equações complexas dos economistas para perceber o grau de felicidade reinante em Carlos Barbosa. Basta sair às ruas ou percorrer a zona rural para dar de cara com gente de bem com a vida. Motivos não faltam. Situada numa região de natureza exuberante, a cidade orgulha-se de abrigar a sede da centenária empresa Tramontina, potência nacional nas áreas de cutelaria, ferramentas, utensílios para culinária, mobília e até de eletrodomésticos. Com mais de 7 500 funcionários, em dez unidades fabris, a rotatividade do seu quadro funcional é considerada baixíssima, fruto de intensivos programas de treinamento e arraigada relação comunitária.

Os habitantes de Carlos Barbosa também inflam o peito na hora de falar dos seus queijos e embutidos, herança dos imigrantes italianos que colonizaram a serra a partir da década de 1870.

O FATOR FELICIDADE

BRASIL

A pesquisa do Instituto Gallup mostra a influência negativa do aspecto financeiro na vida dos brasileiros em anos recentes, gerando um desequilíbrio no conjunto de outros fatores do bem-estar.

PERCENTUAL DA POPULAÇÃO MELHORANDO EM CADA ASPECTO



TEMPO DE CRISE

O mau momento nos últimos anos se reflete nas emoções positivas dos brasileiros, hoje abaixo da média do continente.

NÍVEL DE SENTIMENTO POSITIVO



NÍVEL DE SENTIMENTO NEGATIVO

GALLUP WORLD POLL, 2015-16

Com o FestiQueijo, realizado todo ano desde 1987, o município celebra a riqueza produtiva das empresas da região. Mas a menina dos olhos da cidade é, hoje, o seu “esporte nacional”, o futebol de salão. Fundada em 1976, a Associação Carlos Barbosa de Futsal, ou ACBF, como é popularmente conhecida, é tricampeã mundial de clubes pela Fifa. O caneco máximo do futebol de salão foi erguido pelos barbosenses em 2001, 2004 e 2012 – é o segundo clube do mundo com mais títulos mundiais, superado apenas pela equipe espanhola Inter Movistar. A sala de troféus do time está abarrotada de taças regionais, nacionais e continentais. Não por acaso, quase todas as crianças da cidade querem participar das categorias de base do clube e vestir a camisa alaranjada do time, criada em homenagem ao “carrossel holandês”, a famosa equipe da Holanda que fez história na Copa do Mundo de 1974.

É no dia a dia, nas coisas rotineiras, que Carlos Barbosa revela o motivo da satisfação dos seus habitantes. Um dos efeitos mais visíveis da redução da desigualdade está na diminuição expressiva nos indicadores de violência urbana. “A maior parte das ocorrências é de pequenos delitos e desavenças”, diz Leônidas Reis, delegado titular de polícia. “Há anos não temos registro de crimes violentos por aqui.” Afora isso, mesmo a parcela economicamente menos favorecida da população – uma minoria – está amparada por programas bem-sucedidos de assistência e inclusão social. Na área da saúde, uma farmácia municipal abre as suas portas todos os dias, inclusive nos feriados. A cidade conta com um centro radiológico, custeado com recursos públicos, que realiza exames de raio X e mamografia com imagem digital. Há ainda o Centro Municipal de Fisioterapia e Tratamento da Dor, a Clínica do Homem, o Centro de Atendimento Psicossocial e o Centro Municipal de Saúde, com atendimento 24 horas. No campo da educação, Carlos Barbosa já fez o seu dever de casa, mantendo todas as crianças e os jovens na escola, além de, praticamente, ter erradicado o analfabetismo. E, com 80% da população vivendo na zona urbana, quase todos os domicílios possuem água encanada.

A expectativa de vida é de 78,8 anos, maior que a média brasileira, hoje de 75,5 anos. Não à toa, as políticas públicas de atenção aos idosos são exemplares. Um centro de convivência oferece aos mais vividos programas que incluem aulas de ginástica, dança, teatro, canto e informática. Idosos acamados ou dependentes recebem atendimento domiciliar.



Em sua propriedade na zona rural do município, Comercindo Zarpelon não passa nenhum dia sem tocar gaita na antiga casa em que nasceu e ainda mora com a esposa, Inês, e a filha, Roselaine. Para ele, não há lugar melhor no mundo para se viver. “Daqui ninguém me tira”, garante.



A ideia é promover a integração e motivar a participação de todos nas atividades de lazer, evitando a solidão, a depressão e a ociosidade.

Desses males, o agricultor Comercindo Zarpelon jamais padecerá. Aos 70 anos, todos os dias, com um sorriso no rosto, ele cuida de sua propriedade de 24 hectares, onde planta milho e cria três vaquinhas leiteiras. “Eu me divirto com o trabalho”, diz ele. Acordeonista, Zarpelon também costuma animar os bailões promovidos pelo centro de convivência nos fins de semana. Sua filha, a costureira Roselaine, de 41 anos, é outra que não economiza loas à sua querência. “Somos apegados à família. A própria cidade é uma grande família, e isso é muito acolhedor”, comenta.

Tamanho ufanismo entre os moradores se explica: a felicidade é contagiosa quando as pessoas relatam prazer e alegria. É um bem que se multiplica ao ser dividido – eis aqui um belo gol de Carlos Barbosa. □