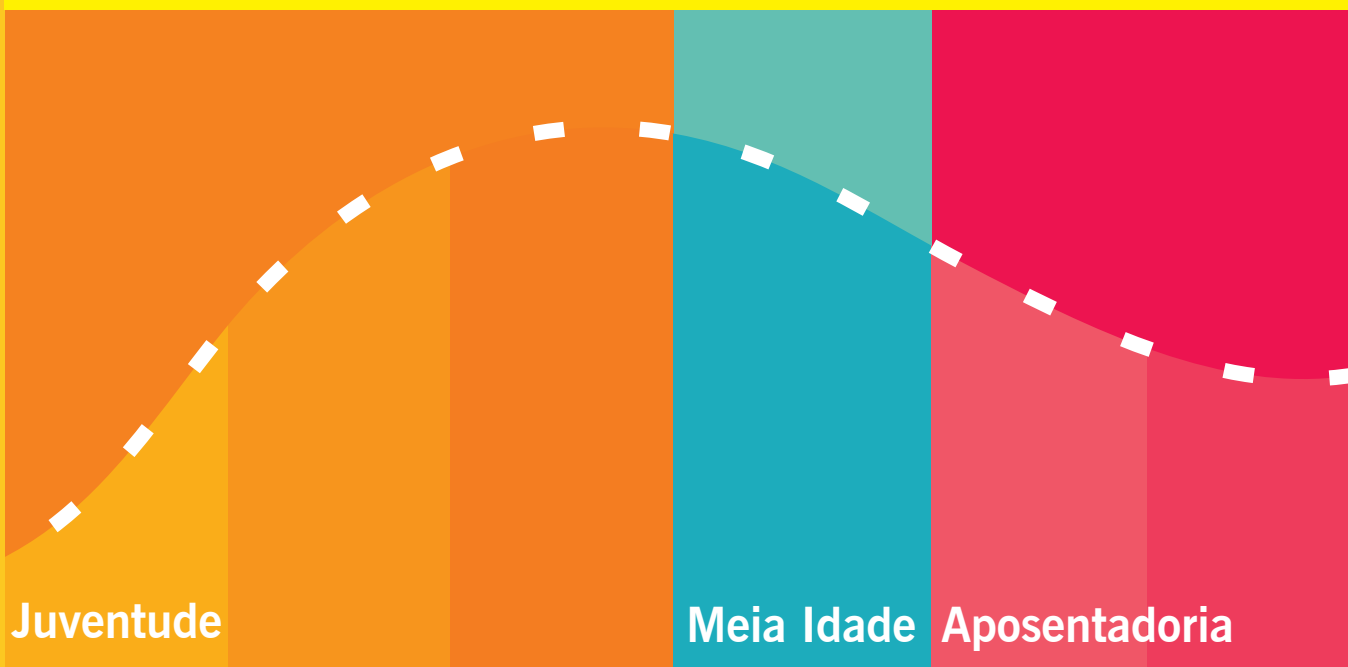




PREVIDÊNCIA E VOCÊ  
UMA QUESTÃO DE CULTURA

## GUIA DE ORIENTAÇÃO AO PARTICIPANTE

CICLO DA VIDA - IDENTIFIQUE O SEU



0

20

30

40

50

65



# APRESENTAÇÃO

Este trabalho tem o propósito de orientar o Participante e Assistido da Faelba, sobretudo aqueles vinculados ao Plano de Contribuição Definida (CD), também denominado de Faelflex. A orientação proposta diz respeito à conscientização da necessidade e importância da Previdência Complementar, no caso, a Faelba, na vida de cada um e, como reflexo, na vida dos familiares, estes integrantes de um ou mais núcleos.

O planejamento do futuro, através do investimento em uma poupança cuja orientação seja de longo prazo, deve estar na ordem do dia de todo profissional, com a prioridade que o tema determina. Decerto que é desafiante uma rotina onde a ação decisiva requer a reserva de um percentual da renda mensal com vistas à concretude de uma aposentadoria digna, amparada numa estabilidade financeira pacientemente construída.

Para proporcionar o incentivo preponderante na formação da poupança previdenciária, a Previdência Complementar Fechada, como a Faelba, possibilita aos seus filiados a ajuda financeira imprescindível da empresa Patrocinadora, no caso, a Coelba. Tal estímulo tem se mostrado eficaz para centenas de milhares de trabalhadores brasileiros que querem uma renda extra ao benefício do INSS.

A despeito do desejo da renda complementar na aposentadoria e do estímulo da contrapartida paritária do Patrocinador na formação da poupança previdenciária, é preciso, ainda, desenvolver a cultura da imprescindibilidade da Previdência no processo de vida do indivíduo. Com esse foco, é importante conhecer o estágio de vida em que cada um se encontra, também conhecido por ciclo da vida.

A identificação do ciclo da vida pessoal permite o planejamento de várias ações e decisões, entre outras, o planejamento do futuro financeiro. De suma importância é ter consciência de que somos os únicos responsáveis pela construção do futuro que desejamos ter. Esse olhar, por certo, abre os horizontes para o planejamento das finanças pessoais que deverão ser usadas durante toda a vida.

Quanto mais cedo se iniciar o processo de formação da poupança previdenciária, maiores são as possibilidades de acumular o volume de recursos necessários para a aposentadoria. Quanto antes for feito o diagnóstico do estágio individual no ciclo da vida, maior será a probabilidade de acerto nos investimentos e obtenção dos resultados almejados.

Esperamos que você identifique o seu ciclo da vida, defina o seu perfil enquanto investidor e siga firme no propósito de construir a sua poupança previdenciária.

Boa leitura!

**Augusto Reis**  
Diretor Superintendente



FAELBA - PREVIDÊNCIA E VOCÊ - UMA QUESTÃO DE CULTURA  
GUIA DE ORIENTAÇÃO AO PARTICIPANTE

**CICLO DA VIDA** - IDENTIFIQUE O SEU.

2015

# ÍNDICE

## PARTE I

### Conceitos e Definições – Se ligue!

#### 1. Você e a Previdência – uma questão de cultura

#### 2. A Previdência e Você

#### 3. A Faelba

- Patrocinadores
- Governança Corporativa
- Plano Previdenciário – Entenda o seu!
  - Plano de Contribuição Definida
  - Vantagens de aderir ao Faelflex
  - Participantes
  - Benefícios de Risco
  - Contribuição
  - Empréstimo
  - Perfis de Investimento
  - Tributação
  - Institutos Previdenciários
  - Aposentadoria

## PARTE II

### Ciclos de vida - Identifique o seu!

#### As Fases da Vida Financeira

## PARTE III

### Seu Futuro Financeiro - Você é o maior responsável!

Loius Frankenberg

## PARTE IV

### Tempo - O que fazer com ele?



## PARTE I

### Conceitos e Definições – Se ligue!

#### 1. Você e a Previdência – uma questão de cultura

Nossa cultura evidencia que o brasileiro não pensa a vida no longo prazo. Essa percepção, limitada, inviabiliza a perspectiva do planejamento da aposentadoria com a tempestividade que o tema requer. A aposentadoria deve ser pensada e planejada desde cedo, a tempo de organizar o futuro financeiro necessário para cobertura das necessidades dessa fase específica da vida.

Acumular recursos numa poupança de natureza previdenciária não é tarefa fácil. Uma decisão nesse sentido foge totalmente dos padrões atuais de comportamento do cidadão brasileiro. Guardar parte da renda mensal para utilização num futuro distante está fora da rotina da grande maioria dos trabalhadores no nosso País. Contudo, estudos apontam que, quanto mais cedo pensar e planejar a aposentadoria, maior é o leque de alternativas de investimentos, considerando o horizonte de tempo para o desejável retorno financeiro das escolhas feitas.

O empregado ativo da Coelba, Participante da Faelba, tem o privilégio de fazer parte de um grupo seleto de trabalhadores brasileiros que dispõe do benefício da Previdência Complementar Fechada, através da empresa onde trabalha. A contrapartida paritária do Patrocinador Coelba torna mais fácil a empreitada de formação da poupança previdenciária, duplicando os recursos poupados, sem a qual o esforço do Participante, para construir sozinho esse patrimônio, seria muito maior.



## 2. A Previdência e Você

A Previdência Social consiste num conjunto de programas e benefícios cujo propósito é assegurar recursos necessários à manutenção de seus segurados e dar amparo público aos não contribuintes do sistema, quando eles não mais desenvolverem atividade laboral.

A Previdência Social pode, ainda, ser definida como um seguro que garante a renda do contribuinte e de sua família quando ele não mais estiver na ativa, ou seja, trabalhando.

Assim, a Previdência Social é um seguro para todos. Contribuindo para a Previdência o segurado tem direito aos benefícios oferecidos pela instituição, através do INSS (Instituto Nacional do Seguro Social). Algumas são as categorias de contribuição. Quem trabalha com carteira assinada filia-se à Previdência Social automaticamente. Os profissionais autônomos em geral e os que prestam serviços temporários também podem se inscrever na Previdência Social e pagar como contribuinte individual. Aqueles que não têm renda própria, como estudantes, donas-de-casa e desempregados, podem desfrutar dos benefícios da Previdência na condição de segurados, bastando que paguem como contribuintes facultativos.

### Modelo do Sistema Previdenciário Brasileiro



## Regime Geral (INSS)

Esse regime, operado pelo INSS, é conhecido como de repartição simples. Nele, os trabalhadores ativos, através das contribuições obrigatórias, são os responsáveis por garantir o pagamento dos benefícios do sistema, entre outros, aposentadorias e pensões.

## Regimes Próprios dos Servidores (RPPS)

Os Regimes Próprios de Previdência Social – RPPS dizem respeito à previdência pública, básica e obrigatória destinada à cobertura previdenciária dos servidores públicos.

## Regime de Previdência Complementar (RPC)

Previdência Complementar é um sistema que permite ao contribuinte acumular uma parcela de seus ganhos ao longo do tempo, para garantir uma renda futura melhor para ele mesmo e para a sua família.

É uma forma de poupança de longo prazo, que proporciona um melhor padrão de vida na aposentadoria e cobertura em casos de morte e invalidez.

É um sistema desvinculado da Previdência Social obrigatória e funciona como uma fonte de renda complementar ao benefício do INSS.

Nesse regime a inscrição é facultativa. O empregado da empresa que oferece o benefício da previdência privada se filia ao plano previdenciário se assim desejar.

A expressão “previdência privada” serve para identificar a lacuna deixada pela Previdência Social no sentido de garantir, na inatividade, quando do recebimento dos benefícios previdenciários, o padrão de vida do segurado igual ou bem próximo daquele experimentado enquanto ainda trabalhava.

Esse regime reúne tanto as entidades abertas quanto as entidades fechadas de previdência complementar.

## Previdência Complementar Aberta

É oferecida por bancos e companhias seguradoras, vinculadas ao Ministério da Fazenda, que atuam no ramo de previdência complementar e estão autorizadas a operar neste sistema. São, também, conhecidas como Entidades Abertas de Previdência Complementar (EAPCs).



Os planos administrados por essas entidades podem ser adquiridos por qualquer pessoa física (PF) ou pessoa jurídica (PJ), por meio de planos individuais ou empresariais.

A pessoa física contribui individualmente para a instituição financeira que administra seu plano e investe essa contribuição acumulando um saldo para ser recebido mensalmente (renda continuada) ou em pagamento único, quando o indivíduo se aposentar.

Uma vez adquirido o plano numa entidade aberta, não há possibilidade de a pessoa física participar do processo de decisão dos investimentos e nem acompanhar a gestão e a governança das instituições administradoras dos recursos no mercado financeiro.

## Custos

- **Taxa de Administração:** percentual sobre o patrimônio total acumulado
- **Taxa de Carregamento:** aplicada sobre as contribuições que a pessoa faz ao plano

## Previdência Complementar Fechada

É oferecida pelas Entidades Fechadas de Previdência Complementar (EFPCs), como a Faelba, que podem ser fundações ou sociedades civis. São, também, conhecidas por fundos de pensão, instituições privadas sem fins lucrativos, que administram planos previdenciários dos funcionários de uma única empresa ou de empresas pertencentes a um mesmo grupo econômico.

O acesso é condicionado ao vínculo empregatício ou associativo à empresa/entidade de classe que a constituiu, no nosso caso, a Coelba e a própria Faelba.

Apesar da condição do vínculo empregatício, a previdência complementar fechada é facultativa.

A empresa à qual o trabalhador está vinculado (Patrocinador) contribui, com o mesmo valor do empregado, para o plano de benefício.

## Custo

- Como empregado do Patrocinador, o Participante não paga a Taxa de Administração do Plano. No caso da Faelba, o valor é custeado pelo Patrocinador Coelba/Faelba.

## Diferencial entre entidades Aberta e Fechada

O Participante tem relação de proprietário dos recursos do fundo de pensão junto com o Patrocinador.

Vinculado a um plano previdenciário numa entidade fechada, como a Faelba, o Participante atua, ativamente, da gestão dos seus recursos, através dos Perfis de Investimento, indicando como seu patrimônio será investido no mercado financeiro.

## Estrutura da Previdência Complementar Fechada no Brasil



## Os Contratos Previdenciários dos Fundos de Pensão

Sendo o fundo de pensão uma instituição privada, todas as regras pertinentes à adesão, contribuição e recebimento de benefícios devem constar nos contratos previdenciários dos planos de benefícios.

### Contratos Previdenciários

- Convênio de Adesão
- Estatuto da Entidade
- Regulamento do Plano

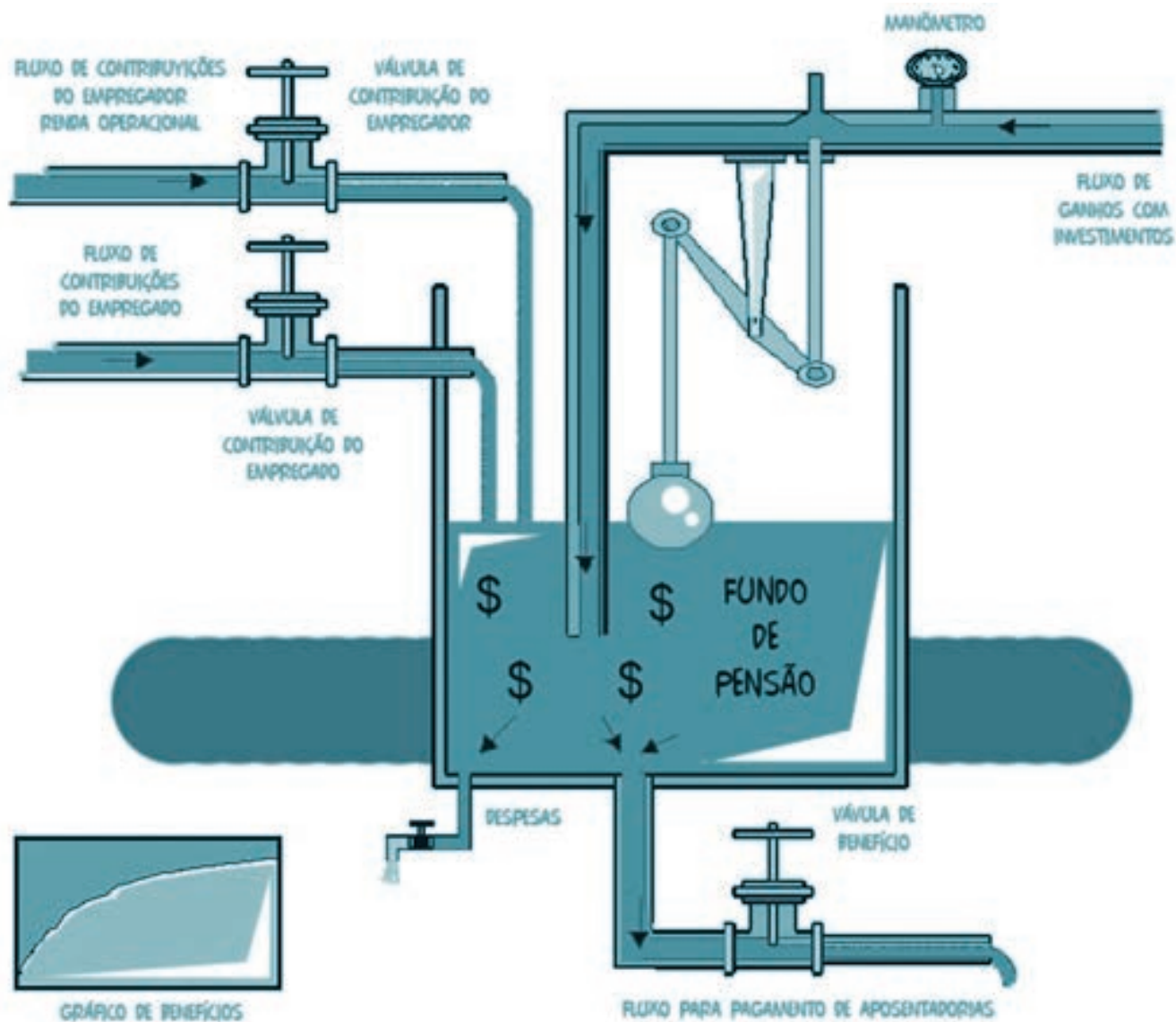
Quando o trabalhador (Participante) adere ao fundo de pensão, o faz por meio de um plano de benefício específico.

## Planos de Benefícios

Os fundos de pensão podem administrar um ou mais planos de benefícios, de tipos iguais ou distintos e, ainda, de um mesmo Patrocinador/Instituidor (Entidade Singular ou Tradicional) ou de vários (Entidade Multipatrocinada).

Os planos de benefícios possuem independência patrimonial, contábil e financeira, o que significa dizer que os recursos de um Plano não se comunicam com os recursos dos demais Planos Previdenciários administrados por uma única EFPC.

## Como é formada a Poupança Previdenciária



Fonte: Fontoura, adaptado do "The Theory and Practice of Pension Funding", Trowbridge and Farr, 1976.

### 3. A Faelba

A Faelba foi criada em 1974 para administrar a poupança previdenciária dos empregados da Coelba, Patrocinador da Entidade. Naquela época, o Patrocinador Coelba já demonstrava preocupação com a qualidade de vida dos seus empregados, mesmo quando eles nem faziam ideia de quando iam se aposentar.

Atualmente, o empregado da Coelba, no seu processo de admissão aos quadros da Empresa, recebe informações acerca das vantagens de aderir ao Plano Previdenciário da Faelba. Nesta oportunidade, tem início uma relação duradoura de acumulação de recursos com vistas à formação da sua poupança previdenciária. É essa reserva que vai garantir a renda adicional ao benefício do INSS.

A Fundação é regida por legislação específica do setor e, também, por seu Estatuto, pelos Regulamentos dos Planos de Benefício Definido (BD) e de Contribuição Definida (CD) – **Faelflex** e, ainda, por atos de gestão, a exemplo do Manual de Governança Corporativa e do Código de Ética.

#### Patrocinadores

- **Coelba** - Companhia de Eletricidade do Estado da Bahia
- **Faelba** - Fundação Coelba de Previdência Complementar
- **Tracol** - Serviços Elétricos S/A

#### Missão

Conceder benefícios previdenciários, contribuindo para a qualidade de vida dos seus Participantes.

#### Visão

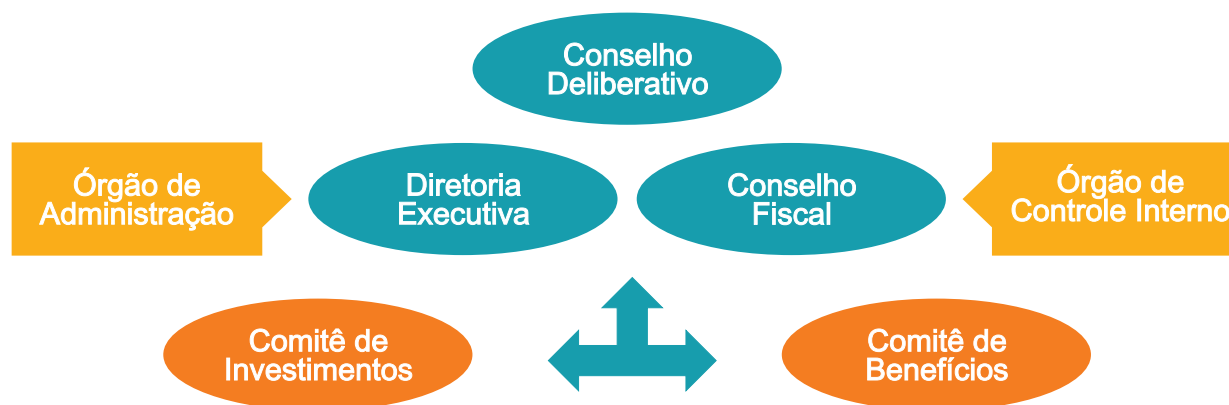
Potencializar o retorno dos investimentos acima da meta atuarial e do índice de referência e promover o pleno conhecimento dos Participantes sobre o negócio da Fundação.

#### Objetivos

Garantir o pagamento dos benefícios contratados;  
Contribuir para viabilização da Política de Recursos Humanos dos Patrocinadores.

# Governança Corporativa

## Estrutura da Governança da Faelba



São responsáveis pela administração e fiscalização da Faelba:

- O Conselho Deliberativo
- A Diretoria Executiva
- O Conselho Fiscal

Complementam a Governança Corporativa os Comitês de Investimentos e de Benefícios, fóruns de natureza consultiva, que têm a função de auxiliar os órgãos colegiados nas suas decisões, através de recomendações técnicas.

Os Conselheiros, Diretores, e Membros dos Comitês de Investimentos e de Benefícios são integrantes dos órgãos de Governança Corporativa. Esses Colegiados respondem pelo direcionamento estratégico da administração e fiscalização da Faelba; a experiência profissional e a comprovada competência técnica consistem nos principais critérios norteadores da seleção dos membros dos órgãos de governança, de modo a atender aos interesses da Fundação.

A escolha desses integrantes pode se dar por indicação do Patrocinador ou pelo processo eleitoral, onde Participantes e Assistidos da Fundação elegem seus representantes.

Cabe ao **Conselho Deliberativo** definir as políticas e diretrizes, avaliar e aprovar os Planos de Benefícios e o monitoramento do desempenho da Entidade, prestando contas aos Participantes e Patrocinadores.

A **Diretoria Executiva** é responsável pela execução da estratégia aprovada pelo Conselho Deliberativo.

O **Conselho Fiscal** auxilia a governabilidade da Fundação e o seu funcionamento deve ser previsto em caráter permanente no Estatuto. As atribuições do **Conselho Fiscal** conferidas pela Lei não poderão ser outorgadas a outro órgão da Entidade.

Os **Comitês de Investimentos** e de **Benefícios** devem auxiliar o Conselho Deliberativo e a Diretoria Executiva no desempenho de seus deveres e responsabilidades. Tais fóruns não têm poder de deliberação, mas detém a importante função de recomendar ou não as possibilidades de melhoria do desempenho dos Planos Previdenciários.

Diretores e Conselheiros dos Patrocinadores não devem integrar a Diretoria Executiva e os Conselhos Deliberativo e Fiscal da Faelba.

## Plano Previdenciário - Entenda o seu!

### Plano de Contribuição Definida (CD)

O Plano Previdenciário é chamado de Contribuição Definida porque, no momento da filiação do Participante, fica definido o valor que ele e o Patrocinador vão contribuir mensalmente.

As contribuições, do Participante e do Patrocinador, acrescidas das rentabilidades mensais, formam a Reserva Matemática do Participante no Plano Previdenciário. Esse montante será a garantia do pagamento dos benefícios, quando o Participante reunir as condições para se aposentar.

Na Faelba, o Plano de Contribuição Definida é também conhecido como **Faelflex**.

### Vantagens de aderir ao Faelflex

A mais importante é que, além do benefício do INSS, o Participante vai receber um benefício complementar na aposentadoria, isto é, uma renda extra.

O Patrocinador (a empresa) contribui para a sua previdência complementar no mesmo limite percentual que você escolher, até o máximo de 100%. Não se esqueça: quanto maior for a sua contribuição, mais a empresa contribuirá para você e maior, também, será o seu benefício futuro.

Você participa da gestão dos seus recursos, na medida em que opta pelos Perfis de Investimento.

Manutenção do padrão de vida na aposentadoria.

Proteção contra riscos de doença, invalidez e morte (benefício de risco/pecúlio).

Tranquilidade e conforto para toda a família, já que os dependentes têm direito ao benefício no caso de falecimento do titular (pecúlio).

As contribuições podem ser deduzidas do Imposto de Renda até o limite de 12% dos rendimentos tributáveis anuais.



## Participantes

São todos os empregados dos Patrocinadores Coelba, Faelba e Tracol que venham a se filiar à Faelba. São também considerados Participantes todos aqueles que, mesmo se desligando do Patrocinador, mantenham o vínculo com a Faelba.

### Categorias de Participantes

**Participante** – é todo aquele vinculado ao Faelflex que contribui mensalmente para o Plano, seja na condição de empregado do Patrocinador ou Autopatrocinado.

**Participante Especial** – é assim considerado aquele que:

- Na condição de empregado do Patrocinador, se filia à Faelba 90 dias após à sua admissão na empresa;
- Na data de inscrição no **Faelflex**, esteja afastado por auxílio-doença concedido pela Previdência Social, ou afastado do trabalho por iniciativa do Patrocinador.

### Diferença entre Participante e Participante Especial

A diferença entre as duas categorias é que o Participante Especial não tem direito aos benefícios de risco, custeados, exclusivamente, pelo Patrocinador no decorrer do vínculo empregatício, e que se destinam à cobertura de ocorrências de invalidez e morte do Participante.

## Benefícios de Risco

### Para o Participante

- Benefício de Pecúlio por Invalidez Total e Permanente;
- Benefício de Pecúlio Especial por Invalidez Total e Permanente, inclusive ao Participante Especial e ao Vinculado.

### **Para o Beneficiário**

- Benefício de Pecúlio por Morte do Participante;
- Benefício de Pecúlio por Morte do Participante-Assistido;
- Benefício de Pecúlio Especial por Morte do Participante, inclusive ao Participante Especial e ao Vinculado.

## **Contribuição**

O **Faelflex**, no seu Regulamento, prevê dois tipos de contribuição:

- Contribuição básica mensal obrigatória;
- Contribuição voluntária.

**A contribuição básica mensal obrigatória** - é a base para formação da poupança previdenciária, que vai garantir o pagamento do benefício na aposentadoria.

As contribuições dos Participantes são calculadas com base em duas faixas, de 2% e/ou 9%, que incidem sobre a remuneração bruta.

Qualquer que seja o valor da contribuição do Participante, obedecendo aos cálculos, com base nas faixas de 2% e 9%, o Patrocinador contribui com o mesmo valor para poupança previdenciária do empregado.

**Contribuição Voluntária** - é feita de acordo com a disponibilidade do Participante. O valor e a periodicidade dos depósitos são definidos por ele. A contribuição voluntária não tem a contrapartida do Patrocinador e serve para incrementar a poupança previdenciária.

## **Empréstimos**

### **Modalidades oferecidas pela Faelba:**

#### **Pré-Fixada**

A concessão de empréstimo por esta modalidade está suspensa, por tempo indeterminado, desde 01/12/2015, por determinação do Conselho Deliberativo.

## Pós-Fixada

### Prazos de concessão

- De 01 até 72 meses - Para Participantes e Assistidos do Plano CD e Participantes do Plano BD;
- De 01 até 60 meses - Para os Assistidos do Plano BD.

**Taxa de juros mensal** - Taxa Básica de Juros (Selic), divulgada pelo Conselho de Política Monetária – COPOM - Consultar taxa vigente no site da Faelba em:  
<http://www.faelba.com.br/emprestimo/modalidades/>



- **Limite de concessão** - variável entre 1/2 salário-base e 90% do valor da Reserva Matemática (subconta Participante).
- **Valor da prestação** - limitado a 30% da renda líquida.

## Emergencial

### Prazo de concessão

- De 1 a 12 meses

Taxa de juros: Consultar taxa vigente no site da Faelba em:  
<http://www.faelba.com.br/emprestimo/modalidades/>



Para a modalidade Emergencial são observados os seguintes requisitos:

- **Limite máximo de concessão** - R\$ 5 mil (não há limite mínimo estabelecido);
- **Valor da prestação** - limitado a 30% da renda líquida.

**As solicitações aprovadas serão concedidas em 48h.**

## Como é calculada a renda líquida?

Considera-se para efeito de renda líquida o resultado da operação obtida através das informações contidas no contracheque do mês da concessão, como salário-base, anuênio, periculosidade, adicional noturno, entre outras rubricas. Não são considerados, para o cálculo, proventos esporádicos não incorporáveis à remuneração.

## Participante novo poderá tomar empréstimo?

Sim. No entanto, para efetuar o empréstimo é estipulado um valor máximo e um mínimo de concessão. O valor máximo corresponde a 90% da Reserva Matemática do Participante, considerando apenas as suas contribuições, e, como mínimo, considera-se 50% do seu salário-base. Para que possa solicitar o empréstimo, o valor máximo deve ser maior que o valor mínimo.

## O que é margem consignável?

É o valor máximo de prestação que o Participante pode ter de desconto nos seus rendimentos mensais. Essa margem é fornecida à Faelba pela Coelba, através do Departamento de Recursos Humanos.

## Por que eu pago taxa de risco, se a minha reserva é a garantia do empréstimo?

A taxa de risco tem a finalidade de garantir a liquidação do empréstimo do Participante, em caso de falecimento. Isto beneficiará os seus familiares, uma vez que eles não assumirão a dívida do titular, reduzindo dos recursos deixados o montante relativo ao empréstimo.

No site da Faelba é possível simular o empréstimo. Faça a sua simulação e escolha a melhor opção para você. <http://www.faelba.com.br/emprestimo/simulacoes/>



## Perfis de Investimento

Desde abril de 2008 a Faelba oferece Perfis de Investimento aos Participantes e Assistidos vinculados ao Plano de Contribuição Definida (CD – **Faelflex**). O Participante tem a possibilidade de indicar como deseja que a Faelba aplique/invista seu patrimônio/Reserva Matemática, no mercado financeiro, com maior ou menor risco de ganho.

O que vai determinar o nível de risco é a exposição do patrimônio do Participante em renda variável,

ou seja, quanto esse Participante vai querer arriscar do patrimônio dele nesse segmento do mercado financeiro.

### **Perfil Conservador**

É o perfil que agrupa investimentos no segmento de Renda Fixa cujos ativos tenham como índice de referência o CDI, Selic ou indexadores similares. Tem como principal objetivo reduzir o risco dos investimentos, em função de movimentos bruscos nos mercados. O Perfil Conservador é composto por um fundo exclusivo, onde a Faelba é o único cotista. A proposta deste Perfil de Investimento, de reduzir a volatilidade, terá impacto, conseqüentemente, em sua rentabilidade. Ou seja, quando o investidor teme perdas, e reduz a sua exposição ao risco, o retorno esperado também é reduzido.

### **Perfil Básico**

Consiste no perfil do investidor que busca baixa volatilidade nos seus investimentos. É o perfil do aplicador que não está disposto a se arriscar no mercado de renda variável. O Participante opta por aplicar 100%, ou seja, a totalidade, da sua Reserva Matemática em investimentos nos segmentos de Renda Fixa, Imóveis, Operações com Participantes (empréstimos) e Investimentos Estruturados. Esta carteira é, majoritariamente, constituída de títulos públicos federais de médio e longo prazos e papéis privados (com limite de risco de crédito estabelecido pela Faelba, preferencialmente, de baixo risco). Nos investimentos em Imóveis, destaca-se a participação no Shopping Center Lapa e em quatro salas comerciais, alugadas para renda. O segmento de Operações com Participantes (empréstimos) é composto por todos os valores contratados pelos Participantes Ativos e Assistidos, através de empréstimos, na Faelba. A gestão dos recursos no segmento de Renda Fixa do Plano CD é terceirizada, através da escolha e contratação de gestores com expertise no segmento de gerenciamento de recursos e investimentos. A política de terceirização tem por estratégia mitigar o risco operacional e de mercado e maximizar a rentabilidade, mediante a diversificação dos investimentos.

### **Perfil Diferenciado**

Este é o perfil do investidor que está disposto a correr mais risco, em troca da obtenção de maior rentabilidade nos seus investimentos. Este perfil tem como principal característica os investimentos em renda variável (ações). O Participante opta por direcionar (alocar) até 50% da sua Reserva Matemática (em múltiplos de 10%) para investimentos em renda variável. As modalidades do Perfil Diferenciado

são: 90%-10%; 80%-20%; 70%-30%; 60%-40% e 50%-50%. No segmento de Renda Variável, a estratégia é buscar os melhores gestores e fundos de investimentos que assegurem liquidez e rentabilidade através de aplicações socialmente responsáveis. Os recursos estão alocados conforme o percentual escolhido pelo Participante quando da sua escolha por um Perfil. Os recursos estão distribuídos entre um Fundo Núcleo, conhecido por estrutura Core, que é provedor de liquidez, e em Fundos Satélites, representados por gestores com expertise comprovada em determinado mandato, como Ibovespa Ativo, Small e Smid Caps, Valor, Ativismo e Dividendos. Além disso, em 2014, a Faelba ampliou seu horizonte de renda variável com investimentos em ações no exterior, com foco em mercados globais e desenvolvidos. Esta estrutura de investimentos adotada, além de diversificar a gestão, consegue reduzir o risco, buscando maximizar a rentabilidade.

### **Por que a Faelba oferece Perfis?**

- Adequação à realidade de mercado
- Oportunização do conceito de “ciclo da vida”, através da combinação entre “acumulação” e “preservação” de recursos
- Flexibilização da escolha do perfil de risco pelo Participante
- Decisão direta do Participante sobre a alocação do seu patrimônio
- Responsabilização compartilhada da avaliação de risco x retorno na alocação dos investimentos

### **Como é feita a opção pelos perfis?**

Toda e qualquer alteração no Perfil de Investimento é feita na área restrita do site da Faelba.

Só os Participantes do Plano CD (**Faelflex**) podem fazer opção pelos Perfis.

O Participante pode alterar o Perfil duas vezes no ano, em dezembro e junho, passando a alteração a vigorar nos meses seguintes.

### **Como ficam os recursos de quem não optar em nenhum momento?**

Os recursos são alocados no Perfil Conservador.

### **Aplicação dos recursos financeiros**

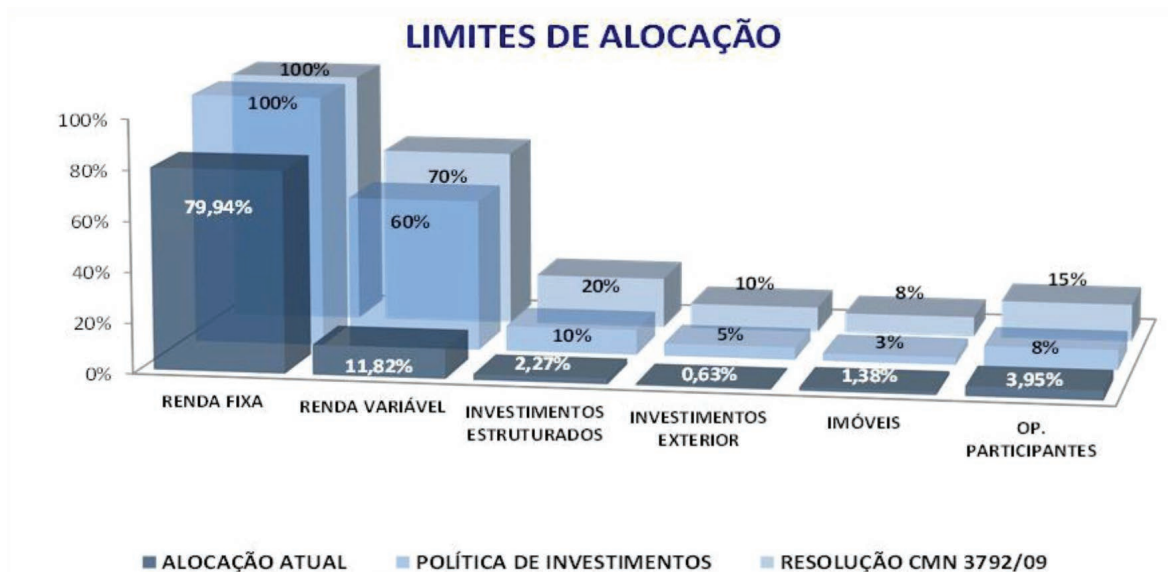
## Como a Faelba investe os recursos?

• O Patrimônio da Faelba é investido em aplicações em Renda Fixa, Renda Variável, Investimentos Estruturados, Investimentos no Exterior, Imóveis e Operações com Participantes (empréstimos).

• Para garantir que tais investimentos sejam aplicados de maneira transparente e de forma responsável, a Entidade segue uma Política de Investimentos aprovada anualmente pelo Conselho Deliberativo e encaminhada ao órgão regulador e fiscalizador (Previc), para acompanhamento e controle.

• A Faelba, através dos seus gestores, trabalha com investimentos responsáveis, sendo evidenciados, na Política de Investimentos, os critérios sociais, ambientais e de governança praticados.

## Política de Investimentos



## **O que é Renda Fixa?**

É um investimento em que a rentabilidade pode ser determinada com antecedência (operações pré-fixadas) ou conhecida no momento do vencimento da aplicação (operações pós-fixadas).

### **Ativos de Renda Fixa**

- Títulos de emissão do governo
- Certificados de depósitos bancários (CDBs)
- Caderneta de poupança
- Títulos públicos emitidos pelo Tesouro Nacional

## **O que é Renda Variável?**

É um investimento em que a rentabilidade não é determinada na data da aplicação. Uma aplicação é considerada Renda Variável quando o retorno ou rendimento está sujeito a grandes variações de acordo com o mercado. A maioria dos investimentos em Renda Variável é negociada na Bolsa de Valores.

### **Ativos de Renda Variável**

- Ações da Petrobras
- Ações da Vale do Rio Doce
- Ações do Banco do Brasil

## **O que são investimentos em Imóveis?**

Os investimentos na Carteira Imobiliária, ou seja, as aquisições de imóveis, são considerados de longo prazo. A rentabilidade, neste segmento, é apurada através do valor patrimonial dos imóveis, acrescida dos aluguéis recebidos.

## **O que são Investimentos em Operações com Participantes (Empréstimos)?**

As Operações com Participantes consistem nos empréstimos concedidos aos Participantes, garantindo



rentabilidade isenta de riscos. As taxas de juros aplicadas às concessões são compatíveis com o mercado.

### **Os Participantes recebem rendimento dos investimentos feitos pela Faelba?**

Sim. O retorno dos investimentos é repassado aos Participantes, através da variação mensal da cota do Plano CD, que reflete a rentabilidade líquida dos investimentos.

### **O que é cota?**

Cota é a menor parte do total do Patrimônio Atuarial do Plano de Contribuição Definida (CD – **Faelflex**), compreendendo a totalidade dos recursos necessários ao pagamento dos benefícios e compromissos do Plano CD para com os seus Participantes e Assistidos. É determinada em função do retorno dos investimentos da Faelba. A variação da cota influencia a atualização da Reserva Matemática do Participante, isto é, quanto maior for o valor da cota, maior será a poupança previdenciária.

O valor da cota é publicado no Jornal da Faelba e, no site, está disponível em <http://www.faelba.com.br/planos-previdenciarios-plano-cd/perfis/#tabelarentabilidade>





## Tributação

### Regimes Tributários

No momento da inscrição no Plano de Contribuição Definida (CD – **Faelflex**), o Participante tem que determinar o regime de tributação de Imposto de Renda (IR) - Regressivo ou Progressivo – que incidirá sobre o valor do benefício de aposentadoria ou do resgate de contribuições.

Antes, porém, da abordagem sobre os regimes tributários aplicáveis à Previdência Complementar, vamos conhecer um pouco sobre o tributo, essa forma de arrecadação, obrigatória para o contribuinte, que garante o funcionamento da máquina estatal.

### Tributo

É uma obrigação que o contribuinte pessoa física (consumidor, trabalhador) ou jurídica (empresa, empregador) deve pagar ao Estado, nas três esferas de poder. A arrecadação dos tributos compõe a receita da União, dos Estados e dos Municípios. Assim sendo, tanto o Imposto de Renda, como a taxa do lixo cobrada por uma prefeitura e a CSLL (Contribuição Sobre o Lucro Líquido) são espécies de tributo.

### Os tributos podem ser:

**Diretos** - com incidência sobre a renda e o patrimônio, são cobrados diretamente do contribuinte. Por exemplo: o IR (Imposto de Renda), o IPTU (Imposto Predial e Territorial Urbano) e a contribuição à Previdência (conhecida pela sigla INSS no contracheque), entre outros.

**Indiretos** - incidem sobre o consumo e está embutido no preço das mercadorias e serviços. Exemplos são o ICMS (Imposto sobre Circulação de Mercadorias e Prestação de Serviços), cobrado em quase todos os produtos comercializados, e a Cofins (Contribuição para o Financiamento da Seguridade Social), que integra os custos das indústrias, entre outros.

### Diferenças entre os tributos

**Imposto** – é o recolhimento de dinheiro do contribuinte para custear a máquina pública, formando

a receita a ser gasta nas despesas e investimentos da máquina estatal. A arrecadação de imposto não tem uma destinação específica e também não está vinculada a qualquer contraprestação de serviço por parte da Administração Pública.

**Taxa** - esse tributo está vinculado à contraprestação de um serviço público específico que é prestado ao contribuinte pelo poder público. É a cobrança que a Administração Pública faz em troca de algum serviço público que ela presta ao contribuinte. A taxa de lixo urbano, a taxa para a confecção do passaporte e a taxa de iluminação pública são exemplos.

**Contribuições** – são divididas em dois grupos: de Melhoria ou Especiais.

**Contribuições de melhoria** - são cobradas em uma situação que beneficia o contribuinte, como uma obra pública que valorizou seu imóvel, ou seja, um projeto de melhoria realizado pela União/Estado/Municípios que resulta em benefício do cidadão.

**Contribuições Especiais** - são cobradas quando há uma destinação específica para um determinado grupo, como o PIS (Programa de Integração Social) e Pasep (Programa de Formação do Patrimônio do Servidor Público), que são direcionados a um fundo dos trabalhadores do setor privado e público, ou atividade, como a do INSS (Instituto Nacional de Seguridade Social).

**Empréstimo compulsório** - esta espécie de tributo foi acrescentada ao Código Tributário Brasileiro pelo Supremo Tribunal Federal. Consiste na tomada de dinheiro do contribuinte, a título de empréstimo, pelo Estado em determinadas situações de emergência, para futura restituição ao cidadão. Somente a União pode criá-lo e o dinheiro só é devolvido se o contribuinte requerer. Exemplo conhecido foi o “empréstimo compulsório sobre combustíveis” criado pelo Decreto-Lei 2.288/86.

Agora que já temos ideia do que é um tributo e conhecemos seus diferentes tipos, trataremos da tributação que incide sobre os recursos dos Participantes que têm plano de previdência complementar na Faelba.

**Qual é o tributo cobrado do Participante de um fundo de pensão como a Faelba?**

É o Imposto de Renda (IR).

## Sobre quais recursos recai a tributação?

Apenas quando do pagamento do benefício de aposentadoria ou do resgate de contribuições.

## Há cobrança de tributo sobre o valor da contribuição à Faelba?

Não. A tributação só se verifica nos dois casos anteriores (aposentadoria e resgate).

## Posso deduzir o valor das contribuições do Imposto de Renda?

Sim. A lei permite que essa dedução seja feita, anualmente, até o limite em que as contribuições alcancem 12% dos rendimentos tributáveis. Inclusive no caso de contribuições feitas em nome de dependente, para aquele Participante que paga plano de previdência para os filhos, por exemplo. Se o dependente for maior de 16 anos, há, contudo, obrigatoriedade de contribuição, também, ao INSS. A isenção poderá ser comprovada mediante declaração escrita e assinada pelo próprio interessado, conforme previsto na Lei 7.115/83.

## Todas as pessoas físicas são obrigadas a declarar o IR?

Não. Está isento do IR o contribuinte que tenha rendimentos tributáveis inferiores à faixa de valor determinado pela Receita Federal.

A consulta de valores e alíquotas em vigor pode ser feita no endereço:

<http://idg.receita.fazenda.gov.br/acesso-rapido/tributos/irpf-imposto-de-renda-pessoa-fisica>



## Houve alteração na Tributação dos Planos de Previdência Complementar?

Sim. A partir de 1º de janeiro de 2005 entrou em vigor a Lei 11.053/04, que dá ao Participante dos Planos de Contribuição Definida (CD) e de Contribuição Voluntária (CV) a opção de escolha entre dois regimes tributários, o Progressivo e o Regressivo. Na Faelba, as novas regras são aplicadas apenas aos Participantes do **Faelflex**.

## Por que o Participante do Plano BD não pode optar pelo novo regime Tributário?

Porque a Lei 11.053/04 não alterou as regras tributárias para essa modalidade de Plano Previdenciário.

Foi mantida a tributação em vigor, aplicando-se a Tabela Progressiva, que é usada para calcular o Imposto de Renda das pessoas físicas.

### **Qual o objetivo da mudança?**

- 1- Incentivar a poupança de longo prazo, reduzindo o valor do imposto a pagar, considerando o tempo de permanência dos recursos na Entidade.
- 2- Transferir a tributação dos rendimentos e ganhos das aplicações de recursos da fase de acumulação (quando da entrada dos recursos na conta do Participante) para o momento do pagamento do benefício ou resgate, possibilitando a obtenção de maior rentabilidade dos recursos administrados.
- 3- Respeitar a diversidade etária dos Participantes, considerando os diferentes ciclos da vida e, portanto, com necessidades distintas de rentabilização das reservas matemáticas.

### **Qual o momento da opção pelo regime de tributação?**

Por ocasião da inscrição, ou adesão, do Participante ao Plano. Importante destacar que o prazo limite é o último dia útil do mês seguinte ao mês de assinatura da Proposta de Inscrição no Plano.

Para o Participante do Plano CD que já estava filiado à Faelba em janeiro de 2005, quando da entrada em vigor da Lei 11.053/2004, foi dado o prazo de até dezembro/2005 para fazer a opção pelo novo Regime de Tributação, o Regressivo.

### **Como é feita a opção?**

Através do preenchimento e da assinatura de um Termo de Opção criado pela Secretaria da Receita Federal para essa finalidade.

### **O que acontece com o Participante que não fizer opção pelo Regime Regressivo?**

Se não houver manifestação nesse sentido, a ausência da assinatura no Termo de Opção deixa subentendida a escolha do Participante pelo Regime Progressivo.

É sempre bom lembrar que o Imposto de Renda a ser pago pelo Participante, em qualquer dos dois regimes tributários, somente ocorrerá quando do recebimento de benefício de aposentadoria ou resgate de contribuições.

## Uma vez escolhido o regime de tributação, o Participante pode mudar a opção?

Não. Essa escolha é definitiva e irrevogável, ou seja, em nenhuma hipótese pode ser alterada. Por causa dessas características, o Participante deve avaliar, cuidadosamente, qual das duas tabelas de cálculo do Imposto de Renda escolherá para ser aplicada, no futuro, quando do pagamento de um benefício do Plano ou do resgate de contribuições.

## Regime Progressivo

### Como é aplicado o Regime Progressivo no pagamento dos benefícios?

No Regime Progressivo, determina-se o imposto pelo valor do benefício, que é a base de cálculo. A Tabela Progressiva é composta de base de cálculo (crescente) e alíquotas progressivas, que variam de 0% a 27,5%. Assim, quanto maior for o benefício recebido pelo Participante maior será o valor do IR a pagar.

Por esse Regime, o Imposto de Renda é Retido na Fonte. Isso significa que, ao pagar o benefício, a Faelba já desconta o valor do IR. O recolhimento desse tributo é considerado como uma antecipação do imposto a ser pago pelo Participante no ano.

Para calcular o montante do Imposto de Renda no exercício os valores dos benefícios de complementação que o Participante recebe da Faelba deverão ser somados aos demais rendimentos tributáveis.

Para consultar a Tabela Progressiva com as bases de cálculo e alíquotas vigentes:

<http://idg.receita.fazenda.gov.br/aceso-rapido/tributos/irpf-imposto-de-renda-pessoa-fisica>



### Isenção e Deduções Principais

- É importante observar que, pelo Regime Progressivo, em se tratando, especificamente, de benefício, há uma faixa de isenção do pagamento do imposto.

Confira o valor na tabela vigente:

<http://idg.receita.fazenda.gov.br/aceso-rapido/tributos/irpf-imposto-de-renda-pessoa-fisica>



- Também, pelo Regime Progressivo, são permitidas deduções na Declaração de Ajuste Anual, relativas a dependentes, despesas médicas e educacionais, pensão de alimentos, entre outras, autorizadas por lei.

- O Participante que recebe benefício por esse regime é obrigado a apresentar a Declaração do Imposto sobre a Renda Retido na Fonte (DIRF) para ajuste anual ao final de cada exercício. Essa obrigatoriedade permite à Receita Federal verificar se o contribuinte pagou mais ou menos imposto. Se o imposto pago foi maior que o devido, haverá restituição; se foi menor, o contribuinte terá imposto a pagar, para complementar o que faltou.

### **Principais Dependentes para efeito do IR no Regime Progressivo**

- Cônjuge ou companheiro
- Filho ou enteado até 21 anos
- Filho ou enteado, em qualquer idade, incapaz, física e/ou mentalmente, para o trabalho
- Filho ou enteado universitário ou cursando escola técnica de 2º Grau, até 24 anos
- A pessoa absolutamente incapaz, da qual o contribuinte seja tutor ou curador
- Os pais, desde que não auferam rendimento tributável ou não superior ao limite de isenção
- Avós ou os bisavós, desde que não auferam rendimento, tributável ou não, superior ao limite de isenção mensal pela tabela vigente

### **Como é aplicado o Regime Progressivo no resgate de contribuições?**

Os Participantes desse Regime que solicitarem o resgate de contribuições serão tributados em 15%, independentemente de o valor resgatado ser parcial ou total. Por lei, não é possível fazer qualquer dedução da base de cálculo. As deduções permitidas, com dependentes, por exemplo, serão consideradas quando do preenchimento da Declaração de Ajuste Anual.

Para os casos de resgate, não é aplicada a faixa de isenção da Tabela Progressiva e o imposto recolhido, também, na fonte, é a título de antecipação do Imposto de Renda. Eventuais diferenças entre o valor pago e o efetivamente devido pelo Participante, no exercício, considerando as bases de cálculo e alíquotas da Tabela Progressiva, são compensadas na Declaração de Ajuste Anual do IR.



## Regime Regressivo

### Quais as características do Regime Regressivo de Tributação?

Por esse Regime, o cálculo do Imposto de Renda é feito considerando o prazo de acumulação da Reserva Matemática do Participante na Faelba. O tempo de permanência dos recursos no Plano Previdenciário é que vai definir a alíquota a ser aplicada sobre o valor do benefício pago ou do resgate de contribuições, isto é, o imposto diminui à medida que o prazo de acumulação aumenta.

Como foi dito anteriormente, a intenção do Governo com a Lei 11.053/04, foi a de incentivar a poupança previdenciária de longo prazo, permitindo que o contribuinte que tem plano de previdência complementar pague menos imposto, desde que planeje seu futuro, se propondo a não usar os recursos para outra finalidade que não a previdenciária.

### O que é prazo de acumulação?

Segundo a legislação, é o tempo decorrido entre o aporte de recursos no Plano Previdenciário (contribuição) e o pagamento do benefício ou do resgate. Quanto mais tempo os recursos permanecerem no Plano de Previdência, menos imposto o Participante pagará.

PRAZO DE ACUMULAÇÃO	ALÍQUOTA(%)
Inferior ou igual a 2 anos	35
Superior a 2 anos e inferior ou igual a 4 anos	30
Superior a 4 anos e inferior ou igual a 6 anos	25
Superior a 6 anos e inferior ou igual a 8 anos	20
Superior a 8 anos e inferior ou igual a 10 anos	15
Superior 10 anos	10

### Como a Faelba calcula o prazo de acumulação?

Pelo método PEPS, onde a contagem do prazo é linear, de maneira que as primeiras contribuições feitas ao Plano serão, também, as primeiras a serem usadas para pagamento dos benefícios futuros.

Por esse sistema, o cálculo para cobrança do imposto obedece a essa relação de tempo, procurando utilizar, primeiramente, os recursos com maior prazo de acumulação (contribuições mais antigas) e, conseqüentemente, com menor alíquota. Usa-se a sigla PEPS, significando a Primeira que Entra é a Primeira que Sai.

### **O que devo saber sobre Imposto Médio**

O Imposto Médio poderá incidir sobre o valor do benefício ou resgate de contribuições do Participante vinculado à Tabela Regressiva de Imposto de Renda o valor do **imposto médio**. Isso ocorre no caso de as contribuições que compõem o valor do benefício ou do resgate ainda não tiverem o tempo de acumulação necessário para a incidência da alíquota vigente para o período.

### **O Regime Regressivo, também, permite deduções e ajustes na Declaração Anual?**

Não. Neste Regime, o Imposto de Renda é definitivo. Ao pagar o IR na Fonte os valores recolhidos pela Faelba não permitem deduções e, também, não são passíveis de restituição ou complementação na Declaração de Ajuste Anual. O valor que o Participante recebe a título de benefícios de aposentadoria durante o ano não pode ser somado aos demais rendimentos e não integra a renda anual. Essa informação é fornecida à Receita Federal na própria Declaração de Ajuste Anual no campo específico denominado "Rendimentos Sujeitos à Tributação Exclusiva/Definitiva."

### **Como é a Tributação do Resgate no Regime Regressivo?**

Como a Tabela Regressiva não admite deduções ou ajustes na Declaração Anual, o imposto pago na fonte é integral e definitivo. O método PEPS, usado para calcular o valor do tributo, apontará as faixas do prazo de acumulação correspondente às respectivas alíquotas.

### **O saque à vista de até 25% da Reserva Matemática, permitida no Plano CD, é considerado resgate de contribuição para efeito de tributação?**

Não. Primeiro há que distinguir saque de resgate. No resgate, o Participante extingue o vínculo com a Faelba, após se desligar do Patrocinador, e a tributação ocorrerá nos moldes do que foi tratado quando da aplicação do instituto do resgate nos dois regimes, progressivo e regressivo.

O saque de até 25% da Reserva Matemática é permitido apenas ao Participante do Plano CD (**Faelflex**) e faz parte da programação de renda, no momento do requerimento do benefício de aposentadoria.

Assim sendo, o imposto que o Participante vai pagar obedece às faixas e alíquotas da Tabela Progressiva, se ele fez opção pelo Regime Progressivo, e aos prazos de acumulação da reserva, e respectivas alíquotas, se a escolha foi pelo Regime Regressivo.

Vale destacar que, pelo Regulamento vigente do Plano CD, o limite de 25% para o saque pode, inclusive, ser parcelado. Nesse caso, o Participante opta por receber de uma única vez ou parcelado, mensalmente ou de forma esporádica, o montante equivalente a 25% da sua Reserva Matemática. O que não pode é exceder o limite máximo de 25% do total da Reserva Matemática do Participante. Um Participante pode, por exemplo, optar por sacar 5% da reserva no momento do requerimento do benefício, restando 20% para quando houver qualquer necessidade.

### **Quem está isento de pagar o imposto sobre benefícios e resgates?**

Antes de listar os casos previstos, é importante saber que isenção é toda dispensa legal para pagamento de um tributo, seja imposto, taxa ou contribuição. Quando tratamos da previdência complementar, seja ela aberta (bancos ou companhias seguradoras) ou fechada (os fundos de pensão como a Faelba), a legislação tributária brasileira e a Constituição Federal, além de outros normativos, já determinam quem está dispensado de pagar o Imposto de Renda.

As isenções praticadas antes da mudança de 2005 permanecem em vigor. Inclusive para quem optou pelo Regime Regressivo.

A seguir, detalhadamente, cada um dos casos de isenção previstos:

#### **Beneficiários Portadores de Moléstia Grave e Deficiência Mental**

Para ter direito à isenção, o Participante precisa estar aposentado. A dispensa do pagamento do tributo será aplicada apenas sobre os rendimentos relativos à aposentadoria e pensão, mesmo se a doença tiver sido contraída após a concessão do benefício. Para requerer a isenção é preciso ter a comprovação da moléstia grave através de laudo pericial emitido por serviço médico oficial.

#### **Doenças alcançadas pela isenção**

Tuberculose ativa, alienação mental, esclerose múltipla, neoplasia maligna, cegueira, hanseníase, paralisia irreversível e incapacitante, cardiopatia grave, doença de Parkinson, espondiloartrose anquilosante, nefropatia grave, hepatopatia grave, estados avançados da doença de Paget (osteíte deformante), contaminação por radiação, síndrome da imunodeficiência adquirida (AIDS), fibrose cística (mucoviscidose).

## **Beneficiários Maiores de 65 anos**

Há que se fazer uma distinção para a isenção concedida ao aposentado ou pensionista a partir do mês em que completa 65 anos de idade. Pelo Regime Progressivo, além da parcela isenta prevista na tabela de incidência mensal do Imposto de Renda Pessoa Física (Tabela Progressiva), atualmente, é dada, também, isenção adicional do IR nesse mesmo valor. Para os optantes do Regime Regressivo, como a Tabela Regressiva não prevê faixa de isenção, a parcela isenta é descontada do valor total do benefício pago pela Faelba, com a incidência da aplicação da alíquota relativa ao prazo de acumulação a que se refere a Reserva Matemática.

## **Contribuições dos Participantes entre 01/01/89 a 31/12/95**

As contribuições feitas, exclusivamente, pelo Participante, nesse período, são isentas do Imposto de Renda porque o regime tributário vigente àquela época determinava o recolhimento do IR na fonte, ou seja, no momento do desconto do valor da contribuição à Faelba no contracheque do empregado.

Como a tributação dos planos de previdência complementar foi alterada a partir de janeiro de 1996, através da Lei 9.250/95, o Participante passou a pagar o IR somente quando recebe benefício de aposentadoria ou resgata contribuições.

Para não haver bitributação (duas vezes o recolhimento referente ao mesmo imposto), o Participante que se desliga do Patrocinador e encerra o vínculo, também, com a Faelba, ao resgatar a Reserva Matemática está isento do valor do imposto relativo apenas às contribuições feitas por ele ao Plano naquele período (01/01/89 a 31/12/95).

## **Pecúlio Invalidez ou Pecúlio Morte (benefícios de risco)**

Esse tipo de pagamento, também, isento de tributação, é efetuado pela Faelba em parcela única em decorrência da morte ou invalidez permanente do Participante.

Os benefícios de risco são, também, isentos de tributação. Contudo, a isenção somente é aplicada na forma de pagamento em parcela única em decorrência da morte ou invalidez permanente do Participante.

Em caso de morte do Participante Ativo ou Assistido e, optando os beneficiários por continuarem com a mesma programação de recebimento da renda feita pelo titular do benefício, o regime de tributação

não pode ser alterado. A mudança que pode ser feita é com relação, apenas, à programação do recebimento da renda, a exemplo do prazo e dos percentuais da Reserva Matemática escolhidos. O benefício continua a ser pago considerando o regime escolhido pelo Participante em vida. Se a opção foi pelo Regime Regressivo, o prazo de acumulação segue a mesma forma de apuração adotada com a redução da alíquota em razão do tempo de permanência da Reserva Matemática no Plano Previdenciário.

## Portabilidade

A transferência da reserva do Participante entre planos de benefícios, de entidade aberta ou fechada, não será tributada, pois não equivale a resgate de contribuições. O entendimento é o de que o dinheiro não “passa” pela mão do Participante, não estando disponível para consumo.

O que o Participante precisa saber e estar atento é que, para portar reserva entre as entidades, optando, no momento da portabilidade, pelo regime regressivo, a contagem do prazo de acumulação se inicia no momento da opção e não da data de adesão ao Plano. Participantes próximos da aposentadoria ou que pensam em resgatar reserva, que optam por esse movimento de regimes tributários, são penalizados com alíquotas mais altas pela Tabela Regressiva.

Ao migrar do Regime Regressivo para o Progressivo, as reservas são mantidas segregadas para efeito de contagem do prazo de acumulação anteriormente iniciado. A reserva nova, que começa a se formar pelo Regime Progressivo, obedecerá as faixas da Tabela Progressiva.

## Institutos Previdenciários

### Opções para quem sai da empresa antes da aposentadoria

A perda do vínculo empregatício ou mesmo a aposentadoria pelo INSS não significa que o Participante tem que se aposentar pela Faelba.

Os institutos previdenciários consistem nas alternativas que o Plano de Contribuição Definida CD - **Faelflex** oferece ao Participante de permanecer vinculado à Faelba após o desligamento do Patrocinador Coelba/Faelba).

O Participante tem à disposição os seguintes institutos:

## Autopatrocínio

Através deste instituto, o Participante que ainda não conta com 55 anos de idade para requerer o Benefício de Aposentadoria Normal poderá manter sua inscrição no Plano Previdenciário na condição de autopatrocinado.

### Características

- Perda do vínculo empregatício
- Contribuição obrigatória da parte do Participante
- Contribuição opcional da parte da empresa
- Custeio da despesa administrativa
- Custeio dos benefícios de risco

Ao autopatrocinado, o **Faelflex** assegura o pagamento do Benefício de Aposentadoria Normal ou Aposentadoria Normal Antecipada, além dos institutos do Benefício Proporcional Diferido (BPD), da Portabilidade e do Resgate.

## BPD – Benefício Proporcional Diferido

É o instituto que garante o pagamento de uma renda mensal ao Participante que, na data do desligamento da empresa, não conta ainda com 55 anos de idade para requerer o Benefício de Aposentadoria Normal. Ao optar pelo BPD, o Participante passa a custear a despesa administrativa do Plano e deixa a condição de Participante ativo, tornando-se um Participante vinculado.

### Características

- Participante não é obrigado a contribuir para o Plano Previdenciário
- As contribuições, caso deseje, são voluntárias e esporádicas
- Custeio da despesa administrativa

O Plano assegura ao Participante vinculado o pagamento do Benefício de Aposentadoria Normal, Aposentadoria Normal Antecipada ou Benefício por Desligamento, desde que cumpridos os requisitos para requerimento dos respectivos benefícios. Caso deseje, o Participante pode, também, optar pelos institutos da portabilidade e do resgate.

## Portabilidade

Através deste instituto, o Participante, uma vez desligado da empresa, pode transferir sua reserva para outra entidade, como a Faelba, ou para uma instituição financeira ou companhia seguradora (entidades abertas).

### Característica

- A opção pela portabilidade significa o fim do vínculo do Participante com a Fundação
- Não há incidência de imposto na movimentação da reserva

## Resgate

A opção pelo resgate põe fim ao vínculo do Participante com a Faelba.

### Características

- O Participante resgata 100% das suas contribuições feitas ao Plano Previdenciário
- O resgate das contribuições feitas pela empresa, em nome do Participante, está condicionado ao tempo de vínculo empregatício com o Patrocinador. Pelo Regulamento do **Faelflex**, é considerado 0,5% do saldo da parte do Patrocinador para cada mês de vínculo com a empresa. Com 16 anos e 8 meses de trabalho no Patrocinador, o Participante tem direito de resgatar 100% das contribuições feitas pela empresa em seu nome
- O resgate pode ser feito de forma única ou parcelado entre 1 e 60 meses
- Em qualquer situação e sobre qualquer valor incidirá a cobrança de impostos

## Aposentadoria

### Benefício a que o Participante está elegível

O Regulamento do Plano de Contribuição Definida (CD – **Faelflex**) prevê:

#### Benefício de Aposentadoria Normal

##### Requisitos Exigidos

- 55 anos
- 180 meses de vínculo com a Coelba
- 60 meses de filiação na Faelba
- Perda de vínculo com a Coelba

#### Benefício de Aposentadoria Normal Antecipada

##### Requisitos Exigidos

- 50 anos
- 180 meses de vínculo com a Coelba
- 60 meses de filiação na Faelba
- Perda de vínculo com a Coelba

#### Benefício por Desligamento

##### O que é?

O Benefício por Desligamento consiste no pagamento de renda mensal, prevista no Regulamento do Plano, calculada com base no total das contribuições feitas pelo Participante, acrescido do percentual, a que o Participante tem direito, das contribuições feitas pelo Patrocinador, podendo chegar a 100%, a depender do tempo de vínculo com a empresa.

##### Quem tem direito?

Este benefício será concedido ao Participante que se desligar da empresa antes de completar 50 anos, idade necessária para requerimento do Benefício de Aposentadoria Normal.



## Como requerer o benefício da Faelba?

- Comparecer à Faelba
- Preencher o requerimento específico
- Fazer simulação do benefício desejado

## Programação de recebimento de benefício

PROGRAMAÇÃO	PRAZO MÍNIMO (em anos)	PRAZO MÁXIMO (em anos)	SAQUE À VISTA (em R\$)	CARACTERÍSTICA
Renda Mensal Normal	05	50	Até 25% da RM	RM/ Prazo
Renda Mensal Especial	05	50	Até 25% da RM	Gradiente 0,1% - 1,0%
Renda Mensal Variável	05	50	Até 25% da RM	% Saldo RM

## Uma vez feita a programação de recebimento de benefício, pode mudar?

Sim. O Participante poderá mudar o prazo de recebimento de renda, como, também, a modalidade escolhida. Por exemplo: se o Participante escolheu, inicialmente, receber uma renda por um período de 10 anos, ele poderá aumentar ou diminuir o prazo, respeitando o limite mínimo de 5 anos e o máximo de 50 anos para recebimento do benefício de aposentadoria da Faelba.

O Participante, também, pode alterar a modalidade de recebimento.

Por exemplo: o Participante optou, inicialmente, em receber uma renda por 20 anos. Ele poderá mudar essa programação para receber um percentual da reserva ao mês.

## Periodicidade da Programação do Benefício

A alteração no prazo ou na modalidade de recebimento de renda poderá ser realizada após 1 (um) ano da última opção feita.

## Acabando o prazo programado, o que fazer?

Terminando o prazo programado pelo Participante para recebimento de sua renda, assim como findando o saldo da sua Reserva Matemática, é extinto o vínculo do Participante com a Faelba.

## Empréstimo: o desligamento do Patrocinador implica na quitação do saldo devedor?

O Participante que se desligar do Patrocinador e não requerer benefício pagará o empréstimo financeiro

mediante boleto bancário emitido pela Faelba. Para o Participante que requerer benefício, ele poderá quitar o empréstimo ou continuar pagando as parcelas descontadas diretamente do valor do benefício recebido.

### **Pode solicitar empréstimo depois de se aposentar?**

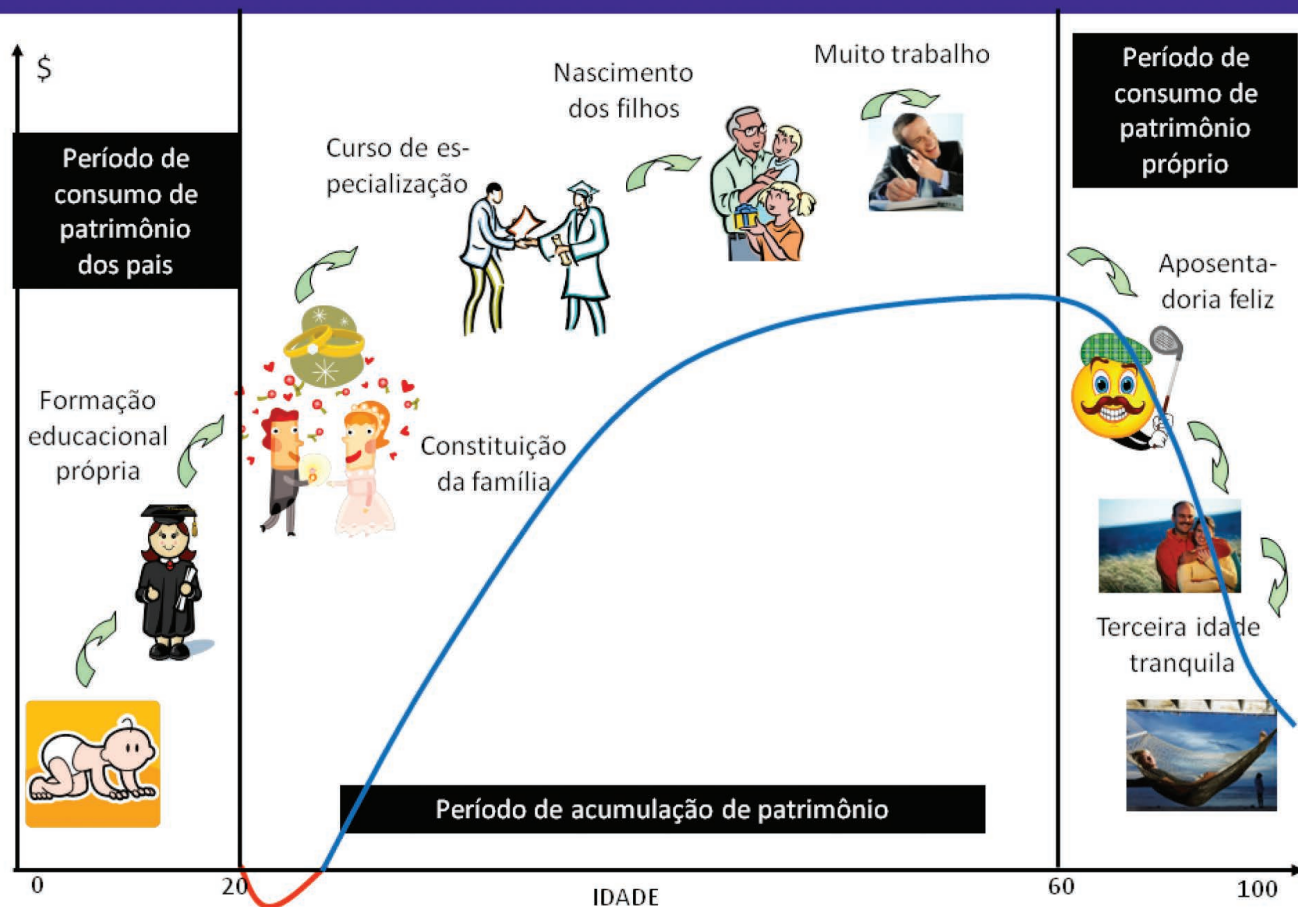
Sim. O Participante poderá solicitar empréstimo, desde que o prazo para liquidação esteja alinhado com o prazo de recebimento do benefício e haja saldo de reserva para quitação.

É importante que a família e os beneficiários designados pelo Participante no Plano Previdenciário tenham conhecimento do papel da Fundação na vida de todos.

## PARTE II

### CICLO DA VIDA - Identifique o seu!

#### Ciclo de vida financeira



Segundo a teoria do ciclo da vida, a poupança para a aposentadoria advém do desejo individual de manter um padrão estável de consumo ao longo do ciclo da vida. Em função disso, os indivíduos abrem mão de uma parcela de consumo durante a vida ativa para poder estabilizar o padrão de consumo na velhice, quando em geral ocorre uma queda no rendimento do trabalho.

Entender qual o seu momento de vida e o tempo que falta para a sua aposentadoria talvez sejam os fatores que mais influenciam a predisposição a risco. Quanto mais jovem e longe da aposentadoria o Participante se encontra, maior deve ser a sua disposição em correr riscos, devido à grande incerteza associada aos rendimentos futuros e à possibilidade de recuperar possíveis perdas. Porém, um Participante que está próximo da aposentadoria deve refletir sobre o volume de reservas já acumuladas e a real necessidade de colocar parte deste recurso em maior risco.

Este é o conceito de “ciclo da vida”, sobre o qual a Política de Investimentos da Faelba prevê a alocação dos recursos entre os segmentos de investimentos disponíveis, de acordo com o horizonte de tempo planejado para a utilização do dinheiro. O objetivo é promover o equilíbrio entre o tempo do investimento e os riscos aos quais o Participante estará associado nos diferentes períodos da sua vida. Essa visão permitirá o estabelecimento de uma estratégia, visando maximizar o retorno financeiro com vistas a uma maior tranquilidade no momento de utilização dos recursos.

Esta segunda parte do Guia de Orientação ao Participante, intitulada “Ciclo da Vida – identifique o seu”, está composta de opiniões de diversos especialistas sobre a particularidade dos investimentos em cada fase da vida de uma pessoa, quando ela se determina a planejar o seu futuro financeiro. Este planejamento tem como principal objetivo o de construir uma vida melhor, mais tranquila, no momento em que se encerrar o ciclo laboral, aquele em que, o empregado troca a sua força de trabalho por uma remuneração e alguns benefícios (plano de saúde, tíquete alimentação, aposentadoria do INSS, etc).

É certo que, na grande maioria dos casos, a empresa não oferece um plano de previdência complementar aos seus empregados. Diferentemente do seu caso, empregado da Coelba/Faelba. A empresa patrocinadora do Plano Previdenciário contribui com 100% do que você se determinar a reservar do seu salário mensal para formar a sua poupança previdenciária, que vai garantir uma renda extra para complementar o benefício de aposentadoria que o INSS pagará a você quando estiver aposentado. Você vai optar por dispor somente do benefício do INSS na sua aposentadoria? Comece a pensar nisso agora!

É desta reserva, desta poupança previdenciária, que os especialistas tratarão nos seus artigos, vídeos, planilhas e testes, conteúdos selecionados especialmente para que você identifique em que ciclo da vida se encontra, neste exato momento. O propósito é que você tenha tempo de direcionar os recursos da sua poupança previdenciária para os investimentos mais adequados à sua atual fase financeira. Tudo isso, visando à manutenção da sua qualidade de vida naquele momento em que não estará mais no mercado de trabalho, por qualquer das circunstâncias previstas (aposentadoria) ou imprevistas (invalidez). Sem dúvida, essa poupança previdenciária, constituída ao longo da sua vida laboral, é que vai proporcionar tranquilidade, segurança e garantia da qualidade da sua vida, quando a sua força de trabalho já não atrair mais o mercado laboral. Já pensou nisso?

## A vida financeira e suas fases

### Recomendações e opiniões

#### Poupar é pensar no futuro!

É o que sustenta o especialista Cristiano Brasil, ao fazer a seguinte provocação: você está poupando, pensando no seu futuro financeiro? Confira o artigo, com a opinião do especialista, e construa sua própria resposta.

“Nossa vida financeira obedece a ciclos. Esses ciclos são bem definidos de acordo com a nossa idade. É importante que tenhamos em mente, em qual ciclo financeiro estamos inseridos, nesse momento, para verificar se estamos agindo de forma a ter uma vida financeira tranquila no futuro.

O Primeiro Ciclo, que vai do nascimento até os 20 anos, é quando o indivíduo fica consumindo a renda dos pais. Nessa fase, o jovem tende a ter uma renda baixa, estagiando ou recebendo mesada dos pais.

No Segundo Ciclo, que vai dos 20 anos até 50 anos, é quando o indivíduo começa a construir família. Nesta fase, que é a fase mais produtiva, você deve poupar, fazer investimentos, pensar em seguro de vida e construir um colchão financeiro, para as emergências do dia a dia.

Nesta fase, você deve correr mais riscos nos investimentos, para buscar maiores rentabilidades.

No Terceiro Ciclo, que vai dos 50 aos 65 anos, o indivíduo deve ser cauteloso com relação a correr riscos com seu dinheiro e patrimônio acumulados até então.

Nesta fase, os investimentos devem ser mais conservadores, em renda fixa.

Já no Quarto Ciclo financeiro, que inicia nos 65 anos e vai até o final da vida, o indivíduo pode agora aproveitar tudo o que acumulou no Terceiro Ciclo, o ciclo da produção e acumulação. É hora de resgatar o dinheiro que poupou e investiu durante anos. É hora de aproveitar o tempo com os netos.

Enfim, isso funciona para quem se programou de acordo com esses ciclos.

Quem não poupa e não investe, está fadado a ter que viver, na sua velhice, com a aposentadoria do governo, que na maioria das vezes não supre as necessidades básicas de uma pessoa nessa idade, que demanda de maiores gastos com remédios e médicos.

## Por isso, pare e pense: Você está poupando, pensando no seu futuro financeiro?”

Cristiano Brasil - Sócio Diretor da i9 Investimentos, Palestrante, pós graduado MBA em Gestão Financeira pela UNESC/SC e pós graduado especialista em Mercado de Capitais pela UFRGS/RS. Credenciado a Corretora Geral de Investimentos e Câmbio. Certificado ANCORD e PQO BM&FBovespa.

Link Referência: <http://www.programacases.com.br/coluna/fases-da-vida-financeira>



### Organizando as finanças em cada fase da vida

A vida é feita de fases, e cada uma delas traz objetivos, sonhos e preocupações diferentes. No mundo das finanças também é assim: cada idade pede uma postura especial. Enquanto um jovem não constituiu família e tem gastos com viagens e estudos, uma pessoa de idade avançada está mais preocupada com a sua aposentadoria. Então quais cuidados é preciso ter com a organização das finanças nas diferentes etapas da vida?

#### Dos 18 aos 25

Esta é uma idade de muitos sonhos, porém a renda costuma ser baixa porque o profissional ainda é inexperiente. Para conciliar a realidade financeira com os objetivos, é preciso saber escolher. “Nesta idade, é comum querer comprar carro, casa, viajar. Mas é preciso priorizar os objetivos, já que o dinheiro não dá para tudo”, diz Caio Torralvo, professor de finanças da FIA e da FKPartners. Paciência e perseverança são as palavras-chave nesta etapa da vida.

Guardar dinheiro para realizar um sonho por vez é o caminho. Isso fica mais fácil para quem ainda vive com os pais, pois as responsabilidades no pagamento das contas da casa são menores. Aos poucos, os recursos guardados podem ser usados na realização dos objetivos, e o ideal é fugir dos financiamentos e pagar à vista, sempre que possível.

Assim, o jovem deixa de gastar dinheiro com os juros da dívida.

Este é o momento para começar a criar uma disciplina de poupar, mesmo que seja um valor baixo. Além dos sonhos de curto e médio prazo, o jovem pode começar a se preocupar com a aposentadoria. Afinal, quanto antes começar a se preparar para isso, menos pesará no seu orçamento.

## Dos 25 aos 35

Com mais experiência e uma posição estável no mercado de trabalho, a tendência é que a renda aumente nesta etapa da vida. No entanto, junto com ela crescem também os gastos: a compra do primeiro imóvel e o casamento são alguns dos acontecimentos comuns nesta idade. Para os que têm filhos, existem também os gastos com escola e saúde das crianças.

O grande risco desta etapa é assumir muitos compromissos ao mesmo tempo por decisões precipitadas, contraindo dívidas. Para muitos, estes são anos de privação porque assumem diferentes pagamentos de parcelas ao mesmo tempo. Por isso, assim como na etapa anterior da vida, é prudente priorizar os objetivos.

O diretor de investimentos da Lecca, Samy Balassiano, explica que as pessoas desta faixa etária tendem a contrair dívidas de consumo (como carros, apartamento e móveis) por conta de uma expectativa de que seus ganhos irão crescer na mesma proporção. "Aí está formada uma armadilha perigosa, pois surgirão custos fixos que não podem ser postergados, como colégio dos filhos, plano de saúde, alimentação, luz, gás e outros", afirma.

Somados, estes pagamentos podem comprometer a renda da família, com juros altos do cheque especial ou por prestações não pagas. "A administração das receitas e das despesas se torna ponto primordial nesta fase", diz.

Também é a hora certa para aproveitar o momento de alta produtividade na carreira profissional para reforçar a renda e as reservas financeiras. Além do plano de previdência, é recomendável pensar em outros investimentos de longo prazo, diversificando sua carteira.

## Dos 35 aos 45

Com maiores salários, nesta idade é comum aumentar o padrão de vida e assumir gastos elevados. "É nesta fase que o nível de consumo das pessoas atinge seu ápice", afirma José Roberto Ferreira Savoia, professor da FEA USP e do Laboratório de Finanças (LabFin). Hábitos de compra mais sofisticados e maior nível de conforto explicam o aumento dos gastos. No entanto, existe um grande risco neste estilo de vida, já que poucos meses sem salário podem causar uma grande crise financeira na família. Para quem já está nesta situação, é momento de rever as despesas. "Comprar um carro médio pode ser mais interessante do que ter um carro grande e nenhuma sobra de salário", explica Torralvo, da FIA.



Ele recomenda que as pessoas tenham uma reserva para imprevistos e comecem a pensar mais seriamente na aposentadoria. “Se não pensou antes na previdência, agora é a hora.” Em geral, é a partir dos 45 anos que a renda começa a declinar, e há menos tempo pela frente para acumular um patrimônio.

## Dos 45 os 60

Conforme a idade avança, maior deve ser o cuidado em selecionar os gastos para conseguir formar uma poupança para aposentadoria. Com menos tempo para poupar, esta deve ser a preocupação prioritária nesta fase da vida.

Na hora de investir, é recomendável ser conservador, mesmo para quem tem um patrimônio maior. A renda fixa deve predominar na carteira de investimentos, segundo Georges Catalão, gestor de investimentos da Lecca. “Nesta idade a pessoa não pode se dar ao luxo de correr riscos”, explica.

A relação entre idade e risco é considerada em alguns produtos disponíveis no mercado, como os fundos de previdência data-alvo. Este tipo de fundo tem o compromisso de reduzir a exposição a risco em função do tempo que falta para o início do pagamento dos benefícios, a chamada data-alvo. Perto da aposentadoria, seu risco é muito baixo. Você pode tomar o mesmo cuidado em suas aplicações, garantindo que seus investimentos sejam menos arriscados conforme a idade avança.

Para quem tiver poupado desde a juventude, este pode ser um bom momento para se dar prazeres que não teve ao longo da vida. Mesmo assim, é prudente ter moderação, pois os anos futuros trarão maiores despesas características da terceira idade, como medicamentos.

### Site Como Investir

O Como Investir é iniciativa da Anbima (Associação Brasileira das Entidades dos Mercados Financeiro e de Capitais), entidade que representa mais de 340 instituições, entre bancos comerciais, múltiplos e de investimento, *asset managements*, corretoras, distribuidoras de valores mobiliários e consultores de investimento.

#### Referência:

<http://www.comoinvestir.com.br/boletins-e-publicacoes/boletim-como-investir/Paginas/Organizando-suasfinan%C3%A7asemcadafasedavida.aspx>



## Como se planejar financeiramente de acordo com cada idade

Especialistas revisitaram algumas práticas de gestão do dinheiro e atualizaram algumas premissas. O novo jeito de se planejar financeiramente leva em consideração informações antes ignoradas. Por exemplo, os gastos no início da vida adulta hoje são maiores do que no passado. Por isso, cada idade pede uma estratégia de planejamento diferente.

Veja como organizar as finanças de acordo com a sua faixa etária.

---

### Aos 20 anos

No início da vida, o desafio que o salário baixo impõe é terminar o mês com algum dinheiro na conta. Como ficam nessa fase da vida:

**Dinheiro:** Como o fator limitador para as escolhas financeiras é o salário baixo, o foco deve estar justamente em aumentar a renda. As reservas financeiras devem ser aplicadas, de preferência, em educação.

**Investimento:** Com dinheiro escasso, não perca tempo com isso. Se sobrar um pouco, comece a contribuir para um plano de previdência.

**Projeto empreendedor:** Se você deseja empreender, segure o ímpeto. Essa é a fase ideal para se envolver com atividades empreendedoras embrionárias, como atuar na empresa júnior da faculdade.

---

### Dos 20 aos 30 anos

Fase de intenso desenvolvimento na carreira e na vida pessoal. O salário começa a melhorar, mas junto vêm os custos de sua independência. Como ficam:

**Dinheiro:** Acelere a formação de poupança para realizar seus projetos pessoais e profissionais.

**Investimento:** Aumente o esforço de poupança. Isso só será possível se seu custo de vida não se elevar. Mantenha baixas as despesas fixas.

**Projeto empreendedor:** Ao evoluir na carreira, você pode se dedicar mais a seu projeto empreendedor. Seja na forma de cursos, seja com envolvimento crescente em algum mercado que lhe desperte atenção. Troque experiências com os colegas sobre planos futuros para amadurecer as reflexões e encontrar oportunidades múltiplas de aprendizado.

## Dos 30 aos 40 anos

Essa é uma fase decisiva da vida em termos financeiros e na carreira. Quem está casado tem o desafio de se adaptar a um novo orçamento mais alto. Já os solteiros precisam evitar ceder às tentações de consumo e à agenda social intensa, criando um padrão de vida muito alto para o salário — escolha bem seus programas para evitar torrar o dinheiro com tudo. Como ficam:

**Dinheiro:** O aumento das responsabilidades traz uma pressão sobre o orçamento, o que, para a maioria das pessoas, dificulta bastante a formação planejada de uma reserva financeira. Mas, em geral, essa dificuldade se deve a excessos cometidos nos grandes gastos do orçamento — nitidamente com moradia e automóvel. Esses são os itens mais caros, que puxam para cima todos os gastos relacionados a eles. As despesas fixas também tendem a aumentar e merecem atenção. Nessa fase da vida, é o momento de intensificar a disciplina de poupança.

**Investimento:** Comece a pensar mais seriamente na possibilidade de empreender. Direcione uma parte da remuneração para isso. Uma parcela considerável da reserva financeira deve estar disponível para ser injetada na conta em caso de imprevistos ou para ser aproveitada em oportunidades de crescimento. Sua estratégia deve ser orientada pelas seguintes ações:

- Mantenha as contribuições para um plano de previdência patrocinado. Se possível, aumente os aportes.
- Mantenha uma reserva de emergência. Ela deverá ser maior a partir do momento que você iniciar seu projeto empreendedor, para administrar riscos e também para você poder aproveitar oportunidades. Uma poupança equivalente a um ano de consumo familiar está longe de ser um exagero para quem começa a empreender.

O negócio pode passar a ser parte de sua carteira de investimentos. Se abrir uma empresa, diminua bastante a exposição ao risco nos demais investimentos. Negócios já têm risco considerável, e investimentos em outras modalidades voláteis tiram a atenção e aumentam a ansiedade.

**Projeto empreendedor:** Dedique-se intensamente a seu projeto empreendedor. Se não tiver esse projeto ou se ele estiver muito imaturo, intensifique os cursos, a participação em eventos e feiras e a visita a amigos empreendedores. Elabore detalhadamente seu plano de negócios e esforce-se para iniciar projetos experimentais relacionados a seu negócio próprio.

## Dos 40 aos 50 anos

A fase mais produtiva de nossa vida é marcada por uma disposição que não é a mesma da juventude, por uma experiência que nem sempre está aliada a conhecimentos atualizados e por responsabilidades familiares que nos pressionam a buscar maiores ganhos. Como ficam:

**Dinheiro:** A compra da casa própria antes dessa fase mostra-se equivocada, pois compromete muito dinheiro e, na maioria das vezes, leva à dívida, que tira a autonomia para decisões mais arriscadas de carreira e de vida.

Os gastos com filhos e planos de saúde são crescentes. Busque uma vida simples, mas com experiências de lazer barato, e abra espaço para poupar. Reserve para as emergências, principalmente se planeja empreender.

**Investimento:** A carteira deve ter menos características de valorização e mais de preservação do patrimônio. Dê prioridade a ações que pagam bons dividendos.

**Projeto empreendedor:** Esse é o momento de fazer experiências empreendedoras. Caso pense em continuar na ativa por mais alguns anos, considere a possibilidade de entrar na carreira acadêmica.

---

## Dos 50 aos 60 anos

Segundo Cerbasi em “Adeus, Aposentadoria”, na meia-idade o trabalho é menos divertido, e se divertir dá mais trabalho. Não se acomode. Como ficam:

**Dinheiro:** Dê menos ouvidos aos outros e siga seus instintos e seus valores. Mais do que nunca, esse é o momento de gastar mais com o que lhe faz bem.

**Investimento:** Nenhum investimento é, nessa fase, mais relevante do que seu projeto empreendedor. Seja conservador e atente para que o desempenho de sua renda e de seus ativos supere os efeitos da inflação. A reserva de emergência deve ser sua companheira para sempre. Imprevistos podem acontecer.

Vigie suas fontes de renda. Estude os indicadores financeiros para avaliar se seu projeto empreendedor está gerando dividendos crescentes. Haverá períodos de sacrifício.

Não é porque você trabalhou a vida toda que deve esperar dessa fase apenas segurança e conforto. Lembre-se: como empreendedor, você está sujeito a riscos, e administrá-los significa efetuar ajustes constantemente.

Fonte: Danylo Martins, da VOCÊ S/A

Referência:

<http://exame.abril.com.br/revista-voce-sa/edicoes/198/noticias/como-se-planejar-financeiramente-de-acordo-com-cada-idade>



## O que você deve saber sobre dinheiro aos 20, 30, 40 e 50 anos

Conheça o mínimo que você deve saber sobre finanças em cada fase da vida



Bonecas russas

Crédito da foto: Public Domain Pictures/Pixabay Domínio Público

### **Bonecas russas: aos 20, foque na carreira; aos 30, nas reservas e nos investimentos**

Se você é como a maioria das pessoas e não dedica boa parte do seu tempo às suas finanças, corre grande risco de, lá na frente, sofrer do clássico arrependimento "Ah! Se eu soubesse disso antes...".

Realmente é difícil aprender tudo de uma vez. Em vez disso, você pode pelo menos saber qual o conhecimento mínimo que todo mundo deveria ter em cada fase da vida: aos 20, aos 30, aos 40 e aos 50 anos. Mas lembre-se: nunca é tarde para aprender.

Veja a seguir o que todo mundo deveria saber sobre dinheiro em cada faixa etária:

## Aos 20

### Cuide da sua carreira: você não tem todo tempo do mundo

Começar a poupar nessa fase é até interessante, mas para os especialistas ouvidos, não é nem de longe o mais importante.

O momento é de focar na carreira: escolher a profissão com cuidado, estudar, optar por um bom curso numa boa instituição de ensino, que dê acesso a oportunidades de carreira.

“A carreira, para a maior parte das pessoas, é o que vai trazer dinheiro. Nesta fase é mais importante cuidar da capacidade de gerar dinheiro do que guardar dinheiro”, diz o consultor financeiro André Massaro.

Ele lembra que, aos 20 e poucos, muita gente acha que tem todo tempo do mundo para cometer todos os erros, largam os estudos, não estudam o suficiente, não se preocupam com a escolha da instituição de ensino nem com a própria reputação.

O resultado pode vir na forma de amargo arrependimento no futuro. “Conheço gente mais velha cujo grande arrependimento financeiro tem a ver com as escolhas profissionais”, lembra Massaro.

O jovem de 20 e poucos anos até pode errar e mudar de ideia, mas há limites, pois essa fase passa mais rápido do que se imagina.

### Controle seu fluxo de caixa e gaste menos do que ganha

Se você aprender a administrar o seu orçamento e a gastar menos do que ganha nessa fase, é bem provável que consiga manter o hábito para toda a vida. Anote receitas e despesas, gaste menos do que ganha e saiba para onde seu dinheiro está indo.

Hoje em dia há uma série de planilhas disponíveis na internet e apps para celulares e tablets que ajudam na tarefa de controlar o orçamento.

## **Cuidado com o crédito fácil: cheque especial e cartões de crédito**

Essa é também uma boa fase para entender como funcionam os juros compostos e o funcionamento do cheque especial e do cartão de crédito, linhas de crédito fáceis e com juros altíssimos, que devem ser evitadas.

O cheque especial não é um presente que o banco lhe dá, mas uma linha de crédito pré-aprovado que você utiliza automaticamente quando a sua conta fica no vermelho – e pode pagar juros de até dois dígitos ao mês por isso.

Já o cartão de crédito pode ser um aliado, mas há algumas coisas que você nunca deveria fazer com ele, como não pagar a fatura na íntegra e gerar uma dívida “bola de neve”.

## **Comece a sonhar: trace objetivos para quando você puder poupar**

Mesmo que você ainda não consiga guardar dinheiro, trace objetivos, como viagens, compra de imóvel, compra de carro, cursos, aposentadoria etc. Poupar se torna muito mais fácil quando você tem sonhos.

“Para seguir esse hábito de controlar as finanças na ponta do lápis, é bom ter uma motivação”, explica o planejador financeiro certificado (CFP®), Janser Rojo, da consultoria QI Financeiro.

## **Aos 30**

### **Poupe e invista: crie reservas e construa um patrimônio**

É hora de começar a poupar para os objetivos traçados ou de alocar melhor essas reservas, em investimentos melhores do que a caderneta de poupança. Dedique mais tempo a conhecer os investimentos disponíveis no mercado.

Existem, por exemplo, aplicações mais rentáveis que a poupança, com mesmo nível de risco ou até mais baixo; aplicações mais rentáveis que a poupança para prazos mais longos e isentas de imposto de renda; aplicações de renda fixa mais apimentadas; fundos de investimento para diferentes objetivos; e, é claro, o investimento em ações, com mais risco e maior potencial de retorno, que pode ser feito por meio de fundos ou diretamente.

Ter reservas na faixa dos 30 é fundamental, pois as duas próximas décadas provavelmente envolverão grandes despesas, como casamento, filhos e casa própria.



“Tem gente que não toma as medidas financeiras para isso, e continua a viver como se fosse solteira, mas é preciso ajustar a vida financeira à nova realidade”, diz André Massaro.

### **Comece a pensar seriamente em se preparar para a aposentadoria**

Agora é preciso começar a poupar para a aposentadoria para valer. Não convém deixar para os 40 ou 50 anos, porque aí o esforço financeiro precisa ser muito maior.

Se você acha que viver só da Previdência Social não vai ser suficiente – e talvez você não devesse nem contar muito com ela – é bom criar reservas com o fim específico de gerar uma renda complementar no futuro.

Existem investimentos que servem especificamente para poupar para a aposentadoria, e outros que podem ser usados satisfatoriamente para esse fim.

### **Entenda como funcionam os financiamentos de casa e carro**

Estude o funcionamento dos financiamentos que têm o próprio bem como garantia, principalmente os de imóveis: o Custo Efetivo Total (CET), a entrada necessária, as taxas e seguros envolvidos. Simule nos sites dos bancos para conhecer suas opções.

Se você tiver fundo de garantia (FGTS) você pode conhecer seu saldo diretamente no site da Caixa e verificar se é elegível para usá-lo na compra da casa própria.

Caso esteja planejando a compra de um carro ou uma casa, verifique não só os custos para comprá-los, mas também para mantê-los – seguros, impostos e taxas.

No caso específico do imóvel, pesquise o valor de materiais de construção e mão de obra, caso sejam necessárias reformas ou acabamentos – muitos imóveis novos são entregues sem revestimentos, por exemplo.

## **Aos 40**

### **Entenda como funcionam os seguros**

Para Janser Rojo, se você ainda não se preocupou em fazer seguros de vida e para o seu patrimônio, este é o momento. Pesquise seguros de vida e de imóveis, que podem proteger você e sua família contra eventos graves a um custo relativamente baixo.

Faça também um planejamento tributário inteligente, se for o caso. Por exemplo, se você investe em muitos imóveis, pode ser uma boa ideia constituir uma pessoa jurídica; se investe ou pretende investir em previdência privada, precisa optar pelo melhor regime de tributação – em alguns casos é possível mudar de tabela; e se pode declarar dependentes no Imposto de Renda, vale a pena se certificar de que isso é mesmo vantajoso.

### **Não descuide da carreira – recicle-se**

Na opinião de André Massaro, o maior risco nessa fase é estagnar profissionalmente e se acomodar.

“As pessoas acham que nessa idade elas deixam de ser ‘empregáveis’. É verdade que há preconceito no mercado de trabalho, mas muita gente também se deixa estagnar e para de investir na vida profissional. Se essas pessoas perdem o emprego, têm dificuldade de se recolocar. Não pode achar que já sabe tudo”, diz o consultor.

### **Não se arrisque demais nos investimentos**

Por estar mais próxima da aposentadoria, a pessoa na faixa dos 40 deveria se expor menos ao risco nos investimentos e proteger mais seu patrimônio. Mas nem sempre é o que acontece.

“Nessa fase muitas vezes as pessoas ficam agressivas demais, pois se sentem mais confortáveis com os investimentos”, observa Massaro.

Ele conta que, há alguns anos, dava cursos de análise técnica e investimentos de curto prazo na bolsa – o chamado *Day Trade* – e notava que o perfil do público era de homens entre 40 e 50 anos, justamente o grupo que não deveria mais se expor tanto a esse tipo de risco.

“Esse é o principal grupo de risco do cara que entra na bolsa e quebra. Ele em geral está frustrado e estagnado profissionalmente, pode ter perdido o emprego e recebido uma gorda indenização, e quer buscar nos investimentos de risco uma forma de vida. Só que a maioria das pessoas que faz esse movimento tem resultados infelizes”, alerta.

## Aos 50

### Planeje os aspectos práticos da sua aposentadoria

No sentido de correr risco nos investimentos e na carreira, os 50 são mais ou menos parecidos com os 40. Mas com a aposentadoria batendo à porta, é hora de saber o que você realmente vai fazer: parar de trabalhar? Fazer um outro tipo de trabalho, mais prazeroso?

Especialistas em finanças hoje em dia já defendem que o que as pessoas vão fazer na aposentadoria deve ser planejado, porque vivemos mais e melhor. Ou seja, para aqueles que param totalmente, pode faltar renda e/ou sobrar frustração.

### Planejamento sucessório: informe-se sobre como passar seu patrimônio para os herdeiros

Comece a se informar sobre as diferentes formas de transmitir seu patrimônio àqueles que deverão herdá-lo depois que você se for.

Convém conhecer alguns aspectos legais – por exemplo, quem são seus herdeiros obrigatórios e quanto do seu patrimônio você deve deixar para eles – assim como os custos envolvidos nas diferentes transações.

### O inventário não é mais o único instrumento usado para repartir os bens de uma pessoa falecida.

Hoje é possível fazer doações em vida, pôr os recursos em um plano de previdência privada (que não entra em inventário) ou constituir empresas e fundos exclusivos. Cada uma tem vantagens específicas, como reduzir custos, facilitar a transmissão ou aumentar a segurança.

Já o testamento pode ser interessante para quem quer dividir os bens de uma forma específica e deixar parte do patrimônio para pessoas que não sejam herdeiras ou mesmo para a caridade.

Fonte: Julia Wiltgen

<https://www.monetar.com.br/uau-street/investir-e-facil/investir-e-facil-coluna/o-que-voce-deve-saber-sobre-dinheiro-aos-20-30>



## Os principais erros financeiros nas diferentes fases da vida

A maioria das pessoas comete erros com o dinheiro, seja por gastar demais com produtos desnecessários, não guardar a quantia suficiente, não se preocupar em criar uma reserva para a aposentadoria, entre outros. No entanto, existem alguns erros financeiros que são quase exclusivos de determinadas fases da vida.

O site DailyWorth elaborou uma lista com os principais erros financeiros das pessoas de 20, 30, 40, 50 e 60 anos. Confira:

### **20 anos – Gastar mais do que ganha e não poupar para a aposentadoria**

Os jovens que começam a trabalhar e a ganhar seu próprio dinheiro acabam ficando tentados a fazer uma viagem ou comprar um bom carro para se sentirem mais adultos.

Contudo, a maioria das pessoas na faixa etária dos 20 anos não ganha o suficiente para ter gastos elevados e acaba se envolvendo em dívidas que irão atrapalhar o seu orçamento por um bom tempo.

A dica para evitar essa situação é elaborar um orçamento, separar uma quantia para a aposentadoria (embora pareça estar longe, é necessário começar a se preparar o quanto antes para esse período) e acostumar-se a poupar dinheiro para quando quiser comprar produtos mais caros. Além disso, é bom evitar usar o cartão de crédito.

### **30 anos – Combinar o orçamento com o do cônjuge e evitar seguros**

Nessa fase da vida, grande parte das pessoas começa a morar junto ou se casa e passa a combinar as contas, rendimentos e investimentos com o parceiro.

Entretanto, esse hábito pode levar a um problema financeiro maior do que se tivesse mantido as contas bancárias separadas.

Ao invés disso, mantenha a sua própria conta corrente, na qual será depositada sua renda, e tenha uma conta conjunta aonde cada um irá contribuir com uma determinada quantia.

## 40 anos – Despesas dos filhos e descaso com a aposentadoria

Normalmente, as pessoas com 40 anos estão ocupadas em gastar dinheiro em coisas que eles querem imediatamente, como casa nova, carros e férias, e acabam deixando de se preocupar em poupar para a aposentadoria. É necessário lembrar que quanto mais cedo e quanto maior for a quantia que você juntar, melhor será o retorno de juros dos investimentos.

Ainda mais, aqueles que têm filhos com idade universitária acabam sacrificando a sua poupança para garantir os estudos em faculdades. Se não for possível economizar ou investir para pagar uma universidade, considere um financiamento estudantil para o seu filho.

## 50 anos – Ficar na defensiva em relação a investimentos e co-assinar um empréstimo

Após tanto tempo poupando para a aposentadoria, as pessoas de 50 anos tendem a proteger esse dinheiro e diminuem os investimentos. Porém, é preciso lembrar que os gastos mensais com plano de saúde, remédios, além das contas do cotidiano, irão consumir esse dinheiro em alguns anos; por isso, é importante manter o crescimento da aposentadoria.

Se você tem filhos, em algum momento ficará tentado a ser co-signatário para ajudá-los com grandes compras, como uma casa ou um carro. Contudo, a co-assinatura de um empréstimo nunca é uma boa ideia se a sua intenção é simplesmente emprestar o nome e histórico de crédito e não para fazer os pagamentos.

## 60 anos – Subestimar os custos com despesas médicas e se esquecem da aposentadoria

Muitas pessoas se concentram na construção da sua aposentadoria até que se aposentam, e depois deixam de investir e passam a viver a partir desse fundo. Porém, o ideal é que mesmo aqueles que estão aposentados continuem investindo para manter uma fonte de renda separada.

As pessoas, geralmente, esquecem o quanto é caro os cuidados com a saúde de idosos. A recomendação é manter um bom plano de saúde.

Referência:

<http://blog.mobills.com.br/2015/08/os-principais-erros-financeiros-nas-diferentes-fases-da-vida/>





## PARTE III

### Seu Futuro Financeiro – Você é o maior responsável

Loius Frankenberg

#### A Conscientização

##### 1 - O que é planejamento financeiro pessoal

Planejamento financeiro pessoal significa estabelecer e seguir uma estratégia precisa, deliberada e dirigida para a acumulação de bens e valores que irão formar o patrimônio de uma pessoa e de sua família. Essa estratégia pode estar voltada para curto, médio ou longo prazos, e não é tarefa simples atingi-la.

Por que ela é árdua? Por causa dos inúmeros imprevistos e incertezas da vida e por tantos outros fatores que concorrem para que, ao final da caminhada, apenas pouquíssimos indivíduos tenham conseguido alcançar o objetivo supremo: a completa tranquilidade econômico-financeira. Entretanto, quando as pessoas são muito conscientes e determinadas, fica mais fácil para elas planejar e seguir uma certa conduta, o que amplia bastante suas probabilidades de concretizar esse sonho.

“Tranquilidade econômico-financeira” é uma expressão bastante subjetiva, que traduz o estado de satisfação de uma pessoa ao alcançar um objetivo por ela mesma definido como o montante suficiente para manter um determinado padrão de vida. Conceitos como riqueza, conforto, qualidade de vida, bem-estar, sucesso, renda, fortuna etc. definem, em última instância, exatamente a mesma ideia. Conscientemente, o indivíduo estabelece uma linha de conduta financeira que gostaria de seguir e os principais objetivos que almeja alcançar na vida.

##### 2 - Adote uma filosofia para pautar sua vida

A vontade de ganhar dinheiro e juntar um patrimônio apreciável implica assumir uma determinada atitude perante o dinheiro. O dinheiro e o poder que este representa podem relegar todas as outras normas de conduta a lugares subalternos, tornando-se nossa prioridade e razão de ser. Nem todas as pessoas, é claro, pensam dessa maneira. Para muitas, o dinheiro é apenas um meio e não um fim em si. Não é raro algumas crenças religiosas e seus respectivos ministros promoverem a ideia de que não devemos dar demasiada importância aos assuntos materiais, especialmente ao dinheiro. Diante disso,

penso que é importante cada um parar por um instante, refletir seriamente sobre o assunto e tentar entender como encara, de fato e no seu íntimo, as finanças, a riqueza e o valor do dinheiro. É provável que, a partir dessa conscientização, nossa conduta se torne bem mais segura e a questão mais simples de ser encarada. Seja autêntico e jamais se deixe encantar pelo estilo de vida de outras pessoas. Esta última fórmula geralmente não dá certo.

### **3 - O que você mais deseja na vida?**

Primordial, para o leitor, é determinar quais são, de fato, suas grandes metas ou objetivos. Vale a pena meditar à exaustão sobre este tema. Caso seu dia a dia não lhe permita fazer isso, tire uma semana de férias e vá à praia. Sozinho, andando pela areia, faça um balanço de sua vida e verifique se está fazendo o que planejava fazer, trabalhando naquilo que lhe dá satisfação.

Pessoas insatisfeitas com sua vida quase nunca têm sucesso. Espero que você não seja dos que ouvem o despertador pela manhã e pensam: "Ah! Se eu pudesse ficar na cama...". Se for, cuidado. Preferir ficar dormindo a ter que ir à empresa é sinal de que algo está muito errado. Procure a causa da insatisfação, porque o sucesso financeiro está diretamente ligado ao prazer com que se executa o trabalho.

### **4 - Iniciando-se na arte de poupar**

"As pessoas deveriam se preocupar muito mais com onde seus reais deveriam ser gastos ou investidos do que com onde eles foram parar!" - Roger W. Babson

Policar-se para não ultrapassar os limites dos próprios ganhos é uma grande dificuldade para a maioria das pessoas. As formas de pressão da sociedade em que vivemos são enormes, e são poucos os que conseguem resistir a elas.

### **5 - Pougando com sabedoria e gastando com prudência**

Esse pensamento tão antigo quanto profundo, produto da sabedoria popular, deveria ser um dos seus lemas na vida. Com ele, você jamais cometerá erros irremediáveis e sempre achará uma solução capaz de evitar o desespero em momentos de dificuldade.

Poupar com sabedoria nem sempre significa obter o rendimento máximo.

Gastar com prudência significa saber diferenciar o que é essencial do que é supérfluo. Avaliar com



cuidado se determinado eletrodoméstico, uma roupa, um produto alimentício é necessário ou apenas capricho dispensável é uma capacidade que nem todos possuem. Quem não sabe fazer isso pode se arrepende algumas horas após a compra, mas o estrago estará feito.

Lembre-se de que é próprio do ser humano ansiar pelo que não tem. Melhor, então, é pensar duas vezes. Antes de adquirir um produto ou serviço, devemos sempre nos perguntar se de fato precisamos daquilo ou se estamos nos deixando levar por um simples capricho, pela pressão do vendedor ou por desejarmos exibir a outrem nossa riqueza.

## **6 – Princípios para formar e manter o patrimônio**

São quatro os princípios fundamentais que tentamos difundir a respeito de um planejamento financeiro pessoal sadio:

### **Quem guarda tem**

Não existe mágica para formar um bom patrimônio. Seja grande ou pequena sua renda atual, é fundamental você se disciplinar para não gastar tudo o que ganha. É imprescindível reservar sistematicamente uma parcela de suas receitas para formar os investimentos que irão representar sua segurança e trazer a tranquilidade financeira almejada em momentos de dificuldade.

### **Comece ontem**

Se você começar a se ocupar da diversificação de suas fontes de renda imediatamente, enquanto estiver em plena posse de sua capacidade de trabalho e de seu vigor físico e intelectual, chegará à velhice sem depender de filhos, amigos, familiares ou de uma Previdência Social insuficiente.

### **Olhe para depois de amanhã**

Uma linha planificada de investimentos, contemplando o médio e o longo prazos, estimula e favorece o crescimento patrimonial para a vida toda. Investir seu dinheiro desordenadamente e com visão apenas de curto prazo é a maneira mais inadequada para suas aplicações obterem o melhor resultado.

### **Dê sentido à sua poupança**

Todo indivíduo tem sonhos, ambições e objetivos que almeja atingir durante a vida. Faça o planeja-

mento de suas aplicações e investimentos em função desses ideais. Não busque as soluções simplesmente imitando o estilo de vida de outras pessoas.

## 7 - Lincoln e os mandamentos da prosperidade

Abraham Lincoln, estadista e presidente dos Estados Unidos que evitou o desmantelamento de seu país na Guerra da Secessão, proferiu, em 1865, algumas palavras proféticas tão atuais nos dias de hoje como quando as formulou. São “os quatro mandamentos da prosperidade”:

### I

Não criarás prosperidade  
se desestimulares a poupança.

### II

Não criarás estabilidade permanente  
baseada em dinheiro emprestado.

### III

Não evitarás dificuldades financeiras  
se gastares mais do que ganhas.

### IV

Não poderás ajudar os homens de maneira permanente  
se fizeres por eles aquilo que eles podem  
e devem fazer por si próprios

## 8 - O maior segredo da vovó

A ciência do planejamento financeiro pessoal, por mais complexa que possa parecer, sempre volta ao princípio básico: é preciso ter reservas para enfrentar os momentos difíceis da vida. Quanto maiores as reservas, melhor.

Nossas avós guardavam moedas em vidros de compota e latas de mantimento na cozinha - locais que somente elas conheciam. Cada vez que iam às compras, o troco ia para esses esconderijos secretos. O vovô nem tomava conhecimento desse primitivo planejamento financeiro. Mas quando acontecia de faltar dinheiro para o pão ou o leite das crianças, as moedas necessárias surgiam milagrosamente. Quando a neta saía com o namorado pela primeira vez, novamente aparecia o dinheiro para comprar um vestido à altura do acontecimento.

Naquele tempo, não se falava em inflação, não havia bancos em cada esquina e a solidariedade entre os vizinhos era bem maior do que hoje em dia. Mesmo assim, todos sabiam que era preciso poupar para dificuldades que poderiam surgir a qualquer hora.

Infelizmente, a inflação das últimas décadas em nosso país acabou com o sadio conceito da poupança. Todos nós precisamos cultivá-la novamente, pois é a única forma de superar os novos tempos de globalização e desemprego. Esta verdade vale tanto para nossos governantes e legisladores e suas gastanças irresponsáveis como para nós mesmos.

## **9 - Agir ou reagir?**

Meus muitos anos como consultor financeiro de pessoas dos mais diversos segmentos da população, vendo como cada uma delas se diferenciava da outra (independentemente do grau de riqueza por elas alcançado), fizeram surgir em mim a seguinte indagação: “Por que algumas tiveram grande sucesso financeiro e outras, não.”

As deduções e conclusões às quais cheguei me conduziram ao seguinte: os que triunfavam sempre tinham reservas financeiras em cadernetas de poupança, fundo de investimento ou dispunham de meios onde conseguir com facilidade os recursos necessários; já os membros do grupo menos bem-sucedido invariavelmente ficavam desesperados diante de imprevistos, pois não estavam preparados para enfrentá-los, e buscavam recursos como podiam - empréstimos caros, cheques especiais e até mesmo agiotas, dos quais dificilmente conseguiam se livrar. Em outras palavras: quando ocorria um incêndio, os primeiros sabiam de cor o telefone dos bombeiros, chamavam por socorro e o fogo era facilmente dominado; os do segundo grupo não sabiam como agir e, assim, as labaredas se propagavam. Eventualmente, o incêndio era dominado, mas à custa de sacrifícios enormes.

Os do grupo dos que tinham meios simples e efetivos para superar os problemas imediatos, passei a denominar “os que agem na vida”; aos desesperados, que tinham que empenhar joias ou pagavam juros escorchantes para conseguir dinheiro, chamei de “os que reagem na vida”. Uns tinham um sono repousante, enquanto outros tinham pesadelos dos quais não conseguiam se livrar facilmente.

## **10 - Saiba quem você é**

Vale a pena identificar o tipo de pessoa que você é, pois isso o ajudará a melhor avaliar os negócios financeiros futuros com os quais irá se deparar. Conhecendo seus pontos fracos, você tomará precau-

ções, evitando maiores danos. Peça ajuda a pessoas de sua confiança, elas poderão auxiliá-lo a superar seus pontos frágeis e a tomar decisões importantes em sua vida.

**Identifique-se, para saber em qual das três categorias a seguir você se enquadra.**

### **O conservador**

A pessoa que não gosta muito de alterar hábitos e experimentar idéias e coisas novas é conservadora. Mas isso não deve ser encarado como algo intrinsecamente negativo. Afinal, preferir o terreno conhecido é algo inerente à nossa natureza. E, já que nascemos assim, precisamos conviver com isso - e não tentarmos nos forçar a ser diferentes do que indica nosso íntimo.

Normalmente, a idade nos torna mais conservadores do que quando jovens. Tal mudança muitas vezes é decorrente das experiências da vida. Na área financeira, em especial, ser mais conservador do que arrojado pode constituir uma vantagem, pois temos menor probabilidade de entrar em negócios mirabolantes e de alto risco.

### **O arrojado**

Gostar de experimentar idéias e coisas novas define a personalidade arrojada, que também é uma característica inata do ser humano e não deve ser considerada apenas de forma negativa. É esse traço que leva a criança a andar e a aprender, assim como faz os jovens quererem conquistar o mundo no menor prazo possível. Nas finanças, ser arrojado implica um aumento de risco, pois as decisões são tomadas, algumas vezes, sem que se avalie com maior profundidade um negócio proposto. O arrojado tem maiores probabilidades de conquistar o que se propõe, e em prazo mais curto. Por outro lado, a curto prazo, pode perder mais do que o conservador, para quem a segurança e a estabilidade são fatores preponderantes.

## **11 - Nem tanto ao mar nem tanto à terra**

Ser equilibrado significa ser simultaneamente arrojado e conservador. Pessoas com essa aptidão têm maiores chances de sucesso, pois conseguem analisar melhor as oportunidades financeiras, com suas vantagens e desvantagens, seus riscos e certezas. Com isso, aumentam suas probabilidades de acertar na atitude adequada a ser tomada para cada ocasião, agindo com as características do conservador em certo momento e com as do arrojado em outro. Se você tiver naturalmente essa ambivalência, ótimo.

Caso contrário, convém desenvolver essa característica neutra, pois ela irá facilitar sua capacidade de análise e ajudá-lo a tomar as decisões financeiras com maiores probabilidades de êxito.

## **12 - Quem não arrisca não petisca**

Uma boa parcela da humanidade às vezes arrisca mais do que seria racional. Mas o que será melhor, ser ousado ou cauteloso? Arriscando, algumas vezes acertamos; outras, não. Os cautelosos jamais atingirão o ápice, mas também não enfrentarão crises graves ou falências espetaculares. Em última análise, o sucesso financeiro não passa de uma sucessão de episódios em que vence aquele que acertar mais (ou errar menos). Só isso.

Obviamente, mesmo os maiores gurus e as pessoas mais bem-sucedidas também erram - às vezes, de forma bastante infantil. Só não ficamos sabendo disso porque a mídia (imprensa) prefere focalizar apenas os êxitos dessa gente.

Minha experiência, confirmada pela prática em lidar com as finanças dos outros, indica que, em finanças, nunca se deve apostar num cavalo só. Diversificação ainda continua sendo o melhor antídoto para não perder demais num negócio a priori considerado fabuloso ou fadado ao sucesso certo.

## **13 - Uma dose de autoestima e outra de humildade**

Sabemos que, para vencer em termos financeiros, é preciso ter autoconhecimento, isto é, conhecer nossa própria forma de pensar e ter um completo domínio sobre nossa maneira de agir. Por isso, uma boa dose de autoestima e outra de humildade são imprescindíveis. Difícil é determinar as doses ideais de cada um desses fatores, pois esse é um coquetel em que os ingredientes dificilmente se traduzem por medidas exatas. Por outro lado, exagerar qualquer das doses estraga a mistura.

Esopo, o fabulista da antiga Grécia, já contava a história do sapo que, de tanto orgulho, foi engordando, engordando, até explodir. As pessoas orgulhosas, posando de donas da verdade, só atraem bajuladores e interesseiros. Por outro lado, quem exagera na humildade torna-se subserviente e perde o respeito dos outros. Portanto, como em tantos setores da vida, equilíbrio é fundamental. Nem o orgulhoso nem o subserviente podem contar incondicionalmente com amigos verdadeiros dos quais ouvir alertas e conselhos. Entretanto, escutar os outros e meditar sobre o que estes têm a dizer é uma arte que jamais deveria ser esquecida, pois ajuda a não cometer erros irreversíveis.

Regras a respeito de dinheiro, segundo Warren Buffett:

Regra nº 1: Nunca perca dinheiro

Regra nº 2: Nunca esqueça a regra número 1

## Objetivos

### 1 - Como é possível ficar rico?

Existem inúmeras maneiras para ficar rico. Algumas você até já conhece, outras talvez não. Muitíssimos livros já foram escritos a respeito do assunto. Algumas das maneiras são:

- Tirar a sorte grande, ganhar uma fortuna em cassino ou qualquer outro jogo de azar.
- Receber uma grande herança de algum familiar.
- Casar com alguém que tenha muitas posses que você possa herdar futuramente.
- Acumular dinheiro de forma sistemática e gradativa ou tomar-se um empresário de sucesso.
- Escrever um livro sobre como é possível ganhar muito dinheiro e, desta forma, ficar rico.

(Muitos livros já foram escritos com fórmulas mágicas de enriquecimento. Muitos autores ganharam bastante dinheiro. É desconhecido o número de leitores que ficaram ricos com os ensinamentos contidos nesses livros).

### 2 - Que estilo de vida você pretende?

A escolha do estilo de vida que pretende manter será fundamental para determinar se você será bem-sucedido financeiramente ou não. Sempre tome nota mentalmente e reflita sobre boas ideias lidas ou ouvidas que se adaptem de forma natural ao seu próprio estilo e maneira de ser.

É evidente que você terá que escolher cuidadosamente as prioridades de sua vida, conhecer seus dons e peculiaridades para alcançá-las e ter muita flexibilidade para colocá-las em prática. Para tanto, o melhor é anotar num caderno todas as afirmações e raciocínios que considerar importantes e que possam significar algo para você. Não sem primeiro esboçar um plano com seus objetivos de curto, médio e longo prazos, que também devem ser definidos. Paciência, determinação e muito esforço são os ingredientes mais importantes desta fórmula para se obter uma maior probabilidade de sucesso na área financeira.

### Perguntas que você deveria responder

- **Disponho de dinheiro suficiente para sustentar meu atual estilo de vida?**
- **Estou aumentando meu patrimônio ou vagarosamente dilapidando as reservas e bens que disponho no momento?**
- **Conto com uma estratégia consistente de receitas e despesas?**
- **Tenho um perfeito conhecimento para onde está indo meu dinheiro?**
- **É assim que desejo verdadeiramente gastar?**
- **Da maneira como estou vivendo, e na idade que tenho hoje, poderei chegar à meia-idade e à aposentadoria sem ter motivos para preocupação?**
- **Eu (nós) estou (estamos) fazendo as coisas certas ou estou apenas me iludindo com relação aos meus sonhos e objetivos?**
- **Será que, em vez de viver a nossa vida, não estamos vivendo a vida de nossos amigos, tentando imitá-los?**
- **Será que estamos dando bom exemplo aos nossos filhos quanto às questões fundamentais da vida, inclusive a financeira?**
- **Estou (estamos) trilhando o caminho correto para chegar aos bens materiais e espirituais com que sonho (sonhamos)?**

### 3 - Os seis estágios da vida e das finanças

Quem projeta acumular bens patrimoniais precisa saber, antes de mais nada, que existe um fator limitante a ser levado em conta: é o fator "tempo". De fato, os anos à disposição para alcançarmos nossos grandes objetivos não podem ser prolongados. Portanto, exceção feita ao golpe de sorte com o qual não se deve contar, quem não atingiu seus objetivos até certa idade, provavelmente jamais irá consegui-lo.

Na verdade, não existem divisões rígidas para separar os diferentes períodos da nossa vida, mas apenas aproximações, que diferem de pessoa para pessoa. Biologicamente, nossa vida se divide em quatro fases: infância, juventude, idade adulta e velhice. Eu diria, entretanto, que passamos por seis estágios de tempo para efeitos de acumulação de patrimônio e recursos financeiros:

### **Período de crescimento e formação intelectual e profissional**

Este período vai do nascimento até o fim da formação escolar ou universidade, ou seja, o momento em que a pessoa entra no mercado de trabalho. Esta fase, cuja duração tem aumentado para atender às exigências de formação profissional cada vez mais sofisticada impostas pelo mercado, vai hoje até por volta dos 23 ou 25 anos. É um período que a pessoa deveria - idealmente ao menos - passar sem grandes preocupações com as necessidades básicas de sobrevivência, de modo a poder canalizar toda a energia ao seu desenvolvimento físico, intelectual e moral para a vida e para o aprimoramento profissional.

### **Período de iniciação e experimentação profissional**

Esta fase, que vai do fim da formação educacional/profissional até por volta dos 30 anos, é caracterizada pela experimentação do jovem no mercado. Ainda cheio de dúvidas e incertezas, ele pode trocar muitas vezes de emprego, até se encontrar. O mesmo costuma ocorrer na vida emocional, pois é o momento de definir a pessoa com quem irá formar uma família e dividir as responsabilidades da vida. A expectativa é de um brilhante futuro que está à frente para ser conquistado. O pensamento do jovem adulto com relação ao tempo é semelhante ao da criança e do adolescente: ele ainda tem todo o tempo do mundo para fazer suas conquistas e satisfazer seus sonhos.

### **Primeiro subperíodo de capacitação profissional plena**

Por volta dos 30 anos, o jovem adulto já passa a ter um certo conhecimento profissional: seu *curriculum vitae* registra as experiências feitas e o mais provável é que ele se tenha especializado de alguma forma e saiba perfeitamente o que quer da vida. Inicia-se, assim, seu subperíodo mais fértil em produtividade e criatividade, que vai até 38/43 anos de idade. É aqui que, algumas vezes, a pessoa desperta para os limites do tempo. Começa a contagem regressiva: a partir desse momento, a expectativa média é de 32 a 38 anos para a acumulação do patrimônio financeiro e imobiliário. É também a fase da família, dos filhos pequenos, da conquista do primeiro imóvel e outros bens materiais e espirituais.



## Segundo subperíodo de capacitação profissional plena

Esta fase vai dos 38/43 até os 50/55 anos, sendo bastante semelhante ao primeiro subperíodo. Com a diferença de que, agora, a pessoa tem muito maior experiência profissional e de vida. Caso ela não tenha dado início ao processo de acumulação de um patrimônio, disporá de menos tempo para alcançar esse objetivo. A incógnita T (tempo de vida ativa) se transformará em T/2- isto é, a expectativa total, que era de 32 a 38 anos, será bem menor, praticamente a metade, que dá aproximadamente 16/19 anos. Isso significa que o indivíduo terá que esforçar-se muito mais do que se tivesse começado no primeiro subperíodo. Até porque, nesta fase, os filhos já estarão maiores, os gastos com educação atingem seu auge, o orçamento doméstico pode sofrer o impacto de despesas necessárias à afirmação da família perante a comunidade e do profissional entre seus pares.

## Subperíodo de estabilização profissional plena

Este terceiro subperíodo provavelmente é o último estágio da vida profissional do indivíduo, cobrindo dos 50/55 aos 60/65 anos, idade em que, em geral, ele está plenamente estabilizado e talvez já comece a pensar na aposentadoria. Geralmente é uma fase de apogeu, em que os filhos já estão crescidos e talvez até já tenham saído do ninho. Para a maioria das pessoas, deveria ser um período de consolidação profissional e espiritual. Muitos sonhos e objetivos foram alcançados, e realizados. Porém, a incógnita do tempo terá se transformado em T/3: apenas um terço do período original, representando algo entre 10 e, no máximo, 15 anos de vida ativa. Este período pode ser encurtado, ou até eliminado, caso o profissional não encontre mais trabalho devido à concorrência e à eliminação da empregabilidade. Restará pouco tempo para começar a acumular patrimônio e, é certo que seus objetivos terão de ser adaptados ao tempo que falta para a aposentadoria. Por isso mesmo, torna-se de suma importância, e até premente, dedicar este período à preparação para a vida depois da aposentadoria, para não ser surpreendido tardiamente por seus efeitos negativos. Pessoalmente, recomendo de modo enfático que qualquer profissional comece a se preocupar com o futuro no subperíodo anterior, isto é, quando tiver entre 38 e 43 anos de idade.

## Período de usufruto

Esta fase caracteriza-se pela possibilidade de poder aposentar-se - um processo que em geral se inicia a partir dos 60 anos. Cada pessoa encara diferentemente este período da vida. Uns, aos 65 anos, nem pensam em parar de trabalhar. Outros chegam aos 60 ansiosos para calçar os chinelos e fazer

coisas que nunca puderam antes, como viajar, praticar esportes, dedicar-se a um *hobby*. Na atualidade, pode-se ultrapassar facilmente os 75 anos e chegar aos 80 ou até aos 90 anos de idade. Ou seja, o período de inatividade, hoje, pode ser mais longo do que o de formação. Portanto, é preciso dispor de patrimônio e recursos financeiros para se sustentar com qualidade de vida por um período tão longo. O Estado não poderá nos prover - ao menos não com o suficiente para garantir uma vida com qualidade à altura da que tínhamos quando na ativa. Assim, cabe a cada um preparar o complemento financeiro indispensável, usando os recursos da previdência complementar privada fechada ou aberta e ainda formando recursos próprios voluntários. No meu entender, esse é um dever do indivíduo para consigo mesmo.

#### 4 - A relação entre idade e risco

No mundo inteiro, é adotado o princípio de que quanto mais jovem é a pessoa, mais ela pode brincar com seu o dinheiro. A lógica por trás do argumento é cristalina: se o jovem perder seu patrimônio num investimento ou negócio, terá tempo de recuperá-lo no futuro. Afinal, como se costuma dizer, ele tem uma vida pela frente, ao contrário das pessoas para as quais a incógnita do tempo já é um Tempo/2 ou Tempo/3. O ímpeto dos jovens é saudável e necessário. Já uma pessoa com mais idade, terá que ter maior cautela com negócios que envolvam maior risco.

É claro que a decisão sobre investir ou não deve basear-se também em outros fatores, além da idade do aplicador. Entretanto, sempre que você fizer algum negócio, é bom ter em vista a seguinte tabela, na qual resumi a relação entre idade e risco:

RISCO	FAIXA ETÁRIA
Maior	até 35/40 anos
Médio	até 40/45 anos
Menor	até 55/60 anos
Pouco ou nenhum	até 60/65 anos

Fonte: Personal Financial Planning



## Estratégia

### O balanço

Um imigrante e sua mulher possuíam uma loja de armarinhos e miudezas. Com imenso esforço, conseguiram dar ao filho o que não tinham tido: instrução. O rapaz, já contador diplomado, passou a trabalhar na loja dos pais. Ansioso por mostrar o quanto havia aprendido, o filho insistia todos os dias: era preciso fazer um balanço para conhecer a real situação da loja.

Achando a ideia complicada, o pai foi postergando a providência. Quando não pôde mais, rendeu-se e marcou o tal balanço para o dia seguinte.

Ao chegar, animadíssimo, para o grande evento, carregado de papéis, canetas de várias cores, calculadora etc., o rapaz ouviu seu pai pedir à esposa: “Maria, tire duas camisas daquela caixa e jogue no balcão. Agora, tire quatro pares de meia daquela prateleira e jogue no balcão. Daquele pacote grande, tire três calças e junte às camisas e às meias.”

O filho não entendeu nada, mas ficou olhando. Quando a mãe acabou de juntar as peças sobre o balcão, o pai falou: “Pronto, o balanço está feito. ”

“Mas como?”, disse o rapaz. Ao que o pai respondeu: “É isso aí, meu filho. Com o que está no balcão, começamos há 40 anos. O resto que vês, foi o nosso lucro.”

### **Chegou o momento de fazer seu próprio balanço patrimonial**

Qualquer processo de transformação exige respostas firmes e concretas para duas perguntas: “Onde estou?” e “Onde quero chegar?” Tendo definido seus objetivos, o passo seguinte é saber onde você se encontra hoje em termos financeiros e patrimoniais.

Isso pode ser obtido através de um minucioso levantamento de tudo o que você possui (imóveis, aplicações financeiras, carros, joias, etc.) e de tudo o que deve (com especial atenção para as prestações mensais).

## Como criar um fundo de reserva

A ideia óbvia que está por trás de todo planejamento financeiro pessoal é a formação de uma poupança a partir da decisão de não gastar tudo o que se ganha. Para criar esse fundo de reserva, você terá que fazer algumas alterações em sua forma de gerir o orçamento doméstico, sacrificando alguns gastos que costuma fazer. Cada família terá que adotar cortes em itens de sua livre escolha. Quanto mais cortes, mais poupança estará sendo feita. Mês a mês, o fundo crescerá devido aos cortes e também em decorrência do rendimento das aplicações feitas com os montantes poupados.

Cortar despesas não é fácil quando o dinheiro é curto. Mas também é difícil para quem tem renda mais alta, porque, como bem diz a sabedoria popular: “Quanto mais se ganha, mais se gasta.” Por isso, é preciso um pouco de método para definir prioridades e descobrir onde e quanto cortar. Portanto, o processo tem que começar pelo detalhamento de suas despesas mensais. Monte uma planilha, relacionando o total da receita e também todas as saídas de dinheiro no mês, mesmo as que pareçam mais insignificantes.

Para aperfeiçoar a identificação de supérfluos e despesas simples de serem cortadas, preencha essa planilha pelo menos por 3 meses, para ter certeza dos itens que você deve diminuir ou eliminar.

### Antes de avançar, que tal cortar as dívidas?

Depois de ter em mãos um completo levantamento de receitas e despesas e de eliminar certos itens, é o momento de iniciar um programa de poupança e investimento voltado para as metas prioritárias. Antes, porém, pense nisso: de acordo com levantamentos feitos pela Personal Financial Planning e por outras entidades envolvidas com a melhoria do nível de vida dos brasileiros, o endividamento das famílias geralmente atinge de 5% a 15% de sua receita líquida mensal.

Desse dado, conclui-se que a situação financeira das pessoas melhoraria muito se fossem diminuídos ou eliminados os juros incidentes sobre compras a prazo, uso de cartões de crédito, cheques especiais e crédito pessoal. Portanto, um passo importante na determinação da sua estratégia é analisar com todo o cuidado o que vale a pena fazer antes: encher a caixa (poupar) ou tapar o ralo (eliminar dívidas).

Eliminar, ou pelo menos diminuir, uma dívida de cheque especial, cartão de crédito, prestações etc. pode resultar numa aplicação bem melhor do que colocar dinheiro novo numa caderneta de poupança

ou qualquer outra inversão de renda fixa, já que os juros que você recebe das aplicações costumam ser muito mais baixos do que os juros pagos aos bancos, administradoras de cartões e financeiras. Isso é o que diz a razão. Mas a importante resolução de atacar as dívidas implica acabar com o hábito de debitar no cartão pequenas compras, contas de restaurante, supermercado, gasolina... Significa, ainda, resistir à tentação e ao prazer de comprar, o que é difícil numa sociedade em que os meios de comunicação apelam para o consumismo.

A ideia é parar de recorrer ao financiamento formal ou informal (cheque especial, cheque pré-datado, cartão de crédito, agiotas etc.) e pagar tudo à vista - que, além de ser um hábito muito salutar, lhe permite pechinchar e obter bons descontos.

Uma vez aceita a ideia, compete a você fazer uma pesquisa minuciosa de preços. Quem fizer o melhor preço à vista leva seu dinheiro. Você gastará mais tempo e sola de sapato, mas vai se divertir e ganhar mais. Se puser na ponta do lápis os descontos que conseguir e os juros de 5% a 10% que deixou de pagar, verá que o bem adquirido pode sair por algo entre 15% e 25% menos em seu preço final. Vantagem adicional: fazendo assim, não é mais o lojista ou prestador de serviço que estará no comando da negociação, mas você, que tem dinheiro na mão. Você verá como essa troca dos papéis, em que ele pede humildemente pelo negócio, lhe dará enorme prazer, fora o prazer de barganhar e obter outras vantagens.

### **Formando o fundo de reserva passo a passo**

Quando se deseja iniciar um programa sério de poupança, cada pessoa, cada família terá que achar uma fórmula própria para diminuir certos gastos e, a partir do montante economizado, começar a investir. Os únicos elementos constantes no processo são a firmeza e a resolução.

Para ilustrar o procedimento, organizei os passos que devem ser seguidos e criei um exemplo. O modelo indica uma economia mensal de 12% no orçamento doméstico, sendo que os itens mais atingidos foram alimentação e limpeza (supermercado). Mas trata-se apenas de uma ideia hipotética: a economia poderia ter sido feita em outros itens e em percentuais diferentes.

#### **Passo um**

Faça um minucioso levantamento, por dois ou três meses, de todas as suas despesas pessoais e familiares, não esquecendo de incluir os itens de menos valor ou impacto, como gorjetas, a cervejinha, etc.

A soma de todos os itens considerados desprezíveis pela maioria das pessoas pode alcançar de R\$ 50 a R\$ 200, ou ainda mais!

Na parte dos rendimentos, dar sempre o mesmo tratamento às receitas: a bruta representa sua remuneração total, a líquida é a que resulta dos diversos descontos que incidem sobre salários, como INSS e Imposto de Renda na fonte, bem como de outros itens que aparecem no holerite ou outro comprovante de renda do trabalho.

### **Passo dois**

Desde o primeiro levantamento das despesas mensais, identifique e corte as despesas de menor valor, que não afetam demasiadamente o estilo de vida da família.

### **Passo três**

Junto com seu cônjuge, analise e discuta a planilha, de modo a definir outros cortes possíveis e estabelecer os objetivos a serem atingidos. A seguir, arrole (classifique) objetivos por ordem de prioridade e anote tudo num caderno, não esquecendo de atribuir às metas sua qualificação de curto, médio ou longo prazos.

### **Passo quatro**

Com as metas definidas, e tendo eliminado certos itens (principalmente as dívidas), é possível iniciar um programa de poupança e investimento. Estabeleça um valor fixo ou um percentual da receita líquida mensal que será alocado para a finalidade de poupança. Pode ser pouco ou muito, R\$ 100,00 ou 10% a 15% do orçamento mensal: o que interessa é cumprir o seu compromisso de poupar todos os meses.

### **Passo cinco**

Agora é a vez de decidir sobre a aplicação do dinheiro economizado. As estratégias podem variar muito, dependendo do montante, do perfil do investidor, de sua experiência, etc. Para quem está se iniciando no planejamento financeiro pessoal, o mais indicado ainda é a caderneta de poupança, pois alia três predicados importantes: renda, segurança e liquidez.

### **Passo seis**

Antes de investir, considere os rendimentos da aplicação, seu status tributário (impostos, incentivos,

etc.) e os custos envolvidos na administração das contas. Sempre fale com o gerente do banco ou com seu consultor financeiro, para conhecer os investimentos de menor imposto (IOF, IR ou CPMF), a taxa de administração e os custos fixos do banco, se houver.

### **Passo sete**

Definido o tipo de aplicação, avalie com todo o cuidado as instituições financeiras, sob os aspectos de idoneidade e de tradição, para escolher bem as que merecem receber sua confiança e dinheiro.

### **Passo oito**

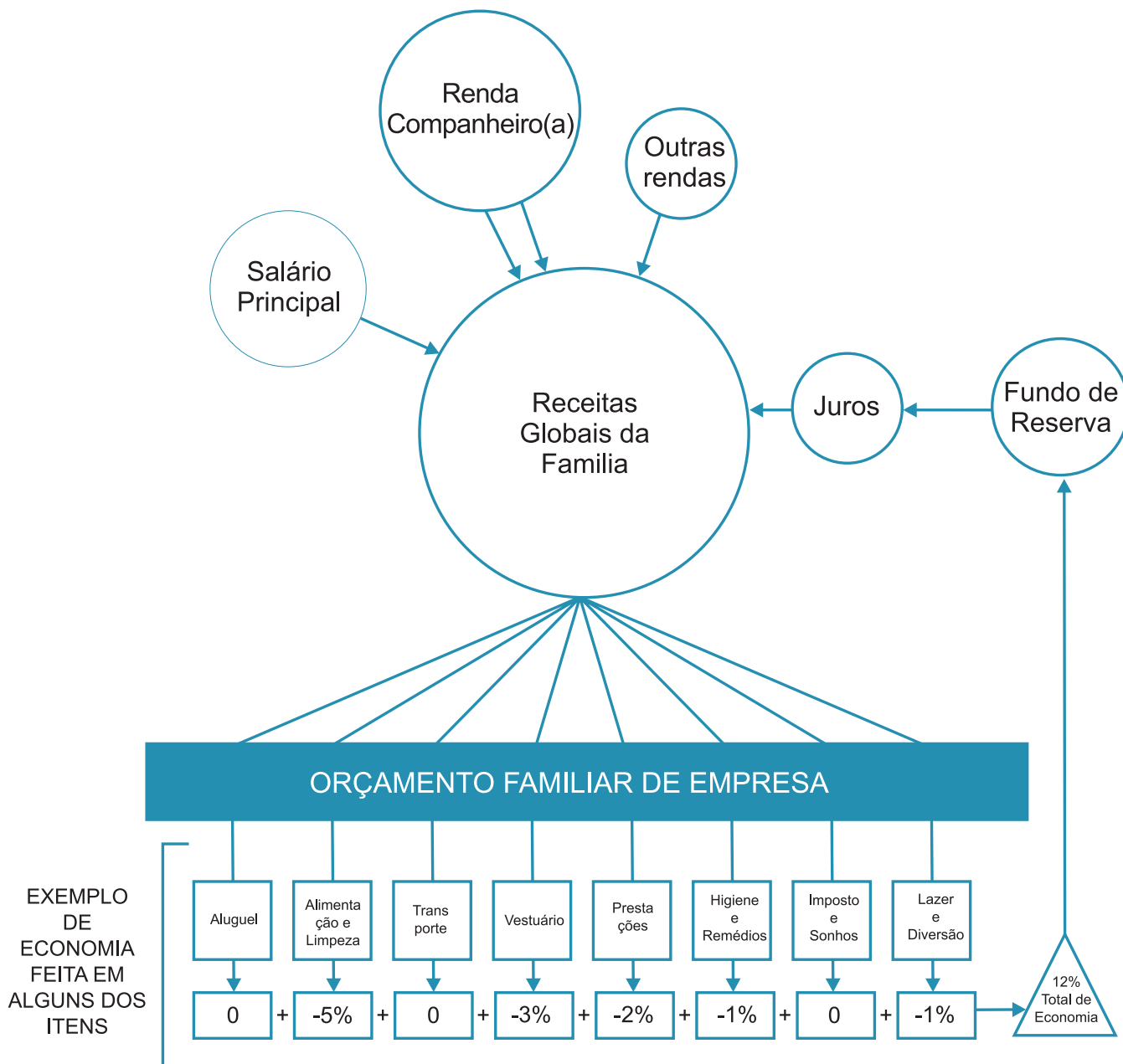
Anualmente ou de 6 em 6 meses, faça novos levantamentos de sua situação patrimonial, para avaliar os resultados alcançados no período e, se necessário, reorientar sua estratégia.

### **Passo nove**

Refleta bem se não vale a pena, antes de pensar em poupança e aplicação, eliminar todas as formas de endividamento que pagam juros elevados e, somente depois, começar a poupar. Lembre-se de que os juros pagos sempre são maiores do que os juros recebidos nas aplicações.



Experimente e faça cortes nos itens em que você mesmo enxergar possibilidades de fazer economia.



## Quanto devo poupar para alcançar a tranquilidade financeira?

A resposta a esta pergunta difere para cada pessoa ou família. Existem alguns critérios universalmente adotados mas que não devem ser considerados rígidos.

Geralmente, uma pessoa já encaminhada na vida, mas ainda solteira, tem maiores possibilidades de economizar do que aquela que já tem família ou sustenta pais ou outros familiares e dependentes.

Fatores como educação dos filhos e compra da moradia própria certamente afetam o poder de poupança de um casal. O pagamento de uma pensão alimentícia referente a um casamento anterior e outras razões também podem diminuir seu valor.

Eis alguns critérios puramente teóricos que você pode levar em consideração:

- Para pessoas solteiras, no começo de suas vidas profissionais: 5% a 10% do rendimento líquido.
- Para pessoas casadas e sem filhos, no começo de suas carreiras: 5% a 15% do rendimento líquido.
- Para pessoas casadas com filhos menores, mas financeiramente estáveis: 10% do rendimento líquido.
- Para pessoas casadas com filhos em fases da vida com elevados custos: 5% do rendimento líquido.
- Para lares em que duas pessoas têm ganhos, com ou sem filhos: 10% a 15% do rendimento líquido de ambos.
- Para pessoas maduras, com filhos já encaminhados na vida: 15% a 20% do rendimento líquido.

## Dicas para se dar bem na acumulação gradual de um patrimônio

- Gaste sempre menos do que ganha. Se fizer o oposto, isso algum dia vai levá-lo a um impasse ou ao desespero.
- Quanto mais cedo começar a economizar, melhor. Hoje em dia, ninguém tem certeza de que manterá seu emprego ou de que seu empreendimento continuará a dar lucro.
- Jamais reinvesta todo seu lucro na própria empresa. Crie um fundo de reserva para os imprevistos da vida.

- Poupe sistematicamente e com regularidade. Isso se tomará um hábito muito sadio. Com o tempo, você o fará sem pensar.

Constitui uma boa política dividir as poupanças de acordo com os objetivos e prioridades definidos previamente: fundo de reserva para imprevistos, fundo para aposentadoria, fundo para educação dos filhos, fundo para aquisição da casa própria, etc. Esse procedimento irá lembrá-lo da promessa solene que fez e o ajudará a resistir à tentação quando tiver vontade de fazer um resgate ou um gasto extravagante.

## **A pirâmide da tranquilidade financeira**

A seguir, demonstraremos que quanto mais cedo uma pessoa começar a planejar sua vida e a colocar de lado, periodicamente, um certo valor, aplicando-o de forma inteligente, menos esforço terá que fazer para alcançar um futuro financeiro tranquilo.

Assim como com os imprevistos, a ascensão dos degraus da pirâmide é suave quando se tem 30 anos ou menos mas torna-se cada vez mais pesada a partir dos 55 anos. O inverso também é válido, pois a queda de alguns degraus (elevadas despesas com imprevistos) para o jovem de 30 anos é facilmente recuperável. Para uma pessoa de 55 anos, pode ser muito desgastante e, quem sabe, uma tarefa impossível.

Lembre-se: o tempo perdido nunca mais será recuperado.

Estabeleça objetivos definidos para seu dinheiro e reservas

Possuir objetivos definidos, já vimos, contribui em muito para um planejamento ordenado de sua vida. Eis algumas maneiras de como você pode dividir os diferentes objetivos:

### **Objetivo 1: Possuir dinheiro para o cotidiano**

Esse é o dinheiro que você precisa para atender ao seu orçamento doméstico e às despesas do seu dia a dia. Portanto, esse dinheiro normalmente não deveria estar sendo aplicado.

### **Objetivo 2: Dinheiro para as férias e para os imprevistos**

Esse dinheiro deveria ser separado e ir para uma conta especial com a rubrica "férias ou imprevistos".

O mais sensato é separar a cada mês um determinado valor para essas duas finalidades. O dinheiro dessa conta poderia ir para uma aplicação numa caderneta de poupança ou fundo de rendimento fixo de 30 dias, no qual renderia juros e ao mesmo tempo estaria à disposição (teria uma liquidez praticamente imediata, pois a cada 30 dias os juros são creditados).

Cuidado com o IOF em períodos menores do que 30 dias.

### **Objetivo 3: Dinheiro para o crescimento patrimonial a longo prazo**

Esse é o dinheiro que você não deve gastar, mas tentar aplicar da melhor forma possível para o futuro, incluindo nesse raciocínio a aposentadoria. Lembre-se de que os imprevistos, também podem acontecer a você. Tenha um fundo especial para essa finalidade. O fundo de reserva, eventualmente, deve crescer e transformar-se numa parcela importante no contexto de seu patrimônio total.

Uma estratégia a longo prazo, mas que tem dado muito certo

O ser humano, quando resolve adotar algumas metas e as coloca prioritariamente em sua cabeça, gostaria que os objetivos fossem materializados de forma imediata e milagrosa. A realidade é bastante diferente do sonho que acalentamos. Inúmeras pessoas, principalmente as muito religiosas, acreditam que os milagres continuam ocorrendo.

Não desejo contradizer as crenças delas, mas na vida econômica e financeira real, os milagres não acontecem com frequência, e jamais são por acaso.

Os vitoriosos no comércio, na indústria, nas finanças, nas artes e nas profissões liberais sabem que por trás de suas conquistas existe um longo período de estudo, de trabalho árduo e de ininterrupto esforço.

Abnegação e determinação são palavras que poderiam muito bem definir o sucesso dessas pessoas. Um adágio popular fala mesmo que o sucesso é constituído de 5% de inspiração e 95% de transpiração, confirmando o que desejo ressaltar.

A estrada para o sucesso é feita de muitíssimas pequenas vitórias, mas também de algumas derrotas. Não conheço nenhuma pessoa bem-sucedida que tenha dito que em sua vida somente existiram vitórias. Todas amargaram derrotas parciais, mas não se deixaram intimar e continuaram lutando.

Quando fomos verificar quanto tempo levaram para triunfar, vimos que a maioria nunca levou menos de 10 anos, e muitos levaram de 20 a 30 anos, para chegar ao topo da pirâmide.

Observando as finanças de alguém pelo lado contrário, notamos que muitos daqueles que receberam grandes heranças ou acertaram com o prêmio maior da loteria rapidamente perderam a fortuna.

Dizem os sábios, que somente a pessoa que lutou muito para amealhar uma fortuna consegue mantê-la.

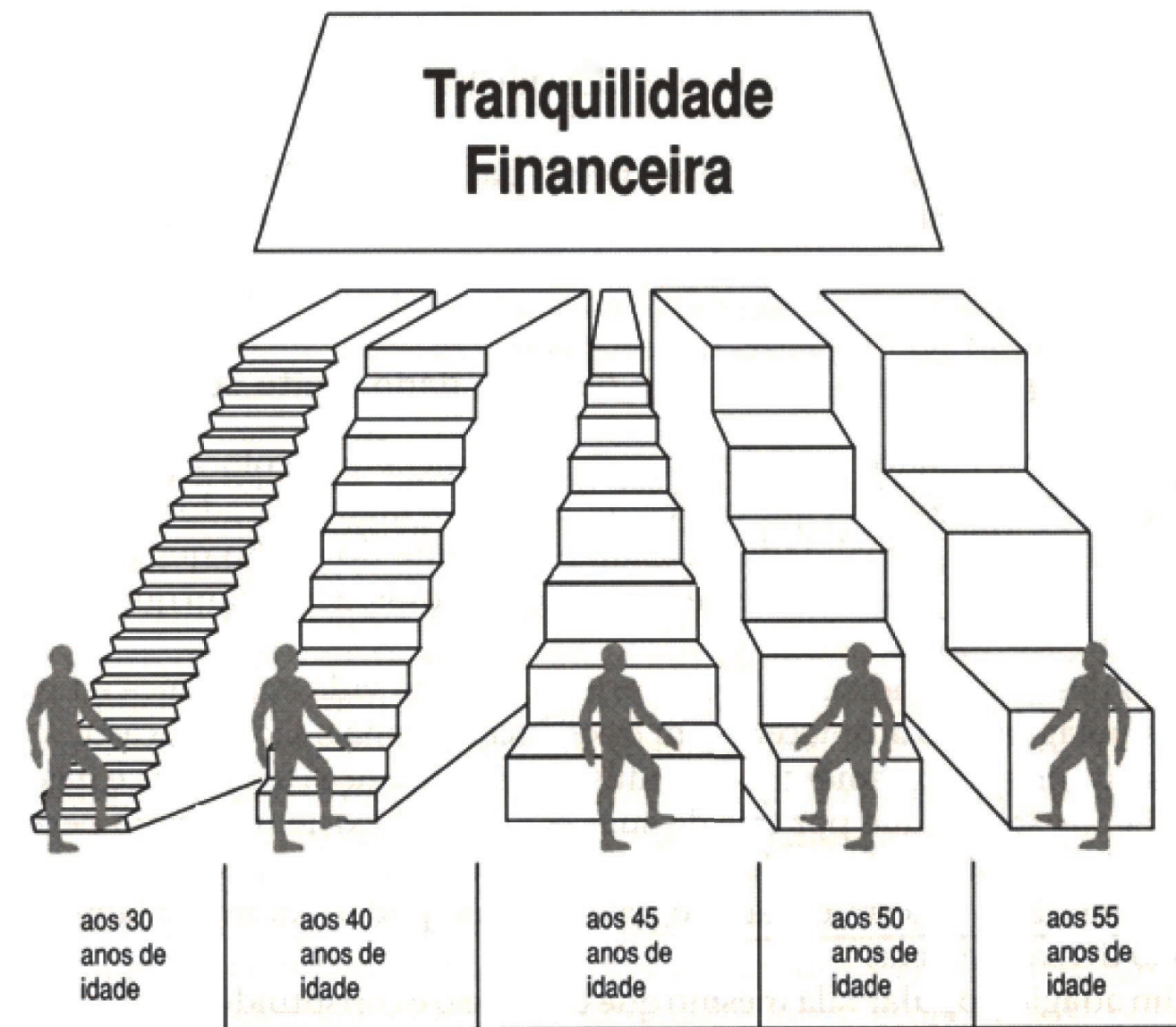
Chega-se à conclusão de que ganhar dinheiro não é tarefa simples, mas mais difícil é, depois de ganho, manter o capital e eventualmente ampliá-lo.

Assumir riscos muito tem a ver com a questão de enriquecer rápida ou paulatinamente. As pessoas que, por sua natureza, têm predisposição para assumir maiores riscos, eventualmente ganharão mais dinheiro em menor prazo.

Mas essas mesmas pessoas podem também perder mais rápido as fortunas conquistadas. As pessoas mais avessas ao risco, ou seja, mais cautelosas, automaticamente assumem menores riscos, ganhando menos como consequência. Estas (que, segundo a minha própria estatística, representam 90% dos bem-sucedidos financeiramente) irão construir seu patrimônio financeiro ao longo de muitos anos de poupança e investimento cuidadoso, sem se meter em projetos e negócios milagrosos. Tendo em vista esses fatores, vale lembrar novamente o grego Esopo, que conta a história da corrida entre uma lebre e uma tartaruga: a tartaruga acaba vencendo, apesar de ser mais lenta do que a lebre.

Hoje, os administradores de fundos de investimento trabalham com a teoria de que uma carteira de investimentos deve conter formas diferentes de aplicação de capital, em que cada componente tem seu risco perfeitamente delineado em função de performances do passado das aplicações. Chamam a isto de maior ou menor índice de volatilidade.

Pessoalmente, sou a favor de um enriquecimento mais paulatino, em que os investimentos sempre são diversificados e os riscos previamente avaliados. Para as pessoas comuns, que não podem assumir riscos elevados demais, ou pelo pouco que têm ou pela idade avançada, aconselho o método vagaroso. Já quem gosta de andar à beira do abismo, e tem o jogo dentro da alma, não há outro remédio a não ser apostar sempre, sempre. Mas os mais arrojados devem saber que tanto podem atingir o topo da montanha como cair definitivamente no abismo. A escolha é deles.



## Como pessoas de diferentes perfis encaram distintamente o risco

### O poupador

Poupar é sinônimo de guardar. Geralmente, as pessoas conscientes começam como poupadores, podendo mais adiante evoluir para investidores.

O ato de poupar é um primeiro sinal, altamente positivo, de que a pessoa pretende encarar de frente e de forma realista os altos e baixos que irão ocorrer em sua vida e deseja estar preparada para isso.

Quem não tiver presente a importância de economizar um pouco, e de maneira periódica, provavelmente não alcançará o almejado sucesso financeiro. Mais importante do que a quantidade poupada é a ideia de mensal ou periodicamente colocar uma certa importância de lado e de não gastar tudo o que se ganha.

A caderneta de poupança é o veículo ideal para essa poupança sistemática, até que o bolo atinja um determinado valor e justifique os investimentos mais sofisticados que irão diferir de pessoa para pessoa.

### O investidor

Investir é a segunda fase do poupador, embora algumas pessoas também possam ser, por sua personalidade, desde o início, investidoras. Elas não se contentam com a passividade de uma caderneta de poupança. Necessitam de maior emoção, desejam mais rendimento.

Enquanto a poupança serve a uma fase inicial e atende aos imprevistos, o investimento ultrapassa esse limite e sua base é obter um crescimento e/ou rendimento de maior vulto.

Enquanto a poupança deve ter plena e imediata liquidez, o investimento geralmente é planejado para um prazo maior. Normalmente, ele deve dar um rendimento maior do que a poupança, mas isso nem sempre ocorre.

### O jogador

O jogador prefere investimentos de maior risco, porque não se satisfaz com o rendimento normal (e diminuto) das cadernetas de poupança e outros investimentos semelhantes. Ele deseja ganhar mais, gosta de jogar no cassino, em corridas de cavalos, e fica muito à vontade com qualquer investimento em que as probabilidades de ganhos elevados são grandes - e, é claro, o risco assumido também.

Essas pessoas podem ganhar fortunas em pouco tempo, mas também perdê-las em poucos dias. Quem não tem o espírito do jogador, jamais deve tentar apostas em investimentos arriscados, pois poderá perder e certamente não vai gostar disso.



### O especulador

O especulador é uma pessoa que se assemelha ao jogador, mas é mais do tipo negociante, que enxerga uma oportunidade de comprar algo por um preço baixo porque acha que vai ganhar muito na venda. Ele está convencido de que determinado investimento ou produto vai proporcionar um enorme lucro em pouco tempo, e aposta nesse palpite uma boa quantidade de dinheiro. Essas pessoas agem por intuição ou informações confidenciais que recebem. Tal como o jogador, o especulador pode ganhar muito, mas também pode perder demais, se apostar alto sem medir as consequências.



# 1

## Quais os conceitos importantes em sua vida?

A seguir relacionamos uma lista de 26 itens desordenadamente. Leia com atenção e depois classifique os conceitos numa escala de valores que vai do grau "A", (para os conceitos mais importantes pra você) até o grau "C" (para os menos importantes).

Não há resposta certa ou errada. Os resultados simplesmente devem demonstrar como você se sente em relação a uma escala de valores na qual baseia as decisões mais importantes de sua vida.

Um grande investimento no mercado acionário
Uma vida confortável para você e/ou sua família
Uma nova casa ou apartamento
Um sentimento de plena realização
Serviços prestados à comunidade
Cultura (cinema, teatro, música, dança, artes plásticas, etc)
Educação básica e conhecimentos humanísticos mais profundos
Aventuras, criação de coisas novas, novas iniciativas
Atividades junto à família, férias com a família
Amizades
Felicidade e alegria
Bom condicionamento físico e mental
Boa aparência e imagem - causar boa impressão aos outros
Agir com independência, ser autossuficiente
Ser bem-sucedido no trabalho, progredir profissionalmente
Ganhar muito dinheiro
Prestígio, reconhecimento social, status
Lazer e diversão
Manter sob controle ou eliminar/diminuir dívidas em geral
Religião
Segurança
Ser um consumista, sempre adquirindo alguma coisa
Iniciar ou manter um negócio próprio
Adquirir produtos e serviços da melhor qualidade possível
Ter vida mansa - sombra e água fresca - não fazer nada

Fonte: Personal Financial Planning

Os testes disponíveis neste livro também podem ser vistos e copiados no site da Invest Tracker Tecnologia: [www.investtracker.com.br](http://www.investtracker.com.br)

## 2

**Defina suas prioridades de vida**

Avalie suas prioridades assinalando com um "x" (grau menor = 1, grau maior = 10)

Quais são suas metas/objetivos?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Melhorar meu nível de vida e status social										
Tranquilidade financeira na aposentadoria										
Uma vida cômoda e confortável imediatamente										
Incrementar meu patrimônio líquido em ___ %										
Aumentar os ganhos independente do meu trabalho										
Financiar a melhor educação possível para os meus filhos										
Garantir a família no caso de morte prematura										
Comprar minha primeira moradia (casa/apto)										
Comprar um imóvel para lazer (sítio/praias)										
Poder viajar à vontade (Brasil e/ou exterior)										
Deixar um grande patrimônio para meus filhos										
Outro (cite)										

Fonte: Personal Financial Planning

### 3

## Metas de curto, médio e longo prazos

Cada pessoa, casal ou família deve tentar elaborar suas próprias metas e objetivos. O teste que descrevemos deve apenas servir como um exemplo. Modifique-o à vontade para incluir suas próprias prioridades e sonhos. Você irá reencontrar algumas das metas descritas a seguir em diversas partes deste livro. Já vimos anteriormente que os seres humanos têm muitos sonhos em comum. Coloque uma data ao preencher próprio teste.

#### **A. Meus/nossos objetivos de curto prazo (de 1 a 3 anos) são:**

- Cortar as despesas mensais do orçamento doméstico em R\$.....
- Reduzir gradativamente o endividamento por cartões, cheques especiais etc. mensalmente em .....% ou R\$ .....
- Iniciar uma poupança mensal de R\$ .....
- Incrementar minhas/nossas receitas em R\$ .....
- Outro(s) objetivo(s) (tenha tantos quanto desejar) R\$.....

#### **B. Meus/nossos objetivos de médio prazo (3 a 10 anos) são:**

- Tentar eliminar completamente compras a prazo (excluindo imóveis e automóveis), cheques pré-datados, cheques especiais, endividamento por cartões de crédito além do período de graça etc.
- Ter uma reserva para imprevistos, em caderneta de poupança ou outra aplicação, de pelo menos R\$ .....
- Iniciar um fundo de educação para os filhos de mensalmente R\$ .....
- Comparar um carro, modelo do ano. Guardar mensalmente R\$.....
- Adquirir o primeiro imóvel, casa de campo, terreno ou sítio.
- Poupar mensalmente R\$ .....
- Fazer uma viagem para ..... (local) guardar mensalmente R\$.....
- Outro(s) objetivo(s) (tenha tantos quanto desejar).

#### **C. Meus/nossos objetivos de longo prazo (de 10 a 30 anos) são:**

- Investir R\$..... mensalmente, tendo por finalidade preparar a aposentadoria através de um plano complementar de previdência.
- Possuir uma renda total pelo menos R\$..... mensais quando me (nos) aposentar(mos).
- Aplicar R\$..... mensalmente num plano voluntário de previdência para a aposentadoria, tipo FAPI ou PGBL.
- Investir R\$ ..... numa carteira ou fundo de ações.
- Possuir o próprio negócio ou empreendimento. Poupar mensalmente R\$.....
- Possuir capital suficiente para dar uma educação pós-universitária para os filhos.
- Poupar mensalmente R\$.....
- Ter um patrimônio financeiro de, no mínimo, R\$.....
- Ter um patrimônio total de R\$.....
- Outro(s) objetivo(s) (tenha quantos desejar).

Fonte: Personal Financial Planning

## 4

**Quais são suas motivações financeiras?**

Este teste de autoanálise dará uma boa indicação de como você encara, trata e enfrenta o dinheiro. Coloque um "x" na letra que mais se aproxima do seu ponto de vista.

**1. O DINHEIRO É IMPORTANTE PORQUE ME PERMITE...**

- a) fazer o que eu quero;
- b) sentir-me seguro;
- c) continuar vivendo;
- d) comprar coisas para os outros.

**2. ACHO QUE O DINHEIRO...**

- a) libera o meu tempo;
- b) pode resolver meus problemas;
- c) é um meio para alcançar alguma finalidade;
- d) facilita meus relacionamentos.

**3. QUANDO SE TRATA DE ECONOMIZAR DINHEIRO, EU...**

- a) não planejo e tampouco faço poupança;
- b) faço planejamento e tento cumpri-lo;
- c) não planejo, mas tento economizar mesmo assim;
- d) não ganho o suficiente para poupar.

**4. SE ALGUÉM INDAGA MINHAS FINANÇAS PESSOAIS, EU...**

- a) me coloco na defensiva;
- b) sinto que preciso de maiores conhecimentos e informações;
- c) me sinto à vontade e com conhecimentos suficientes;
- d) prefiro falar sobre outro assunto.

**5. ADQUIRINDO UM BEM DE MAIOR VALOR, EU...**

- a) sigo a minha intuição;
- b) pesquiso bastante antes de comprar;
- c) me sinto à vontade - trata-se de meu/nosso dinheiro;
- d) consulto amigos/família primeiro.

**6. QUANDO ME SOBRA DINHEIRO NO FIM DO MÊS, EU...**

- a) saio e me divirto;
- b) reforço a poupança/reservas;
- c) procuro um bom investimento;
- d) compro um presente para alguém.

**7. QUANDO DESCUBRO QUE PAGUEI DEMAIS POR ALGO COMPRADO, EU...**

- a) nem ligo;
- b) me conformo, porque também encontro pechinchas de vez em quando;
- c) presumo que outras pessoas dediquem mais tempo às compras, e tempo significa dinheiro;
- d) fico chateado e zangado comigo mesmo.

**8. COM RELAÇÃO A PAGAR CONTAS, EU...**

- a) adio e às vezes até me esqueço de pagá-las;
- b) pago no vencimento, mas não antes;
- c) pago quando posso, mas não gosto de ser pressionado;
- d) temo que meu crédito seja prejudicado caso eu falhar no pagamento.

**9. PRECISANDO PEDIR DINHEIRO EMPRESTADO, EU...**

- a) simplesmente não peço – não gosto de me sentir endividado;
- b) só peço como último recurso;
- c) tenho a tendência a pedir em bancos ou outra fonte;
- d) peço a amigos e familiares, porque eles sabe, que sempre devolvo.

### **10. QUANDO FAÇO REFEIÇÕES FORA, COM AMIGOS, PREFIRO...**

- a) dividir a conta proporcionalmente;
- b) pedir contas separadas;
- c) pagar a conta com o meu cartão de crédito e cobrar dos outros;
- d) pagar a conta toda porque gosto de agradá-los.

### **11. EM RELAÇÃO ÀS GORJETAS, EU...**

- a) às vezes dou, às vezes não;
- b) sou pão-duro;
- c) sempre dou exatamente o percentual de praxe;
- d) dou, porque faço questão que pensem que sou generoso.

### **12. CASO GANHASSE MUITO DINHEIRO REPENTINAMENTE, EU...**

- a) não teria mais que trabalhar;
- b) não teria mais que me preocupar com o futuro;
- c) poderia montar o meu próprio negócio;
- d) gastaria bastante com a família e com os amigos.

### **13. QUANDO ESTOU INDECISO QUANTO A UMA COMPRA, DIGO A MIM MESMO...**

- a) é só dinheiro;
- b) vale a pena, está barato;
- c) trata-se de um bom investimento;
- d) ele/ela vai adorar.

### **14. NA MINHA FAMÍLIA...**

- a) eu lido com todo o dinheiro e pago todas as contas;
- b) meu companheiro toma conta das finanças;
- c) eu pago as minhas contas e meu companheiro paga as dele;
- d) pagamos as contas em conjunto.

CONTAGEM DE PONTOS E SIGNIFICADO RESUMO  
Excluindo as perguntas 3, 4 e 7, some quantas vezes assinalou cada uma das alternativas a, b, c, d. A letra que der maior soma tende a ser a mais importante para você e seu tipo, quanto à motivação.

a = liberdade/despojado/autonomia/generoso/sem controle.

b = segurança/precavido/inimigo do imprevisível/controlado.

c = poder/dominador/gosta de controlar/deseja estar no topo.

d = amor/sociável/familiar/mão-aberta/reconhecimento.

Fonte: Personal Financial Planning

## Que tipo de investidor é você?

(de acordo com padrões geralmente adotados)

Coloque um X no espaço em branco ao lado da pontuação que melhor espelha como você se sente em relação a cada item (escolha entre 0, 1 ou 2 pontos para cada item).

<i>Dê sua pontuação de acordo com sua percepção</i>	<b>Investidor A</b> <i>agressor/ousado</i>		<b>Investidor B</b> <i>neuro</i>		<b>Investidor C</b> <i>conservador</i>	
	<i>pontuação padrão</i>	<i>sua própria pontuação</i>	<i>pontuação padrão</i>	<i>sua própria pontuação</i>	<i>pontuação padrão</i>	<i>sua própria pontuação</i>
0 = pouco 1 = médio 2 = muito						
Sou impaciente Sou impulsivo	2		1		0	
Sou calmo Sou paciente	0		1		2	
Quero obter os melhores resultados possíveis a curto prazo	2		1		0	
Busco bons resultados a médio/longo prazos	0		1		2	
Tenho predileção por imóveis, ouro, renda fixa, cadernetas de poupança	0		1		2	
Tenho predileção por ações, opções, futuros, derivativos	2		1		0	
Quando possível, tento tomar conta de meus investimentos pessoalmente	2		1		0	
Peço ajuda de profissionais na escolha e administração de meus investimentos	0		1		2	
Tenho gosto de jogar, apostar, especular	2		1		0	
Tenho aversão a jogos, apostas, especulações	0		1		2	
Soma dos pontos		A .....		B .....		C .....
Some as colunas A, B e C – Você encontrará seu perfil como investidor na coluna cuja soma for mais elevada.						

Fonte: Personal Financial Planning

## Mensagem aos jovens: Crise também significa oportunidade

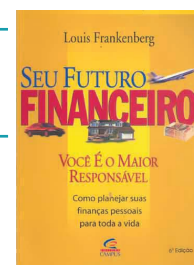
A humanidade sempre se defronta com crises basta ler os jornais e ver os noticiários na televisão. Não devemos esquecer, entretanto, que a crise de uns é a grande oportunidade de outros. Para nós ocidentais, a palavra reduziu-se ao significado de “problema”, “tensão”, mas na Grécia antiga, onde o conceito se originou, krisis queria dizer “decisão” - ou seja, o passo adiante que se dá para solucionar uma situação de desequilíbrio, seja na vida cotidiana, na política ou nas finanças.

Ambas as acepções deveriam ser lembradas pelos que atualmente tanto se assustam com as grandes transformações em curso no mundo. Da mesma forma como os crentes dizem que “Quando Deus fecha uma porta, sempre abre uma janela”, podemos supor que, quando existe crise, seja qual for, abrem-se novas oportunidades para quem mantém os olhos abertos e o espírito alerta.

Dirijo essa mensagem de esperança especialmente aos jovens, que vejo tão desorientados e que, de tão desesperados diante do desemprego, não conseguem sequer vislumbrar o próprio futuro. Para aqueles que deram importância ao estudo, ao conhecimento, ao aperfeiçoamento, estão surgindo muitíssimas oportunidades. Talvez os mais velhos não consigam perceber as alternativas, porque lhes falta entusiasmo para se reciclar, mas as novas gerações só precisam olhar ao redor e se informar para perceber as novas profissões que se estão estabelecendo ou até o redirecionamento que ocorre em algumas das mais antigas, como o direito, para ficar em um só exemplo. Com perspicácia e persistência, é mais do que certo que os jovens irão encontrar seu lugar ao sol na informática, nas ciências ou na enorme quantidade de funções que a indústria e o comércio estão terceirizando.

LOUIS FRANKENBERG, CFP® Formação acadêmica em Ciências Contábeis e Atuariais, com pós graduações no Brasil e exterior. Planejador Financeiro Pessoal. Licenciado pela CVM. Foi Gerente Geral de Vendas dos Grupos Itaú-Unibanco e ABN-Amro. Pioneiro no Brasil do Planejamento Financeiro Pessoal.

Referência: <http://seufuturofinanceiro.blogspot.com.br/>







## PARTE IV

### TEMPO – o que fazer com ele?

#### Os desafios da longevidade

Quando escreveu, nos anos 1970, que “todos aqueles que nascem têm dupla cidadania, no reino dos sãos e no reino dos doentes”, a escritora americana Susan Sontag (1933-2004) enfrentava o câncer, doença que viria a matá-la. Antes que médicos e cientistas fizessem cálculos, gráficos e relatórios, ela previu o que viria a ser o maior drama da longevidade. Viver mais significa potencializar e se habituar a doenças crônicas.

De acordo com os últimos dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), divulgados na segunda-feira, vivemos 74,9 anos, quatro a mais que na última década. Um quarto de todas as moléstias do mundo atinge quem tem mais de 60 anos: doenças respiratórias e cardíacas, câncer e síndromes degenerativas, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS). Quase 10 anos de todas as vidas brasileiras são passados com incapacidades. A morte tardia levou a vida à fronteira entre a saúde e a doença, como escreveu Sontag.

“Convivemos com problemas que teriam nos matado 50 anos atrás. O envelhecimento revelou alguns males, como câncer ou Alzheimer, para os quais, talvez, não haja cura. Iremos aprender a conviver com eles pelo resto da vida”, explica o gerontologista carioca Alexandre Kalache, conselheiro da Academia de Medicina de Nova York e ex-diretor do programa de envelhecimento da Organização Mundial de Saúde.

**Doenças crônicas** - O envelhecimento inédito da população é resultado da revolução médica e científica das últimas décadas. Até 1950, o mundo enfrentava o fardo da desnutrição e das doenças infecciosas. Esforços mundiais para melhorar o saneamento básico, a qualidade da água e o armazenamento de alimentos, além do desenvolvimento de vacinas que previnem enfermidades como a tuberculose ou sarampo, foram lentamente vencendo as infecções. Enquanto a desnutrição era combatida com alimentos mais nutritivos e melhor distribuídos, os antibióticos tratavam doenças fatais como a pneumonia.

O avanço da idade revelou condições que, até então, não haviam tido tempo de se manifestar. No Brasil dos anos 1950, a expectativa de vida não passava dos 45 anos, pouco tempo para que doenças

progressivas como hipertensão, diabetes ou Alzheimer aparecessem. E, quando elas apareciam, em geral, eram fatais. Ataques cardíacos ou quedas de insulina, que não eram prevenidos, matavam sem apelação.

Para evitar essas mortes súbitas, a medicina desenvolveu métodos de investigação, exames e fatores de risco capazes de prevêê-las. Atualmente, problemas cardíacos ou câncer podem ser identificados em seu início e, por meio de tratamentos, controlados. A ciência transformou os males fatais em doenças crônicas. “Hoje, até 75% de todas as mortes são hoje causadas por doenças assim e ainda estamos tentando entender e descobrir a melhor forma de lidar com elas”, diz Kalache.

**Moléstias invencíveis** - Há uma série de doenças que a ciência ainda não conseguiu domar. Duas delas, o câncer e demência, estão estreitamente relacionadas ao envelhecimento da população mundial. O câncer mata 9,9 milhões de pessoas anualmente e 54% dessas mortes ocorrem em pessoas depois dos 60 anos.

A incidência de muitos tipos de carcinomas aumenta com a idade, particularmente depois dos 60 anos. Dados oficiais da Grã-Bretanha mostram que, nos homens, os casos sobem de 116 por 100.000 na faixa etária dos 40 anos para 3.398 por 100.000 após os 85 anos. O risco de câncer de mama é de cerca de 1 em 400 em uma mulher de 30 anos, enquanto aos 70 anos é de 1 para 9.

Para o médico indiano Siddharta Mukherjee, pesquisador da Universidade de Columbia, nos Estados Unidos, isso se dá porque nossa civilização mais longa permitiu que o câncer se manifestasse. “À medida que nossa expectativa de vida aumenta, como espécie, inevitavelmente deflagra-se o crescimento maligno das células”, afirma em seu livro *O Imperador de Todos os Males*, de 2010.

O câncer está ligado ao processo biológico de reprodução das nossas células. Às vezes, o crescimento descontrolado das células cancerosas tem origem numa mutação causada por um agente cancerígeno, mas, em muitas outras situações, a causa parece ser uma mutação aleatória no processo natural de cópia de genes quando as células se reproduzem. Com o envelhecimento, as mutações inevitavelmente se acumulam e, a longo prazo, talvez seja impossível desconectar o câncer de nossos corpos.

“A rigor, enquanto a fração dos afetados pelo câncer rasteja inexoravelmente em alguns países de um em quatro para um em três, para um em dois, é possível que o câncer venha a ser a nova normalidade

- uma inevitabilidade. A questão nesse caso não é se teremos um encontro com essa doença imortal em nossa vida, mas quando”, afirma Mukherjee.

**Senilidade** - Ao lado do câncer, o Alzheimer é a próxima doença a exibir estatísticas dramáticas. As pessoas que exibem a condição devem saltar das atuais 44 milhões para 135 milhões em 2050, de acordo com os dados da OMS. A prevalência aumenta de 5% a 8% em pessoas com 60 anos e dobra a cada 5 a 9 anos. A probabilidade é que, aos 95 anos, 175 idosos em cada 1.000 tenham a doença.

O Alzheimer é a forma mais comum de demência senil e consiste no depósito de placas de proteínas beta-amiloides e proteínas tau no cérebro. O acúmulo dessas placas tem sido apontado pelos pesquisadores como um dos responsáveis pelas alterações cerebrais da doença, que levaria à perda de memória e progressiva incapacidade. Os cientistas ainda não descobriram o que leva essas proteínas a assumirem uma conformação errada e se depositarem no cérebro, causando a morte dos neurônios.

Como ocorre com o câncer, é uma deformação de um processo natural de envelhecimento, que causa a doença.

“Todos desenvolvemos essas placas, especialmente após os 40 anos”, explica o neurologista Rudolph Tanzi, pesquisador do Hospital Geral de Massachusetts, da Universidade Harvard, nos Estados Unidos. “A genética e o estilo de vida determinam a extensão da patologia em cada um de nós.”

Tanzi liderou uma pesquisa, publicada na revista Nature, em outubro, que desenvolveu em laboratório uma cultura de neurônios humanos que reproduz as estruturas do Alzheimer. Com ela, os cientistas deram um passo importante para desvendar as causas e o funcionamento da doença que ainda é um desafio para a medicina. “Nossa idade superou nossa saúde, especialmente no que diz respeito ao cérebro”, afirma Tanzi.

**Males sem cura** - De acordo com os pesquisadores, o aumento do conhecimento sobre essas doenças, com o financiamento de pesquisas sobre envelhecimento e seus processos, além do investimento em estudo sobre as doenças específicas ligadas a ele, é o que vai levar a seu controle. A longevidade gradual da população se tornou uma oportunidade para estudar e desvendar o mecanismo dessas doenças que, até há pouco tempo, não preocupavam a ciência.

Em alguns anos, possivelmente, os males associados à velhice seguirão o exemplo da aids que, hoje, é

uma síndrome controlável. Quando se espalhou nos anos 1980, o vírus HIV significava uma sentença de morte. Pouco mais de dez anos depois, com o desenvolvimento da prevenção e de medicamentos que combatem seus sintomas, a mortalidade associada a ela se reduziu. Com os remédios, a aids se tornou uma doença crônica, ainda sem cura. A vida é prolongada em muitos anos, sem que a doença seja eliminada do organismo.

“Atualmente nos concentramos em prevenir os fatores de risco que levam à demência e a buscar indícios que demonstrem a probabilidade da doença, como marcadores genéticos. Tratamos os sintomas, melhorando os outros neurônios, como uma espécie de compensação, mas ainda não encontramos a cura”, explica o psiquiatra Sergio Hototian, do Instituto de Psiquiatria da Universidade de São Paulo (Ipq-USP). “As pesquisas recentes se concentram em tentar eliminar o acúmulo da proteína amiloide e tau no cérebro e a promover a qualidade de vida para o paciente.”

**Longevidade saudável** - Permitir que se viva mais e bem, com pelo menos uma doença crônica, é o grande desafio da ciência que se debruça sobre o envelhecimento. “A longevidade foi um produto do avanço tecnológico e científico. No entanto, ela não é sinônimo de qualidade de vida.

Há técnicas para nos manter vivos, mas que nos deixam incapacitados, vivendo mal”, explica Yeda Duarte, professora da Universidade de São Paulo e vice-coordenadora do Estudo SABE - Saúde, Bem Estar e Envelhecimento, estudo sobre as condições de vida e saúde dos idosos de São Paulo, desenvolvido pela Faculdade de Saúde Pública da USP desde 2000. “Vivemos com doenças crônicas, mas não morremos em decorrência delas. É preciso compreender que o envelhecimento saudável não é o envelhecimento sem doenças. Podemos viver mais e com as melhores condições possíveis desde que as enfermidades estejam monitoradas e controladas.”

Um dos caminhos encontrados pelos médicos e cientistas para melhorar o bem-estar de quem convive com problemas crônicos é o dos cuidados paliativos. Esse sistema, desenvolvido no Brasil nos últimos 15 anos, trata os sintomas e busca eliminar o sofrimento causado por eles. “O conhecimento aumentou muito e, atualmente, temos diversos recursos para fazer com que doenças crônicas não sejam sinônimo de uma vida ruim”, afirma a médica Maria Goretti Maciel, presidente da Academia Nacional de Cuidados Paliativos (ANCP). “Temos a ideia de que envelhecer é um processo de degradação da vida, um erro fundamental. Estar próximo aos anos finais da vida nos leva a viver melhor, com consciência, e precisamos aprender a aproveitar todas as oportunidades que essa etapa nos oferece.”

## As doenças que desafiam a longevidade saudável - mais detalhes

### Alzheimer

As demências são caracterizadas por uma perda progressiva de diversas funções cognitivas, como perda da memória, capacidade de compreensão e de expressão. A forma mais comum de demência senil é o Alzheimer, doença que consiste no depósito de placas de proteínas beta-amiloides e proteínas tau no cérebro. O acúmulo dessas placas tem sido apontado pelos pesquisadores como um dos responsáveis pelas alterações cerebrais da doença, que levaria ao declínio da cognição. A estimativa da OMS é que as pessoas que exibem a condição devem saltar das atuais 44 milhões para 135 milhões em 2050, de acordo com os dados da OMS. A prevalência aumenta de 5% a 8% em pessoas com 60 anos e dobra a cada 5 a 9 anos. A probabilidade é que, aos 95 anos, 175 idosos em cada 1.000 tenham a doença. Atualmente, é feito o controle dos sintomas, com medicamentos que melhoram as funções cerebrais e buscam retardar o aparecimento da doença. Os médicos também buscam prevenir seu aparecimento, indicando o combate da obesidade, diabetes e hipertensão, que são alguns dos fatores de risco, além de recomendar atividades que representem desafios cognitivos, como aprender novas línguas. As evidências sugerem, entretanto, que o Alzheimer é uma deformação de um processo natural de envelhecimento do organismo o que faria com que, em alguns anos, a condição possa ser controlada como uma doença crônica.

### Câncer

A incidência de muitos tipos de câncer aumenta com a idade, particularmente depois dos 60 anos, e de acordo com a OMS deve crescer 69% até 2030. As estimativas dos cientistas demonstram que o risco de câncer de mama é de cerca de 1 em 400 em uma mulher de 30 anos, enquanto aos 70 anos é de 1 para 9. Dados da ONG Cancer Research mostram que, na Grã-Bretanha, a incidência de câncer masculino aumenta de 116 por 100 000 na faixa etária dos 40 anos para 3.398 por 100 000 após os 85 anos. Isso acontece porque a doença está ligada ao processo biológico de reprodução das nossas células. Às vezes, o crescimento descontrolado das células cancerosas tem origem numa mutação causada por um agente cancerígeno. No entanto, em muitas outras situações, a causa parece ser uma mutação aleatória, ocorrida no processo normal de cópia de genes quando nossas células se reproduzem. As células se dividem, inevitavelmente mutações se acumulam sobre mutações e, a longo prazo, talvez seja impossível desconectar o câncer de nossos corpos. Além de cirurgias, quimioterapias e radioterapias, os médicos indicam a dieta equilibrada, com consumo moderado de álcool e combate ao fumo, além de atividades físicas, como algumas das maneiras de evitar o aparecimento de tumores.

## Diabetes

Em todo o mundo, 347 milhões de pessoas convivem com diabetes, de acordo com dados da Organização Mundial de Saúde (OMS). Em 2012, estima-se que 1,5 milhões de mortes foram causadas pela doença. O mal crônico ocorre quando a insulina, hormônio que regula a quantidade de açúcar no sangue, não é suficientemente produzida ou aproveitada pelo corpo. O diabetes tipo 2, causada por obesidade, sedentarismo e alto consumo de açúcar, atualmente corresponde a 90% de todos os casos da doença. Sua prevalência aumenta com a idade. De acordo com os dados oficiais americanos, a doença atinge 2,4% das pessoas entre 20 e 39 anos, enquanto 21,6% dos que tem mais de 65 anos apresentam a doença. Em idosos, a previsão é que a doença cresça 96% até 2030. Com o tempo, a enfermidade deteriora a saúde cardíaca, dos vasos sanguíneos, olhos, fígado e nervos. Combatida com medicamentos que regulam a insulina e atitudes que diminuem os fatores de risco, como atividade física e redução do açúcar da dieta, os diabéticos podem evitar seus sintomas. De acordo com os dados da OMS, metade dos diabéticos morre por doenças cardiovasculares.

## Doenças cardiovasculares

Hipertensão, doenças cardíacas e arteriosclerose aumentaram junto com a longevidade em todo o mundo. A probabilidade de pessoas com 65 a 74 anos ter alguma doença cardíaca é de duas a quatro vezes maior que entre o grupo de 40 a 64 anos. Com o acesso a medicamentos e a diminuição da exposição a fatores de risco, como a alimentação gordurosa, a mortalidade devido a infartos caiu pela metade entre 1980 e 2000, nos Estados Unidos. Quase três quartos dessas mortes foram evitadas em pessoas com mais de 65 anos. Caracterizada como uma doença crônica – ou seja, uma vez diagnosticada acompanhará o paciente por toda a vida – os males cardiovasculares representavam cerca de 30% de todas as mortes em 2008. A melhor maneira de combater essas doenças é evitar o sedentarismo e ter uma dieta rica em vegetais.

## Osteoporose e osteoartrite

Essas duas doenças, que afetam os ossos, estão ligadas às dores crônicas que afetam os mais velhos, como dores nas costas ou articulações. De acordo com dados da Fundação Internacional da Osteoporose (IOF, na sigla em inglês), uma em cada três mulheres com mais de 50 anos terá osteoporose. Em todo o mundo, 10% a 20% de todas as pessoas com mais de 60 anos têm algum problema relacionado à artrite, de acordo com estimativas da OMS. Sendo doenças progressivas que atacam os ossos, elas pioram com a idade. A osteoporose, que deixa os ossos suscetíveis a fraturas dolorosas e de difícil tratamento, é mais prevalente em mulheres que em homens, pois, depois da menopausa, o hormônio

feminino estrogênio, que ajuda a fixar o cálcio nos ossos, cai bruscamente. As duas doenças podem ser prevenidas com a prática de exercícios físicos, manutenção de bons níveis de cálcio ou diminuição do fumo e consumo de álcool. A única forma de aliviar os sintomas da artrite é o uso de analgésicos e anti-inflamatórios.

Fonte: Rita Loiola

Referencia: <http://veja.abril.com.br/noticia/saude/os-desafios-da-longevidade/>



## **Brasil fica em 56º em ranking mundial dos melhores países para idosos**

O Brasil está em 56º lugar no ranking dos melhores países no mundo para os idosos viverem. O dado é do levantamento anual Global AgeWatch Index 2015, feito pela organização HelpAge International em parceria com a Universidade de Southampton, nos Estados Unidos. Segundo o estudo, o melhor país no mundo para os idosos é a Suíça, seguido pela Noruega, Suécia e Canadá. Já o pior país do mundo para os idosos viverem é o Afeganistão.

O estudo avaliou o bem-estar social e econômico dos idosos em 96 países, levando em conta critérios como renda, saúde, educação, emprego e ambiente favorável. No ano passado, o Brasil tinha ficado em 58º lugar. O setor em que o Brasil foi melhor avaliado foi o da garantia de renda entre os idosos: 81,9% dos 23,5 milhões de idosos no Brasil recebem pensão ou outra forma de assistência social, de acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Nesse quesito, o Brasil ficou em 13º entre os 96 países avaliados pela pesquisa.

Por outro lado, ao avaliar se o país tem um ambiente favorável para os idosos, o estudo colocou o Brasil em 87º lugar no ranking. Um dos fatores que levou o país a ser mal avaliado nesse aspecto foi o número de denúncias sobre abuso de idosos, que chegou a 21.178 em 2014 segundo a Secretaria de Direitos Humanos governo federal.

Quanto à educação dos idosos, o Brasil ficou em 58º lugar: em 2009, os idosos tinham uma média de 3,4 anos de estudo e havia 1,5 milhão de idosos analfabetos, segundo uma pesquisa do IBGE.

### **América Latina**

Entre os países da América Latina, o Brasil está atrás do Panamá (20º), Chile (21º), Uruguai (27º), Costa Rica (28º), Argentina (31º), México (33º), Colômbia (36º), Equador (44º), Peru (48º), El Salvador (54º) e Bolívia (55º).

Para o pesquisador Asghar Zaidi, da Universidade de Southampton, o indicador é vital para entender como é a vida das pessoas mais velhas nos países ao redor do mundo. “Ele nos permite comparar não apenas sua renda e saúde, mas também se os ambientes são amistosos aos idosos. O Index também mostrou que vários países ainda têm falta de estatísticas sobre idosos e gostaríamos de vê-los no relatório no futuro.”

### **Maior expectativa de vida**

O Japão é o país onde os idosos de 60 anos têm a maior expectativa de vida. Ao chegarem aos 60 anos de idade, os japoneses ainda têm, em média, mais 26 anos de vida pela frente. No Brasil, idosos têm mais 21 anos de vida em média quando chegam aos 60. Esta também é a média mundial.

A comparação do ranking atual com o de anos anteriores revela que tem aumentado a desigualdade da qualidade de vida dos idosos em diferentes países. A diferença entre a maior e a menor expectativa de vida aos 60 anos era de 5,7 anos em 1990 e passou a ser de 7,3 anos em 2012.

Fonte:

<http://g1.globo.com/mundo/noticia/2015/09/brasil-fica-em-56-em-ranking-mundial-dos-melhores-paises-para-idosos.html>



### **Qualidade de Vida na Terceira Idade**

A qualidade de vida na Terceira Idade pode ser definida como a manutenção da saúde, em seu maior nível possível, em todos os aspectos da vida humana: físico, social, psíquico e espiritual (Organização Mundial de Saúde, 1991).

Do ponto de vista físico, o fator mais importante na manutenção da saúde é o cuidado com a alimentação – existe até um ditado popular que versa sobre o assunto: somos o que comemos... Uma alimentação saudável implica em suprir o organismo com todos os nutrientes de que ele necessita para o seu bom funcionamento e para a conservação de um peso estável, fatores importantes na prevenção de várias doenças.

Visitas regulares ao médico são fundamentais para prevenir, diagnosticar e tratar possíveis doenças que possam diminuir a qualidade de vida.



A prática regular de atividades aeróbicas e exercícios, sempre de acordo com as limitações físicas e com orientação especializada, contribui para a conservação da saúde.

A atividade sexual, outro fator importante na manutenção da saúde, deve ser mantida, pois o idoso não perde a sua função sexual. A impotência sexual masculina pode ter um componente orgânico (problemas circulatórios e diminuição da sensibilidade na região do pênis, por exemplo), mas em grande parte das vezes em que ocorre, ela é de cunho emocional: por sentir-se velho, por não possuir mais os atributos sexuais de outrora e por considerar-se não tão viril e atraente para o sexo oposto como antigamente, o idoso torna-se angustiado e depressivo e, conseqüentemente, impotente.

As mulheres idosas costumam rejeitar as atividades sexuais em função de, ao longo de suas vidas, não terem sido estimuladas de forma satisfatória por seu(s) companheiro(s), tendo praticado sexo de forma mecânica e não prazerosa, não atingindo, muitas vezes, o orgasmo. É importante salientar que os valores associados à atividade sexual, nesta fase da vida, são diferentes dos jovens: o que importa não é a virilidade, a quantidade de ejaculações ou orgasmos, mas a intimidade, a sensação de aconchego, o afeto, o carinho.

A depressão, uma das principais doenças mentais na população idosa, é de difícil reconhecimento e diagnóstico, uma vez que a sociedade, de um modo geral, a encara como um fato normal à velhice. Puro preconceito! As causas da depressão ainda são desconhecidas, mas acredita-se que vários fatores – biológicos, psicológicos e sociais – atuando de forma concomitante, desencadeiem a doença. O acompanhamento psicoterápico como complemento ao tratamento medicamentoso, propicia a recuperação da qualidade de vida do idoso.

A preparação para as grandes mudanças na vida decorrentes da aposentadoria e da perda de amigos e familiares é de suma importância para a saúde psicológica, assim como um contato familiar constante e a preservação e manutenção da autonomia, independência e dignidade do idoso.

Saber usufruir de todos os momentos de lazer, a interação social e o desenvolvimento de *hobbies* e interesses diversos colaboram para que a mente mantenha-se ativa e saudável.

É importante que o idoso seja respeitado como ser humano que é, com todas as limitações inerentes a sua idade!

Se já não possui a vitalidade da juventude, por outro lado tem o conhecimento adquirido através das experiências ao longo de toda uma vida. A partilha desses conhecimentos com as novas gerações proporciona ao idoso a possibilidade de manter-se integrado à sociedade.

Esta integração é de suma importância para o idoso, uma vez que um de seus maiores prazeres consiste em relatar fatos acontecidos em sua vida e perceber que as pessoas que o cercam dão-lhe a atenção devida.

Qualidade de vida é, portanto, a soma de todos esses fatores acima citados, mas, principalmente, a preservação do prazer em todos os seus aspectos...

O prazer de ter um corpo saudável e a aceitação de seus limites, o prazer de interagir em sociedade, o prazer da satisfação dos desejos na medida do possível e aceitável, o prazer de compartilhar e de aprender...

Porque viver implica manter-se num processo de aprendizagem eterno...

Como dizia a minha avó: "Quando eu morrer, não terei aprendido nem metade do que eu gostaria de saber..."

Fonte: Dra. Olga Inês Tessari

Psicóloga – Psicoterapeuta – Pesquisadora - CRP 06/19571-6

e-mail:otessari@hotmail.com

## REFERÊNCIAS

### LIVRO

Frankenberg, Louis. Seu Futuro Financeiro, Você é o maior responsável. 3 ed. Rio de Janeiro: Editora Campus, 1999. 421 p.

### SITES

**Receita Federal do Brasil. IRPF (Imposto sobre a renda das pessoas físicas).** Disponível em: < <http://idg.receita.fazenda.gov.br/acesso-rapido/tributos/irpf-imposto-de-renda-pessoa-fisica> > acessado em agosto 2015.

**Como Investir. Organizando suas finanças em cada fase da vida.** Disponível em: < <http://www.comoinvestir.com.br/boletins-e-publicacoes/boletim-como-investir/Paginas/Organizandosuasfinan%C3%A7asemcadafasedavida.aspx> > Acessado em agosto 2015.

**Exame. Como se planejar financeiramente de acordo com cada idade.** Disponível em: < <http://exame.abril.com.br/revista-voce-sa/edicoes/198/noticias/como-se-planejar-financeiramente-de-acordo-com-cada-idade> > acessado em agosto 2015.

**Monetar. O que você deve saber sobre dinheiro aos 20, 30, 40 e 50 anos.** Disponível em: < <https://www.monetar.com.br/uau-street/investir-e-facil/investir-e-facil-coluna/o-que-voce-deve-saber-sobre-dinheiro-aos-20-30> > acessado em agosto 2015

**Blog Mobills. Os principais erros financeiros nas diferentes fases da vida.** Disponível em: < <http://blog.mobills.com.br/2015/08/os-principais-erros-financeiros-nas-diferentes-fases-da-vida/> > Acessado em agosto 2015

**Ministério da Previdência Social. Superintendência Nacional de Previdência Complementar.** Disponível em: < <http://www.previdencia.gov.br/wp-content/uploads/2015/06/1%C2%BA-Trimestre.pdf> > Acessado em agosto 2015

**Cidadania & Cultura. Ciclos de Vida em Finanças Pessoais.** Disponível em: < <https://fernandonoguei-racosta.wordpress.com/2013/09/23/ciclo-de-vida-em-financas-pessoais/> > acessado em agosto 2015

## EXPEDIENTE

Publicação da Fundação Coelba de Previdência Complementar - Faelba: Av. Tancredo Neves, 450 - Ed. Suarez Trade - 33º andar - s/3302 - Salvador - Bahia - CEP 41.820-020; Tel.: (71)3113-6000 - Fax: (71)3113-6049 e-mail: faelba@faelba.com.br - Internet: www.faelba.com.br;

**Diretoria Executiva:** Augusto da Silva Reis - **Diretor-Superintendente;** Francisco Artur de Lima Moacyr - **Diretor Adm.-Financeiro;** José Caetano Pugliese Guimarães - **Diretor de Seguridade;**

**Conselho Deliberativo:** Ricardo José Barros Valente – **Presidente;** Antonio Fernando Guedes de Brito Costa; Enecila Moraes Pinho da Silva; Jeremias Xavier de Moura; Milton Menezes Campos Filho; Sérgio Souto M. M. de Mello. **Suplentes:** Antonio Carlos C. Ferreira; Carla Suely Pedreira do Nascimento Reis; Dulce Maria Malaquias Santos da Silva; Everaldo Ferreira Garcia; José Antônio de Souza Brito; Marcio Caires Vasconcelos.

**Conselho Fiscal:** Carmelita Novais dos Santos - **Presidente;** Leônidas Henriques Filho; Roque da Silveira. **Suplentes:** Graça Maria dos Santos Nogueira e Silva; Jorge Luiz Facury Ribeiro; Luiz Mário de Jesus Filho.

**Realização: Assessoria de Comunicação Faelba (Ascom)** - Rosângela Rocha - **Assessora de Comunicação;** Daiane Santos - **Analista de Comunicação;** Andrea Lopes - **Estagiária.**

**Jornalista Responsável:** Rosângela Rocha - MT/PE 1.411.

**Impressão:** Gráfica Press Color; **Editoração:** Aline Oliveira; **Distribuição Gratuita.**



