



**TELOS CONQUISTA UMA IMPORTANTE CERTIFICAÇÃO, A GREAT PLACE TO WORK (GPTW)**

pág 2



**TELOS**  
EM LINHA com você há 70 edições

pág 3



**TELOS**  
Melhoria no Benefício do Pecúlio Complementar é aprovada pela PREVIC

pág 4



**TELOS**  
Atualização Cadastral mantém você em conexão com a TELOS

pág 5

**TELOS:**  
Números em foco

pág 6

**TELOS:**  
Perfil dos Participantes e Assistidos  
1º Semestre de 2023

pág 8

**PREVIDÊNCIA:**  
5ª Edição do Relatório Gerencial de Previdência Complementar

pág 9

**EDUCAÇÃO FINANCEIRA E PREVIDENCIÁRIA:**  
A base para escolhas de investimentos

pág 10

**ASASTEL:**  
Maratonistas da ASASTEL

pág 12

**SAÚDE E BEM-ESTAR:**  
O RESPEITO é violeta

pág 15

# TELOS É GPTW

■ A TELOS conquistou uma importante certificação, a **Great Place To Work (GPTW)**, selo concedido às empresas consideradas ótimos lugares para se trabalhar.

A certificação foi concedida após avaliação positiva dos próprios colaboradores da TELOS, por meio de uma pesquisa aplicada pela empresa certificadora para avaliar o ambiente de trabalho da empresa. O questionário avaliou o clima organizacional, envolvendo diferentes dimensões como respeito, confiança, ações de motivação e desenvolvimento, entre outros.

O GPTW é uma consultoria com presença em mais de 109 países e que ajuda organizações a melhorarem seus resultados por meio de uma cultura de confiança, alto desempenho e inovação. O selo é concedido apenas a empresas que consigam uma amostra mínima de



colaboradores que participem da pesquisa e atinjam pelo menos 70 pontos de favorabilidade na avaliação.

De acordo com a GPTW, as seletas organizações que recebem o selo são mais atrativas a novos colaboradores, que trabalham mais e melhor: geram 61% mais de riqueza per capita para suas organizações. Além disso, as empresas certificadas são mais rentáveis que a média.

## Diretoria Executiva é reconduzida

■ O Conselho de Administração da CLARO S.A. indicou e o Conselho Deliberativo da TELOS, em sua 293ª reunião, homologou, para mais um novo mandato, **Roberto Durães** como Presidente da TELOS.

Por sua vez, o Presidente da Fundação, Roberto Durães, indicou e o Conselho Deliberativo da TELOS, em sua 294ª reunião, homologou as nomeações dos



**Roberto Durães**  
Presidente da TELOS

Diretores **Andrea Morango Pittigliani** (Diretora Financeira) e **Carlos Alberto Tavares de Almeida** (Diretor de Seguridade) para novo mandato de 4 anos

**O início do novo mandato dos gestores da TELOS começa dia 1º de agosto de 2023, data em que a TELOS completa 48 anos.**



**Andrea Morango Pittigliani**  
Diretora Financeira



**Carlos Alberto Tavares de Almeida**  
Diretor de Seguridade

# EM LINHA com você há 70 edições

■ Esta edição do Em Linha é especial. Não só por ser a de número 70, mas por representar o sucesso da comunicação da Fundação da TELOS com seu público.

Desde sua primeira edição, publicada em 2006, o jornal passou por transformações e modernizações, mas tendo sempre como objetivo trazer o que de mais relevante aconteceu na TELOS no trimestre, levando transparência sobre os resultados dos Planos administrados, ajudando a entender as mudanças pelas quais a Fundação e o mercado de Entidades Fechadas de Previdência Complementar vem passando, dando dicas de saúde e bem-estar e, claro, aproximando ainda mais Participantes e Assistidos da Fundação. A isto tudo somam-se novidades e atualizações sobre os serviços e ações da gestão da TELOS.

As pesquisas anuais de satisfação realizadas por empresa independente comprovam que o Jornal Em Linha tem cumprido seu objetivo. O veículo sempre recebe boas avaliações de seus leitores, que reconhecem a qualidade e clareza do seu conteúdo e da comunicação da Fundação.



É tempo de comemorar. Às vésperas do 48º aniversário da TELOS, celebrado no dia 1º de agosto de 2023, o jornal eletrônico da Fundação, sempre alinhado aos anseios dos Participantes e Assistidos, festeja as 70 edições!

## SUGESTÕES SÃO BEM-VINDAS!

Caso tenha alguma sugestão de assunto que gostaria de ler no jornal EM LINHA envie para TELOS.

[CAT@TELOS.ORG.BR](mailto:CAT@TELOS.ORG.BR)

ASSUNTO: PAUTA JORNAL EM LINHA

Essa é a TELOS, sempre pensando na melhoria da comunicação com foco principal nos Participantes e Assistidos!

# Melhoria no Benefício do Pecúlio Complementar é aprovada pela PREVIC



Em junho, por meio da Portaria Previc nº 510, de 21 de junho de 2023, publicada no Diário Oficial da União, em 23 de junho, foi **aprovado o novo Regulamento do Plano de Benefício Definido – PBD** da TELOS, com a melhoria do benefício do Pecúlio Complementar.

“Artigo 53, §16 – O valor do pecúlio complementar estabelecido

nos §7º, §8º e §9º supra sofrerá um **acréscimo de 25% a partir da aprovação deste Regulamento pelo órgão fiscalizador competente.**”

Assim, todos os inscritos no Pecúlio Complementar terão um aumento do acréscimo de 15% para 25% sobre o valor do benefício, seja no pagamento da Antecipação em Vida da Provisão Matemática do

Pecúlio Complementar seja no pagamento do Benefício do Pecúlio Complementar aos Beneficiários.

Os resultados positivos consecutivos resultaram em excesso de superávit, com formação de Reserva Especial no Pecúlio Complementar, proporcionando ações que beneficiam os Assistidos inscritos no Pecúlio Complementar.



Acesse [aqui](#) o Regulamento na íntegra.

## 50% do Benefício TELOS do PBD maior em junho

Em junho, o valor do benefício de todos os Assistidos PBD foi 50% maior em relação ao valor pago mensalmente.

Os resultados positivos possibilitaram a alteração do Regulamento do PBD com o pagamento do benefício adicional aos Assistidos no último dia útil do mês de junho de cada ano desde 2016.



# Atualização Cadastral mantém você em conexão com a TELOS

■ Mais uma vez, a TELOS alerta sobre a importância de manter os dados pessoais atualizados na Fundação.

Alterou os contatos telefônicos ou e-mail? Mudou de endereço? Retifique o cadastro na TELOS. Com as atribuições diárias e a correria inerente a rotina de trabalho, casa e família o esquecimento é natural, todavia, sem as mudanças atualizadas, o relacionamento com a Fundação fica prejudicado.

Com os dados cadastrais em dia as informações sobre os Planos de Benefícios e serviços da TELOS são amplamente conhecidas e chegam mais rápidas e fáceis até os Participantes e Assistidos. Atualize o cadastro para manter-se conectado com a TELOS!

## NA TELOS OS DADOS PESSOAIS DOS PARTICIPANTES E ASSISTIDOS SÃO PROTEGIDOS

A gestão da TELOS é comprometida com a cultura de proteção de dados. Na Fundação, a POLÍTICA DE PRIVACIDADE estabelece informações detalhadas sobre o processo de coleta, recepção, classificação, utilização, acesso, processamento, armazenamento, compartilhamento e eliminação de dados pessoais na TELOS. Também estão descritas as finalidades do tratamento desses dados, os direitos dos Titulares, a forma de contato com a Fundação e outras informações julgadas importantes, em observância ao disposto na Lei Geral de Proteção de Dados - LGPD e em adição às disposições contratuais e práticas relativas ao sigilo e à confidencialidade.

## COMO ATUALIZAR O CADASTRO



Acesse o site da TELOS e entre no **AUTOATENDIMENTO** com o seu CPF e senha URA.



Clique na área **BENEFÍCIOS** e em seguida selecione o campo **ATUALIZAÇÃO DE DADOS CADASTRAIS**.



Preencha o formulário com seus dados atualizados, confira e clique em **CONFIRMAR**.



Você também pode fazer a atualização por meio do atendimento presencial e pela **CENTRAL DE ATENDIMENTO TELOS** através do telefone (21) 2121-6900 ou e-mail [cat@telos.org.br](mailto:cat@telos.org.br)

# Números em foco

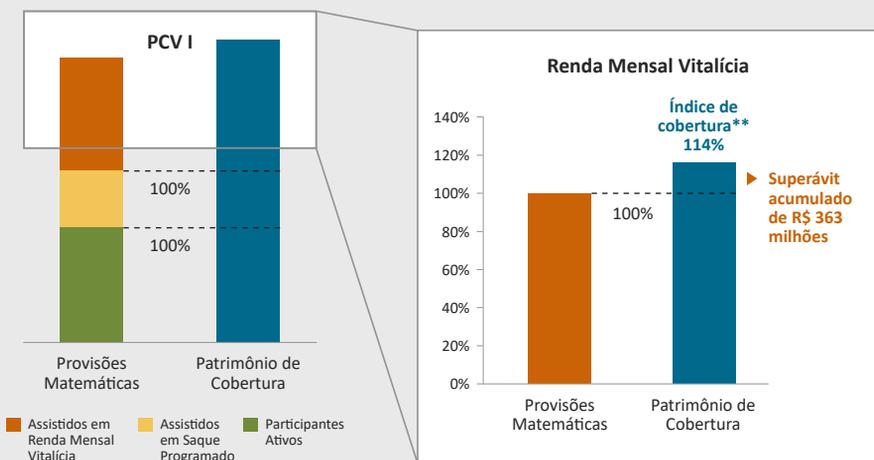
Resultados alcançados demonstram a solidez dos Planos de Benefícios administrados pela TELOS.

## Plano de Benefício Definido



\* O Índice de Cobertura significa que para cada R\$ 100,00 de obrigação, o PBD tem R\$ 115,00 de Patrimônio para custear a obrigação.

## Plano TELOS Contribuição Variável I



\*\* O Índice de Cobertura significa que para cada R\$ 100,00 de obrigação, o PCV I tem R\$ 114,00 de Patrimônio para custear a obrigação.

Base de dados jun/23

## CONFIRA O CONTEXTO ECONÔMICO DO 2º TRIMESTRE DE 2023

O segundo trimestre de 2023 mostrou uma melhora do mercado local, com entrada de fluxos de capitais no Brasil. A aprovação do arcabouço fiscal pela Câmara dos Deputados, de forma até mais rigorosa do que a proposta original do governo, foi um ponto importante, que levou ao aumento do apetite por risco dos investidores.

No lado da inflação, houve recuo importante, com melhora do IPCA e deflação dos IGPs. O Banco Central manteve sua postura contracionista, acreditando ser necessário um tempo maior de juros altos para o controle da inflação antes de iniciar o ciclo de cortes. De toda maneira, o mercado acredita que o Banco Central iniciará o corte da Selic neste terceiro trimestre, de forma gradual.

Enquanto isso, a atividade econômica segue consistente, e o PIB surpreendeu positivamente no primeiro trimestre, apesar de grande parte do seu crescimento vir do setor agrícola. Outro ponto importante foi a Reunião do Conselho Monetário Nacional, que manteve a meta de inflação em 3% ao ano para o próximo triênio,

fato bem visto pelo mercado e pela maioria dos economistas. Diante desse cenário, existe otimismo com o próximo semestre para os mercados, com o corte de juros podendo impulsionar uma melhora da atividade. A expectativa do mercado fica agora para a aprovação final do arcabouço fiscal pelo Senado, as negociações da Reforma Tributária, que se iniciam no Congresso, e o início do corte de juros pelo Banco Central.

No cenário externo, as economias desenvolvidas, notadamente EUA e países da União Europeia, começam finalmente a mostrar uma perda de fôlego da inflação. Ainda não foi sinalizado o final do ciclo de alta de juros nestas regiões, porém, o mercado começa a precificar que devem se encerrar em breve. Enquanto isso, as atividades destes países seguem resilientes. Isto afasta o temor de uma crise aguda nos países centrais,

mas, ao mesmo tempo, mantém o receio de que a inflação possa reacelerar. De toda forma, os mercados americanos e europeus tiveram bom desempenho no trimestre.

Por fim, a China, da qual no começo do ano se esperava um forte crescimento, devido ao seu processo de reabertura, acabou decepcionando e mostrando apenas um crescimento moderado, notadamente devido a uma crise no setor imobiliário local.

## RENTABILIDADES ACUMULADAS 2023

até jun/23

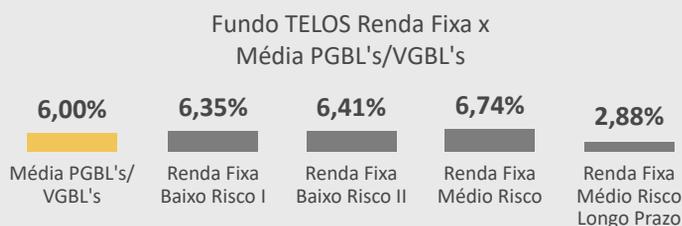
2,32%

PBD

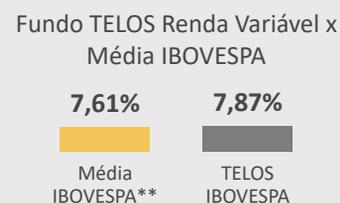
2,97%

PCV I Conta Coletiva

### Comparativo Fundos Exclusivos



\* O Fundo TELOS Multi-Alocação Médio Risco não apresenta possibilidade de comparação devido às suas características.



\*\*Média Fundos Ibr-X 50 até 31/10/2022 e IBOVESPA a partir de novembro.

Fonte: Economática

## INFORMES TRIMESTRAIS TELOS

Repleto de conteúdos integrados, que objetivam facilitar o acesso às rentabilidades dos fundos de investimentos do Plano TELOS Contribuição variável I – PCV I, o Informe Trimestral de Investimentos é um valioso meio de acompanhamento do desempenho dos fundos exclusivos TELOS de renda fixa, multimercado e renda variável, que é enviado por e-mail no mês subsequente ao fim de cada trimestre do ano.

Os Informes Trimestrais fazem parte do Programa de Educação Financeira e Previdenciária da TELOS e apresentam

as rentabilidades dos fundos no trimestre, no ano e nos últimos 12, 24 e 36 meses em relação aos respectivos Objetivos de Gestão. Os documentos ainda trazem uma importante análise do cenário econômico e a palavra de cada gestor sobre o desempenho do fundo que administra no trimestre. De moderna identidade visual, também dispõem de glossários específicos. Uma atenta leitura possibilita, de forma transparente, conhecer a rentabilidade dos fundos e suas variáveis e verificar se elas estão de acordo com a tolerância ao risco, expectativas e projetos de vida.

Vale a pena verificar a caixa de entrada de e-mail e conferir mais um dos diversos meios de divulgação das rentabilidades oferecidos pela TELOS.



# Perfil dos Participantes e Assistidos

## 1º Semestre de 2023

Base de dados: jun/2023

## PBD

## ASSISTIDOS

## 2.018 APOSENTADOS



## 994 PENSIONISTAS



## VALOR MÉDIO DO BENEFÍCIO TELOS



## PCV I

## ASSISTIDOS

## 3.770 APOSENTADOS



## 333 PENSIONISTAS



## VALOR MÉDIO DO BENEFÍCIO TELOS



## PARTICIPANTES\*

## 6.324 ATIVOS



## 641 AUTOPATROCINADOS



## 310 VINCULADOS



\*Não inclui os desligados - total de 366 Participantes

## VALOR MÉDIO DO SALÁRIO APLICÁVEL



## GLOSSÁRIO

» **ATIVOS:** Colaboradores dos Patrocinadores que aderiram a ao PCV I e continuam trabalhando nos Patrocinadores.

» **ASSISTIDOS:**

**Aposentados** - Participantes que usufruem do benefício de prestação continuada.

**Pensionistas** - os que recebem benefício após o falecimento de Participante ou Aposentado.

» **AUTOPATROCINADOS:** Ex-Colaboradores de Patrocinadores que fizeram a opção pela permanência no PCV I após desligamento dos Patrocinadores efetuando contribuições mensais.

» **VINCULADOS:** Ex-Colaboradores dos Patrocinadores que fizeram opção pela permanência no PCV I após desligamento dos Patrocinadores sem efetuar contribuições mensais.

» **DESLIGADOS:** Ex-Colaboradores dos Patrocinadores que após desligamento dos Patrocinadores ainda não realizaram opção por algum instituto ou pelo benefício de aposentadoria.

# 5ª Edição do Relatório Gerencial de Previdência Complementar

O Departamento de Diretrizes e Políticas de Previdência Complementar do Ministério da Previdência - DERPC divulgou, no fim de maio de 2023, a **5ª Edição do Relatório Gerencial de Previdência Complementar, relativo ao primeiro trimestre de 2023**. O documento traz dados sobre a evolução dos segmentos aberto e fechado de Previdência Complementar no país.

A edição traz uma novidade: pela primeira vez, é possível acessar dados cadastrais, contábeis e de população por entidade de previdência complementar.

De acordo com o relatório, o Regime de Previdência Complementar (RPC) atingiu, nos três primeiros meses do ano, patrimônio de R\$ 2,50 trilhões, o que corresponde a 25% do PIB. Esse resultado indica crescimento de 9,2% em relação ao mesmo período do ano anterior. Do montante, 47,6% estavam alocados em entidades fechadas, como a TELOS.



O documento também mostra que o primeiro trimestre do ano trouxe superávit técnico acumulado de R\$ 22,10 bilhões para as entidades fechadas. Esse resultado demonstra a resiliência do setor, mesmo em um período de incertezas econômicas ainda relacionadas aos efeitos da pandemia, à escalada da guerra na Ucrânia e à crise no fornecimento de energia, afirma o DERPC.

O documento completo pode ser acessado [aqui](#).

## CAPTAÇÃO LÍQUIDA DO SETOR DE PREVIDÊNCIA COMPLEMENTAR

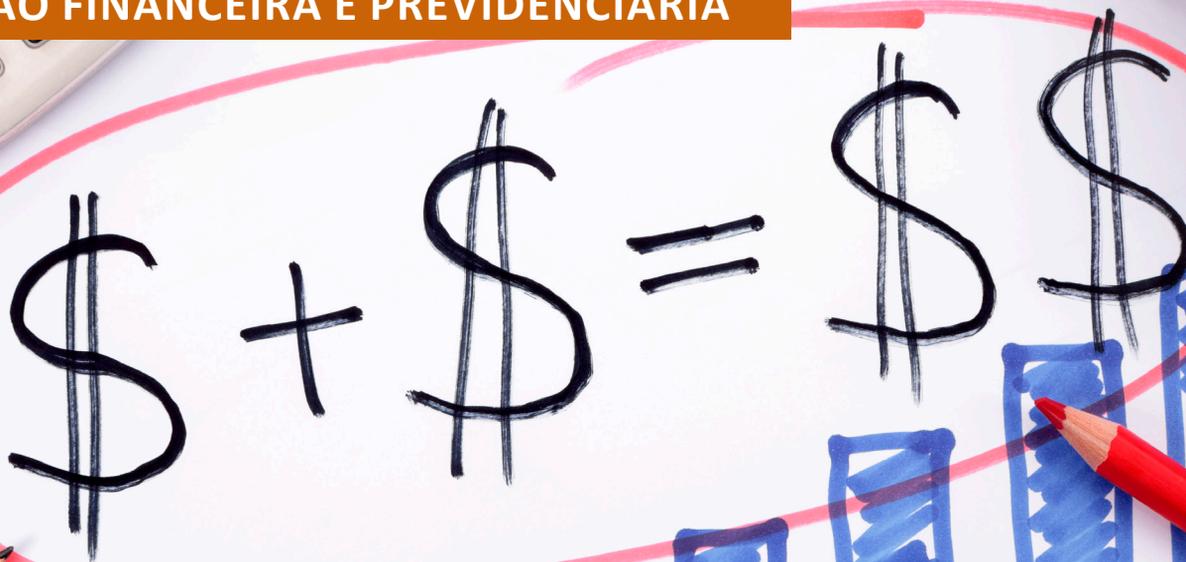
1º Trimestre 2023



**R\$ 64,03**  
BILHÕES



**0,8%**  
DO PIB  
NACIONAL



# Conhecimento é a base para fazer as melhores escolhas de investimentos

■ Não é incomum encontrar investidores que buscam uma fórmula infalível para alocar os recursos e fazer o dinheiro render. Porém, não existe um modo único para investir melhor. Em vez disso, é essencial focar em práticas voltadas ao aprendizado.

Por meio da educação financeira, pode-se atingir patamares mais interessantes de resultados de acordo com o perfil de investidor. Para tanto, é fundamental entender como o conhecimento impacta a realização dos investimentos e como desenvolvê-lo adequadamente.

A seguir, o Em Linha descortina o papel do conhecimento na tomada de decisão.

## POR QUE MUITOS INVESTIDORES NÃO TÊM SUCESSO COM SUAS ESTRATÉGIAS?

Muitas pessoas focam em replicar como outros investidores investem. Então, em vez de adotar uma forma de investir que seja adequada para a própria realidade, há um foco excessivo em copiar outros investidores. Muitos ainda tomam decisões por impulso. É o que ocorre quando se seleciona um investimento sem avaliar características como risco, liquidez ou potencial de ganhos, por exemplo.

Para este perfil de investidor há um risco maior de haver desalinhamento entre as expectativas e os resultados. Isso aumenta a probabilidade de frustração ao averiguar que os investimentos não apresentaram o desempenho esperado.

## POR QUE O CONHECIMENTO PODE AJUDAR A FAZER AS MELHORES ESCOLHAS?

A educação financeira é muito importante. Ao ampliar os conhecimentos sobre o mercado financeiro fica mais fácil avaliar os aspectos de uma estratégia, os resultados que ela pode oferecer e como se expor ao investir. Assim, é possível fazer escolhas de modo mais consciente e alinhado com as necessidades e projetos de vida.

O conhecimento também traz mais autoconfiança no momento de montar a carteira na hora de alocar. Ao

decidir de forma embasada surge mais confiança para manter o dinheiro investido ao longo do tempo.

É preciso buscar as fontes certas para desenvolver a educação financeira, buscando sempre opções confiáveis e seguras. A navegação no menu Educação Financeira e Previdenciária do site da Fundação é um bom começo. Nele há como se manter atualizado sobre diversos conceitos do mercado.

## O PODER MULTIPLICADOR DOS JUROS COMPOSTOS

Ao realizar o planejamento financeiro num horizonte de longo prazo é importante ter em mente o poder multiplicador dos juros compostos. Os juros compostos fornecem ganhos significativos no montante da futura aposentadoria. Isto porque a rentabilidade mensal é calculada sobre o capital investido so-

mado às remunerações dos juros obtidos de forma acumulada. Com o passar dos anos é perceptível o crescimento do saldo final que leva em consideração o valor investido acrescido dos juros que incidiram no período.

Saldo de R\$ 300.00,00 aos 50 anos de idade considerando uma rentabilidade de 3% a.a.



INICIANDO AOS  
**20 ANOS**

**R\$ 518**  
POUPANÇA MENSAL

**R\$ 186.480**  
CAPITAL INVESTIDO

**R\$ 113.520**  
RENTABILIDADE



INICIANDO AOS  
**30 ANOS**

**R\$ 917**  
POUPANÇA MENSAL

**R\$ 220.080**  
CAPITAL INVESTIDO

**R\$ 79.920**  
RENTABILIDADE



INICIANDO AOS  
**40 ANOS**

**R\$ 2.152**  
POUPANÇA MENSAL

**R\$ 258.240**  
CAPITAL INVESTIDO

**R\$ 41.760**  
RENTABILIDADE



*"Juros compostos são a oitava maravilha do mundo. Aquele que entende, ganha. Aquele que não entende, paga."*

*Albert Einstein*

# Maratonistas da ASASTEL

Os maratonistas da ASASTEL - Associação dos Participantes e Assistidos da TELOS fazem parte de um animado grupo que faz do esporte um hábito benéfico para a saúde. Afinal, correr ativa, de forma natural, hormônios que causam sensação de bem-estar, como a endorfina, a serotonina e a dopamina.

O grupo conhecido como **Maratonistas da ASASTEL** é composto por **14 integrantes**, que realizam exames periódicos para avaliar sua capacidade e aptidão à prática do esporte.

Criado em 16 de janeiro de 2002 por meio de iniciativa da associada Aliene Souto Quitete, os maratonistas fazem circuitos e corridas com distâncias de 5 e 10 quilômetros. Unidos, treinam sempre que possível para manter o ritmo. Os integrantes pertencem a diversas faixas etárias, correm



sempre uniformizados e são monitorados pela ASASTEL. Entre eles, ganha destaque Vitorino Alves Pinto, com 85 anos de idade e muita disposição.

A última corrida realizada pelos Maratonistas da ASASTEL foi a Maratona do Rio, em 10 e 11 de junho de 2023. Dela participaram 10 pessoas do grupo.

## OS ATUAIS MARATONISTAS

- » Adelir Rodrigues de Lemos
- » Carlos Cardoso da Costa
- » Dermeval Souza Costa
- » Gilberto Machado da Silva
- » Jorge Alves da Costa
- » José Maria Marçal de Oliveira
- » José Roberto Wanderley
- » Luiz Carlos Oliveira Cruz
- » Marcos Francisco do Nascimento
- » Marise Regina de Lima
- » Renato Vieira de Rezende
- » Valter Ferreira da Silva
- » Veronica Ribeiro Drummond
- » Victorino Alves Pinto

## AS PRÓXIMAS CORRIDAS PLANEJADAS:

MÊS	CIRCUITOS PLANEJADOS
Julho	8ª Corrida Venâncio
Agosto	Meia Maratona Internacional RJ – 5, 10 e 21 Km
Setembro	Corrida Solidária – Parque Madureira
Outubro	Corrida Rio Antigo – Etapa Cinelândia
Novembro	Corrida Venâncio pela Saúde
Dezembro	Corrida Rio Antigo – Etapa Porto Maravilha
Janeiro/2024	Corrida São Sebastião - 2024



## PRAZER, EU SOU A ASASTEL

A ASASTEL está fisicamente presente no Rio de Janeiro e possui Representações Regionais em **SP, MG, CE, DF, PA, ES, SC, RN, SE, AL, PR, MA e AM.**

Fundada em 1986, a ASASTEL tem a missão de **zelar, defender, apoiar e propiciar o melhor para os Associados.** Ao exercer seu papel, a associação realiza diversos programas que procuram propiciar o bem-estar físico e mental dos associados. Além de encontros comemorativos, realizados na sede e nas regionais; das aulas presenciais e virtuais; dos passeios locais e estaduais, a ASASTEL ainda promove palestras e campanhas com foco na saúde com a vacinação contra doenças.

**FAÇA AQUI A ADESÃO**



Associação dos Participantes e Assistidos da TELOS

**Se você tem ou teve vínculo empregatício com o Grupo CLARO/EMBRATEL\* ou TELOS, chegou a hora da gente se conhecer.**

Fazer parte da ASASTEL é ter a certeza de contar com uma associação que:

- Defende os interesses coletivos dos seus Associados junto à TELOS e Órgãos de Previdência Social;
- Presta orientação jurídica, fiscal e apoio na área de serviço social;
- Viabiliza programas de cuidado à saúde;
- Disponibiliza atividades como cursos de idiomas, aulas de pintura, coral etc.;
- Oferece diversas parcerias e convênios, principalmente nas áreas de lazer e bem-estar;
- Realiza palestras, cafés culturais, confraternizações, eventos e passeios.

ASASTEL NÃO é exclusiva para aposentados e pensionistas.

[www.asastel.org.br](http://www.asastel.org.br)

 @asastelassociacao

 /Asastel

Faça parte da ASASTEL! Associe-se já! Custa menos do que imagina.

PROTEÇÃO · EMPODERAMENTO · RESPEITO · ASSISTÊNCIA · DIREITOS · SAÚDE · ATIVIDADES · OFICINAS · EXPERIÊNCIAS · AUTONOMIA · RECIPROCIDADE · LAZER · COMPANHEIRISMO · DIVERSÃO · PROTEÇÃO · EMPODERAMENTO · RESPEITO · ASSISTÊNCIA · BEM-ESTAR · ATIVIDADES · OFICINAS · EXPERIÊNCIAS · AUTONOMIA · RECIPROCIDADE · BENEFÍCIOS · COMPANHEIRISMO · DIVERSÃO · PROTEÇÃO · EMPODERAMENTO ·

\*Exceto aquelas empresas que não são patrocinadoras da TELOS

## PESQUISA ASASTEL

A Associação dos Participantes e Assistidos da TELOS - ASASTEL está realizando uma pesquisa que visa identificar o conhecimento geral do seu papel junto aos **Participantes e Assistidos da TELOS**

**PARA PARTICIPAR** [CLIQUE AQUI](#)



# AMARELO é atenção para hepatites virais

Desde 2019, o Ministério da Saúde redobra esforços em julho para que as pessoas fiquem mais atentas à hepatites virais. Com o amarelo chamando a atenção, a campanha nacional busca reforçar ações de vigilância, prevenção e controle dessas doenças. E o Em Linha, com foco na saúde e bem-estar dos Participantes e Assistidos, traz o alerta da luta contra a doença.

Hepatites são inflamações no fígado, causadas por diferentes agentes – entre eles, vírus. Um dos maiores perigos para sua prevenção é a falta do diagnóstico e consequentemente o início tardio do tratamento.

Por vezes, a doença não apresenta sintomas, agindo silenciosamente, e por outras, provoca cansaço, febre, mal-estar, tontura, enjoo, vômitos, dor abdominal, pele e olhos amarelados, urina escura e fezes claras, que podem ser confundidos com sintomas de outros males.

O impacto dessas infecções acarreta, aproximadamente, 1,4 milhão de mortes por ano no mundo, seja por infecção aguda, câncer hepático ou cirrose associada às hepatites.

Os sintomas costumam aparecer de 15 a 50 dias após a infecção e, em geral, duram menos de dois meses. Após esse período, o organismo cria anticorpos que evitam nova infecção.



## OS TIPOS DE HEPATITES VIRAIS

As hepatites virais são de cinco tipos, descritos pelas primeiras letras do alfabeto: A, B, C, D e E. Segundo o Ministério da Saúde, elas são assim divididas:

Hepatite A	Tem o maior número de casos, está diretamente relacionada às condições de saneamento básico e de higiene. É uma infecção leve e se cura sozinha.
Hepatite B	É o segundo tipo com maior incidência; atinge maior proporção de transmissão por via sexual e contato sanguíneo.
Hepatite C	Tem como principal forma de transmissão o contato com sangue. É considerada a maior epidemia da humanidade hoje, cinco vezes superior à AIDS/HIV. A hepatite C é a principal causa de transplantes de fígado. A doença pode causar cirrose, câncer de fígado e morte.
Hepatite D	Causada pelo vírus da hepatite D (VHD) ocorre apenas em pacientes infectados pelo vírus da hepatite B. A vacinação contra a hepatite B também protege de uma infecção com a hepatite D.
Hepatite E	Causada pelo vírus da hepatite E (VHE) e transmitida por via digestiva (transmissão fecal-oral), provocando grandes epidemias em certas regiões – mas pouco presente no Brasil. A hepatite E não se torna crônica, porém, mulheres grávidas que forem infectadas podem apresentar formas mais graves da doença.

## PREVENÇÃO

O hábito de lavar as mãos com frequência, consumir água filtrada, cozinhar bem os alimentos e usar preservativos em todas as relações sexuais são medidas simples que protegem as pessoas da doença com relativa eficiência. Para os tipos A e a B da doença, a vacina é muito eficaz.

## TESTAGEM

Caso apresente algum sintoma, entre em contato com seu médico para mais orientações. A rede pública de saúde oferece testes grátis de hepatite viral.



# O RESPEITO é violeta

■ O Junho Violeta, criado com o intuito de conscientizar a população sobre a relevância de combater violências contra pessoas com mais de 60 anos, vai muito além de espalhar amor e empatia, sentimentos aos quais a cor remete. Tanto que o dia 15 de junho foi reconhecido pela Organização das Nações Unidas – ONU como **Dia Mundial de Conscientização da Violência Contra a Pessoa Idosa**.

A TELOS, focada na relevância da data, criou a campanha **RESPEITO É VIOLETA**, para chamar atenção para a importância de difundir a representação da cor violeta nos outros meses do ano. A campanha destaca que **os idosos precisam ter seus direitos respeitados, livres de preconceitos e ter qualidade de vida e bem-estar físico e emocional em qualquer circunstância**.

É obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do poder público assegurar à pessoa idosa o direito à vida, saúde, alimentação, educação, cultura, esporte, lazer, trabalho, cidadania, habitação, transporte, liberdade, dignidade, respeito e convivência familiar e comunitária.

De acordo com o [Estatuto da Pessoa Idosa](#), todas as pessoas devem proteger a dignidade da população com mais de 60 anos. Por essa razão, a legislação garante que nenhuma pessoa idosa pode sofrer qualquer tipo de negligência, discriminação, violência, crueldade ou opressão.

**Existem diversos tipos de violência:**



Abandono, quando a pessoa idosa é deixada pela família e amigos à sua própria sorte, mesmo quando precisa de ajuda – seja econômica ou afetivamente.



Violência física, quando é submetida a agressões corporais.



Violência psicológica, quando sofre discriminação, preconceito ou desprezo, entre outros tipos de ataques verbais ou comportamentais.



Violência patrimonial, quando os recursos ou patrimônio de uma pessoa idosa são utilizados sem seu consentimento.

**O RESPEITO É VIOLETA!**  
**Não hesite em agir nos casos de violação aos direitos da pessoa idosa. O descumprimento aos direitos será sempre punido segundo a lei.**

## CANAIS DE DENÚNCIA



**Disque 100** – vinculado ao Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania - MDHC. **O serviço funciona diariamente, 24h, inclusive nos finais de semana e feriados.** As denúncias são anônimas e podem ser feitas de todo o Brasil ligando diretamente, de forma gratuita, para o número 100.



(61) 99611-0100



Telegram, digitando na busca “DireitosHumanosBrasil”.



Aplicativo **Direitos Humanos Brasil**, no qual o cidadão com deficiência encontra recursos de acessibilidade para denunciar.

Desafio Educacional

Descubra a palavra certa

Á Â Ç R J J G D N J G F M À Z Á P Í H Ü L  
 Ã Z Õ T I Â Q Á C X À Ç O Â J A B C D D U  
 Ô Í Ó N O É E Z S Ê O Ç ã D T G Á A W G P  
 U Õ S J K I B Ú S Q P X Y R H L P Â C Q M  
 A N P Í ã R O F I Ó S Ô O P Ú O R F J H V  
 F B Í X É C Z P J O Ò C Á J R R U I E F A  
 Ó P Á N Í Ô H U U Ü I Q Â T V É M R R U H  
 Ü Õ Ü Q D E Â C Õ N A I E Ó D R P À À T É  
 W ã Ò Ô Õ Q Z H A R Ê S X S Ó Ô E Õ K Í H  
 S A Ú P I R X D A U G Í S Z V W X Â I Â Ç  
 C O U Ê Ò D O S Ô Z Ô Í A I A Ô Y Q Ô B O  
 Í O G Ü L R Q H Q Ü Õ Â X Ò S B R M À Ó Ú  
 ã Ú É A Í V Â L Õ Ó Â Í I Ê Q T Í R Q Õ G  
 W Ü R Ú F P H L D Ú Ú ã F Q Y À I V E W L  
 Á B Â Ô Ê Â W N Á A Ò W C Á X B R D Ò À Ò  
 Ú G F C X U J R U L M P G J X Í W M O À M  
 É O R G V Ó Z Ò Ü P L S ã Q H V Ó E K A Ó

1. APORTES; 2. PATROCINADOR; 3. ASSISTIDO; 4. FIXAS

As respostas do Desafio Educacional estão nos diversos conteúdos do site e são uma forma leve de se manter instruído sobre a TELOS e seus serviços. Para verificar os tópicos do programa de “Educação Financeira e Previdenciária” da Fundação, basta acessar a barra de menu horizontal do site que leva o mesmo nome.

1. Participantes e Assistidos na modalidade de Saque Programado podem realizar ... esporádicos para incrementar o Saldo de Contas no Plano TELOS Contribuição Variável I – PCV I.

2. A cessação da contribuição do ... ocorre na elegibilidade à Aposentadoria Normal no Plano TELOS Contribuição Variável I, que se dá aos 55 anos de idade e cinco anos de contribuição.

3. Definição dada ao aposentado ou pensionista em gozo de benefício de prestação continuada.

4. No orçamento familiar, existe um segmento de despesa considerado a base para a descoberta de desperdícios que comprometem o equilíbrio financeiro. Estas despesas são as ... ?

**Expediente**

**EM LINHA - Jornal da Telos**  
 Publicação Trimestral da TELOS -  
 Fundação Embratel de  
 Seguridade Social  
 ANO 18 - nº 70  
 Av. Pres. Vargas 290, 10º and.  
 Centro - Rio de Janeiro - RJ

**COORDENAÇÃO**

Thaís Mendonça  
*Gerente de Atuária e Relacionamento*

**JORNALISTA RESPONSÁVEL**

Andreia Van-Geem Adeodato  
 (Reg. 21437 MT-RJ)

**PRODUÇÃO EDITORIAL E WEBDESIGN**

CVDESIGN

**PRESIDENTE**

Roberto Durães de Pinho

**DIRETORA FINANCEIRA**

Andrea Morango Pittigliani

**DIRETOR DE SEGURIDADE**

Carlos Alberto Tavares de Almeida