

Visão APSEF

Edição Nº 20 - Janeiro de 2014

A revista que acompanha você



UM ANO PARA FICAR NA HISTÓRIA



**A CLASSE MÉDIA
PAGA A CONTA DAS
POLÍTICAS SOCIAIS**

**A CAPITAL DOS
MONUMENTOS AOS
OLHOS DO MUNDO**

**COPA DO MUNDO:
GASTOS DE MAIS E
POUCO RETORNO**

**MULHERES ESTÃO
SENDO TRAÍDAS
PELO CORAÇÃO**

NESTA EDIÇÃO



3

EDITORIAL

Por um Brasil melhor

4

ENTREVISTA

"A ilha da fantasia vai até 2017"

8

2014

Um ano enigmático e de inércia para o país

12

SERVIÇO PÚBLICO

Recomposição salarial cada vez mais distante do bolso dos aposentados e pensionistas da União

15

FIQUE LIGADO

Congresso Nacional - A eterna luta por justiça e novos direitos, onde idosos e aposentados têm pouca voz e vez!

16

ECONOMIA

A classe média vai ao inferno

20

POESIAS

22

LONGEVIDADE

Quinze coisas que seu médico não vai te contar

26

SAÚDE

Traídas pelo coração / Aparelhos que prejudicam o sono

32

LAZER

A capital dos monumentos

38

NOS EXTREMOS DA VIDA

Entre a infância e a velhice

40

COPA DE 2014

A frustração entra em campo

Uma publicação da



Associação Nacional dos Servidores Ativos, Aposentados e Pensionistas do Serviço Público Federal

Presidente
Maria Cecília Soares da Silva Landim

Vice-Presidente de Administração, Finanças e Patrimônio
Margarida Maria Gonzaga Pereira

Vice-Presidente de Assuntos Jurídicos
Priscila Maria Lima Hipólito

Ano 7 | Nº 20 | Janeiro de 2014

Vice-Presidente de Assuntos Assistenciais
Vera Regina da Silva Massena

Vice-Presidente de Assuntos Sócio-Culturais
Carmem Camilo

Conselho Fiscal
Arthur Oscar Franco de Sá

Maria Alves Figueiredo
Maria Eduvirgem Simas Pereira

Endereço:

SCN Qd. 02, Bloco D, Torre A,
Salas 912/917
Edifício Liberty Mall – Brasília/DF
CEP: 70712-903

Telefone:

(61)3037-9072 / 3034-3983

E-mail: presidencia@apsef.org.br

Sítio: www.apsef.org.br

Revista Visão APSEF

Diretor de redação
Francisco Amorim

Editor-chefe:

Washington Sidney

Editor de arte/finalização:

Elton Mark

Revisão: **Jane Rocha**

Conselho Editorial:

Maria Cecília Landim

Edson Teramatsu

Francisco Amorim

Washington Sidney

Luiz Soares

Impressão:

Qualitá Gráfica e Editora

Por um Brasil melhor

Sempre que um ano começa, somos tomados pela esperança de dias melhores. O que é natural. Mas 2014 será um ano para exercitarmos o realismo. E, sobretudo, para refletirmos sobre o que fizemos e o que deixamos de fazer, de projetarmos aquilo que está ao nosso alcance realizar. Uma série de dúvidas assalta os brasileiros. Que surpresas o ano novo nos trará? Que desafios haveremos de enfrentar? Da conquista da Copa à eleição presidencial, do controle da inflação – que ameaça ressurgir com toda força – à retomada do crescimento econômico, que caiu a níveis preocupantes, são muitas as angústias e expectativas. Afinal, todos sonham com mudanças que possam melhorar, sobretudo, o País e a vida dos cidadãos.

Sob outro prisma, contudo, justamente por 2014 ser ano eleitoral, não devemos esperar grandes mudanças na economia e nos rumos do país. Principalmente as pessoas de classe média, essa parcela da sociedade esquecida por um modelo econômico que, por um lado, beneficia os pobres com políticas de transferência de renda – o que é louvável –, mas, por outro, mantém os privilégios dos mais ricos. Tudo indica que, a exemplo de 2013, teremos um ano complicado. É hora, portanto, de fazermos ajustes em nossos orçamentos para tirar as finanças do vermelho. Evitar gastos desnecessários, fugir de dívidas e empréstimos será o mais prudente. Na coluna Seu Dinheiro, os leitores terão dicas de como planejar melhor suas despesas.

De fato, o momento não é de esperar ações do Estado, mas de fazermos nossa parte para melhorar a qualidade de nossas vidas. E nada como começar pelos cuidados com a saúde. Afinal, como diz o ditado, a saúde deve vir em primeiro lugar. Exercícios físicos e alimentação saudável são indispensáveis para manter o organismo saudável. Sobretudo o coração. Nos últimos tempos,

as doenças cardiovasculares têm acometido muitas mulheres. Alvo de intensas campanhas de prevenção do câncer de mama, elas pouco sabem dos cuidados que devem ter para evitar as doenças cardíacas. Por causa disso, os consultórios médicos e os hospitais andam lotados. Esse é um dos temas desta edição, que aborda ainda os danos causados à saúde pelos aparelhos eletroeletrônicos. Celulares, computadores e televisão são equipamentos que prejudicam a qualidade do sono, trazendo uma série de transtornos ao nosso bem-estar.

Com isso em mente, Visão APSEF conta mais uma vez com a colaboração do Dr. Antero Coelho Neto, que nos mostra os possíveis cenários de nossas vidas na idade avançada e destaca a necessidade de estabelecermos planos para uma vida duradoura e saudável. E o superintendente-editor da Editora Abril, Emiliano Urbim, oferece ainda 15 dicas de longevidade que os médicos não costumam mencionar. Atitudes que parecem simples, como o cultivo do otimismo e o hábito de usar o fio dental, mas que ajudam muito a prolongar a nossa existência.

O certo é que 2014 será um ano de muito torcida. E não apenas nas arquibancadas dos estádios que sediarão a Copa do Mundo. Mas de torcer, também, para que nossos políticos e governantes se conscientizem da necessidade de que sempre é tempo para a construção de uma sociedade cada vez mais justa, fraterna e solidária. Uma sociedade que aprenda a tolerar e aceitar as diferenças. E que respeite e ampare as pessoas com dificuldades de toda ordem, sobretudo a de locomoção, como os idosos e os portadores de necessidades especiais. Mais que doze meses de prosperidade, é assim que caminharemos para um Brasil melhor. Boa leitura!

Maria Cecília Soares Landim
Presidente da APSEF

“A ilha da fantasia vai até 2017”

Cientista político aposta na reeleição de Dilma em razão da situação econômica e da falta de discurso da oposição, mas alerta: a conta dos gastos com a Copa e da falta de investimentos em saúde, educação e segurança pública chegará em 2017 e será um baque para o país

► Maria Carla

Professor de Teoria Política do mestrado da Unieuro, Rodolfo Marcílio Teixeira faz um balanço da situação política e econômica do Brasil e avalia as possibilidades que se configuram com as eleições de 2014. Doutor em Sociologia Política, mestre em Ciência Política, graduado e licenciado em Ciências Sociais pela Universidade de Brasília (UnB), Teixeira não vê diferença entre as opções e os candidatos apresentados até agora e acredita na reeleição da presidenta Dilma Rousseff. Para ele, o eleitor ainda não consegue vislumbrar o voto de qualidade porque está fortemente preso ao “tradicional”. Se antes o voto era trocado por bens materiais, hoje é permutado por emprego e outros status, o que influi na qualidade do voto no Brasil.

Como o senhor vê o quadro político no Brasil?

RODOLFO TEIXEIRA – A primeira coisa que temos de analisar é que, no que diz respeito às questões da macroeconomia, não há diferença entre governo e oposição. Não existe projeto alternativo. PT e PSDB têm políticas macroeconômicas muito parecidas. Que é combate à inflação, utilizando, entre outros aspectos, taxas de juros. Assim, recompõe-se a renda do trabalhador com base em alguns dados que façam com que essa rentabilidade seja um pouco acima da inflação e se tem também combate à pobreza com programas sociais. Isso não mudou. O que mudou foi a quantidade de dinheiro inserida nos programas sociais.

Então, qual a diferença?

RT – É muito mais de problemas relacionados à gestão da coisa pública. Existe uma crítica de que o atual governo inflou a administração pública. Os gastos correntes e de custeio do Estado se elevaram drasticamente porque, como tem arrecadado cada vez mais, o governo entende que pode gastar mais com este custeio. Mas isso é somente uma questão administrativa. A gente vê que não existe muita diferença entre governo e oposição do

ponto de vista de como lidar com a economia. Esse é o principal problema que vejo na oposição. As pesquisas indicam insatisfação generalizada com o governo no que diz respeito à educação, saúde, segurança pública, mas isso não significa vontade do eleitorado de mudar quem está conduzindo a vida política nacional.

Por quê?

RT – Porque não percebe um projeto alternativo. O que está se delineando hoje é muito mais uma pressão para que a presidenta Dilma faça mudança na rota dela do que uma mudança de quem está na Presidência. É por isso que, apesar das manifestações de junho do ano passado, Dilma tem conseguido recuperar aquela margem que tinha de aceitabilidade. Assim, o primeiro aspecto

é o tema da macroeconomia, em que não há diferença entre os candidatos; o segundo é o que de fato o eleitor quer de mudança e a impressão de que essa mudança não virá por meio de um candidato específico, mas por uma mudança de atitude.

“ A classe média hoje não consegue reverter um quadro eleitoral. Até porque está dividida ”

Então seria meramente por uma questão de segurança?

RT – Também. Mas aí a gente tem de perceber por que é que ela consegue ter essa margem tão elevada de aceitabilidade. Em primeiro lugar, os programas sociais têm funcionado. A avaliação é de que 20 milhões de pessoas saíram de situação de pobreza nesse período. O número de famílias beneficiadas ao final do governo dela poderá ser de dois milhões. É um grande contingente populacional que vota. Assim, há uma combinação de desemprego numa taxa em 5% e inflação na meta do governo – e desemprego e inflação são o que mais afeta o trabalhador. Em terceiro lugar, a taxa de juros, a qual não afeta tanto a classe trabalhadora. E o governo consegue manter a taxa de juros e a inflação num patamar aceitável e o desemprego nesse patamar de dezembro, que foi histórico no Brasil: 4,6%. Isso, combinado com os programas sociais, dá uma plataforma muito sólida para a presidenta obter a reeleição.

Há outros fatores. O PIB cada vez menor, o país com nota baixa nas agências de risco...

RT – Será que o tamanho do PIB afeta uma pessoa que mora numa região pobre de Recife? O PIB ser de 4% ou de 2% não afeta as classes D e E.

Mas afeta a classe média.

RT – Afeta a classe média. A questão é: a classe média hoje não consegue reverter um quadro eleitoral. Até porque está dividida. Existe um enorme contingente da classe média que está no serviço público e tem interesse, por exemplo, em que essa política de ampliação do Estado continue. Pessoas que estão estudando todo dia para concurso público.

Mas isso pode inviabilizar o Estado...

RT – Certamente. Todavia, as pessoas tendem a pensar muito mais no curto do que no longo prazo. Boa parte do eleitorado quer a carreira pública e quer votar no candidato que amplie o Estado para ter mais chances de ingressar nos serviços públicos. Se Dilma dá esta ideia de que quer ampliar o Estado – e só para este ano 46 mil vagas serão abertas –, a pessoa tende a votar nesse candidato. O candidato que vier com a noção de Estado mínimo, enxugar, perde. Aécio Neves, quando discursa, nunca diz “enxugar o Estado”. Ele diz “enxugar as contas públicas”. Aí se pode cortar em vários aspectos, como o número de viagens internacionais, gastos com hotéis, número de ministérios, mas ele não fala algo como o Collor, que chamava o servidor público de “marajá” e o convidava a sair do serviço público por vários programas.

Então a economia define tudo?

RT – É. Todavia, tem-se que analisar o quanto a economia vai mal para quem e a economia vai mal como. Para o eleitor comum, se a nossa balança de importação-exportação vai mal, ele vai sentir isso só no médio e longo prazo. Isso não define como a pessoa vota.

O que define a política brasileira é a qualidade do voto?

RT – Sim. Nós, eleitores, temos de chamar para nós



Divulgação

mesmos a responsabilidade. Estava lendo hoje num jornal uma matéria que dizia que mais de 80% das pessoas que estão trabalhando na administração pública das administrações regionais são comissionadas, não são concursadas. Assim, o que acontece? É muito comum o eleitor pensar em votar em alguém porque consegue um cargo em algum órgão público, porque consegue alguma benesse. Com essa prática, alimentamos esse comportamento.

Quer dizer, continua a venda de votos em todo canto do país.

RT – Sim. Tanto é que a gente percebe claramente que o nível das eleições tem permanecido baixo. Apesar de a gente ter cada vez mais experiência com democracia, a gente percebe que a discussão não está na economia.

Por que a discussão não está na economia?

RT – Porque os próprios candidatos sabem que não podem mudar muito. Entra ano e sai ano, quem é que elege presidente e a maior parte do Congresso Nacional? As empreiteiras, bancos, ruralistas.

E está cada vez maior a representatividade deles no Congresso.

RT – Não só a representatividade deles, mas também o poder que essas instituições têm sobre os seus candidatos, sobre seus eleitos.

Essa situação pode levar a gente aonde?

RT – No médio prazo o Brasil vai avançar, porém a passos mais curtos do que outros países têm avançado. A Coreia do Sul, por exemplo, há 40 anos estava numa situação muito pior que a nossa. Mas investiu pesadamente na educação, fez mudanças estruturais, focou o desenvolvimento em ciência e tecnologia. A gente resolveu focar em quê? Em agricultura como produto exportador. E para se ter muito valor nisso tem de investir muito, mas o retorno não é na mesma proporção dos produtos de tecnologia. De que adianta para o Brasil vender uma enormidade de café se o café chega na Itália, lá é industrializado, empacotado e volta como produto tipo Segafredo Zanetti, que é italiano? A gente compra de volta o produto que vende.

Com base em todo esse quadro, como é que o senhor vê o quadro eleitoral para 2014?

RT – Retirando os fatores externos, se acontecer algo de gravidade que mude muito a rota da economia por agora, esse patamar medíocre em que a gente está, com esse crescimento de um vírgula alguma coisa por cento, com essa inflação que está no limite, com esse gasto com a educação baixíssimo, o eleitor tende a votar naquilo que já conhece, que ele está satisfeito com o que está vendo agora, apesar dos pesares.

Mas nesse quadro que você mostrou – com esse discurso igual dos políticos – qual o custo disso? No mínimo houve uma crise de crença nos partidos políticos, não?

RT – Sim, mas o que acontece é que nenhum dos políticos conseguiu pegar para si a liderança deste movimento que ocorreu no ano passado. Nenhum conseguiu capitanear o discurso e quem esteve mais próximo disso foi a Marina, mas, na medida em que entrou no partido do

Eduardo Campos, parte significativa do eleitorado dela ficou desgostosa. Concluiu que ela estava se associando à velha política. Ao neto do Miguel Arraes, governador de Pernambuco, que tem ligação com o PT, mas, ao mesmo tempo, tem ligações com o PSDB.

Diante disso, o que poderá acontecer?

RT – Acredito que ela vai transferir votos para Eduardo Campos, mas não o suficiente para ter segundo turno. A Dilma pode ganhar no primeiro turno, mas é bom tomar cuidado com cientista político, porque ele tenta ser um pouco assim de querer prever as coisas e, na verdade, a gente só pode discutir o cenário atual. E no cenário atual, da forma como a economia brasileira está hoje, não há razão para crermos que a Dilma não se reelege.

Todavia, há uma insatisfação com a realização da Copa no Brasil. Os gastos são imensos em comparação com o que temos de investimentos em direitos sociais.

RT – Realmente, são gastos exorbitantes. Nem se compara com a Alemanha, por exemplo, ou com o Japão, a Coreia. O estádio lá custou um quarto do que os estádios

aqui têm custado. Assim, essa situação de ilha da fantasia vai até 2017, que aí acabam a Copa e as Olimpíadas e os gastos públicos que hoje estão ajudando a diminuir o desemprego. Em 17 virão os custos disto. E aí a gente não terá nenhum evento para dar suporte. Basta analisar o que aconteceu com Portugal, a Grécia, a Espanha, que tiveram eventos importantes em algum momento e gastaram mais do que deviam com esses eventos. A Grécia, sobretudo. E aí essa conta veio. Ela não vem imediatamente. Ela vem no longo e no médio prazo e é aí que a gente tem o baque. Acredito que lá para 2017 e 2018 teremos uma noção clara dessa conta a ser paga.

Será que somente nesse período aparecerá um novo discurso no Brasil?

RT – Aí fica para 2018. Afinal, para a política, seis meses é uma eternidade. ■

“ Da forma como a economia brasileira está, hoje, não há razão para crermos que a Dilma não se reelege. ”



Um ano enigmático e de inércia para o país

Economista acha que Brasil só precisa de alguns ajustes. E não acredita que essas mudanças ocorrerão em um período de eleições. Mas há quem preveja um cenário desfavorável, com queda do crescimento, aumento da inflação e a vulnerabilidade do país às turbulências na economia mundial

► Carla Lisboa

O desempenho da economia global deverá melhorar neste ano de 2014, com uma mudança positiva nos principais indicadores. Mas ninguém se iluda: a bonanza não chegará ao bolso e à qualidade de vida dos brasileiros. Essa é a expectativa dos analistas econômicos e políticos. Isso porque o Brasil não poderá se dar o luxo de promover mudanças significativas nos principais pressupostos da economia. Para ser mais preciso: o ano é eleitoral e qualquer movimento brusco tende a provocar surpresas capazes de abalar a situação de quem está no comando do país.

Assim, ao contrário do resto do mundo, que só precisa de uma calibragem adequada nas respostas a certos desafios que estarão postos diante dos formuladores de políticas econômicas em cada um desses múltiplos polos para a economia tomar impulso, o Brasil terá de esperar até 2015 para mexer em áreas que estão desgastadas, estagnadas ou em declínio. Mudanças bruscas são sinônimo de traumas. E situações traumáticas ameaçam o status quo. Melhor, portanto, o governo agir com cautela.

Apesar dos problemas que o nosso país enfrenta, como redução drástica do Produto Interno Bruto (PIB), apreensão com relação ao aumento do custo de vida e desconfiança dos investidores, o Brasil vive uma situação relativamente boa, comparada com a de alguns países em crise da Europa, como Grécia e Espanha, e da América Latina, como Venezuela e Argentina, que enfrentam uma inflação na casa dos dois dígitos ao ano. Aqui, a inflação está em 4,5% a 5%. Essa é a avaliação do professor Carlos Alberto Ramos, do Departamento de Economia da Universidade de Brasília (UnB).

“Pode-se dizer que o Brasil vive hoje o pleno emprego e se, por um lado, não pode fazer arranjos na economia para corrigir alguns problemas – porque em ano eleitoral tudo fica suspenso –, por outro lado, a economia vai bem. Realmente, a política econômica estará pautada pelo processo eleitoral, ou seja, não haverá um ajuste fiscal muito grande, não terá muita redução, o governo terá de tratar para que a inflação



engenhariae.com.br

Pesquisas do IBGE revelam um aumento do nível de emprego e dos salários

não aumente, mas também não vai fazer muita coisa porque isso pode provocar alguma questão que traga custo nas eleições. Não concordo com essa avaliação pessimista que está sendo veiculada na imprensa”, afirma Carlos Alberto Ramos.

O professor calcula que o crescimento do Brasil neste ano de 2014 será próximo de 2% a 3% – “que é um crescimento muito bom”, assegura. Porém, observa que esse crescimento será baixo em comparação com o de outros países emergentes. E até mesmo qualquer processo de ajuste para acelerar a taxa de crescimento só deverá ocorrer em 2015. Para ele, 2014 será um ano de inércia em termos econômicos.

RELATÓRIO

A análise do economista corresponde às avaliações das agências de fomento da Organização das Nações Unidas (ONU), as quais, no relatório intitulado Situação e perspectivas da economia mundial 2014, divulgado nos primeiros dias de janeiro, contabilizam um crescimento para a América Latina e o Caribe na casa dos 3,6% neste ano, impulsionado principalmente pelo aumento da demanda doméstica, embora esses países continuem vulneráveis a possíveis turbulências na economia mundial.

O documento da ONU aponta que os sintomas de melhoria da economia da região serão notados mais



Os combustíveis ditam a inflação: quando sobem de preço, tudo sofre reajuste

fortemente em 2015, para quando está previsto um crescimento de 4,1%. É que vários países da América Latina também enfrentam ano eleitoral. O relatório revelou que, com um crescimento médio de 3,2%, a recuperação econômica de 2013 foi desigual no continente e destacou acima da média Argentina e Brasil pelo fortalecimento da demanda interna e por mudanças nas políticas macroeconômicas.

Com base nesse quadro, o economista Carlos Alberto Ramos discorda do discurso reproduzido pela imprensa de que a classe média vive um forte arrocho e perdas do poder aquisitivo, pois a inflação, segundo ele, está controlada. “Tudo bem que ela está acima da meta de 4,5%, mas também não é uma inflação de mais de 20% ao ano, como ocorre atualmente em outros países”.

Pesquisas do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) revelam que estão aumentando os salários e os níveis de emprego. Ou seja, há um crescimento do poder aquisitivo concomitante com o crescimento do emprego. “Esse poder aquisitivo não foi tão grande como nos anos 2004 e 2005, mas há um crescimento, tanto que o comércio apresenta também taxa de crescimento muito grande. Ou seja, há um aumento do poder de compra do salário real”, afirma o professor da UnB.

Ele destaca que o Brasil contabiliza uma taxa de desemprego muito baixa e vive uma situação de quase pleno emprego. Ele aconselha: “Diante desse quadro, não há o que inventar: o Brasil não está numa situação pessimista. Nada indica isso. Há um crescimento modesto de emprego, mas há o crescimento. A inflação está baixa e o poder de compra continua aumentando. Sobre a popularidade do governo, basta ver as pesquisas de opinião. Elas mostram que está muito alta justamente porque, não obstante o Brasil ter um PIB que não cresceu muito, em termos de renda e de emprego há indicadores muitos bons”.

O professor também contesta a afirmação de que a inflação está alta. Ele diz que a preocupação do governo, agora, deverá estar centrada no setor externo. O país, segundo ele, está precisando de poupança externa, porque há um déficit em conta corrente, uma vez que a economia mundial em crise impõe algumas restrições. Todavia, ressalta, qualquer tipo de ajuste nesse sentido será para 2015. “Ninguém vai mexer na economia este ano para não prejudicar as eleições”, assegura.

Apesar da visão otimista do professor Carlos Alberto Ramos, o cenário econômico para 2014 pode não ser tão favorável. Economistas de instituições financeiras elevaram a projeção para a Selic neste ano a 10,75% após o Banco Central ter mantido o ritmo de aperto monetário, ao mesmo tempo em que voltaram a prever crescimento de 2% em 2014. A perspectiva para a inflação nos próximos 12 meses, por sua vez, subiu para 6,05%. No final de 2013, a inflação surpreendeu ao não dar sinais de desaceleração, o que pode pressionar ainda mais a atual política monetária. Em dezembro, por exemplo, o IPCA-15, prévia da inflação oficial do país, surpreendeu ao acelerar a alta mensal a 0,75%, fechando o ano em 5,85%.

Carlos Alberto Ramos diz que, para o país crescer, precisa materializar investimentos em setores estratégicos, que estão baixos. “O país não pode crescer mais do que 2%, 3%, porque os investimentos são muito baixos. Para crescer, terá de investir em estradas,

ferrovias, portos, porque há um gargalo muito grande nesse tipo de investimento”, explica. “O problema do Brasil nos últimos anos é que o crescimento está sendo puxado pelo consumo e não impulsionado pelo aumento dos investimentos”, lamenta.

No setor externo, a constatação é de que o país não está bem. “Embora não seja algo trágico, está com déficit em conta corrente e existe esse processo de o setor industrial não estar exportando muitas commodities, produtos primários, sem valor agregado, mas também é uma coisa que não significa uma crise aguda. Se não tivesse crise na economia mundial, esse tipo de situação poderia ser resolvida com ajustes em 2015”. Ou seja, trata-se de processos mais estruturais

e conjunturais. E mudar essa situação leva anos, não é de um momento para outro. Nem no ano que vem essa situação vai mudar muito.

Quanto à Copa do Mundo, há muita polêmica se ela terá impacto na economia por ser um evento importante. Em termos de marketing, terá impacto em algumas cidades, como Rio e São Paulo, mas o Brasil é muito grande. Em muitos locais a Copa não vai repercutir. Já o PIB, sim, é sentido por todas as classes sociais, porque representa geração de emprego. “Quando se diz que o PIB vai crescer é porque haverá geração de emprego. O PIB é importante, porque sem ele não se aumenta empregos e nem salários”, explica Carlos Alberto Ramos. ■

NA POLÍTICA, A PREVISÃO DE UM JOGO DURO

Se no Brasil a economia funcionará em banho-maria, na política a situação não será diferente. “Em ano eleitoral, tudo fica complicado, porque tudo repercute para o mal e para o bem: positivo ou negativo”, observa o senador Paulo Paim. “É um ano em que, infelizmente, acaba não se tomando decisões de grande impacto. Não acredito que tenhamos grandes decisões, grandes votações no Congresso, principalmente de iniciativas em favor da classe média”, avalia.

Nas ruas, contudo, a temperatura anda alta e a realidade poderá ser outra. A expectativa de muitos analistas é de que a Copa do Mundo possa ensejar mais protestos populares, tendo em vista que o evento acontece pouco antes das eleições. Além disso, não se descarta o aparecimento de mais escândalos envolvendo políticos. Por ser ano de eleições, é natural o aparecimento de denúncias, ampliando o cabedal de corrupção na esfera política. Provavelmente novos escândalos serão descobertos, o que pode acirrar a animosidade da sociedade contra os políticos e governantes.

Apesar do favoritismo da presidenta Dilma Rousseff, não se pode dizer que a reeleição está garantida. São muitos os fatores que poderão influenciar no resultado das urnas. Há uma percepção de descontrole da economia. E o que decidirá os rumos políticos será, certamente, a inflação. As centelhas da carestia tanto podem se apagar, gradativamente, como se tornar um incêndio. E o governo anda jogando lenha nessa fogueira com a elevação dos preços dos combustíveis. Aumento de combustível significa reajuste nos preços de produtos e serviços e, como consequência, mais inflação.

De todo modo, uma coisa é certa: ao contrário das últimas cinco eleições presidenciais, a disputa pelo Palácio do Planalto não será polarizada entre PT e PSDB. Foi isso que previram cientistas políticos presentes ao debate sobre o cenário da política nacional realizado em outubro no Auditório Padre Anchieta da PUC-Rio. Os palestrantes destacaram o favoritismo da presidente Dilma Rousseff na disputa presidencial e se dividiram sobre os impactos das manifestações de junho nas eleições.



Recomposição salarial cada vez mais distante do bolso dos aposentados e pensionistas da União

Ainda no contexto das disposições contidas nas Leis 12.772, 12.775 e 12.778/2012, que promoveu um reajuste salarial, abaixo da inflação, dos servidores do Poder Executivo, de forma parcelada e cuja segunda parcela está sendo paga em janeiro de 2014, não tivemos, em 2013, nenhum avanço no campo da política de Recursos Humanos que sinalizasse qualquer expectativa de melhoria salarial.

O orçamento para 2014, como já noticiado na Edição 19, fez constar apenas a previsão orçamentária para o pagamento da 2ª parcela do reajuste de 15%. Mas, em se tratando dos servidores aposentados, o percentual não passa de 1%, visto que o reajuste somente incidiu sobre o valor da parcela relativa à gratificação de desempenho da respectiva carreira.

Assim, enquanto aumenta a expectativa de vida, o governo, de forma artilosa e desumana, implanta medidas que deterioram, a cada ano, o poder aquisitivo dos servidores, principalmente dos aposentados e pensionistas, pois já consolidou a decisão de não fazer cumprir o art. 37, inciso X, da Constituição Federal.

É bom lembrar que os aposentados e pensionistas sob as regras estabelecidas na Reforma da Previdência, aprovada pela EC nº 41/2003, estão tendo, pelo menos, a segurança da garantia do reajuste anual, em janeiro de cada ano, no mesmo índice aplicado aos benefícios do Regime Geral da Previdência Social (em 01/2014, o reajuste automático foi de 5,56% sobre o total dos proventos e pensões).

Enquanto isso, os mais antigos aposentados, com base nas Leis 1.711/52 e 8.112/90, estão à mercê do poder discricionário da Administração, visto que, ao conceder “reajuste dos proventos e pensões”, não assegura preservar-lhes, em caráter permanente, o valor real, na forma preconizada no art. 40, § 8º, da Constituição Federal.

ESTATUTO DO IDOSO

Transformado em lei projeto que tramitava no Congresso Nacional, desde 2012, o qual acrescenta dois parágrafos ao art. 15 da Lei nº 10.741/2003, eliminando a exigência de comparecimento de idosos enfermos a órgãos públicos

Após quase dois anos de discussão no Congresso Nacional, o PLC nº 45/2012 finalmente foi transformado na Lei nº 12.896, de 18/12/2013, que extingue as travas da burocracia nacional, pondo fim à exigência do comparecimento de idoso enfermo perante órgãos públicos.

Quando se tratar de interesse do poder público, o contato necessário será feito com o idoso em sua residência e no caso de interesse do próprio idoso, este se fará representar por procurador legalmente constituído.

Assegura, ainda, o novo diploma legal, o atendimento domiciliar do idoso enfermo para expedição de laudo de saúde necessário ao exercício de seus direitos sociais e de isenção tributária.

AÇÕES JUDICIAIS – PERSPECTIVAS DE TRAMITAÇÃO EM 2014

Ações da GDATA

Conforme temos noticiado, ingressamos com diversas Ações Judiciais da GDATA junto à Justiça Federal buscando a igualdade de tratamento dado ao valor pago aos servidores em atividade, as quais, em 2014, terão diversas etapas de tramitação, sendo que:

a) aguardando julgamento de recursos apresentados junto ao TRF da 1ª Região

- Processo nº 2002.34.00.023951-0 (Numeração única: 23895-39.2002.4.01.3400), embora tenha sido julgado procedente na 1ª Instância;
- Processo nº 2002.34.00.033452-3 (Numeração única: 33387-55.2002.4.01.3400) abrangendo a União e a FUNASA

b) iniciada a fase de execução com vistas ao pagamento dos valores devidos, com o recebimento das procurações e declarações em dezembro de 2013 e janeiro de 2014, com vistas à elaboração dos cálculos e pedido de autuação dos processos de execução, por grupos de 50 filiados.

- Processo nº 2002.34.00.028441-2, abrangendo União e FUNASA;
- Processo nº 2003.34.00.027405-9, abrangendo a União e a FUNASA, que contempla também a GDASST.

c) aguardando a liberação do pagamento dos valores devidos, relativamente a 60 grupos com um total de 1.500 associados.

- Processo nº 2004.34.00.29140-1 – Dos 67 grupos formados, foram pagos cinco grupos em 2013 e dois grupos em janeiro de 2014, aguardando-se a liberação no decorrer de 2014 dos 60 grupos restantes, dos quais a maioria depende do julgamento de embargos apresentados pela União.

DEMAIS GRATIFICAÇÕES DE DESEMPENHO – Julgadas procedentes as Ações Judiciais, em 1ª instância, mas aguardam o desfecho dos Recursos de Apelação apresentados pela União.

Esperamos que em 2014 haja celeridade no julgamento pelo TRF da 1ª Região relativamente aos Recursos de Apelação que se encontram naquele Tribunal Superior, conforme a seguir indicados:

- **GDASST/FUNASA** - Processo nº 2007.34.00.043726-2 (Numeração única: Processo nº 43440-22.2007.4.01.3400), obtendo, em 05/10/2010, sentença parcialmente favorável na 1ª Instância, aguarda julgamento, pelo TRF da 1ª Região, dos Recursos de Apelação apresentados pela APSEF e pela FUNASA, desde 25/11/2011.
- **GDPGTAS/UNIÃO** - 1º Grupo – Processo nº 2007.34.00.026472-0 (Numeração única: Processo nº 26348-31.2007.4.01.3400), julgado procedente, em 25/09/2008, na 1ª Instância, obteve provimento da Apelação apresentada, conforme Acórdão publicado em 16/09/2013, devendo, em 2014, ser dado início à fase de execução com vistas ao pagamento dos valores devidos.

- **GDPGTAS/UNIÃO** - 2º Grupo - Processo nº 2007.34.00.043578-0 (Numeração única: Processo nº 43296-48.2007.4.01.3400), sentença proferida, em 30/08/2010, deu provimento ao pedido, com limitação do pólo ao Distrito Federal, aguardando-se o julgamento do Recurso de Apelação apresentado pela APSEF ao TRF da 1ª Região, desde novembro/2010.
- **GDPST/UNIÃO** - Processo nº 2009.34.00.024146-7 (Numeração única: Processo nº 23990-25.2009.4.01.3400), julgado parcialmente procedente, em 23/04/2010, perante o TRF da 1ª Região, onde aguarda julgamento, desde 29/09/2013.
- **GDPGE/UNIÃO** - Processo nº 2009.34.00.023056-7 - Julgado procedente na 1ª Instância, em 20/09/2010, encontra-se no TRF da 1ª Região aguardando julgamento do Recurso de Apelação interposto pela União, desde fevereiro/2011.
- **GDASS/INSS** - Proc. 2007.34.00.044617-2 (Numeração única: Processo nº 44282-02.2007.4.01.3400), houve decisão de 1ª instância, determinando que o pólo ativo do processo estivesse limitado aos associados residentes no Distrito Federal, tendo a APSEF interposto Recurso de Apelação perante o TRF da 1ª Região, estando os autos aguardando julgamento, desde outubro/2009.

AÇÃO DOS 3,17%

PROCESSO Nº 1997.34.00.025410-7

Embora tenha sido uma das ações que mais demorou a ser executada, em face de a União ter se recusado a apresentar, durante oito anos, qualquer proposta a respeito dos valores elaborados pela APSEF, finalmente, em 2013, nossa entidade conseguiu a liberação, pela Justiça Federal, de valores parciais (incontroversos) reconhecidos expressamente pela União, tendo sido pagos nove processos.

Em 2014, há previsão do pagamento de dois já liberados (Proc. 2005.34.00.006030-0 e 2005.34.00.006036-1) em janeiro e fevereiro, respectivamente, aguardando-se a liberação dos cinco processos restantes no decorrer do ano.



Divulgação STF

MANDADO DE INJUNÇÃO Nº 5094 AJUIZADO EM 09/10/2012 NO SUPREMO TRIBUNAL FEDERAL

Com o objetivo de garantir, judicialmente, a “*Revisão geral anual para os servidores públicos federais*”, nos termos previstos no art. 37, inciso X, da Constituição Federal, ingressamos com o Mandado de Injunção nº 5094, pleiteando seja reconhecida a mora do Poder Executivo em revisar a remuneração dos filiados à APSEF e, suprida a omissão, determinada a imediata implantação das revisões remuneratórias não concedidas.

Foi solicitada preferência ao ministro relator para o qual foi distribuído o mandado, bem como a possibilidade de julgamento pelo Colegiado, ocasião em que o mesmo foi informado de que a Procuradoria-Geral da República (PGR) emitiu parecer favorável ao pedido da APSEF.

A pedido do ministro relator, foi juntada ao processo, em 18/09/2013, cópia do parecer favorável da PGR, que corresponde ao entendimento mais atualizado daquele órgão sobre a revisão geral anual.

Nossa expectativa é de que o pleito venha a ser julgado favoravelmente em 2014. ■

Congresso Nacional - A eterna luta por justiça e novos direitos, onde idosos e aposentados têm pouca voz e vez!

1) PEC 555/2006

Objeto: Eliminação da injusta contribuição de 11% (onze por cento) incidente sobre o teto da Previdência Social, relativa ao Plano de Seguridade Social, dos proventos dos servidores públicos aposentados (Contribuição de Inativos), alterando a Constituição Federal de 1988.

Situação atual: O ano de 2013 foi marcado por relevantes episódios ocorridos no país, destacando-se, dentre eles, a grande mobilização dos aposentados e pensionistas, em 20 de março de 2013, junto à Câmara dos Deputados com o objetivo de sensibilizar os parlamentares para incluir na Pauta de Votação a PEC 555, apresentada em 22/06/2006.

No decorrer do ano, apesar de incessantes pedidos dos aposentados e seus representantes, bem como de inúmeros requerimentos da maioria dos deputados ao presidente da Câmara, este se manteve insensível aos apelos, preferindo atender aos interesses partidários e à orientação do governo, que não aceita a eliminação da contribuição, até porque foi aprovada no primeiro ano do governo petista – dezembro de 2003 – e os valores sugados dos proventos e pensões são aplicados nos programas sociais, de grande apelo popular.

Como 2014 é ano eleitoral, com pressão por votos, talvez a PEC possa ser incluída na pauta de votação!

2) PL 3575/2012

Objeto: Altera a redação dos arts. 3º, 15 e 71 da Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003, que “dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências”, a fim de estabelecer a prioridade especial das pessoas maiores de 80 (oitenta) anos, dando a essa população prioridade total nos serviços de saúde, tramitação de processos e em todos os direitos.

Situação atual: Em 30/10/2013 foi aprovado, por unanimidade, o projeto e encaminhado à Comissão de Constituição, Justiça e Cidadania (CCJC), para exame da sua constitucionalidade.

3) PL 7172/2010

Objeto: Reduz para 60 (sessenta) anos a idade mínima do beneficiário da parcela isenta do imposto de renda incidente sobre rendimentos pagos pela previdência social.

Situação atual: Finalmente, após três anos, foi aprovado o substitutivo do PL, apresentado pelo relator, deputado Mauro Benevides (PMDB-CE), com a expectativa de votação em 2014.

4) PLS 224/2004

Objeto: Altera a Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003, que dispõe sobre o Estatuto do Idoso, para acrescentar dispositivos ao art. 39 e dá nova redação ao caput do art. 40, que tratam da gratuidade no transporte coletivo.

Situação atual: Votado e aprovado o Projeto pela Comissão de Assuntos Econômicos (CAE), em 01/10/2013, e enviado à Comissão de Constituição, Justiça e Cidadania (CCJC), onde aguarda a designação do Relator.



ATENÇÃO CARO ASSOCIADO:

FAÇA SEU RECADASTRAMENTO OBRIGATÓRIO ANUAL, NO MÊS DE SEU ANIVERSÁRIO JUNTO AO BANCO DO BRASIL OU CAIXA ECONÔMICA E EVITE A SUSPENSÃO DO PAGAMENTO DE SEUS PROVENTOS OU PENSÕES!

A classe média vai ao inferno

Enquanto os pobres são beneficiados pelas políticas de transferência de renda, a classe média paga o preço do assistencialismo e da má gestão pública com a perda do poder aquisitivo

► Carla Lisboa



A comerciante e dona de casa Milena Hirle, 29 anos, pelega há dois anos para ajustar as contas e retomar o padrão de vida que tinha no início da década de 2000. Proprietária de uma loja de objetos e roupas para fitness e festas, Milena experimentou uma grande redução no consumo em sua loja em 2013, ano em que abriu o estabelecimento. “Houve uma queda crescente nas vendas de lá para cá. A minha sorte foi uma saída razoável das roupas de festa no fim do ano. Espero que em 2014 tudo isso melhore”, lamenta.

Milena formalizou a loja em novembro, mas vendia os produtos informalmente desde janeiro. Atua no comércio há 12 anos e passou por vários ramos – desde a venda de carros e cartão de crédito até celular, bebida e comida. Ela percebeu o declínio do poder aquisitivo da classe média quando vendia seguro de viagens. Com a queda do consumo desse tipo de produto, ela teve de trocar de atividade.

A dona de casa Arlene Daher, 58, também se resente de uma queda no poder aquisitivo de sua família. Casada com um servidor público federal aposentado e com dois filhos recém-concursados em empresa pública, ela diz que o projeto de entrar na melhor idade com mais viagens e menos estresse não pôde ser materializado. “O salário dele não dá mais para financiar nossos projetos e nossas despesas. É cardíaco e boa parte do dinheiro vai para os remédios. Não houve reajustes salariais significativos para os aposentados.



Divulgação

Com a perda de poder aquisitivo da família, Arlete teve de cortar as viagens

Continuamos com esses projetos. Todavia, diminuimos o número de viagens”.

Arlene vai além: diz que a qualidade de vida no Distrito Federal caiu vertiginosamente desde 1989, quando foi adotada a política de atração de migrantes de todo o país e de construção de muitos bairros e prédios para alocar a população que chegava. E continua caindo com o arrocho da classe média. “Brasília está ficando insuportável. Até o clima da cidade, que era de temperatura agradável, mudou. Agora está quente, abafada”, lamenta Arlene. Ela é filha do primeiro delegado de polícia da capital da República, chegou na cidade com três anos de idade e se considera brasiliense.

O tempo ocioso e o provento que o marido receberia com aposentadoria, segundo os projetos do casal, seria ocupado e gasto com passeios dentro e fora do país. Mas, com a queda do padrão de vida, Arlene retomou os estudos, que abandonou na juventude para se dedicar aos filhos. Ela ocupa o tempo livre com uma atividade criativa: faz um curso de design de interiores. “Naquela época, meu marido ganhava bem e bancava a família de tudo. Eu gostava de ser dona de casa e de criar nossos filhos”, conta.

A perda do poder de compra da classe média se tornou mais visível na imprensa há algum tempo,

Divulgação



Milena percebeu uma queda nas vendas em sua loja desde janeiro de 2013



Desde que o governo abandonou a meta de inflação em 4,5% ao ano, os consumidores passaram a sentir o aumento dos preços nos supermercados

desde que o governo deixou de manter a meta de 4,5% de inflação ao ano. O Produto Interno Bruto (PIB) ficou estagnado e a balança comercial aprofundou o desequilíbrio entre exportação e importação, prevalecendo a compra de produtos estrangeiros. Resultado: para manter os cofres públicos com recursos e as políticas de transferência de renda que têm tirado parcelas consideráveis de famílias da linha da pobreza, o governo passou a massacrar a classe média.

O corte de gastos se tornou palavra de ordem em muitos lares brasileiros. Os restaurantes estão sendo substituídos por refeições nas praças de alimentação dos shoppings, bem mais em conta. O cinema, um dos grandes entretenimentos de muita gente, deu lugar a um serviço que oferece filmes e séries de TV na internet. As viagens de férias para o exterior são adiadas até não se sabe quando. Os planos de saúde viraram artigo de luxo, dando vez aos péssimos serviços da saúde pública.

E as crianças passaram a ser matriculadas em escolas públicas. Cartões de crédito e cheques especiais levaram muitos clientes à inadimplência. E o número de pessoas com o nome no Serasa cresce a cada dia.

SOBRECARGA TRIBUTÁRIA

Para piorar o quadro, é nas costas da classe média que o Estado despeja a maior fatia da sobrecarga tributária. Embora os governantes aleguem que o crescimento da arrecadação decorre do processo de inclusão socioeconômica e da expansão da capacidade de consumo do brasileiro, a realidade comparativa com outros países evidencia graves distorções, sem que o contribuinte tenha retorno social. Levantamento feito pela consultoria Ernst & Young em 32 países revela que a classe média brasileira paga mais impostos que os grupos do mesmo nível social nos países líderes do ranking de melhor desenvolvimento humano.

Na 70ª colocação no Índice de Desenvolvimento Humano (IDH), o Brasil vem cobrando há algumas décadas a alíquota nominal de tributos sobre a classe média na base de 27,5% – superior à praticada em seis dos sete países com melhor desempenho no trato com a qualidade de vida. Pagamos mais impostos, por exemplo, que as classes médias da Islândia, Canadá, Suécia e Suíça, campeões do ranking mundial, os quais apresentam indicadores excelentes de saúde, educação e renda per capita. Segundo os dados divulgados, na Islândia – melhor IDH do mundo – há uma alíquota única de 23,75%. Ou seja, por lá se paga proporcionalmente menos e o cidadão vê o seu tributo se converter em benefícios sociais para o país.

Esse quadro ajuda a entender a razão pela qual as manifestações de junho não foram feitas por operários e camponeses, como acontecia no passado, mas pela antiga classe média. Caso da dona Arlene, que, indignada com o elevado nível de corrupção no país, com os poucos investimentos em setores essenciais para a população, como saúde, educação e segurança, e com a queda de seu padrão de vida, ajudou a engrossar os protestos que irromperam nas ruas de vários estados do país e que deixaram perplexos políticos, governantes e analistas políticos.

INVERSÃO

A economia ajuda a explicar a perda de poder aquisitivo da dona de casa Arlene Daher e da empresária Milena Hirle. O professor José Matias-Pereira, da Faculdade de Administração, Ciências Contábeis e Economia (Face) da Universidade de Brasília (UnB), afirma, com base nos dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), que no Brasil a classe média, de uma maneira geral, realmente vem perdendo poder de compra e sofrendo o impacto de todas essas políticas que estão sendo colocadas em prática pelos governantes para favorecer as classes alta e baixa.

“Enquanto há a possibilidade de começar a retirar da miséria uma parcela significativa da população

e se começa a permitir que pessoas saiam da classe D para a classe C, quando nos referimos à classe média e, principalmente, às classes A e B, o impacto disso sobre essas mudanças foi muito forte. E todos esses impactos estão relacionados, primeiramente, a uma série de mecanismos usados no sentido de pressionar o nível salarial dessas camadas. A renda nessas camadas foi, de certa forma, afetada”, afirma o professor.

A queda do padrão de vida da classe média também se faz sentir no custo maior de serviços como moradia, educação, saúde e transporte. “Quando olhamos isso tudo, na verdade, observamos que, em que pese essas distâncias começarem a diminuir entre o nível de renda das classes A e B para o das classes C e D, ainda assim o Brasil continua sendo um dos países mais desiguais do mundo”, assegura.

“ “ **A queda do padrão de vida da classe média também se faz sentir no custo maior de serviços como moradia, educação, saúde e transporte** ” ”

É que as desigualdades no país são históricas, estão muito arraigadas e são muito difíceis de mudar. “Não vamos mudar este país com essas políticas que estão se fazendo hoje. Essas são políticas paliativas. O que o Brasil precisa, na verdade, não é só das reformas estruturais, de segunda e terceira gerações, que seriam a tributária, previdenciária, política etc., mas o

Brasil precisa priorizar, principalmente, a educação”, diz o economista. Ele tem razão. Todos os países do mundo que deram saltos, caso da Coreia do Sul, por exemplo, o fizeram em razão dos investimentos na educação.

O professor observa que nenhum país evolui e tem equilíbrio do ponto de vista político, de democracia, se não tiver uma classe média forte. “O que estamos assistindo, por um lado, são os mecanismos que os ricos desenvolvem para se posicionar bem em qualquer situação e, de outro, uma classe ascendente, que está vindo da D para a C – o que é louvável –, mas, em compensação, a classe média está pagando um preço alto em razão desse descaso, desse distanciamento que tem sido dado para ela” ■

1º LUGAR

Felicidade

Em busca da felicidade,
vejam só que confusão,
corre veloz a humanidade,
mas só encontra solidão.

Tudo é pressa, é agitação,
nas pessoas, indo e vindo,
carros em grande movimentação.
De algum “inimigo” estão fugindo?

- Não! Estão à procura da fonte
onde mora a felicidade.
Mas... parece um horizonte.
Correm sem encontrar a realidade.

Ante a “deusa máquina” dobram joelhos.
Ante o “deus conforto” entoam hosanas.
Queimam incenso ao “ídolo dinheiro”
e ao “deus poder” a ambição se irmana.

Caminham, cheios de “vazios”
na bagagem do coração,
sufocando essa “tal felicidade”
que esconde “Deus Amor”, que é doação!

Adelina Marcondes Bangoim
Piquete/SP

2º LUGAR

A harmonia à nossa volta

A harmonia à nossa volta,
conseguiremos captá-la?
A luz que se derrama não é bastante.
Há ângulos escuros. Há portas cerradas.
Há frases inteiras soltas no espaço,
esquecidas, não ouvidas.
Calam o que é preciso ouvir.
É doloroso existir sem a pausa que apetece.
Ah! O tempo faz-nos pequenos, pouco seguros.
Por que a pressa se o infinito nos espera?
Por que a pressa se no espaço está a compreensão?
São muitas as vozes. Calam o que é preciso ouvir.
Criam, recriam rotinas para todos os dias.
Os dias, de horas desacertadas, passam.
Passam. E chega a pausa.
E a pausa é o dia. Em frente o espaço.
É o dia pleno, e passa.
Ah! As vozes de novo crescem, mais fortes.
A esperança em nós é a árdua reconquista
do dia pleno, dos espaços azuis.

Maria Helena de Almeida Penteado
São Paulo/SP



3º LUGAR

Linda menina linda

Quem és tu, linda menina? Que muito me alucinas, enriquece minha rima me fazendo crer no amor. Quem és tu, menina linda? Que a minha estrutura mina fácil, fácil me domina, alcanço o ponto de fulgor. Quem és tu, linda menina? Carinhosa, meiga, é felina? Tens calor que me culmina, os teus olhos me fascinam, és um ímã, me atraís. Não sei bem quem tu és, mas eu posso deduzir: és a parte que procuro, que completa tudo em mim. Sabemos que nos completamos, mas, infelizmente, não pode ser assim. O destino nos colocou tu lá e eu aqui. Entre as barreiras invisíveis da arte do ser existir. O que será de mim? O que será de ti? O

que será de nós, com o nosso amor proibido? Nos queremos, nos desejamos. Só ainda não encontramos o início do nosso fim. Te amo, minha deusa, és obra da natureza. Vejo em ti a beleza que ninguém ousa retocar. Linda menina linda, tu és uma rosa, ou uma margarida, tu és uma angélica ou uma dália, tu és camélia ou uma violeta... Teu olhar me enfeitiçou, vejo em ti um jardim repleto de flores, onde impera a flor do amor. Assino abaixo como: A Voz do Sentimento.

Celso Torino
Piquete/SP



Dimitris



Divulgação

Quinze coisas que seu médico não vai te contar

Fazer exercícios, controlar o estresse, manejar no sal... Estas regras você já sabe ou deveria saber, de tanto que os médicos repetem. Conheça agora ensinamentos para viver mais que não passam pelos consultórios

► **Emiliano Urbim** (texto extraído da revista Alfa, edição de fevereiro de 2013)

Alimentação balanceada, exercícios regulares, álcool sob controle, cigarro à distância, muitas horas de sono. Se tudo isso já faz parte da sua rotina, parabéns: você cumpre alguns dos pré-requisitos para viver mais. Acontece que há muitos outros: bons hábitos e fatores externos que são fundamentais para se chegar a uma “melhor idade” digna do nome. Boa parte dessas novas regras são desdobramentos de estudos que levam em conta a influência que a sua personalidade e o seu entorno podem ter na sua longevidade.

O principal deles é um estudo da Universidade Stanford, na Califórnia, iniciado pelo médico Lewis Terman em 1921. Naquele ano, ele selecionou um grupo de 1.500 crianças para acompanhá-las durante os anos seguintes. Terman faleceu em 1958, mas seus assistentes (e os assistentes deles) seguiram acompanhando todo o grupo durante décadas, na alegria e na tristeza, na riqueza e na pobreza, até que suas mortes os separassem.

Em 2012, as conclusões foram apresentadas. Os conselhos clássicos de se manter ativo, bem alimentado e tranquilo continuam valendo, claro. Mas os pesquisadores chegaram a algumas informações surpreendentes: trabalhar muito é um caminho para viver muito, otimismo demais pode ser prejudicial e a genética não é assim tão determinante para prever seu futuro.

Conheça a seguir essas e outras lições. Afinal, o negócio não é só chegar a 100: é chegar bem.

1. NUNCA, NUNCA SE APOSENTE.

Pesquisas que comparam trabalhadores e aposentados da mesma idade mostram: quem parou está pior. Claro, vai depender da sua rotina. Mas, como sabemos que a poltrona é tentadora, fique esperto. Não precisa trabalhar muito, nem todo dia – ache um hobby, um curso, um compromisso regular. E, não, assistir a TV não conta como hobby.

2. PASSAR FIO DENTAL FAZ BEM PARA O CORAÇÃO.

Se você não passar fio dental, acumulará placa bacteriana, que vai causar gengivite, que vai provocar

a liberação de substâncias conhecidas como químicos da inflamação, que são os vilões por trás de várias doenças cardíacas. Mas se isso não for argumento suficiente para você? Gengiva inflamada, dentes em falta e mau hálito não ajudam ninguém na terceira idade.

3. OTIMISMO FAZ MAL À SAÚDE.

Enxergar apenas o lado bom das coisas tem seu lado ruim. Pois é: pessoas otimistas tendem a subestimar riscos – um traço de personalidade que pode levar de ultrapassagens ousadas a longas ausências no médico. Além disso, otimismo além da conta deixa você frustrado demais com as dificuldades da vida. Ou seja: com um pé atrás, você vai mais longe.

4. SOCIALIZAR É A FONTE DA JUVENTUDE.

Quanto mais velhos, menos saímos de casa. Lute contra isso: a ciência garante que conviver com outros é o gatilho de benefícios físicos e mentais que prolongam a vida.

5. DEUS AJUDA QUEM VAI À IGREJA.

Fato: quem comparece à missa, culto, centro espírita, sinagoga, terreiro etc. em geral vive mais. Dilema: religiosos vivem mais porque rezam ou rezam porque vivem mais? Os dados não permitem concluir se a saúde dos anciãos é beneficiada pela experiência ou se, na verdade, quem tem disposição para ritos religiosos são justamente os mais saudáveis. Na dúvida, tenha fé em alguma coisa.

6. BEBA. E NÃO PRECISA SER TACINHA DE VINHO.

Quando o assunto é álcool e longevidade, só se fala em vinho tinto. Preconceito: vinho branco, cerveja, uísque e outros fermentados e destilados também podem fazer bem. Há um índice menor de doenças cardiovasculares relacionado ao consumo diário de até duas doses para os homens – e de apenas uma para mulheres. Mas o Ministério da Saúde adverte: beba com moderação. Passou de duas doses, vira problema.

7. PALAVRAS CRUZADAS SALVAM VIDAS.

Atividades que exercitam seu cérebro mantêm sua inteligência e prolongam sua lucidez. Opções não faltam: palavras cruzadas, xadrez, videogame, sudoku, qual-é-a-música. Detalhe: assim que estiver craque, troque de treino – seus neurônios só mantêm o frescor enfrentando novos desafios.

8. MULHER: O NEGÓCIO É IMITAR.

Elas vão mais ao médico, comem melhor, fumam menos, envolvem-se em menos acidentes e, assim, vivem mais. Então, deixe de frescura: seja mais feminino (epa!).

9. NÃO FIQUE VIÚVO. VOCÊ NÃO SABE SE CUIDAR SOZINHO.

Não bastasse haver cinco viúvas para cada viúvo no Brasil, elas ainda vivem muito mais depois de perder seus maridos do que nós após perdermos a esposa. A verdade é que, sozinhos, tendemos ao caos – o que aos 30 anos tem seu charme, mas em uma idade avançada é fatal. Então, não fique solteiro: sua saúde agradece.

10. PARE DE SE INCOMODAR COM BOBAGEM.

Mágoa, rancor, ressentimento: se ao ler essa lista você já recorda de vários exemplos pessoais, calma. Não é por aí. Se cultivados, esses sentimentos descambam na produção de cortisol, um hormônio que ataca seu coração, metabolismo e sistema imunológico. Diversos estudos relacionam uma alta taxa de cortisol a uma morte precoce. Portanto, aprenda a perdoar, relevar, deixar pra lá.

11. NÃO CONFIE NOS SEUS GENES.

“Meu avô viveu 90 anos, não preciso me preocupar.” Precisa. Uma nova pesquisa concluiu que apenas 25% da duração da nossa vida podem ser atribuídos à herança genética; os outros 75% dependem de você. Se quiser chegar aos 90 como o seu avô, descubra como ele fez para chegar lá.

12. NÃO TENHA AMIGOS LEGAIS.

TENHA AMIGOS SAUDÁVEIS.

Ok, eles não são excludentes. Mas o ponto é: da mesma maneira que, para ganhar dinheiro, é melhor se cercar de ricos, e para emagrecer convém conviver com magros, para se ter saúde a receita é arranjar uma turma saudável.

13. TENHA FILHOS – OU ALGO PARECIDO, COMO CACHORROS.

Caso tenha se ofendido, por favor, volte ao item 10. Pronto. É o seguinte: possuir uma conexão com alguém mais jovem que você (filho, enteado, sobrinho, neto) é algo que te mantém interessado pelo mundo à sua volta – e mais a fim de continuar vivendo nele. E, sim, cachorro e gato também contam: além de manter você conectado, curtir um animal de estimação libera ocitocina, o hormônio benéfico liberado na convivência pais e filhos.

14. SEJA BOM NO QUE VOCÊ FAZ. AO MENOS TENTE.

Quanto menos trabalho, melhor. Esse conselho, que parece vindo do personagem Macunaíma, de Mário de Andrade, foi durante muito tempo adotado pelos especialistas em longevidade. Acreditava-se que uma vida sem esforço seria longa. Mas os médicos observaram que parece haver uma relação entre longevidade e empenho profissional. Por incrível e justo que pareça, passar décadas se dedicando e evoluindo em algo que você valoriza pode lhe valer vários anos a mais. Ao menos, garantem os especialistas, em comparação com quem passar o mesmo bocado de tempo trabalhando no que não gosta.

15. SER UM POUCO HIPOCONDRIACO VALE A PENA.

Você vai continuar sendo considerado chato pela maioria dos amigos, mas pesquisas apontam que quem desconfia mais da própria saúde vive mais. No caso, é melhor prevenir e se remediar. ■

Faça seu plano de longevidade

► **Antero Coelho Neto (*)**

Nós, brasileiros, não fomos acostumados com duas coisas essenciais da vida: planejar o amanhã e guardar as memórias do passado. São dois “pecados capitais”. Costumamos dizer: “O futuro a Deus pertence!”. Claro que pertence, sim, mas Ele nos deixa livres para as nossas decisões e podemos Lhe dar uma grande “ajuda” e sermos mais felizes, vivermos mais e melhor. Ele agradecerá.

Desde muitos anos atrás comecei a me interessar pelo futuro, tendo participado de importantes organizações internacionais e nacionais de futurismo e transhumanismo. Assim, em 2001, após grande estudo da matéria, publiquei o livro *O Futurista e o Adivinho*, que me deu grande satisfação por vê-lo em muitas bibliotecas e livrarias. Nele, faço uma análise de diferentes cenários do nosso país e do mundo, buscando uma “visão” (futuro provável) para o Brasil em 2010.

Alegro-me verificar que alguns futuros previstos foram ultrapassados. Claro que errei em muitos, com os diferentes problemas existentes e outros que apareceram. Quanto aos cenários para nossa longevidade, destaquei a importância da necessidade de todos estabelecerem o seu plano desde cedo. Lembro que os níveis previstos para as expectativas de vida ao nascer e sobrevivida foram todos ultrapassados. E o que vai acontecer até 2050, por exemplo, é, segundo autoridades da área, inimaginável.

Costumo ressaltar que, ao nascer, temos o que alguns pesquisadores chamam de “direito de viver”, que será alcançado se cumprirmos as exigências dos seus diferentes condicionantes. Essa vida a que temos o “direito” está baseada em nossa genética e nas áreas fundamentais da vida, que denomino de Mandamentos.

Então, ao planejarmos a nossa longevidade, deveremos trabalhar esses elementos, que são interpretados diferentemente pelos diversos pesquisadores,



Shutterstock

especialistas, profissionais das áreas e até por muitos oportunistas que aproveitam esse importante momento de nosso progresso, o que faz variar muito o planejamento da longevidade futura.

Para mim, são áreas fundamentais mais importantes: saúde, estilos de vida, meio ambiente, trabalho, criatividade, condições financeiras necessárias, hábitos e costumes, transporte, lazer e segurança. Estudos realizados em importantes centros (Universidade de Stanford, por exemplo) revelam que o peso desses fatores varia, mas os mais importantes seriam: estilos de vida, meio ambiente, genética, cuidados com a saúde e outros, nessa ordem.

Então, vamos fazer um plano para o nosso futuro recente (um ano)? Depois poderemos até fazer um planejamento para o futuro tardio (vários anos).

Em um caderno de notas de uso constante, façam o jogo do “o que quero”, com “o que posso” e com “o que vai”, provavelmente, acontecer. Claro, utilizando os condicionantes que destaquei para vocês.

Pensem nisso e vamos tentar alcançar o “direito de viver” que temos ao nascer. ■

(*) **Antero Coelho Neto** é médico e professor



Divulgação

Traídas pelo coração

Ao contrário do que acontecia até pouco tempo atrás, as mulheres estão morrendo cada vez mais de doenças cardiovasculares. Hipertensão, obesidade, sedentarismo, colesterol alto, estresse e o hábito do tabagismo são as principais causas

► Jane Rocha

A vida da secretária Deusidete Pereira mudou radicalmente há quatro anos. Aos 56, na época, estava trabalhando no escritório, sentiu-se mal e caiu. Socorrida por um colega, teve a pressão auferida no hospital: estava com 22 por 18. O eletrocardiograma nada acusou. Mesmo assim, resolveu fazer um *check up*. O resultado do ecodoppler (exame usado para visualizar o coração do paciente, cavidades, válvulas e todo o sistema cardíaco), solicitado pelo cardiologista um mês depois, não deixou dúvidas. Deusidete tinha infartado naquele dia e nem soube. Mas deu sorte de ter sobrevivido.

Fez um cateterismo a pedido do cardiologista. Tinha duas artérias entupidas. Aconselhada pelo médico, enfrentou uma revascularização e entrou para o clube dos safenados. Hoje, toma seis remédios diariamente. Largou o vício do cigarro, mudou completamente a alimentação, faz duas horas diárias de caminhada e pelo menos duas vezes por ano vai ao cardiologista checar o comportamento do coração. Herdou, como sequelas do infarto, um aneurisma no ventrículo esquerdo e uma arritmia.

Nem todas têm a mesma sorte de Deusidete. Por ano, 39 mil mulheres, em média, morrem de infarto no Brasil, contra 12.800 mortes por câncer de mama. Ou seja, três vezes mais. Em razão do estilo de vida que passaram a ter, as mulheres começaram a se aproximar perigosamente dos homens nas estatísticas de problemas cardiovasculares. A cada 100 óbitos de homens por infarto, ocorrem 50 de mulheres. Na década de

90 elas respondiam por 17 óbitos para cada 100 de homens por problemas de coração.

Há 46 anos na profissão, o cardiologista Geniberto Campos admite que aumentaram muito os problemas cardíacos entre as mulheres. Ele aponta várias causas para o fenômeno: “Muitas adquiriram o hábito de fumar depois da Segunda Guerra e também passaram a desempenhar o papel dos homens em territórios antes exclusivos deles. Além disso, tornaram-se mais sedentárias, mais gordinhas. Tudo isso provoca uma devastação na saúde das mulheres, principalmente após a menopausa”, observa o médico.

Vários fatores contribuem para o aparecimento de problemas cardíacos. Dr. Geniberto enumera: herança genética, falta de cuidados com a saúde, tabagismo, obesidade, má alimentação e falta de exercícios físicos. Embora sejam mais longevas, elas se tornam mais vulneráveis aos problemas de saúde após a menopausa. O médico alerta ainda para o aparecimento do diabetes, doença que faz um estrago e causa muito mais problemas cardíacos. O principal inimigo do coração, no entanto, atende pelo nome de hipertensão.

Apesar dos dados, as mulheres brasileiras têm visão equivocada dos cuidados com o coração. É o que revela a pesquisa *Sinta seu Coração*, coordenada pelas revistas *Saúde e Cláudia* em parceria com a Sociedade de Cardiologia do Estado de São Paulo. Foram ouvidas 5.318 voluntárias. Segundo o levantamento, as brasileiras ainda acham que os distúrbios cardíacos são um problema tipicamente masculino.

Mas uma coisa elas acertaram na pesquisa: a hipertensão é o principal inimigo do coração. De fato, essa



“ Muitas adquiriram o hábito de fumar depois da Segunda Guerra e também passaram a desempenhar o papel dos homens em territórios antes exclusivos deles. Além disso, tornaram-se mais sedentárias, mais gordinhas ”

Geniberto Campos, cardiologista

doença é responsável por quase metade das mortes por infarto. No caso delas, a pressão alta é preocupante. O risco de uma mulher hipertensa desenvolver uma doença cardiovascular é cinco vezes maior em relação a outra que não tem o problema. Entre os homens em situações semelhantes, o risco é duas vezes maior.

Por outro lado, a constituição das artérias coronárias desfavorece as mulheres. Os vasos femininos são 15% mais estreitos, além de mais tortuosos, do que os masculinos, o que acarreta mais rapidamente a hipertensão e o entupimento dos vasos. Por causa dos vasos mais finos, elas são mais suscetíveis aos danos arteriais causados pelo excesso de glicose no sangue, o que torna o diabetes um risco adicional. Quatro em cada dez mulheres diabéticas morrem de problemas no coração.

A menopausa é outro fator de risco subestimado pelo sexo feminino. Só 3% das entrevistadas sabiam que a probabilidade de uma mulher enfartar por volta dos 55 anos com a chegada da menopausa é duas vezes maior em relação a um organismo mais jovem. Isso acontece porque, a partir da menopausa, o organismo feminino sofre uma queda drástica na síntese do hormônio estrógeno, substância que tem ação vasodilatadora e reduz as taxas do colesterol ruim.



OS GRANDES INIMIGOS DO CORAÇÃO

- Hipertensão
- Obesidade
- Sedentarismo
- Colesterol alto
- Estresse
- Cigarro
- Dieta rica em gorduras
- Diabetes
- Excesso de álcool
- Uso de drogas ilícitas
- Dieta rica em açúcar
- Depressão
- Menopausa



Divulgação/Sesc

A caminhada é um exercício essencial para o bom funcionamento do coração

Outro fator preocupante é a barriga. As células adiposas que se acumulam na região abdominal multiplicam-se velozmente e liberam continuamente substâncias associadas ao processo inflamatório e ao mecanismo de resistência à insulina. Em excesso, essas substâncias facilitam o entupimento das artérias. É bom estarem atentas ao fato de que a medida da cintura não deve passar dos 80 centímetros.

Um grande perigo à saúde das mulheres, segundo a pesquisa, é a desinformação sobre os sintomas das doenças do coração. Por causa disso, demoram mais a procurar ajuda médica que os homens. Mas uma coisa elas têm de positivo: conhecem bem os venenos da vida moderna e evitam os alimentos industrializados, que possuem ingredientes e conservantes de alto risco cardiovascular. Também evitam gordura e sal em excesso.

O dr. Geniberto Paiva diz que um dos cuidados importantes para se ter uma velhice bem resolvida é evitar a vida sedentária. Exercícios físicos, segundo ele, são indispensáveis para a saúde. Mas o médico sugere que as pessoas procurem academias, pois, além de se integrarem com outras pessoas, criam um compromisso. “Exercício sozinho é complicado, a pessoa logo desiste”, diz o médico. ■



Divulgação

Aparelhos que prejudicam o sono

Exposição contínua às emissões de eletroeletrônicos, como TV, rádio, celular e computador, afeta a energia vital, a saúde, a sexualidade, o humor, os nervos, o mental e o psicológico das pessoas, deixando-as apáticas e sem motivação durante o dia

► Jane Rocha

Muita gente se sente cansada após uma noite de sono, dorme durante o dia, está sempre desmotivada e com baixo desempenho no trabalho e na escola. Nervosa, agitada, preocupada, a pessoa sente dores no corpo e não tem vontade de fazer nada. Se esse é o seu caso, preste bem atenção: você pode estar sendo vítima dos aparelhos eletroeletrônicos que usa no dia-a-dia e de engenhocas que cercam sua casa ou empresa.

Isso mesmo. A exposição contínua a campos eletromagnéticos artificiais afeta a energia vital, a saúde, a sexualidade, o humor, os nervos, as emoções, o mental e o psicológico das pessoas. Na verdade, nosso planeta tem um campo eletromagnético natural em seus polos, que atua sobre todos nós. Mas isso ocorre de forma natural e equilibrada. Já as tensões eletromagnéticas artificiais emitidas por aparelhos eletroeletrônicos criados pelo homem afetam negativamente o sono e a saúde das pessoas. CEMs (campos eletromagnéticos artificiais) penetram em nossas células e alteram os processos delas. É aí que a pessoa começa a apresentar problemas como cansaço, estresse, dores etc.

Quando a exposição a esses aparelhos ocorre no período da noite, a situação é ainda pior. Estudo realizado pela Fundação Nacional para o Sono dos Estados Unidos revela que essa exposição pode prejudicar a qualidade do sono e o descanso de que o corpo e a mente precisam. De acordo com o levantamento, 95% dos 1.508 entrevistados entre 13 e 64 anos afirmaram usar algum tipo de equipamento eletrônico uma hora antes de ir para a cama. E cerca de dois terços admitiram que não dormem o suficiente durante a noite. Ainda segundo o relatório, 43% das pessoas de 13 a 64 anos sentem que raramente ou nunca têm uma noite de sono adequada durante a semana de trabalho. No Brasil, aproximadamente 60% da população adulta têm problemas para dormir.

Os mais velhos são mais propensos a ver televisão, enquanto os mais jovens costumam optar por computadores, smartphones ou videogames. De acordo com a pesquisa, mais de um terço dos adolescentes de 13



Divulgação

a 18 anos e 28% dos jovens entre 19 a 29 anos jogam videogames antes de deitar. A geração que tem hoje entre 46 e 64 anos é a mais propensa a abusar da TV antes de dormir. Além disso, 61% dos entrevistados também relataram ter usado computador ou laptop por, pelo menos, algumas noites por semana. O estudo mostra ainda que muitos dos entrevistados acordam durante a noite para responder mensagens de texto por celular e uma em cada dez crianças relata que é despertada por mensagens depois de ir para a cama.

De acordo com o levantamento recente do Centro de Pesquisa em Iluminação (LRC), no Rensselaer Polytechnic Institute, em Nova York, a exposição de

APARELHOS E INSTALAÇÕES QUE EMITEM CEMS

- Antenas de TV, rádio e celular
- Rede de alta tensão ou cabos de força ou torres de transmissão de energia
- Geradores de energia
- Aparelhos domésticos: geladeira, rádio, relógio, aspirador de pó, máquina de lavar, ar-condicionado, televisores, rádio, aparelho de som etc
- Computadores
- Celulares

duas horas em frente a luz artificial dos dispositivos eletrônicos suprime a melatonina, o hormônio que induz ao sono, em cerca de 23%, podendo atrasar a hora de dormir. Isso ocorre porque a luz emitida por esses dispositivos, do tipo LED, é bastante prejudicial à indução natural do sono, pois é rica em radiação azul, que interfere significativamente em nosso relógio biológico e tem menos potencial de radiação vermelha ou laranja, mais presente nas lâmpadas incandescentes e na luz natural do entardecer.

Raimundo Nonato, neurologista especialista em Transtornos do Sono do Hospital Universitário de Brasília (HUB), conta que esse tipo de iluminação artificial ilude o cérebro e o faz crer que estamos em pleno dia. “Com esse estímulo, a produção de neuro-hormônios responsáveis pelo início do sono fica atrasada ou é abolida. Ademais, existe o fator comportamental, uma vez que esses objetos estão intrinsecamente associados às atividades de vigília, contribuindo para reduzir o drive, isto é, a pressão de sono”, enfatiza o médico.

A má qualidade do sono também está relacionada com a ocorrência de doenças cardiovasculares, obesidade, diabetes e enfraquecimento do sistema imunológico. O hábito de usar tecnologias antes de dormir pode estar prejudicando o sono e até o crescimento da criança ou adolescente, sobretudo se o momento escolhido para o divertimento eletrônico é após as 21h.

DICAS PARA MELHORAR A QUALIDADE DO SONO

- Evite a concentração de muitos aparelhos domésticos ligados simultaneamente no mesmo ambiente.
- Assista à TV a mais de dois metros de distância do aparelho.
- Coloque um gráfico de radiestesia chamado SCAP de baixo do computador.



Divulgação

A má qualidade do sono também está relacionada com a ocorrência de doenças cardiovasculares, obesidade, diabetes e enfraquecimento do sistema imunológico

Na França o problema é levado a sério. Um grupo formado pela União Nacional das Associações Familiares (Unaf) e pelo Instituto de Pesquisas e Tratamento de Problemas de Sono, chamado de Rede Morphée, lançou uma campanha nacional nas escolas para esclarecer os pais sobre os efeitos das telas eletrônicas nos filhos. A ideia é convencê-los a não permitirem que as crianças se conectem após as 19h e os jovens depois das 20h. O resultado está sendo sentido nas salas de aula. Sem o uso excessivo da tecnologia, os alunos não se sentem cansados e prestam mais atenção aos ensinamentos.

Nonato sugere que a melhor maneira de evitar esses problemas é colocar um pijama no cérebro, ou seja, retornar ao padrão ambiental e de comportamento do tempo em que a iluminação artificial não era tão dominante em nossas vidas. “Uma alternativa é reduzir a estimulação luminosa e auditiva a partir das 20h, procurando dedicar-se à realização de tarefas menos laboriosas e mais relaxantes. Os pais devem tirar essas tecnologias do quarto de seus filhos se quiserem que eles tenham um bom desempenho na escola”, finalizou o especialista. ■



A capital dos monumentos

Fruto da ousadia do ex-presidente JK, da genialidade de Oscar Niemeyer e Lúcio Costa e da sensibilidade de artistas como Athos Bulcão, Brasília atrai turistas de todas as partes do mundo. Vale a pena conhecer essa bela página da história do país

Em geral, quando se fala em turismo, o que vem à cabeça das pessoas são praias, cachoeiras e outras belezas naturais. Mas há outro tipo de turismo: aquele que nos proporciona o prazer de conhecermos o nosso passado. É o chamado turismo cívico, que só encontramos em cidades históricas, como Ouro Preto, que se destacam pela arquitetura e pelo que nos trazem de conhecimento de nossas origens, as quais, muitas vezes, recebem o título de patrimônio histórico e cultural.

É o caso de Brasília, esta bela página da história do nosso país. Fruto da ousadia do ex-presidente Juscelino Kubitschek, da genialidade de Oscar Niemeyer e Lúcio Costa e da sensibilidade de artistas como Athos Bulcão, a cidade foi sonhada pelo sacerdote italiano Dom Bosco dois séculos antes e erguida a partir de uma odisseia de brasileiros de todas as nacionalidades. Ganhou vida com uma arquitetura futurista e monumentos que impressionam pela suntuosidade e pela beleza. Os brasileiros, sobretudo, devem conhecer a nova capital, construída no coração do país a partir do suor dos candangos, já que os estrangeiros não param de chegar à cidade, atraídos por sua monumentalidade. Assim, associarão o lazer do passeio turístico com a aquisição de cultura.

Neste ano de 2014, cerca de 200 mil turistas de fora do país deverão passar por Brasília durante a Copa do Mundo. A previsão é do Ministério do Turismo. Com o aumento do número de visitantes, o turismo cívico torna-se um diferencial na cidade projetada pelo arquiteto Oscar Niemeyer. Mas está muito enganado quem pensa que Brasília só atrai turistas por causa dos jogos da Copa. O patrimônio arquitetônico da cidade chama a atenção de visitantes de vários países. Detentora da maior área tombada do mundo – 112,25 quilômetros quadrados – e inscrita pela Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (Unesco) na lista de bens do patrimônio mundial em 1987, a cidade é considerada um marco da arquitetura e do urbanismo modernos.

“ Neste ano de 2014, cerca de 200 mil turistas de fora do país deverão passar por Brasília durante a Copa do Mundo ”



Portal da Copa/ME

A francesa Sylvie Barreteau, 36 anos, esteve em Brasília em setembro do ano passado e se encantou com os monumentos da Esplanada dos Ministérios. A médica não tinha decidido onde passaria as férias com o namorado e pesquisou várias cidades brasileiras. “Vi monumentos belíssimos que mereciam ser vistos de perto. Foi aí que decidimos conhecer Brasília. Há monumentos que valem uma visita pela manhã e outra pela noite. A luz do sol e a iluminação noturna transformam os lugares”.

Com os grandes eventos de 2014, a cidade se prepara para receber ainda mais visitantes. Para o secretário de Estado de Turismo do Distrito Federal, Luis Otávio Neves, Brasília é a única cidade brasileira que pode oferecer um turismo cívico completo por reunir, em um só espaço, as sedes dos principais prédios e monumentos cívicos do país. “É uma mistura de história com política e arquitetura, já que temos ainda o privilégio de ser o maior reduto de obras de Oscar Niemeyer em prédios públicos e atrativos culturais. Além disso, somos palco do desfile oficial de 7 de Setembro, das trocas da Bandeira a cada primeiro domingo do mês e até mesmo as trocas da guarda da Presidência da República representam um grande atrativo para os turistas”, enumera.

CONFIRA OS PRINCIPAIS PONTOS TURÍSTICOS DE BRASÍLIA:

Portal da Copa/ME



PONTE JK

A ponte tem 1.200 metros de extensão e é formada por três arcos metálicos que se intercalam por cima das pistas e calçadas. A posição dos arcos representa o movimento de uma pedra quicando sobre a água. O projeto arquitetônico e de iluminação da ponte conferiu ao autor, o arquiteto Alexandre Chan, a Medalha Gustav Lindenthal na International Bridge Conference, em 2003 nos Estados Unidos.

Divulgação



PARQUE DA CIDADE

O local é ponto de encontro e de diversão e propicia a prática de diversas modalidades esportivas. A estrutura conta com lagos artificiais, parques infantis, ciclovia (9.700 m), pista de patinação e caminhada (percursos de 10km, 6km e 4km), churrasqueiras, pista de kart, mesas para piqueniques, centro hípico, academia livre, quadras poliesportivas, tendas de massagens e ainda o ExpoBrasília.



Divulgação

PONTÃO DO LAGO SUL

Às margens do Lago Paranoá, o local é uma boa pedida para casais em busca de um lugar romântico, para famílias que querem tranquilidade e para jovens que procuram momentos de descontração. Oferece opções de bares e restaurantes. Nos cardápios, pode-se encontrar desde comida japonesa a frutos do mar. O passeio torna-se ainda mais agradável no fim da tarde, quando é possível apreciar o pôr-do-sol.



Portal da Copa/ME

CATEDRAL METROPOLITANA

Projetada pelo arquiteto Oscar Niemeyer, a Catedral foi o primeiro monumento a ser criado em Brasília. Sua pedra fundamental foi lançada em 12 de setembro de 1958 e a estrutura concluída em 1960. O local se destaca tanto por sua importância religiosa, já que é o principal templo católico da capital federal, como pelo valor arquitetônico de sua construção. Localiza-se na Esplanada dos Ministérios.



TORRE DE TV DIGITAL

A Torre de TV Digital de Brasília, apelidada Flor do Cerrado, foi projetada para ser uma torre de transmissão do sistema digital para todo DF e algumas cidades do Entorno. Inaugurada no dia 21 de abril de 2012, a obra foi a última escultura projetada por Oscar Niemeyer antes de morrer. Está localizada em um dos pontos mais altos do DF, no bairro Grande Colorado, região administrativa de Sobradinho, a 10 quilômetros do centro da capital. Pode ser visitada nos fins de semana e feriados das 9h às 17h.



CONGRESSO NACIONAL

O Congresso Nacional é uma das realizações preferidas de Oscar Niemeyer. É o cartão-postal da cidade e abriga o Senado e a Câmara dos Deputados. Da construção, destacam-se as duas cúpulas representando os plenários: a cúpula maior (convexa), do plenário da Câmara dos Deputados, e a cúpula menor (côncava),

que abriga o plenário do Senado Federal. Vale a pena conhecer os Salões Negro, Verde e Nobre, os Plenários da Câmara e do Senado e as galerias, que unem o prédio principal aos anexos. Há ainda uma chapelaria, onde se encontra um museu com o mobiliário do antigo Senado, que funcionou no Palácio Monroe, no Rio de Janeiro.



PALÁCIO DO PLANALTO

Projetado por Oscar Niemeyer, o Palácio do Planalto está localizado na Praça dos Três Poderes e recebe visitas guiadas aos domingos. Os grupos de até 30 pessoas são formados por ordem de chegada e acompanhados por um guia que explica a estrutura arquitetônica do Planalto, seu conteúdo histórico e as obras de arte que compõem a ambientação do local.



MUSEU NACIONAL DO COMPLEXO CULTURAL DA REPÚBLICA

O Museu da República Honestino Guimarães é um dos monumentos mais novos de Brasília. O museu, de visual arrojado, em forma de cúpula, foi concebido pelo arquiteto Oscar Niemeyer e inaugurado em 15 de dezembro de 2006, juntamente com a Biblioteca Nacional. Desde então, abriga exposições itinerantes de artistas renomados, mostras de filmes, seminários, palestras, e é palco de diversos eventos culturais.

Francisco Araújo



PALÁCIO DO ITAMARATY

O Palácio do Itamaraty é uma das sedes do Ministério das Relações Exteriores, que possui mais dois prédios em Brasília. Inaugurado em 1970, foi projetado por Oscar Niemeyer a pedido do então presidente Juscelino Kubitschek. O paisagismo interno e externo é de Roberto Burle Marx. O Palácio do Itamaraty tem o maior hall sem colunas do mundo, com área de 2.800m². Palácio dos Arcos foi o primeiro nome dado ao edifício, devido aos arcos da fachada. Mas a tradição do nome Itamaraty foi mais forte. Possui em seu interior painéis de artistas como Athos Bulcão, Rubem Valentim, Sérgio Camargo, Maria Martins e afresco de Alfredo Volpi. Em frente ao Palácio do Itamaraty, sobre o espelho d'água, encontra-se a escultura Meteoro, desenhada por Bruno Giorgi.

Divulgação



PANTEÃO DA PÁTRIA

O monumento integra a Praça dos Três Poderes e homenageia a memória do ex-presidente Tancredo Neves. Projetada por Oscar Niemeyer, a obra remete à forma de uma pomba e foi inaugurada em 7 de setembro

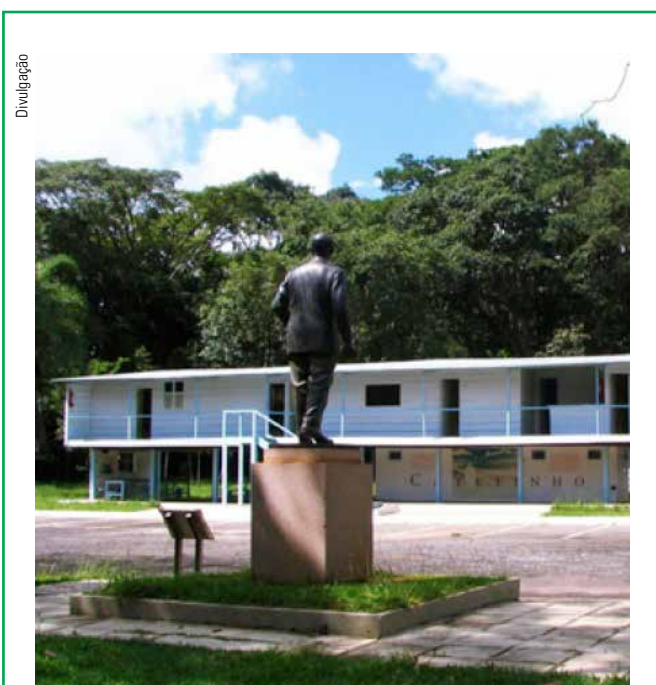
de 1986. A ideia de erguer um monumento dedicado aos homens que se destacaram na luta pela liberdade em nosso país surgiu no velório do ex-presidente Tancredo Neves, em razão das demonstrações públicas de apego aos ideais democráticos que marcaram a trajetória dele.



Portal da Copa/ME

MEMORIAL JK

Projetado por Oscar Niemeyer, o Memorial JK homenageia o ex-presidente Juscelino Kubitschek, criador de Brasília. Inaugurado em 12 de setembro de 1981, o acervo contém a biblioteca particular, Câmara Mortuária e Sala de Pesquisa. O visitante pode apreciar, ainda, fotos, objetos pessoais e honorárias do ex-presidente. No mausoléu estão os restos mortais de JK. No museu, peças e documentos que mostram as principais passagens de sua vida e obra. Na Casa de Cultura, uma programação que mantém acesa a chama de idealismo, a preocupação cultural e o dinamismo, características marcantes da personalidade de Juscelino. Há, ainda, sala de exposição e auditórios para palestras, realizações de recitais e exibição de filmes. Na área externa está o carro de JK.



CATETINHO

O Catetinho foi a primeira residência oficial do presidente Juscelino Kubitschek. O projeto museográfico procura retomar as referências de época, preservando-se alguns objetos e o mobiliário original. Imagens fotográficas, bem como outros objetos, complementam as ambientações com o objetivo de propiciar ao público um testemunho vivo da grande aventura que foi a construção de Brasília. Horário de visitação: de terça a domingo das 9h às 17h. Endereço: Km 0 - BR 040 / Gama - DF. Telefones: (61) 3338-8803 / (61) 3386-8167.



TEMPLO DA BOA VONTADE

O Templo da Boa Vontade foi construído em 1986 com o objetivo de oferecer um local ecumênico de elevação espiritual. Estima-se que este seja o ponto turístico mais visitado em Brasília. Dados apontam que cerca de 20 milhões de pessoas vindas de todo o mundo tenham passado por lá. Entre as atrações, o lugar tem a maior pedra de cristal puro do mundo. Há também fontes de águas purificadas, circuito de meditação, sala ecumênica de oração, galeria de arte, além do Parlamento Mundial da Fraternidade Ecumênica, local para encontros e conferências. A arquitetura diferenciada também desperta curiosidade. O Templo possui o formato piramidal, com sete lados e 21 metros de altura. Toda esta estrutura conferiu-lhe o título de quinta maravilha do DF por votação popular. O Templo é aberto ao público 24h e a entrada é gratuita. Os anexos funcionam entre 8h e 20h. Algumas alas cobram taxas à parte. É proibida a entrada de pessoas trajando bermuda, short e minissaia. ■



Entre a infância e a velhice

► **Luiz Soares***

A vida começa no instante divino da concepção. Naturalmente, desejaríamos que tal gesto sempre representasse a expressão maior do amor. O nascimento é uma oportunidade. Viver, um desafio. Morrer seria a única forma de escrevermos e publicarmos a nossa verdadeira e íntima história de vida.

A arte da vida é regida por uma partitura cheia de momentos inesquecíveis. Tudo fica registrado. O livro vai estar sempre acrescido de novas páginas, a cada segundo e o tempo todo. Cada página é um registro único, sem retoques, sem idas e nem vindas. Cada página representa, portanto, a nossa própria essência, a nossa marca registrada no tempo.

A cronologia da vida não tem prazo de validade. Entretanto, podemos, sim, estabelecer alguns parâmetros vinculados a determinados momentos. Assim como no céu existe o momento na terra. Assim como

na luz também haveremos de curtir os instantes de escuridão. Como adquirir a têmpera se não nos situarmos nos extremos durante a nossa caminhada? Fugir de quê? Desafiar o quê? Lutar por que? Vencer e sermos exitosos para quê?

Na monumental arte do viver, deveríamos nos pautar como atores e nunca plateia. A nossa liberdade é uma ferramenta sem precedentes. O nosso caminho sempre vai estar vinculado ao nosso livre arbítrio. Sim, porque a estrada vai estar sempre cheia de veredas e becos e vielas. Ainda bem que podemos usar a disciplina, a dedicação e a determinação de sairmos ilesos, mais purificados, mais cristalinos e, por que não dizer? – mais divinos.

O embrião chega ao mundo na forma de criança. Nesta fase não temos autonomia, somos dependentes e chorões. Assim, necessitamos de todo o afeto, de todo o carinho, de todo o respeito em regime intensivo. É uma flor específica que desabrocha, um lírio que pode estar em qualquer residência, uma joia rara que brilha

tanto dentro de uma mansão ou mesmo numa manjedoura.

As crianças são os nossos olhos do futuro. As crianças são e serão o reflexo daquilo que somos. As crianças são pérolas que precisam ser polidas, lapidadas e amadas sobremaneira. Lembremo-nos de que a felicidade é um dom intangível. Ser feliz é um estágio do espírito e nunca da materialidade. Por isso mesmo devemos, sim, ter a responsabilidade de nos esforçarmos no iluminar dos seus primeiros passos, condição de jardineiros abnegados da primeira hora.

A juventude é rebeldia. Ser jovem seria uma forma de desafiar, questionar, gerar conflitos, assumir ideais e posicionamentos, muitas vezes alheios ao nosso entendimento. Devemos, sim, cuidar da personalidade, do respeito ao meio ambiente, do nosso próximo. A vida é associativismo e nunca o anacronismo da individualidade, da inveja, da preguiça e da ambição desenfreada.

Vivenciar a juventude seria uma forma de imaginar e saber avaliar os limites das ações e sonhos tangíveis e intangíveis. A confiança se sobressai, mesmo que em algumas situações essas ações possam extrapolar o limite da responsabilidade. Devemos saber que algo contrário a tais postulados pode ser corrigido; enquanto outras ações são e ficam para sempre marcadas, sem possibilidade de retorno, retoque ou regresso. O tempo passa a ser, então, o senhor da razão.

Finalmente e inexoravelmente chegaremos ao outro lado da ponte. Cada um traz no corpo e na alma a sua própria jornada. Para alguns, os louros da vitória, ao constatar que o esforço valeu a pena. Neste



Shutterstock

“ Vivenciar a juventude seria uma forma de imaginar e saber avaliar os limites das ações e sonhos tangíveis e intangíveis ”

caso, somente um conselho – viver sob os acordes da bela sinfonia do tempo. Para outros, infelizmente, um pouco de apreensão, conflitos, preocupações infundas, numa dose insistente da pergunta – onde errei, onde me descuidei, por que não assumi e amei?

Cada um no seu tempo e com as suas deliberações. Mas não podemos nos julgar, não devemos nos condenar. Devemos, sim, entregar os nossos gestos, as nossas atitudes, os nossos acertos e desacertos à providência divina. Que se faça uma auditoria e se encontre a paz, a simplicidade, o fenômeno de acreditar que viver é um desafio e morrer seria a forma de vivenciarmos a plenitude do amor maior e sumamente perfeito.

Sejamos, portanto, todos dignos de tais predicados. Sonhe com o amor, viva com o amor e se despeça nas asas profícuas do amor. ■

(*) **Luiz Soares** é professor aposentado da ESAM, engenheiro agrônomo, poeta e associado da APSEF.

A frustração entra em campo

Mundial não trará as vantagens alardeadas pelo governo para o Brasil. Investimentos foram reduzidos e várias obras não serão entregues a tempo

Jogada de mestre ou pisada na bola? Quem serão os beneficiários da Copa do Mundo de 2014? Que vantagens um evento desse porte pode trazer para a sociedade? O governo contabiliza um impacto de R\$ 142 bilhões na economia e alardeia a possibilidade de geração de 720 mil empregos. A rede hoteleira e o comércio esperam a chegada de 600 mil turistas ao país em junho. Emissoras de televisão, patrocinadores e agências de publicidade transpiram otimismo com a possibilidade de grandes negócios. Fifa e CBF preparam os cofres para receber grande volume de dinheiro.

Mas o que ganhará com isso a população – especialmente aquela que foi às ruas protestar contra os gastos exorbitantes com a construção de estádios e a má qualidade da educação e da saúde –, além do direito de voltar às ruas para festejar, caso o Brasil conquiste o hexacampeonato mundial?

Os números acima citados constam de estudos de duas renomadas consultorias, a Ernst & Young e a Value Partners. Elas estimaram, em 2010, os efeitos da Copa sobre a economia brasileira. Mas o fato é que cenário mudou. A crise mundial se agravou e o país cresceu menos que o esperado. Caiu a confiança dos empresários na economia do país. Muitos

investimentos privados na Copa diminuíram e projetos de hotéis foram adiados. O torneio não será tão benéfico para o país quanto se esperava.

Uma coisa é certa: os gastos com o evento extrapolam as previsões. Inicialmente calculava-se que o Mundial consumiria cinco bilhões de dólares dos cofres públicos. Segundo a última lista de projetos da Copa, os preparativos para o torneio custarão R\$ 25,5 bi. E 85% disso serão custeados pelo Estado ou com financiamento dos bancos estatais. Menos de 15% serão pagos pelo setor privado. Ou seja: o Estado deverá desembolsar, para a realização do evento, algo em torno de R\$ 21,67 bilhões. Dinheiro que poderia ajudar a melhorar a educação e a saúde públicas.

RETORNO

Gasto elevado, retorno baixo. Estudos internacionais sobre o impacto dos últimos mundiais de futebol mostram que, tirando a construção de novos estádios, a festa gerada pelos jogos, com incremento pontual no turismo, mudou pouca coisa nas sedes das últimas quatro Copas: França, Alemanha, Coréia do Sul, Japão e África do Sul. A rigor, o Mundial tem garantido retorno financeiro para a Fifa e seus patrocinadores. O problema é que só uma pequena parcela desse lucro é investida de volta no país.

Economistas questionam, ainda, a melhoria da infraestrutura dos países após receber o evento, principalmente em nações em desenvolvimento, caso do Brasil. A afirmação contraria um argumento frequentemente utilizado por governos para defender a realização da Copa. O professor Stefan Szymanski, coordenador do Departamento de Economia do Esporte da Universidade de Michigan, analisou dados do PIB das 20 maiores economias do mundo entre 1972 e 2002. Parte desses países recebeu uma Copa ou uma Olimpíada no período. O especialista investigou se o evento esportivo alterava a tendência de crescimento ou queda do PIB.

O resultado da pesquisa de Szymanski mostra que a Copa, na verdade, provoca um impacto negativo no PIB de 0,09 por percentual no ano seguinte à sua realização.

Portal da Copa/ME



Estádios de primeiro mundo consomem verba que poderia ir para saúde e educação

Divulgação



O corredor da Via 710, de BH, é uma das obras que não ficarão prontas até a Copa

Nos anos anteriores e no ano em que o evento é realizado a variação é pequena e, segundo ele, não apresenta uma melhora significativa nos indicadores econômicos. “Apesar de o esporte ser importante para muitos, ainda é um mercado econômico relativamente pequeno se comparado a outros. Embora esses grandes eventos possam contribuir para gerar gastos de turistas, não há uma ligação direta. E o custo para ter uma Copa é muito maior do que qualquer outro evento”, justifica.

O turismo também é colocado em cheque por algumas pesquisas, principalmente porque as últimas sedes de mundiais de futebol são destinos turísticos razoavelmente conhecidos. Além disso, dizem os especialistas, o turista da Copa gasta mais com transporte e ingressos, o que necessariamente não gera dinheiro para o país-sede.

Quando à infraestrutura, o próprio governo já demonstra desapontamento. No final de novembro de 2013, o Ministério do Esporte atualizou a Matriz de Responsabilidades da Copa do Mundo (lista das obras e investimentos em curso para o Mundial). Na atualização, foram excluídas 14 obras de mobilidade urbana, portos ou aeroportos. Juntas, elas custariam R\$ 1,2 bi. A exclusão aponta que essas obras não ficarão prontas para a Copa.

Porto Alegre foi a cidade-sede que mais desistiu de entregar projetos para o Mundial. Dez obras de



Portal da Copa/ME

As obras no aeroporto de Recife também estão sendo tocadas em ritmo muito lento

mobilidade urbana prometidas para o evento foram excluídas da Matriz de Responsabilidades, todas as previstas para a cidade. A exclusão, segundo o Ministério do Esporte, foi solicitada pela Prefeitura de Porto Alegre, responsável pelos projetos. A obra do corredor Via 710, de Belo Horizonte, também foi excluída da lista de preparativos, bem como a reforma do corredor Cândido Abreu, em Curitiba.

A nova versão da Matriz de Responsabilidades da Copa também não considera que a reforma do aeroporto de Recife ficará pronta para o Mundial. O projeto de melhorias para o Porto do Rio de Janeiro foi excluído na lista oficial de projetos da Copa após diversos atrasos no seu cronograma. De acordo com o Ministério do Esporte, todos os investimentos que estão sendo feitos para a Copa do Mundo somam R\$ 25,5 bilhões. Esse valor é R\$ 2,6 bilhões menor que a previsão de investimentos divulgada em junho pelo secretário-executivo do ministério, Luis Fernandes. A redução deveu-se em parte à desistência dos projetos.

Quando o governo lançou seu plano de investimentos para a Copa do Mundo de 2014, havia a expectativa de que R\$ 33 bilhões fossem aplicados para a realização do torneio. A menos de 200 dias do início do Mundial, o valor dos projetos está R\$ 7,5 bilhões abaixo da meta. ■

BUSCANDO A EXCELÊNCIA NA ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA



IBAP

INSTITUTO BRASILEIRO DE ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA

PARCERIAS INSTITUCIONAIS



IASIA
International Association of Schools
and Institutes of Administration



DPADM/ONU
Divisão de Administração Pública e Gestão
do Desenvolvimento das Nações Unidas

Junte-se a nós!



Desde 1997, a Associação Nacional dos Servidores Ativos, Aposentados e Pensionistas do Serviço Público Federal tem lutado pelos direitos e bem-estar de seus associados

A APSEF oferece a você:

- Defesa intransigente dos direitos e interesses coletivos, em conformidade com a Constituição Federal e legislação vigente, mediante o exercício da representação
- Acompanhamento permanente da legislação para adoção de medidas administrativas e judiciais visando a preservação dos direitos dos associados e a garantia da paridade com os servidores em atividade
- Assistência à saúde, lazer, turismo e similares, por meio de convênios e parcerias firmadas
- Garantia da aplicação e revisão dos atos de aposentadorias e pensões decorrentes de legislação superveniente que propicie a melhoria dos proventos e pensões, na forma da lei, pelas vias administrativas e/ou judiciais
- Concursos e similares como incentivo à criatividade dos associados
- Divulgação de matérias, de caráter geral e específico, voltadas para o interesse e a atualização dos associados e da sociedade em geral, por meio eletrônico ou de periódico

ACESSE O NOSSO WEBSITE E ASSOCIE-SE!

WWW.APSEF.ORG.BR

SCN Qd. 02, Bloco D, Torre A
Salas 912/917 - Edifício Liberty Mall
Brasília/DF - CEP 70712-903
Contatos: (61) 3037.9072 / (61) 3034.3983
presidencia@apsef.org.br | www.apsef.org.br

