



**A P O S**

**ASSOCIAÇÃO DOS APOSENTADOS DA FUNDAÇÃO CPqD**

## **BOLETIM INFORMATIVO**

**Ano 2, Nº 8**

**Outubro - 2012**

### **Previc solicita esclarecimentos à Sistel sobre mudanças no plano CPqDPrev e novo Plano InovaPrev**

**Todos os pontos questionados pela APOS, relativos às mudanças no plano CPqDPrev e lançamento do plano InovaPrev, foram igualmente questionados pela Previc e a Sistel deverá esclarecê-los formalmente até início de novembro.**

**O direito adquirido dos assistidos em não participar de possíveis déficits no plano CPqDPrev e a transferência de fundos previdenciários para os migrantes ao novo plano foram detalhadamente questionados à Sistel, que se recusou a ouvir, no início das negociações, a Associação dos Aposentados da Fundação CPqD (APOS).**

**A Sistel e o CPqD, ao elaborarem os novos Regulamentos dos dois planos para submissão à Previc, introduziram unilateralmente um novo item no regulamento do CPqDPrev não respeitando os direitos adquiridos por todos os assistidos desde o ano de 2000 (quando o plano foi lançado), qual seja, a participação dos assistidos em possíveis déficits que possam ocorrer no plano, no futuro. Varias negociações foram tentadas entre a Associação de Aposentados do CPqD (APOS) e a Sistel/ CPqD. Vamos aguardar então quais as explicações que a Sistel fornecerá à Previc para justificar aquelas alterações que ela desejava fazer no plano CPqDPrev que prejudicariam tanto os assistidos como os participantes daquele plano. Este fato ressalta a importância da participação das Associações de Aposentados no processo de negociação quando das alterações de regulamentos de planos, assim como da participação dos conselheiros eleitos da Sistel e da Anapar na defesa dos direitos dos participantes de Fundos de Pensão.**

### **Sistel parou de responder as dúvidas de participantes há mais de um mês**

**Não se sabe por qual motivo, mas a Sistel parou de responder totalmente as dúvidas de seus participantes e assistidos encaminhadas pela web ao sistema "Fale Conosco". Este é o único meio existente para que os participantes dos planos da Sistel possam se comunicar por escrito com a Entidade.**

**Principalmente agora, na fase de transição dos planos da Fundação CPqD, quando os participantes mais necessitam esclarecer as diversas dúvidas sobre a migração para o novo plano, estas não são mais atendidas.**

**Segundo a Resolução CGPC no. 23, a Sistel tem por obrigação responder em tempo hábil as dúvidas de seus participantes e não é isto que se vê na atual administração.**

### **Sistel empossa nova Diretora de Seguridade**

**A Sra. Adriana Meirelles Guimarães Salomão assume cargo de Diretora de Seguridade anteriormente ocupado pelo Claudio Munhoz. Adriana Meirelles está na Fundação Sistel desde 22 de fevereiro de 1988 e ocupava a Gerência de Planos de Saúde.**

**Acesse o site da APOS e saiba das novidades! Divulgue a APOS aos seus amigos aposentados e convide-os a se tornarem sócios também!**

**[www.aposcpqd.org.br](http://www.aposcpqd.org.br)**

## **Diabetes: é preciso cuidar**

**Alimentar-se de forma inadequada e manter uma vida sedentária são hábitos que a população dos países em desenvolvimento – entre os quais o Brasil – aprendeu rapidamente. Mas o problema vai além dos quilinhos a mais, e as consequências de uma dieta desequilibrada são grandes para a saúde. Uma delas corresponde ao fator de risco para as doenças do sistema circulatório como infartos e derrames: o diabetes mellitus.**

**Sua prevalência tem aumentado em proporções epidêmicas. Estimativas da Organização Mundial da Saúde (OMS) sugerem que aproximadamente 180 milhões de pessoas no mundo apresentam diabetes e, provavelmente, esse número será mais que o dobro em 2030. Os países em desenvolvimento são os que mais apresentam aumento de casos. A possível razão é a maior expectativa de vida da população, além dos maus hábitos alimentares e do sedentarismo. A OMS estima que quase 80% das mortes causadas por diabetes ocorrem em países de baixa e média renda, sendo que a maioria dessas pessoas tem mais de 70 anos**

**O diabetes mellitus é uma alteração no metabolismo da glicose, causada pela deficiência na produção ou ação da insulina – hormônio produzido pelo pâncreas e responsável por transformar as moléculas de glicose em energia. O corpo não consegue administrar a glicose de forma adequada, o que aumenta seus níveis no sangue. Pode se apresentar de três maneiras:**

**Tipo I: A pessoa com esse tipo de diabetes tem de usar insulina para o resto da vida. "Esses indivíduos têm inflamação no pâncreas, daí a deficiên-**

**cia quase absoluta de insulina", explica o médico.**

### **Tipo II**

**Atinge, em geral, pessoas com mais de 40 anos. A maior parte das pessoas com esse tipo de diabetes tem outros fatores relacionados à doença, como obesidade, sedentarismo e histórico do problema na família.**

### **Gestacional**

**Desenvolvida durante a gravidez. Geralmente desaparece depois do nascimento do bebê. Há dois fatores de risco importantes nesse caso: o aumento descontrolado de peso durante a gravidez e quando a futura mamãe tem mais de 35 anos.**

**O nível normal de glicose no sangue é abaixo de 100 mg/dl. Nos casos avançados de diabetes, esse índice ultrapassa os 180 mg/dl.**

**Os principais sintomas são: aumento do volume da urina, aumento do apetite, aumento da sede, alterações visuais, coceiras pelo corpo e, no caso das mulheres, em especial na região vaginal.**

**Tratamento: Embora a insulina injetável seja ainda bastante utilizada, os medicamentos evoluíram muito e há outras formas de controlar o diabetes.**

**Medicamentos orais: Hoje existem mais de dez tipos. Uma opção médica é combinar dois ou mais medicamentos para equilibrar o nível de glicose.**

**Fonte: <http://www.einstein.br/einstein-saude/em-dia-com-a-saude/Paginas/diabetes-em-crescimento-acelerado.aspx>**

## **Seja sócio da ANAPAR**

**A ANAPAR (Associação Nacional dos Participantes de Fundos de Pensão) representa e defende os interesses dos participantes de fundos de pensão junto aos Órgãos Governamentais, do Executivo, do Legislativo e do Judiciário, como também, junto às empresas patrocinadoras e às entidades de previdência complementar. Conheça a entidade e fique sócio! Apenas R\$ 25,00 anuais. Visite o site: [www.anapar.com.br](http://www.anapar.com.br).**