



Ações em tempos de pandemia

Previdência Usiminas coloca em prática um conjunto de medidas contingenciais para mitigar, entre seus diferentes públicos, os impactos da Covid-19

4

9

Marcação a mercado impacta os preços dos ativos de renda fixa, mas perde o efeito quando o investidor mantém o título até a data de seu vencimento.

14

Aplicativos permitem o contato virtual durante o isolamento e ajudam na saúde emocional, reduzindo a sensação de solidão durante a quarentena.



14

SAÚDE E BEM ESTAR

Em tempos de distanciamento social é preciso redobrar o cuidado com a saúde e, se necessário, buscar ajuda médica ou psicológica. Para afastar a sensação de isolamento e solidão, a dica é explorar os recursos tecnológicos e manter o contato com as pessoas queridas.

4

CAPA

Interrupção temporária do atendimento presencial, adesão ao home office, prorrogação do prazo para pagamento de três parcelas do empréstimo simples e antecipação de metade do 13º salário para os aposentados e pensionistas. Saiba mais sobre essas e outras ações adotadas pela Previdência Usiminas para minimizar os impactos da pandemia.

9

EDUCAÇÃO FINANCEIRA

A economia vive um momento turbulento e o mercado financeiro sofre as consequências da crise produzida pelo novo coronavírus. No contexto da previdência complementar, no entanto, é preciso fazer uma leitura inteligente do atual cenário, tendo em mente o horizonte de longo prazo da poupança previdenciária.

12

SEU PLANO DE BENEFÍCIOS

Acompanhe o desempenho de seu plano no 1º trimestre de 2020 e a análise dos principais impactos da pandemia no mercado financeiro.

EXPEDIENTE

Previdência USIMINAS & VOCÊ
 Publicação da Previdência Usiminas

Diretora-Presidente
 Rita Rebelo Horta de Assis Fonseca

Diretor de Benefícios
 Leonardo Magalhães Vecchi

Diretor-Financeiro
 Sérgio Carvalho Campos

Edição
 Direta Comunicação e
 Comitê de Comunicação
 da Previdência Usiminas

Jornalista responsável
 Dilene Ferreira (MG 4599-JP)

Projeto Gráfico e diagramação
 Tiago Farias

Fotografias
 Shutterstock, Freepik e arquivos

FALE CONOSCO

Previdência Usiminas
 Sede - Rua Professor José Vieira
 de Mendonça, 3011 - 1º andar
 Bairro Engenho Nogueira
 Belo Horizonte - MG
 CEP: 31.310-260
 Telefone: 0800-0831111

www.previdenciausiminas.com

Cartas, comentários e sugestões:
jornal@previdenciausiminas.com

As opiniões de terceiros expressas ao longo da publicação pertencem aos seus autores e não refletem, necessariamente, a visão da Previdência Usiminas.



Tudo mudou de repente!

Sair cedo para trabalhar, fazer aquela caminhada gostosa antes ou depois do expediente, ir à academia, levar os filhos à escola, fazer compras, viajar, visitar os familiares ou sair para jantar. De repente estamos morrendo de saudade dessas e de outras atividades que faziam parte do dia a dia. O motivo é que um ser microscópico invadiu o planeta e simplesmente transformou o jeito de viver de toda a sociedade. Do dia para a noite o novo coronavírus se tornou uma ameaça avassaladora e colocou uma máscara no lugar dos nossos sorrisos. Para nos proteger, e também ao próximo, adotamos o distanciamento social e estamos em uma quarentena que já dura mais de três meses.

Diante da pandemia da Covid-19 passamos a enxergar as relações humanas sob uma nova lente e a valorizar ações que antes pareciam corriqueiras. Ah, como era gostoso sair do trabalho, pegar as crianças no inglês, comprar um pão quentinho e ir lanchar na casa da vovó! Era o máximo poder cumprimentar as pessoas com um aperto de mão e abraçar os amigos. Mas agora, até que a vida volte à normalidade, tudo isso está fora de cogitação! A saudade do calor humano é tanta, que mesmo quem sempre gostou de ficar sozinho se ressentiu da falta de contato social. Nosso direito de ir e vir era tão habitual, que jamais paramos para pensar no valor de tal liberdade.

A brusca mudança imposta pelo novo coronavírus trouxe enormes desafios também para as empresas. E vai demorar um tempo até que a economia se recupere dos impactos sofridos glo-

balmente. Para mitigar as repercussões da pandemia, zelar pela continuidade de suas operações e cumprir os compromissos perante seus públicos, a Previdência Usiminas adotou um conjunto de medidas contingenciais. Dentre outras ações o pacote contempla o trabalho em regime de *home office* e o apoio aos participantes e assistidos em algumas de suas necessidades emergenciais. O tema é abordado na matéria de capa desta edição (*Páginas 4 a 8*).

Como conteúdo de Educação Financeira refletimos sobre a volatilidade que afetou a economia e surpreendeu os investidores no segmento de renda fixa. Para facilitar a compreensão do cenário econômico e tranquilizar aqueles que ficaram apreensivos, a matéria explora o conceito da marcação a mercado e alerta para a importância da visão de longo prazo para quem investe em previdência complementar (*Páginas 9 a 11*). Na sequência, é possível acompanhar os resultados dos planos administrados pela Previdência Usiminas no 1º trimestre de 2020 (*Páginas 12 e 13*).

Encerrando a edição, na editoria Saúde e Bem-Estar, nossa entrevistada é a psicóloga Emiliane Rodrigues Faria Lannes, da Fundação São Francisco Xavier. Em tempos de coronavírus, ela destaca que distanciamento social não precisa significar isolamento afetivo e alerta para a importância de usarmos a tecnologia para mantermos contato com as pessoas que amamos (*Páginas 14 a 16*).

Boa leitura!



Medidas emergenciais para enfrentar a Covid-19

Previdência Usiminas adota um conjunto de ações preventivas para reduzir os impactos decorrentes da pandemia do novo coronavírus

Sem precedentes na história recente da humanidade, a pandemia da Covid-19 gerou repercussões globais não apenas de ordem epidemiológica, mas também de ordem social, econômica, política e cultural. A crise imposta pelo novo coronavírus revelou a fragilidade da sociedade, especialmente do ponto de vista econômico e social. Para as empresas, independentemente do segmento de atuação e do porte, a pandemia exigiu e continua exigindo respostas rápidas e assertivas para os desafios que surgem a todo o momento, especialmente aqueles advindos do distanciamento social, recomendado pelas autoridades de saúde.

Comprometida com as práticas de sustentabilidade, responsabilidade social e governança, a Previdência Usiminas adotou um conjunto de medidas para mitigar os impactos da pandemia. O objetivo da Entidade é preservar a integridade dos colaboradores, sem deixar de cumprir seu

compromisso fiduciário perante os participantes, assistidos, empresas patrocinadoras, órgãos reguladores e demais públicos. Acompanhar a saúde dos colaboradores, apoiar os participantes e assistidos em suas necessidades emergenciais e garantir a continuidade dos processos têm sido, desde então, as prioridades dos dirigentes.

Os colegiados e comitês passaram a se reunir diariamente, por meio de videoconferência. As primeiras iniciativas contemplaram a interrupção temporária dos atendimentos presenciais e a adoção do *home office*. Depois vieram outras ações de suma importância, como a prorrogação do prazo para pagamento de parcelas do empréstimo simples e a antecipação de 50% do 13º salário para os aposentados e pensionistas. E novas medidas estão sendo adotadas, como a implementação de processos que incorporem documentos digitais, inclusive atas de conselhos e respectivas assinaturas.

A COMUNICAÇÃO COMO FERRAMENTA ESTRATÉGICA

Com o propósito de dar adequada divulgação e transparência às ações, além da necessária orientação, com vistas a evitar decisões precipitadas que tragam prejuízos neste momento, outra providência da Entidade foi fortalecer ainda mais a comunicação com os participantes, assistidos e empresas patrocinadoras. A Previdência Usiminas entende a comunicação ampla, clara, objetiva e direta como ferramenta fundamental para fortalecer a segurança e a confiança de todos.

GOVERNANÇA E VISÃO DE LONGO PRAZO

A dimensão dos impactos da pandemia do coronavírus na economia global ainda é incerta e, sem dúvida, as instituições terão que promover vários outros ajustes, além dos já implantados, para responder à atual crise. “Vivemos um momento de transformações sociais jamais vistas e de forte volatilidade econômica. Por isso, é fundamental atuarmos com cautela, clareza acerca de nossas responsabilidades presentes e futuras e em sintonia com os valores e a visão de longo prazo que regem nossas atividades”, observa a Diretora-Presidente da Previdência Usiminas Rita Rebelo Horta de Assis Fonseca.

De acordo com ela, a capacidade de olhar para o momento atual e enxergar as possibilidades futuras faz toda a diferença nos resultados de qualquer organização, especialmente das entidades fechadas de previdência complementar que, pela natureza de suas atividades, têm primordialmente uma missão de longo prazo. “Obviamente a alta volatilidade provoca fortes impactos no mercado, exerce pressão sobre o ambiente de negócios e traz desafios cada vez maiores, mas precisamos compreender a dinâmica da economia e evitar toda e qualquer avaliação precipitada, com base apenas no curto prazo”, conclui a dirigente.

CONHEÇA AS PRINCIPAIS MEDIDAS ADOTADAS DESDE O INÍCIO DA PANDEMIA

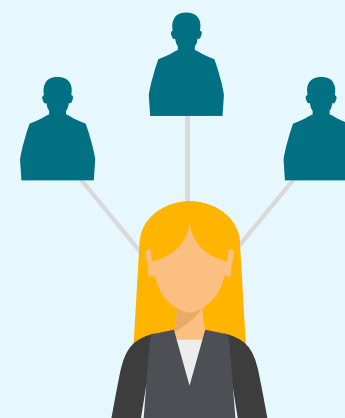
Para a definição das medidas relacionadas à pandemia da Covid-19 e acompanhamento das ações emergenciais, a Previdência Usiminas vem promovendo reuniões diárias com a participação de gestores de diferentes áreas e da alta direção. As ações até então implementadas foram aprovadas pelo Conselho Deliberativo, em caráter excepcional, de forma a atender aos pleitos apresentados, estabelecer o adequado custeio, preservar a sustentabilidade dos planos e assegurar o pleno funcionamento das atividades. Acompanhe as principais medidas adotadas pela Entidade.

Medidas internas

GRUPOS DE GERENCIAMENTO

No dia 17 de março foi constituído o Grupo de Gerenciamento de Crise, com o objetivo de buscar soluções frente aos impactos causados nos negócios da Entidade pela pandemia do novo Coronavírus. Desde então o grupo vem realizando reuniões diárias, por meio de videoconferências, para discutir as ações e articular estratégias para o enfrentamento deste período de crise.

Foi criado, também, o Grupo de Gestores, para a realização de reuniões semanais, por videoconferência, para alinhamento das ações realizadas na semana e proposição de novas ações. O objetivo é possibilitar, durante a pandemia, o pleno funcionamento das atividades, para que a Previdência Usiminas possa cumprir todos os seus compromissos, especialmente o de zelar pelo pagamento em dia dos benefícios a todos os participantes e assistidos.



ATENDIMENTO REMOTO



Seguindo as recomendações e diretrizes do Ministério da Saúde, a Previdência Usiminas suspendeu, temporariamente, o atendimento presencial. A medida tem caráter preventivo e visa preservar o bem-estar e a integridade dos colaboradores, participantes, assistidos e todos os que buscam o atendimento nos escritórios da Entidade. Desde o dia 19 de março os atendimentos estão sendo realizados por meio dos telefones **0800 083 1111** e **(31)3499 8361** ou pelo e-mail **previdenciausiminas@previdenciausiminas.com**

HOME OFFICE



Cuidar dos colaboradores é primordial para a Previdência Usiminas. Por isso, foi adotada, em caráter emergencial, a modalidade de trabalho em *home office*. Com o objetivo de fazer com que todos se sintam acolhidos neste período de distanciamento social, a Entidade elaborou um guia com recomendações e orientações gerais sobre o trabalho à distância. Organização do espaço e do tempo, planejamento e execução do trabalho, definição de prazos e comunicação com o gestor são alguns dos conteúdos abordados no documento, que foi disponibilizado para todos os colaboradores.

GRUPOS DE WHATSAPP



Com a adoção do *home office* foram criados grupos de *WhatsApp* por localidade, aproveitando a familiaridade dos colaboradores com o aplicativo. Além de desconstruir a percepção de isolamento diante da quarentena, o uso da ferramenta estimula o diálogo, agiliza a rotina de trabalho e favorece o reforço de avisos e comunicados rápidos.

SAÚDE FÍSICA E EMOCIONAL

Para acompanhar a saúde física e emocional dos colaboradores e seus familiares durante a pandemia, a Entidade aderiu ao programa Fala Aí Saúde. Criado pela Usiminas, o programa disponibiliza o apoio de médicos, psicólogos, assistentes sociais e outros profissionais de saúde. *(Para saber mais, leia a editoria SAÚDE E BEM-ESTAR)*

Medidas voltadas para os participantes e assistidos

ANTECIPAÇÃO DO 13º



Em sintonia com as práticas de responsabilidade social e cidadania corporativa, a Entidade antecipou 50% do 13º salário (Abono Anual) para seus aposentados e pensionistas. O valor foi creditado em conta corrente no dia 30 de abril, junto com o pagamento do referido mês. A iniciativa reforça, mais uma vez, a preocupação e o comprometimento da administração da Previdência Usiminas com os aposentados e pensionistas, especialmente em um momento tão desafiador para todos.

EMPRÉSTIMO SIMPLES

Com o objetivo de ajudar os participantes e assistidos a atravessarem este período de crise com um pouco mais de tranquilidade, a Previdência Usiminas colocou à disposição desse grupo a possibilidade de postergar o vencimento de três parcelas do Empréstimo Simples, referentes aos meses de maio, junho e julho. Para aqueles que se enquadraram nas regras e fizeram a opção pela postergação, a data final dos contratos foi prorrogada em três meses. O pagamento regular será retomado em agosto e as parcelas postergadas serão corrigidas com base nos termos pactuados originalmente.



RENTABILIDADE DOS PLANOS

Com a finalidade de esclarecer o contexto econômico e as dúvidas dos participantes acerca dos impactos do novo coronavírus na rentabilidade dos planos de benefícios, foi publicada uma nota sobre o assunto. Além disso, o gestor de Investimentos, Marco Túlio Cardoso, gravou um vídeo no qual faz uma análise do cenário e reforça a importância de se pensar a previdência complementar como um investimento de longo prazo. A nota e o vídeo estão à disposição dos interessados no portal www.previdenciausiminas.com *(O tema também é tratado nesta edição, na editoria EDUCAÇÃO FINANCEIRA)*



INFORME DE RENDIMENTOS

O Informe de Rendimentos para fins de IR foi encaminhado aos aposentados e pensionistas pelos Correios dentro do prazo legal. A segunda via do documento está disponível para consulta e impressão no Autoatendimento (área restrita do participante, localizada na lateral esquerda da página www.previdenciausiminas.com). Informações e suporte *on-line* para acessar o documento podem ser obtidos pelos canais de atendimento.



RECADASTRAMENTO

O Recadastramento dos assistidos, que costuma ser realizado presencialmente entre os meses de maio e julho, foi inicialmente suspenso por 120 dias. A Previdência Usiminas está reavaliando o melhor cenário para a retomada deste processo e novas informações serão enviadas oportunamente a todos.

REQUERIMENTOS

Para receber atendimento relativo aos requerimentos que exigem assinatura, como entrada em aposentadoria, opção pelos Institutos de Portabilidade, Autopatrocínio, Resgate e BPD, os participantes devem entrar em contato por meio dos telefones já disponibilizados.



CONTRACHEQUES

Em decorrência da pandemia, o envio de contracheques para o endereço residencial dos aposentados e pensionistas foi suspenso em abril. A Previdência



Usiminas reforça que, como já acontecia, o documento permanece disponível para consulta e impressão na área restrita do Autoatendimento do portal da Entidade: www.previdenciausiminas.com. Os interessados podem encontrar o passo a passo para realizar a consulta e outras dicas importantes clicando no link www.previdenciausiminas.com/demonstrativo_pagamento/.

SIMPLIFICAÇÃO DE PROCESSOS

Para facilitar os processos durante o período em que o atendimento presencial continuar suspenso, a Previdência Usiminas simplificou os serviços já disponíveis eletronicamente. Assim, enquanto durar a quarentena, a entrega de documentos referentes aos pedidos de alteração do percentual de contribuição mensal e de alteração do perfil de investimento do USIPREV poderá ser feita por meio do Autoatendimento. Para isto, o participante ativo precisa fazer o *download* do formulário específico e enviá-lo do seu e-mail corporativo para beneficios@previdenciausiminas.com

Novo Diretor de Benefícios

A Diretoria Executiva da Previdência Usiminas passa a contar com um novo integrante. Trata-se de **Leonardo Magalhães Vecchi**, que assume a Diretoria de Benefícios, em substituição a Ely Tadeu Parente da Silva. Ele atuará ao lado da Diretora-Presidente Rita Rebelo Horta de Assis Fonseca e do Diretor-Financeiro Sérgio Carvalho Campos, que foram reconduzidos aos cargos para um mandato de dois anos.

Para o executivo, que atuou por 16 anos como gestor da área de Recursos Humanos da Usiminas, o convite ao cargo foi um grato reconhecimento pelo seu trabalho na empresa e pela relação sólida e de amistosidade que sempre manteve com a Previdência Usiminas. “Agradeço a confiança depositada em mim neste momento de transição pelo qual passamos. Nosso papel é dar continuidade ao importante trabalho já realizado e zelar pelo patrimônio dos Participantes e Assistidos. É com essa visão que pretendemos caminhar”, disse.



Leonardo Vecchi é graduado em Administração pela Universidade Federal de Viçosa (UFV), pós-graduado em Administração e Desenvolvimento de Recursos Humanos pelo Instituto Católico de Minas Gerais (ICMG) e em Gestão Estratégica pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Ao longo de sua carreira na Usiminas atuou na Gerência de Administração de Pessoal e na Coordenação de Gestão de Recursos Humanos.

EDUCAÇÃO FINANCEIRA

Marcação a mercado

É importante compreender que o valor atual dos ativos da renda fixa não tem impactos negativos nos investimentos, quando o horizonte é de longo prazo

As incertezas provocadas pela pandemia da Covid-19 afetaram a economia global nos primeiros meses de 2020 e, no Brasil, a história não foi diferente. Vivemos os mais fortes níveis de oscilação no mercado financeiro, superando até mesmo os picos da crise econômica mundial de 2008. Essa volatilidade afetou de forma negativa praticamente todos os investimentos. Como era de se esperar, o segmento de renda variável foi o mais prejudicado, em função da forte desvalorização das ações das empresas. Mas a grande surpresa ocorreu na renda fixa, segmento que reúne investidores de perfil conservador e que dificilmente apresenta rentabilidades negativas.

Alguns fundos e títulos de renda fixa rodaram abaixo do CDI, ou até mesmo no campo negativo em março. O mês de abril,

embora tenha apresentado resultados um pouco melhores, também foi fortemente impactado pelos efeitos da Covid-19. O fenômeno deixou muita gente assustada e com vontade de entender o que, de fato, está acontecendo na economia.

REMUNERAÇÃO CONTRATADA

Para compreender os impactos sofridos pelos ativos de renda fixa, é preciso revisitar um conceito da matemática financeira denominado Marcação a Mercado. Em destaque no noticiário econômico nos momentos de alta volatilidade, a marcação a mercado é a atualização - normalmente diária - do preço de um ativo de renda fixa ou da cota de um fundo de investimento.

Mas, como a marcação a mercado interfere nos ativos

de renda fixa? É o seguinte: no momento da compra de um título, são definidos o prazo, as regras de remuneração e a forma de pagamento. Porém, no segmento de renda fixa, as variações diárias da taxa de juros interferem no valor de mercado desses papéis. Isso significa que, quanto mais longo for o prazo de um título, maior será a variação de preço sofrida na marcação a mercado.

No entanto, as regras estabelecidas no ato de compra garantem que, quando o título é mantido até a data de seu vencimento, o investidor receberá exatamente a remuneração contratada. A rentabilidade prometida na data do investimento é a que conta, independentemente das oscilações do mercado. Daí a importância da visão de longo prazo, em todo e qualquer tipo de investimento.

Economia sem complicações

Para provar que a marcação a mercado não é um bicho de sete cabeças, preparamos uma analogia simples, simulando uma situação de investimento no setor imobiliário. Logicamente os dados e valores são fictícios, servindo apenas para favorecer a compreensão deste temido conceito da economia. Vamos lá?

Suponha que você possui R\$ 100 mil e pensa em investir em um imóvel. Começa a estudar o mercado, mas fica receoso porque, dependendo da conjuntura, talvez precise desse capital para outro investimento.

Ciente da situação, seu sogro lhe oferece uma casa exatamente no valor que você possui e se compromete a comprar o imóvel de volta dentro de um ano, pelo valor de R\$ 110 mil, caso você realmente opte por se desfazer da casa.

Mais seguro da transação você fecha o negócio com o sogro e compra o imóvel, numa alegre tarde do mês de janeiro. Lá para março, interessado em saber se fez um bom investimento, você contata um corretor e pede uma avaliação da casa. Explicando que o mercado imobiliário está em baixa, ele diz que o valor atual do imóvel é de R\$ 95 mil.

Dois meses depois você conversa novamente com o corretor. Ele explica que o cenário piorou e que o valor da casa caiu ainda mais. Revendendo agora seria possível conseguir apenas R\$ 90 mil.

Preocupado, você convida o sogro para um café e, conversa vai, conversa vem, dá um jeito de saber se a proposta de recompra continua de pé. O sogro diz que a palavra dele é uma só e, discretamente, você respira aliviado, seguro de que, além de não sofrer perda de capital, terá um lucro de 10% no momento da revenda.

Desta maneira, a desvalorização do imóvel deixa de ser uma preocupação e passa a significar somente uma perda contábil. O prejuízo precisa ser contabilizado naquele momento, mas você está ciente de que ele não ocorrerá de fato, uma vez que não existe o risco de seu sogro descumprir o acordo. Afinal, ele é um homem de palavra e possui uma ótima situação financeira. Isso significa que, independente da marcação a mercado do imóvel estar abaixo do preço que você pagou por ele, ela não terá nenhum impacto no seu bolso.

Sua opção, então, é continuar desfrutando da casa, já que em janeiro do ano seguinte poderá vendê-la, recebendo o montante originalmente investido, acrescido de um lucro de R\$ 10 mil. A marcação a mercado dos preços dos ativos dentro dos fundos de Renda Fixa (públicos ou privados) é similar a esse exemplo do imóvel. A diferença é que, no mercado financeiro, as oscilações de preço são diárias, e, no mercado imobiliário, são esporádicas.



Agora, um exemplo real da evolução de um título de renda fixa



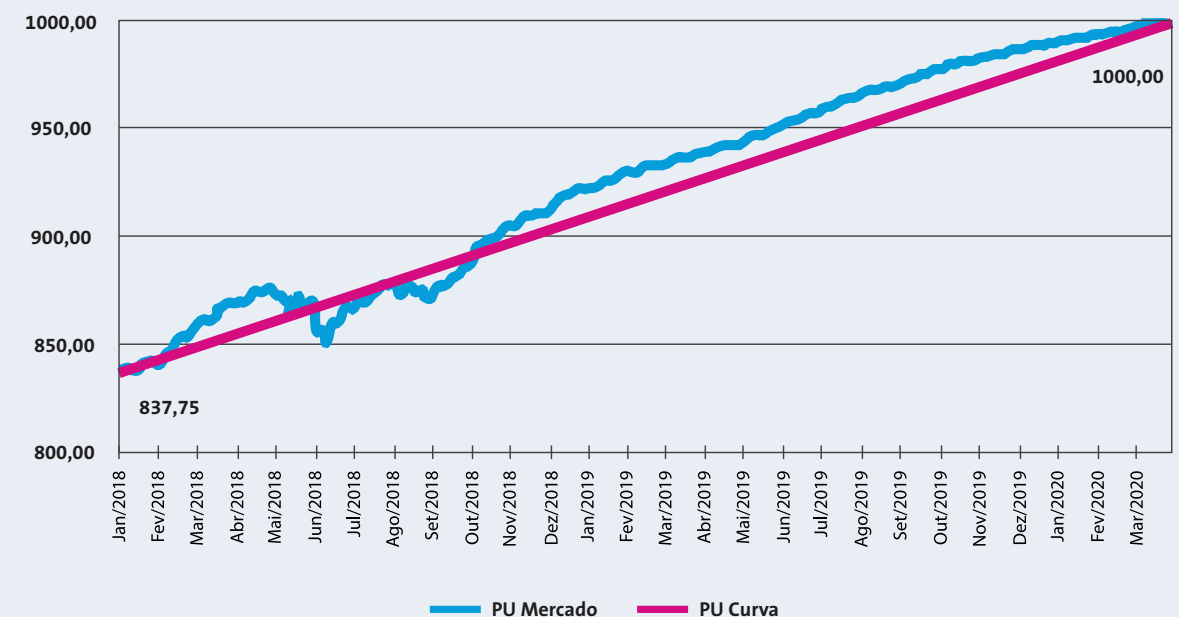
Veja, a seguir, o gráfico de um título do Tesouro Nacional com duas séries de preços, uma marcada a mercado, quando o título sofre oscilações diárias no preço de acordo com a oferta e a demanda, e outra marcada na curva, quando o título é corrigido diariamente pela taxa contratada.

O título foi emitido com as seguintes condições:

- Valor de face: **R\$1.000,00**
- Taxa de juros: **8% ao ano**
- Data de emissão: **05/01/2018**
- Data de vencimento: **01/04/2020**

Aplicando a matemática financeira e conhecendo as condições do investimento, sabemos que o preço dele na data de emissão é de **R\$837,75**.

Tesouro prefixado - Vencimento 01/04/2020



Garantia da remuneração contratada

Observe que, o Preço Unitário (PU) de mercado sofre oscilações no decorrer do tempo, mas o seu PU na curva é uma linha reta, pois reflete exatamente a evolução da taxa contratada. Outro ponto que podemos verificar é que, no vencimento, o valor é exatamente o mesmo que foi acordado no início, independentemente do tipo de marcação do título.

O preço de mercado teve momentos acima e abaixo do preço na curva, o que demonstra exatamente o efeito da marcação a mercado, que pode trazer resultados positivos e negativos para o investidor ao longo da vida do título. Na data de vencimento do título, porém, os preços se convergem e o investidor recebe exatamente a remuneração contratada.

Resultados do 1º trimestre

Acompanhe o desempenho dos planos nos três primeiros meses de 2020

O primeiro trimestre de 2020 foi marcado, principalmente, pela pandemia de Covid-19, que se intensificou pelo mundo em meados de fevereiro, com os governantes de diversos países aderindo a medidas de afastamento social e restrição de mobilidade. A partir desse momento, verificou-se um pânico generalizado nos mercados, já que não era possível avaliar os impactos destas medidas na economia global, sendo certo que muitas empresas seriam impactadas, sobretudo as pequenas e médias, culminando no aumento do desemprego.

Houve, de forma generalizada, um afrouxamento dos bancos centrais ao redor do mundo, com reduções das taxas de juros em praticamente todos os países. O COPOM decidiu reduzir a taxa Selic de 4,50% para 4,25% na reunião de fevereiro e, posteriormente, de 4,25% para 3,75%, na reunião de março. As reduções ocorreram porque, apesar da atividade econômica brasileira apresentar sinais de melhora, a recuperação ainda é lenta.

Além disso, tais medidas foram tomadas para estimular a economia e minimizar os impactos advindos da pandemia da Covid-19. A inflação, medida pelo IPCA, continua abaixo do esperado e os agentes de mercado não veem, no curto prazo, algo que possa pressionar a inflação. O índice IPCA finalizou o trimestre com variação de 0,53%, enquanto o INPC registrou alta de 0,54% no mesmo período. Já a taxa de câmbio flutuou entre 4,01 e 5,20, com a volatilidade do mercado doméstico e internacional.

Em relação ao cenário externo, que já sofria com os primeiros sinais na economia mundial em função da pandemia de Covid-19, as incertezas aumentaram com a disputa entre a Organização dos Países Exportadores de Petróleo (OPEP) e a Rússia, sobre os preços do petróleo.

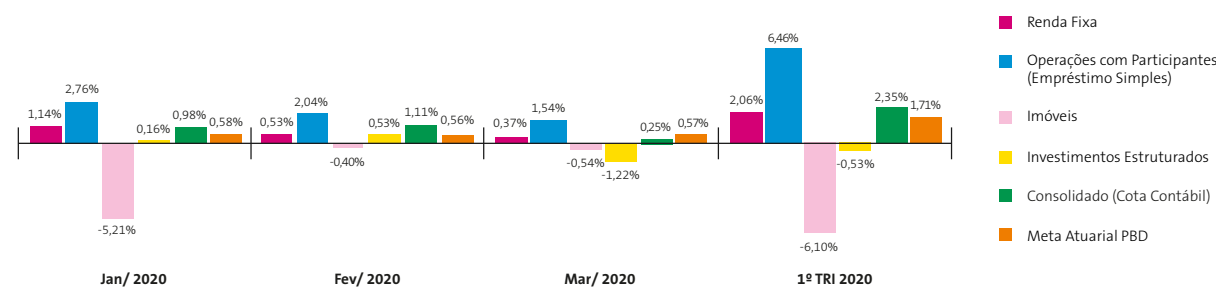
RENDA FIXA

Como já comentado em edições anteriores, com as novas reduções, a taxa básica de juros da economia brasileira (Selic) se encontra nos menores patamares da história. Com isso, a rentabilidade dos investimentos de renda fixa atrelados à Selic também caiu, pois quanto mais baixa a taxa Selic, menor é também o retorno desses títulos. Além disso, a volatilidade dos mercados, principalmente no mês de março, impactou negativamente os preços dos ativos de renda fixa, principalmente, dos títulos indexados à inflação de longo prazo, que apresentaram variação negativa. (Leia matéria da editoria Educação Financeira)

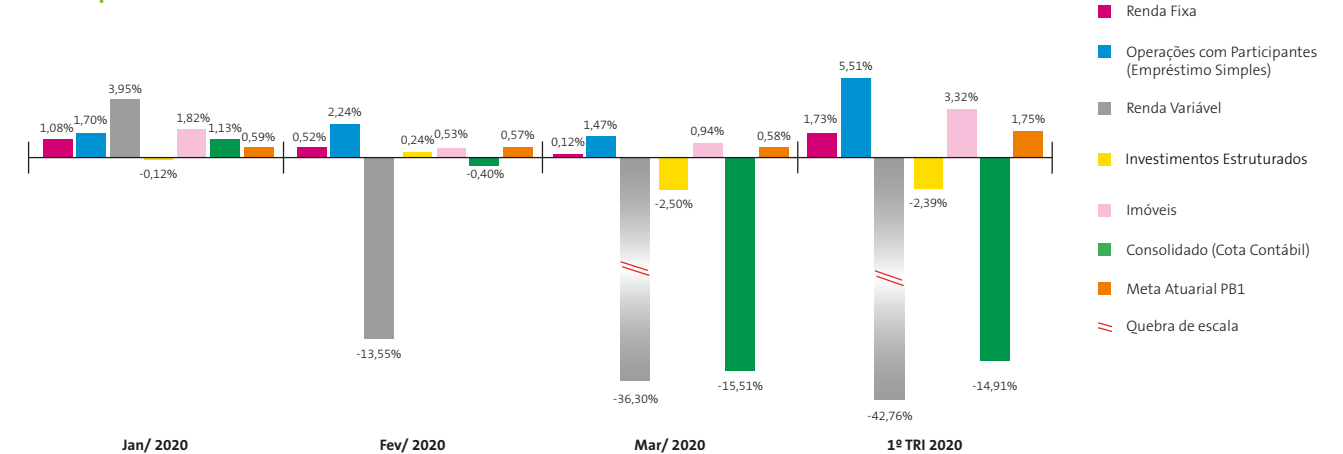
RENDA VARIÁVEL

Assim como na renda fixa, a renda variável foi fortemente impactada pela pandemia de Covid-19. O Ibovespa apresentou queda de 36,86% no trimestre, encerrando o período com 73.019 pontos, sendo que 29,90% desta queda ocorreram em março. Com relação ao cenário externo, as bolsas americanas também apresentaram resultados negativos no 1º trimestre, com quedas de 23,20% do índice Dow Jones e de 20% do S&P 500 (Bolsa de Nasdaq).

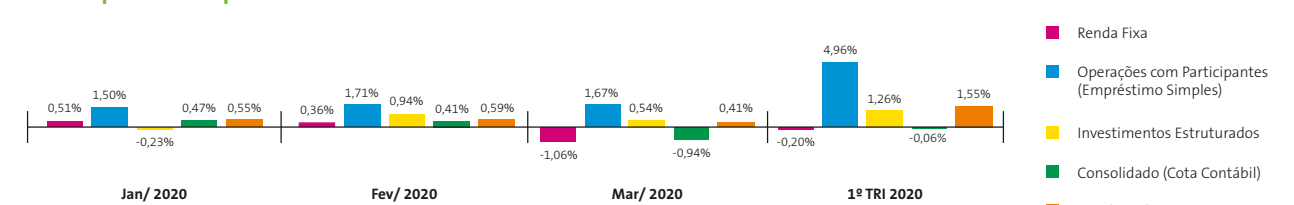
Desempenho PBD



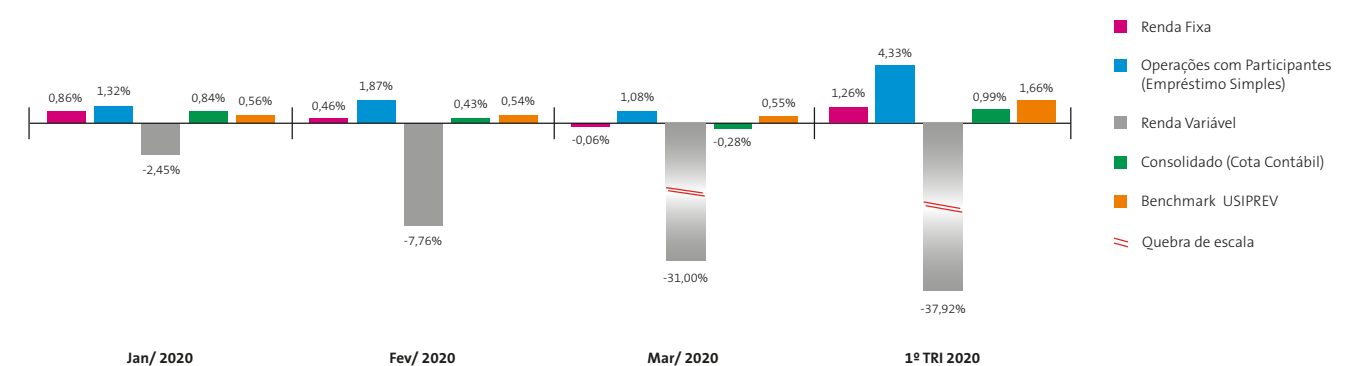
Desempenho PB1



Desempenho COSIprev



Desempenho USIPREV



Desempenho Perfis de Investimento USIPREV

PERFIL	Janeiro	Fevereiro	Março	1º TRI 2020
Conservador	0,87%	0,49%	-0,04%	-1,32%
Moderado	0,23%	-1,18%	-6,27%	-7,17%
Agressivo	-0,41%	-2,86%	-12,50%	-15,35%

Distanciamento social sim, ISOLAMENTO AFETIVO NÃO!

O distanciamento social como recomendação para evitar a transmissão do novo coronavírus é o melhor a ser feito para a proteção da saúde física de todos. Por outro lado, porém, a saúde emocional de adultos e crianças pode ficar comprometida se não forem tomados os devidos cuidados. Sem nos encontrar com as pessoas, e privados das atividades que faziam parte da nossa rotina, é comum nos sentirmos desanimados, tristes ou sozinhos. Mas não podemos entregar os pontos e deixar a peteca cair, certo? Estamos em casa neste momento, mas com os recursos tecnológicos existentes hoje, não precisamos nos sentir isolados do mundo.

Com criatividade e bom humor, tem muita gente usando a tecnologia para matar a saudade dos pais ou avós, cantar parabéns para um irmão, encher o sobrinho ou afilhado de beijinhos virtuais ou simplesmente reservar aquele momento gostoso para um bate-papo com as amigas. Afinal, se os tempos são outros, os tipos de encontros também são e precisamos nos adaptar. Além do popular *WhatsApp*, que permite videochamadas com até quatro pessoas, existem outras dezenas de aplicativos que podem ser usados tanto como ferramentas de trabalho, quanto como plataformas para os encontros sociais e familiares.

Um desses aplicativos é o Zoom, que possibilita videoconferências com a participação de até 100 pessoas. Na versão gratuita o aplicativo permite videochamadas de até 40 minutos. O Messenger é outra solução bastante utilizada e tem a vantagem de permitir a participação de qualquer pessoa que possua conta no Facebook. Outra possibilidade é o Google Meet, uma das ferramentas de trabalho do Google. Ele precisa ser baixado e permite chamadas para todos os contatos do usuário. Logicamente, é necessário que todos os participantes tenham também uma conta no Google e o Hangout instalado. Além desses, existem muitos outros recursos, gratuitos e/ou pagos, para videochamadas profissionais ou pessoais. Dentre os mais conhecidos destacam-se o Microsoft Teams, o Skype, o Jitsi e o Line.

Atenção à saúde física e mental dos colaboradores

Para acompanhar de perto a saúde física e emocional dos colaboradores e seus familiares durante a pandemia da Covid-19, a Previdência Usiminas aderiu ao programa **Fala Aí Saúde**, criado pela Usiminas. Por meio desta iniciativa os colaboradores recebem o apoio de médicos, psicólogos, assistentes sociais e outros profissionais de saúde. O pro-

grama é desenvolvido em duas frentes. Uma delas é o Check Saúde, modalidade na qual o colaborador preenche um *check list* com informações sobre ele e sua família e informa se tem apresentado algum sintoma relacionado à Covid-19 ou se precisa de algum tipo de apoio. A outra frente é o atendimento psicológico por telefone ou *WhatsApp*.

Acolhimento no atendimento on-line

Uma das responsáveis pelo atendimento é a psicóloga **Emiliane Rodrigues Faria Lannes**, da Fundação São Francisco Xavier. Nesta entrevista ela discorre sobre os benefícios do acompanhamento virtual. Para Emiliane, é importante utilizarmos os recursos tecnológicos neste momento de distanciamento social para mantermos viva a afetividade nos relacionamentos com as pessoas que amamos. Ao final desta pandemia, segundo a psicóloga, certamente teremos mudanças profundas em nosso jeito de ser, de viver e de nos relacionar com o mundo. Acompanhe.



A terapia on-line vem sendo cada vez mais utilizada neste período de distanciamento social. Essa prática é reconhecida pelo Conselho Federal de Psicologia?

O atendimento psicológico *on-line* é reconhecido pelo CFP desde 2018. Para praticá-lo é necessário que o profissional de Psicologia faça um cadastro no Conselho Federal de Psicologia. Em outros países, como Canadá, Austrália e Reino Unido, o atendimento virtual já é uma realidade há bastante tempo.

Qual a importância do acompanhamento psicológico on-line para as pessoas que já faziam terapia presencial e interromperam o tratamento?

A continuidade da terapia é importante para que não haja prejuízo na evolução do processo terapêutico. O vínculo estabelecido pelo psicólogo e paciente não muda em razão do ambiente de interação. O acolhimento é o mesmo. Os mesmos recursos usados durante o atendimento presencial são levados em consideração na hora do

atendimento *on-line*. No início pode acontecer algum estranhamento, mas, normalmente, ocorre a adaptação de forma bastante rápida. Por outro lado, a interrupção abrupta do tratamento pode gerar riscos, como o retrocesso no processo. Pode gerar, ainda, o agravamento do quadro e desfecho inadequado.

Além do desânimo e insegurança, o distanciamento social pode aumentar os episódios de ansiedade, estresse e depressão?

Dúvidas, incertezas e mudanças, inclusive de rotinas, são sempre suscetíveis a afetar a saúde mental. Assim, sem sombra de dúvidas, os tempos atuais são propícios ao aumento das doenças mentais. É um momento de grande fragilidade e

é importante que fiquemos atentos aos sintomas para que possamos procurar ajuda o quanto antes, evitando, assim, o agravamento dos quadros. Essa ajuda, considerando os riscos provocados pela Covid-19, é recomendável que seja buscada de forma virtual. Entre os sintomas mais recorrentes, posso citar: angústia, medo, estresse e insônia. Se eles forem recorrentes e persistentes, a ajuda profissional deve ser buscada. A tecnologia está aí para ajudar. Não há razões para não nos servirmos dela. O que não podemos é deixar os pacientes desamparados em momentos difíceis como o que estamos vivenciando.

Mesmo antes da pandemia, o Brasil já era um dos países com o maior número de trabalhadores estressados e ansiosos no mundo. Além da terapia on-line, que outras práticas são indicadas neste momento para que as pessoas consigam manter a saúde mental?

Isso mesmo, segundo a Organização Mundial da Saúde, a depressão é a maior causa de incapacitação no mundo. Os casos de depressão aumentaram quase 20% na última década. Números da própria OMS indicam que, no mundo, aproximadamente 300 milhões de pessoas vivem com depressão. No Brasil, segundo a Pesquisa Nacional de Saúde (2013) realizada pelo Ministério da Saúde, 11 milhões de pessoas são afetadas pela depressão. As doenças mentais podem afetar as pessoas de todas as idades, raças, classes sociais e origens. Sabe-se que o vertiginoso aumento dessas doenças, especialmente da depressão, está diretamente associado aos preconceitos que cercam esses transtornos. Além da terapia, é aconselhável que as pessoas mantenham o autocuidado, realizem atividades capazes de promover distração, tenham uma boa alimentação, cultivem a comunicação com familiares e amigos usando a tecnologia, priorizem o sono e pratiquem atividades físicas regularmente.

Com o distanciamento social, o que os familiares podem fazer para ajudar uns aos outros?

O distanciamento social não precisa significar isolamento afetivo. A tecnologia também pode nos ajudar neste sentido. Os contatos telefônicos ou por chamadas de vídeo, sejam individuais ou em grupo, podem ser utilizados para aproxima-

ção entre amigos e familiares e para demonstrar carinho, afeto e amor, reduzindo a sensação de isolamento e distanciamento.

Especificamente para os pais, como eles podem minimizar a ansiedade das crianças e adolescentes, que sofrem por estar longe da escola, dos colegas e das atividades de antes?

A melhor estratégia sempre será conversar e proporcionar momentos de interação no contexto familiar. Também aqui a tecnologia pode ser uma aliada. Desde que de forma segura e devidamente supervisionada, quando necessário, os pais podem incentivar os filhos para que façam contato com os colegas de escola e amigos por meios digitais. Além de possibilitar a troca de experiências, esses contatos podem reduzir a percepção de isolamento e distanciamento.

