



Finanças: Um início de ano mais favorável  
..... pág. 2

Nucleos é recertificado pela  
Norma ISO 9001:2008..... pág. 3

Viver melhor: O que é “diet” e o que é “light”  
..... pág. 4

## A NOVA DIRETORIA EXECUTIVA E O NOVO CONSELHO

Em sua 181ª Reunião Extraordinária, ocorrida no dia 25 de junho, o Conselho Deliberativo do Nucleos promoveu mudanças na sua Diretoria Executiva e no próprio conselho. São elas:

- Luiz Claudio Levy Cardoso, que ocupava os cargos de presidente e de diretor de Benefícios, foi nomeado diretor Financeiro, com mandato de três anos, em substituição a Lidia Saporito, que acumulava interinamente a referida diretoria e o cargo de gerente de Investimentos.
- Para o cargo de presidente do Nucleos, o Conselho Deliberativo nomeou Norman Victor Walter Hime, também com mandato de três anos, acumulando interinamente o cargo de diretor de Benefícios (este último, apenas até a posse do futuro diretor eleito, prevista para o início do mês de agosto próximo).
- No lugar de Norman Hime para assumir os cargos de conselheira e presidente do Conselho Deliberativo do Instituto, foi designada a conselheira titular, reconduzida pela patrocinadora Nuclep, Maria Aparecida da Silva.

Com mais de 30 anos de tempo de serviço, Norman Hime é advogado, economista e funcionário de carreira da Eletronuclear, onde ocupou diversos cargos gerenciais. Conselheiro titular e presidente do Conselho Deliberativo do Nucleos nos últimos quatro anos, ele foi um dos responsáveis pela reestruturação pela qual passou o Instituto, quando foram efetivadas diversas ações de natureza técnica para o restabelecimento do equilíbrio atuarial e, por consequência, da sua solvência.

A conselheira Maria Aparecida da Silva é engenheira, funcionária de carreira com mais de 30 anos de atuação na Nuclep e exerce atualmente a função de Gerente de Planejamento e Comunicação Corporativa da empresa.

# Um início de ano mais favorável

De janeiro a maio, Programa de Investimentos do Nucleos teve valorização de 9,16%

A rentabilidade acumulada de janeiro a maio de 2009 do Programa de Investimentos do Nucleos foi positiva e bastante significativa, com uma valorização de 9,16%. Isso corresponde a algo em torno de 189% do mínimo atuarial (INPC + 6% ao ano), 4,84%. Este resultado, para o mesmo período analisado, deve-se ao comportamento igualmente positivo do mercado acionário (o Ibovespa teve alta de 41,67% e o IBrx-50 registrou alta de 40,43%), refletindo na rentabilidade dos fundos exclusivos de ações, que valorizaram em torno de 40%.

Outro fator que contribuiu também para este resultado: o comportamento positivo do IMA-B (indicador divulgado pela Andima – Associação Nacional das Instituições do Mercado Financeiro), que mede a evolução do valor de mercado de carteiras compostas por títulos públicos ao IPCA (NTN-B). Ele foi positivo em 12,07%, favorecendo a rentabilidade dos fundos exclusivos no segmento de Renda Fixa, com uma performance de 5,85%.

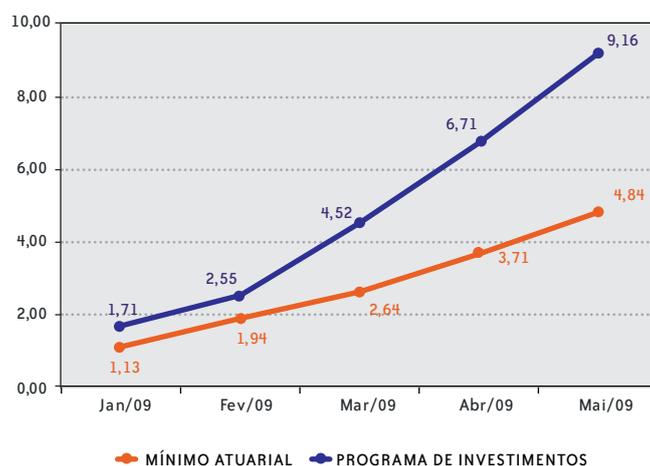
Apesar de um início de 2009 mais favorável, com nítido descolamento dos mercados brasileiros em relação aos americanos e europeus, as atenções estarão voltadas para a evolução dos principais indicadores econômicos globais no sentido de observar alguma recuperação para o segundo semestre. Caso tais expectativas se concretizem, o quadro recessivo mais forte e duradouro — precipitado no auge da crise, em outubro de 2008 — poderá tornar-se mais improvável.



## Destaques do período

- Nos cinco primeiros meses de 2009, os segmentos de Renda Fixa e Variável brasileiros mostraram-se bastante rentáveis.
- Investidores estrangeiros com muita liquidez direcionaram recursos no mercado brasileiro tanto para a compra de ações (o fluxo de janeiro a maio de 2009 foi comprador em R\$ 11,2 bilhões) quanto para a compra de títulos públicos e privados.
- Internamente, o Comitê de Política Monetária (Copom) do Banco Central manteve a redução na taxa básica de juros, a Selic. Atualmente a taxa é de 9,25% ao ano, ante 13,75% em dezembro de 2008.

## MÍNIMO ATUARIAL vs PROGRAMA DE INVESTIMENTOS EVOLUÇÃO ACUMULATIVA EM 2009



## EXPEDIENTE

### NUCLIN

Publicação trimestral do Nucleos - Instituto de Seguridade Social  
Rua Rodrigo Silva, 26 - 15º andar - Centro  
20011-040  
Rio de Janeiro - RJ  
www.nucleos.com.br

### Coordenação

Gerência de Controles Internos, Comunicação e Tecnologia - GCT  
comunicacaonucleos@nucleos.com.br

### Conselho Deliberativo

Maria Aparecida da Silva  
Presidente

### Conselheiros Titulares

Armando D'Ascenção Silva  
Paulo César da Rocha Dantas  
José de Mello Vilella  
Paulo Sérgio Poggian  
Mário Jorge de Lima Soares

### Diretoria Executiva

Norman Victor Walter Hime  
Presidente e Diretor de Benefícios (interino)

Luiz Claudio Levy Cardoso  
Diretor Financeiro

**Tiragem:** 3.500 exemplares  
Distribuição gratuita

### Projeto Gráfico e diagramação

Helena Valença - Resultados em Comunicação  
www.helenavalenca.com.br

### Jornalista responsável

Ricardo Largman -  
Reg. MTB 18.288



# Nucleos é recertificado pela Norma ISO 9001:2008

Certificado pela Norma ISO 9001:2000 há três anos, o Nucleos foi submetido nos dias 1, 2 e 3 de junho à auditoria de recertificação. Mais uma vez, o processo foi conduzido pela empresa Bureau Veritas Certification – BVC, que manteve a certificação agora na versão 2008, abrangendo o escopo “Gestão de Planos de Benefícios de Entidades Fechadas de Previdência Complementar”. A recertificação reafirma o compromisso do Nucleos de aprimorar a sua gestão e buscar a excelência na administração dos recursos de seus participantes e assistidos.

A Norma ISO 9001 é baseada em um conjunto de requisitos técnicos que servem como um guia para a melhoria da performance organizacional. São eles:

- foco no cliente;
- liderança;
- envolvimento das pessoas;
- abordagem dos processos;
- abordagem sistêmica para a gestão;
- melhoria contínua;
- abordagem factual para a tomada de decisões; e
- benefícios mútuos nas relações com fornecedores.

## Na reta final

*Prazo de votação para eleição do novo diretor de Benefícios vai até as 17 horas do dia 24 de julho; página do Nucleos na internet permite voto eletrônico*

Com a definição dos candidatos homologados e a divulgação de suas respectivas plataformas, o processo de eleição do novo diretor de Benefícios do Nucleos entra agora em sua fase final. Todos os participantes e assistidos têm até as 17 horas do dia 24 de julho para votarem. Além do procedimento tradicional de votação manual, via Correios, o Instituto está disponibilizando no seu site ([www.nucleos.com.br](http://www.nucleos.com.br))

a ferramenta de votação eletrônica. Neste caso, o acesso é feito por meio do CPF do participante e de senha personalizada, com o uso de recursos de segurança. Antes, porém, o eleitor deve conhecer o perfil profissional dos candidatos e se informar sobre quais são as metas e projetos de cada um deles no curto, médio e longo prazos. A divulgação do resultado será realizada no dia 31 de julho.

### A VOZ DA EXPERIÊNCIA

## A voluntária “Bombril”

*Vera Luzia Rocha, ex-funcionária da INB, aposentada desde setembro de 1995*



“Minha vida mudou em diversos aspectos depois da aposentadoria. E, na maioria deles, para melhor. Nunca fui uma pessoa sedentária e continuo bastante ativa — e este é o meu segredo, o que posso sugerir a todos que se aposentam: a pessoa não pode parar. Tem que participar de grupos e de atividades. Em relação à minha rotina, todos os dias acordo bem cedo — como se eu fosse trabalhar. Vou até as associações, à igreja e ao asilo para os quais, há oito anos, faço trabalhos voluntários. Dirijo, transporto e acompanho pessoas idosas e doentes tanto para exames e tratamentos clínicos como para se divertir em eventos culturais. Paralelamente, estou sempre em busca de doações, doadores e novos voluntários. Isso, em meio às minhas aulas na academia. Como durante anos estive envolvida com turismo, ainda aproveito esta facilidade para fazer viagens de navio e avião pelo Brasil. E, até recentemente, era síndica do meu prédio. Bem, acho que dá para entender o porquê de me chamarem de ‘Bombril’...”

## O que é “diet” e o que é “light”?

O consumo dos chamados alimentos *diet* e *light* cresceu — e continua a crescer progressivamente — nos últimos anos, assim como suas diversas opções. Hoje, o consumidor brasileiro pode encontrar nas prateleiras dos supermercados iogurtes, chocolates, refrigerantes, sorvetes, pães, sal, leite condensado, doces, margarinas e muitos produtos *diet* e *light*. Embora em franca expansão, trata-se de um mercado relativamente novo, que visa atender consumidores especiais cada vez mais exigentes com a saúde. No entanto, muitas vezes fica difícil diferenciar um produto do outro.

Desde o início da comercialização dos alimentos *diet*, a maioria dos consumidores associou estes produtos como sendo de baixo valor calórico e sem açúcar — e, conseqüentemente, permitidos para pessoas que precisam ou desejam emagrecer. Com a entrada dos *light* no mercado, surgiram dúvidas sobre as diferenças entre esses produtos. Então, o que é *diet* e o que é *light*?

De acordo com a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), o termo *diet* pode ser usado em dois tipos de alimentos:

- Nos alimentos para dietas com restrição de nutrientes (carboidratos, gorduras, proteínas, sódio);
- Nos alimentos para dietas com ingestão controlada (para controle de peso ou de açúcares).

É importante esclarecer que nem todos os alimentos *diet* apresentam diminuição significativa na quantidade de calorias e, portanto, devem ser evitados pelas pessoas que querem emagrecer. Um exemplo clássico é o chocolate *diet*: ele apresenta teor calórico muito próximo ao do chocolate normal. Na realidade, este chocolate é indicado para as pessoas diabéticas, pois é isento (restrito) em açúcar (carboidrato), mas não para as que desejam reduzir o peso, já que no chocolate *diet* há uma maior adição de gordura, o que aumenta o seu valor calórico.

Por outro lado, com a retirada de um nutriente, o alimento pode apresentar uma diminuição de calorias, mas é

preciso verificar se a redução justifica, de fato, a substituição do alimento convencional pelo *diet*.

Já a definição de alimento *light* deve ser empregada nos produtos que apresentem redução mínima de 25% em determinado nutriente ou calorias, quando comparado ao alimento convencional. Para que ocorra a redução de calorias é necessário que haja a diminuição no teor de algum nutriente energético (carboidrato, gordura e proteína). A redução de um nutriente não energético, por exemplo, o sódio (sal *light*), não interfere na quantidade de calorias do alimento.

Dessa maneira, a primeira diferença entre o alimento *diet* e *light* está na quantidade permitida de nutriente. Enquanto que o *diet* precisa ser isento, o *light* deve apresentar uma diminuição mínima de 25% de nutrientes ou calorias em relação ao alimento convencional. A segunda diferença é que o alimento *light* não é necessariamente indicado para pessoas que apresentem algum tipo de doença (diabetes, colesterol elevado, e celíacos, ou intolerância permanente ao glúten, entre outras). Se o alimento *light* apresentar eliminação do nutriente, por exemplo, açúcar (refrigerante *light*), poderá ser consumido pelos diabéticos.

É comum ter dúvida e, por isso, ler os rótulos dos produtos *light* e *diet* e compará-los com o alimento convencional é a maneira mais segura para verificar se eles atendem às suas necessidades. E fique sempre atento na hora da compra, pois esses alimentos geralmente são mais caros do que os convencionais: você poderá gastar mais por um alimento que não precisa ser substituído.

### Fontes de consulta:

SALGADO, Jocélem. PHARMACIA DE ALIMENTOS, *Recomendações para prevenir e controlar doenças*. P. 187-188. Ed. Madras, S. P., 2001. ISSN 85-7374-522-3

CHEMELLO, Emiliano. *A química na cozinha apresenta: o açúcar*. Disponível em <http://www.ciadaescola.com.br/zoom/materia.asp?materia=291>.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução nº 260, de 23 de dezembro de 2003. *Aprova regulamento Técnico sobre Rotulagem de Alimentos Embalados, tornando obrigatória a rotulagem nutricional*. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 26 dez. 2003.

## APÓLICE DE SEGURO DE VIDA EM GRUPO DA CAN OFERECE ASSISTÊNCIA FUNERAL

A apólice de seguro de vida em grupo da Bradesco Vida e Previdência, administrada pela Caixa de Assistência do Nucleos – CAN, oferece aos seus segurados a Assistência Funeral, que contempla desde as providências relativas à liberação de todos os documentos até o encaminhamento dos procedimentos necessários para a

realização do funeral.

Para conhecer as principais coberturas, entre em contato com a CAN:

**Telefone: (21) 3970-3682, ramal 128**

**E-mail: atendimento@canweb.com.br.**

