



Realidade virtual pode ajudar idosos

Com mais de 30 milhões de pessoas acima dos 60 anos, o Brasil já é o 5º país com o maior número de idosos. Um estudo pioneiro da Universidade Federal de Minas Gerais usa a realidade virtual para identificar as necessidades e estimular a autonomia dessa população. Assista à reportagem da Rede Minas:



Jovem cientista brasileiro cria marcador que determina a idade biológica com mais precisão

Fonte: [G1](#), por Mariza Tavares

Foto: G1/ Acervo pessoal

A coluna sempre festeja quando se depara com um avanço da ciência brasileira, mas hoje a comemoração é dupla, dada a idade do cientista. Quero apresentar a vocês um jovem de 23 anos do qual, certamente, ainda ouviremos falar muito. Lucas Paulo de Lima Camillo formou-se em bioquímica pela prestigiosa Brown University, nos Estados Unidos, e agora cursa medicina em Cambridge, no Reino Unido. No dia 19 de abril, a revista científica “npj Aging”, especializada na área do envelhecimento, publicou artigo do qual ele é o primeiro autor, ou seja, o principal colaborador. O trabalho é sobre um biomarcador, criado por Camillo, para medir a idade biológica de um ser humano a partir de qualquer tipo de substância do organismo: sangue, saliva ou amostra de tecido.

Vamos por partes para explicar o feito desse jovem cientista. Em primeiro lugar, lembremos que, apesar de termos uma idade cronológica, que é a da data do nascimento, também carregamos uma **idade biológica, que reflete o envelhecimento do corpo e seus órgãos vitais**. Portanto, uma pessoa de 60 anos pode estar fisicamente bem e ter uma idade biológica inferior. No campo da ciência, há uma corrida para explorar os limites da longevidade – na verdade, como conseguir deter ou até reverter o processo de senescência – que vem mobilizando bilhões de dólares e, inclusive, suscitando debates acalorados sobre a ética de tentar estender indefinidamente nossa existência.

Sou otimista. Da mesma forma que investimentos em saúde e infraestrutura conseguiram aumentar a expectativa de vida das pessoas, o que os pesquisadores estão fazendo abre uma nova perspectiva e não devemos rechaçar a experimentação. O que me leva de volta ao trabalho de Camillo, batizado de AltumAge. “O próximo passo da ciência é desenvolver tratamentos que intervenham na biologia do envelhecimento, em nível celular, porque sabemos que o risco de doenças como câncer, diabetes, demência e problemas cardiovasculares está associado à idade. A criação de biomarcadores, que chamamos de relógios epigenéticos, é um avanço neste sentido, porque não precisamos acompanhar indivíduos da juventude à velhice para avaliar como o organismo vai se deteriorando”, detalha.

Em 2013, Steve Horvath, professor de Berkley, criou um modelo matemático capaz de prever a idade biológica com uma margem de erro de 3 anos e meio, e já há empresas atuando neste segmento que, se eu fosse “batizar” de um jeito descomplicado, chamaria de medidores do relógio biológico. O que torna o AltumAge tão especial é que ele conseguiu baixar a margem de erro para 2.2 anos! Para chegar a esse resultado, é preciso medir o processo de metilação do DNA em nosso organismo – e agora entra a parte mais excitante e um pouquinho difícil de explicar, por isso vamos a uma breve aula de biologia. A metilação é um processo químico que transfere um átomo de carbono e três átomos de hidrogênio e ocorre em todos os tecidos e células. Camillo se vale de imagens simples para descrever o que acontece: “a base bioquímica da metilação é ligar e desligar um gene, isto é, ativá-lo ou silenciá-lo. Quando a parte de um gene está metilada, ele ‘desliga’, e é importante que tenhamos esse ‘liga-e-desliga’ em nossas células. No entanto, com o passar do tempo, pode haver um ruído no padrão saudável da metilação, algo como um CD que vai ficando arranhado, o que provoca a deterioração do som. Por exemplo, alguns genes neuronais que deveriam estar desligados começam a ser reativados, levando a patologias”.

O professor Horvath havia utilizado um modelo linear para essa medição. Em Brown, Camillo desenvolveu sua pesquisa num laboratório de biologia computacional, que usa redes neurais, muito mais complexas. Mergulhou em 142 estudos, depois comparou dados de pacientes com células em laboratórios, e foi assim que começou a desenvolver o algoritmo do AltumAge. Ao medir a idade biológica das células, encontrou uma associação entre o envelhecimento celular e doenças como câncer, esclerose múltipla, diabetes tipo 2 e HIV, entre outras condições. Estamos no limiar de uma era de reprogramação celular e o trabalho de Lucas Paulo de Lima Camillo já se transformou numa

valiosa contribuição. Os outros dois autores do artigo são Louis Lapierre e Ritambhara Singh, ambos seus ex-professores em Brown.



Educação financeira deve estar na escola desde cedo

Fonte: [Folha de São Paulo](#)

Foto: Keiny Andrade/ Folhapress

Em uma sociedade endividada, aprender a lidar com as finanças pessoais deve começar cedo, afirma Reinaldo Domingos, presidente da Abefin (Associação Brasileira de Profissionais de Educação Financeira).

Para ele, a educação financeira é uma ciência humana que precisa de metodologia para ser aplicada e deve ser tratada desde cedo na escola, a partir de recursos lúdicos. “Você ensina sobre o tempo, sobre economia, sobre reduzir gastos para guardar para os sonhos e realizar desejos.”

Em fevereiro de 2022, o percentual de famílias brasileiras com dívidas alcançou o maior patamar desde março de 2010, atingindo 27%, de acordo com números da CNC (Confederação Nacional do Comércio de Bens, Serviços e Turismo).

No Mapa da Inadimplência e renegociação de dívidas, do Serasa, 65 milhões de brasileiros estavam inadimplentes no mesmo período. Entre os principais motivos, estão o cartão de crédito (28,6%), seguido pelas contas básicas como água, luz e gás (23,2%).

Implementar a educação financeira no currículo escolar foi o tema debatido durante a segunda edição do seminário Escola do Futuro, realizado pela Folha, na quinta (28). Com mediação de Paulo Saldaña, fundador e diretor da Jeduca (Associação de Jornalistas de Educação) e repórter do jornal, o evento foi patrocinado pela Conquista, empresa de soluções educacionais.

“Lidar com o dinheiro exige entendimento do relacionamento social, do contexto socioeconômico e da nossa história”, afirma Ivo Erthal, especialista em formação de professores e gestão de teorias educacionais na Conquista.

A opinião é partilhada por Amanda Dias, orientadora financeira e fundadora do projeto Grana Preta, de educação financeira para pessoas com baixa renda. “Não consigo tratar de educação financeira ignorando questões sociais.”

Amanda conta que não se via representada nos exemplos usados em formações sobre finanças pessoais que participava. “Eram muito distantes da minha realidade.” Hoje, ela afirma buscar identificação com o dia a dia de pessoas de baixa renda em seu método de ensino.

“A principal mudança que fiz foi trazer a ideia de que prosperidade é viver bem, sair da lógica de apenas sobreviver e trazer exemplos essencialmente brasileiros.”

Famílias de renda muito baixa (até R\$ 1.808,79) são as que mais sofrem com a inflação: em 12 meses, o índice foi de 10,9%, enquanto o impacto nas famílias de renda alta (maior que R\$ 17.764,49) foi de 9,7%. Os dados são do Ipea (Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada).

Para Rogiene Santos, professora de finanças na Fundação Getúlio Vargas, o tema tem de ser tratado de forma interdisciplinar. Ela diz que entender a gestão do dinheiro vai além de ter afinidade com matemática. O importante é entender a dinâmica do poupar.

“Só sobra se o meu gasto é menor do que o meu ganho, colocar isso em números é simples. Na prática, é difícil abrir mão de um benefício hoje para ter outro no futuro.”

Assista ao seminário:

Reinaldo Domingos, da Abefin, relembra a importância da BNCC (Base Nacional Comum Curricular), implementada nas escolas a partir de 2020, que instituiu a educação financeira como conteúdo transversal, que atravessa mais de uma disciplina da grade curricular.

Para Wendy Haddad Carraro, professora da UFRGS (Universidade Federal do Rio Grande do Sul) e coordenadora do projeto Educação Financeira para Todos e para Toda a Vida, o aprendizado deve ser constante e levar em consideração os diferentes momentos da vida de cada pessoa.

Ela destaca a importância de procurar orientação para quem está em uma situação de endividamento grave. “Procurar uma saída sozinho é praticamente impossível.”

Uma das alternativas apontadas por ela é o consumo consciente: “Preciso de tantas peças de roupa? De calçados? O que é suficiente?”

Cursos gratuitos para aprender sobre finanças pessoais

Formações online incluem dicas de como organizar o orçamento mensal e de como começar a investir

Educação financeira em tempos de Covid-19 - Projeto vinculado à Universidade Federal do Rio Grande do Sul, o curso, com 25 horas de carga horária, faz parte do Programa Educação Financeira para Todos e para Toda a Vida, que reúne materiais de apoio para organizar as finanças pessoais.

Trilha Financeira - Oferecida pelo Descomplica, plataforma de conteúdo educacional, em parceria com o Serasa, a formação apresenta, em sete módulos, conteúdos para quem quer economizar no dia a dia.

Finanças Pessoais - Com duração de sete horas, o curso oferecido pela Fundação Bradesco apresenta estratégias para construir e administrar o orçamento pessoal.

Como Gastar Conscientemente - O curso com duração de oito horas, oferecido pela Fundação

Getúlio Vargas, traz conteúdos e exercícios para os participantes que querem aprender a controlar seus gastos.

Gestão de Finanças Pessoais - Desenvolvido pelo Banco Central do Brasil, em parceria com a Escola de Administração Fazendária, o curso de 20 horas de duração apresenta conceitos básicos de gestão e finanças pessoais.



Brasileiro deixa de ganhar dinheiro ao preferir aplicação em poupança

Fonte: [R7 Economia](#), por Mariana Botta
Foto: Pixbay

Com a variedade de produtos financeiros disponíveis no mercado atualmente, para todos os tipos de investidor e tamanhos de bolso, a caderneta de poupança continua campeã no coração dos brasileiros. Apesar de não oferecer a melhor rentabilidade, ela ainda é o produto mais usado no país por quem quer economizar, independentemente da classe social.

Isso é o que mostra a quinta edição da pesquisa **Raio-X do Investidor Brasileiro**, realizada pela Anbima (Associação Brasileira das Entidades do Mercado Financeiro e de Capitais) em parceria com o Datafolha. Das 5.878 pessoas que foram entrevistadas entre os dias 9 e 30 de novembro de 2021, 23% afirmaram ter depositado suas economias na poupança naquele ano.

Para avaliarem o comportamento do investidor, os responsáveis pelo estudo dividiram a população de acordo com a renda familiar média: as classes A/B englobam as famílias com ganhos médios de R\$ 7.943; a classe C, as com renda em torno de R\$ 2.904, e as classes D/E, de R\$ 1.492. Nessa amostra, 47% são mulheres, e 53%, homens, com 16 anos ou mais, de todas as regiões do Brasil. Além disso, 1.393 pessoas pertencem às classes A/B (25%), 2.810 (47%) são da classe C, e 1.675 (28%) integram as classes D/E. Participaram da pesquisa pessoas economicamente ativas, aposentadas e inativas, com ou sem algum tipo de renda.

O investimento em poupança é a opção de 35% dos indivíduos das classes A/B, de 23% das pessoas da classe C e de 14% dos integrantes das classes D/E. Na avaliação de Luiz Bacellar, CEO da Saks, startup do setor financeiro, que atua no segmento de seguros e previdência, a

popularidade da poupança se deve a quatro fatores, que podem ser vistos a partir de sua motivação principal: cultural, técnica, informacional/educacional e econômica.

“Do ponto de vista cultural, a poupança é uma tradição nacional. Desde criança, a gente ouve que tem de poupar. Nasce uma criança na família, e alguém abre uma poupança para ela. O segundo aspecto, técnico, é a disponibilidade. Quase toda conta bancária, quando é aberta, já vem, automaticamente, com uma conta poupança. Ela acaba sendo usada como forma de guardar dinheiro, não necessariamente como investimento, porque é muito mais fácil colocar o dinheiro na poupança do que em qualquer outro investimento”, afirma Bacellar.

O gestor fala que o terceiro fator é a falta de informação e de educação financeira. “A maioria das pessoas desconhece ou tem receio de trocar um investimento tradicional, como uma poupança, por outro produto, como uma renda fixa ou algo do tipo. Se eu perguntar a qualquer pessoa na rua o que ela entende de renda fixa, tenho certeza de que mais de 90% delas vão dizer que não sabem nada, ou que estão muito ocupadas. E também tem fator educacional: aprendemos que temos que trabalhar para ganhar dinheiro, mas não aprendemos a lidar com o dinheiro. Na hora de fazer um financiamento para comprar uma casa ou um carro, a maioria das pessoas não sabe nem se dá para conseguir juros menores, ou como calcular as parcelas”, diz.

O quarto aspecto apontado por Bacellar é o econômico, a renda da maioria dos brasileiros. “Quase 95% da população ganha até R\$ 3.500, e não tem disponibilidade de capital para investir. Quando é que sobra algum dinheiro?”, questiona.

O Raio-X do Investidor Brasileiro mostra que, em 2021, menos de um terço dos brasileiros (27%) conseguiu economizar, e apenas um em cada dez entre os que pertencem às classes D/E. Para conseguirem fazer isso, 44% dos entrevistados disseram ter diminuído os gastos e/ou deixado de sair, 21% evitaram compras desnecessárias, e 18% controlaram melhor as despesas.

Para Samuel Torres, consultor financeiro da fintech Onze, a falta de educação financeira, também apontada por Bacellar, é o que leva o brasileiro a ainda confiar mais na poupança que em outros investimentos, mais rentáveis. “Estamos com uma inflação anual de 12,75%, mas a poupança está rendendo apenas 6,17% ao ano. Foi um bom negócio até 2020, quando a taxa Selic estava em 2% ao ano, mas hoje é ruim”, analisa.

Dicas

O consultor afirma que uma das melhores opções de investimento na atualidade é o CDB (Certificado de Depósito Bancário) com pagamento de 100% do CDI (Certificado de Depósito Interbancário). “Graças à concorrência, está mais comum e disponível nos grandes bancos, tem baixíssimo risco, e rende a taxa Selic”. Segundo Torres, é possível investir, por exemplo, R\$ 50 por mês. “Nesses casos, é fácil abrir conta em um banco digital, sem tarifas, e aplicar em um CDB pós-fixado com liquidez diária”, orienta.

Os CDBs são aplicações de renda fixa, que consistem em emprestar dinheiro a uma instituição financeira em troca de rendimento. Se for prefixado, a porcentagem a render será conhecida no momento em que é feita a primeira aplicação; se for pós-fixado, o retorno vai variar de acordo com um indexador econômico. O CDB com liquidez diária permite a realização de resgates diariamente, sem perda de rentabilidade.

Ainda segundo Torres, outras opções de aplicação para quem quer investir sem correr riscos são o Tesouro/Selic, “um tipo de tesouro direto, dos mais seguros do Brasil, pós-fixado, sem variação de preço, praticamente sem risco de perder dinheiro”, e o Tesouro IPCA+, que tem garantia de rentabilidade acima da inflação, mas com vencimento de longo prazo (o dinheiro precisa ficar parado, no mínimo, até 2026, mas pode ser até 2035).

A pesquisa da Anbima/DataFolha mostrou que 61% dos entrevistados não conhecem ou não usam nenhum tipo de investimento, número que sobe para 64%, quando considerada somente a classe

C, e para 72%, quando as respostas levadas em conta são apenas as das classes D/E. Os fundos de investimento são o que têm maior adesão: 3% dos entrevistados optam por esse tipo de aplicação. Há, ainda, uma pequena parcela de brasileiros (2%) que ainda guarda dinheiro em casa e/ou “embaixo do colchão”.

Para quem ainda não tem dinheiro aplicado, o primeiro investimento, na opinião de Torres, deve ter como objetivo uma “reserva de emergência”. “É aquele dinheiro que vai ser usado em um imprevisto, para você não precisar pegar dinheiro emprestado. O ideal é que chegue à quantia de, pelo menos, seis vezes o valor dos gastos mensais da família, isso se pensarmos que o imprevisto pode ser uma demissão, por exemplo”, aconselha o consultor.

Outra dica de ouro é dada por Bacellar: “Todo mundo deveria ter uma **previdência privada**. Não é um investimento tão tradicional como a poupança, mas é tão seguro quanto, e pouca gente tem. É um meio de ir acumulando dinheiro todos os meses, é mais lucrativo que a poupança e mais rentável do ponto de vista fiscal também. Além disso, no futuro, é a garantia de um complemento para a aposentadoria, algo de que todo mundo vai precisar”.

Torres aponta mais uma vantagem do investimento em **previdência privada**: “É uma ótima opção de planejamento sucessório, porque não passa por inventário. Isso significa que, em caso de morte, o dinheiro investido e o rendimento são pagos rapidamente aos herdeiros, não entram no processo”.

Fonte: [Funpresp-Jud](#), em 02.06.2022.