



MÊS DO TRABALHO

E os resultados mostram que
temos o melhor time dentro da
PARANAPREVIDÊNCIA

INFORMATIVO

MAIO | 2025



Conselho Diretor da PARANAPREVIDÊNCIA

Diretor – Presidente: Felipe José Vidigal dos Santos

Diretor de Previdência: João Carlos Rocha Almeida

Diretor de Finanças e Patrimônio: Gustavo Schuster Cimbalista de Alencar

Diretor de Administração: Daniel Jacinto Berno

Diretor Jurídico: Jefferson Renato Rosolem Zaneti

Informativo PRPREV – edição 03/2025

Texto: Cristiane Rangel

Revisão e diagramação: Janaína de Assis

Aprovação: Priscila Cristiane Jaworski



04 Editorial

05 Governança

Presidência

Diretoria de Previdência

Diretoria de Administração

Diretoria Jurídica

12 Ações Institucionais

Nova História, novos caminhos

Programa de Capacitação Continuada

Cine Viver

Programa Viver a Vida

Agenda

14 PRPREV em foco

Nem só de previdência vive o colaborador

Um Maio de Conquistas e Novas Oportunidades

Maio é um mês especial, que nos lembra da importância do trabalho e das conquistas alcançadas ao longo do tempo. Neste contexto, temos motivos para celebrar: nossa empresa encerra o mês com resultados excepcionais, aproximando-se da marca de 12 bilhões de reais em patrimônio.

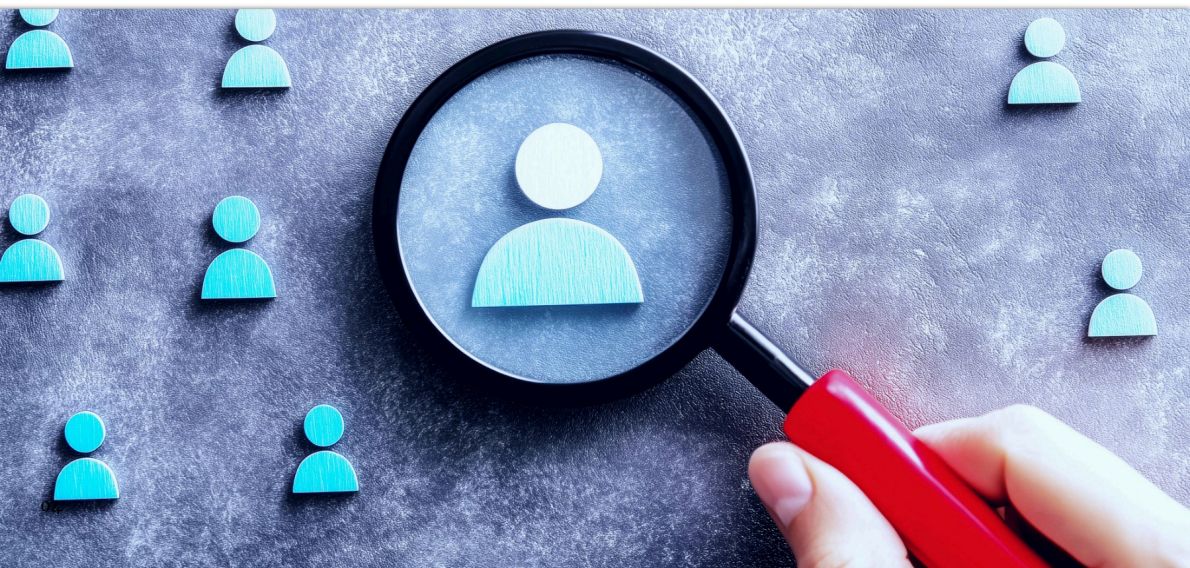
*"VAMOS
CELEBRAR
CONQUISTAS"*

Esse marco é um testemunho do comprometimento e da dedicação de todos os colaboradores, que, com seu esforço diário, transformaram desafios em oportunidades. Os objetivos estão sendo atingidos como esperado. O recadastramento dos beneficiários já ultrapassou 65% com a expectativa de que, neste ritmo, consigamos atualizar todos os dados cadastrais até o final do ano. Esse resultado demonstra a confiança e o engajamento da equipe.

Destacamos também a realização do 1º Seminário de Educação Previdenciária, em parceria com o Instituto de Previdência dos Servidores do Município de Curitiba, que ocorrerá em agosto deste ano. Esta iniciativa tem como objetivo qualificar ainda mais nossos colaboradores e parceiros na análise e concessão de benefícios, além de aprimorar o atendimento aos beneficiários.

Estamos confiantes de que poderemos não apenas atingir, mas superar a marca de 12 bilhões de reais no próximo mês. Convidamos todos a continuarem com essa força e determinação, pois juntos somos capazes de construir um legado pautado na ética e na inovação.

Vamos celebrar conquistas e seguir firmes em nossa jornada!



Foi notícia por aqui!

O mês foi produtivo na Instituição. Confira as principais novidades.

Presidência

• **ABIPEM**

A PARANAPREVIDÊNCIA vai participar, entre os dias 25 e 27 de junho, do 58º Congresso Nacional da Abipem, em Foz do Iguaçu.

O Diretor-Presidente da Instituição, Felipe Vidigal, considera que o encontro é uma oportunidade de fomentar a formação continuada dos integrantes dos Conselhos Fiscal e de Administração. Por isso, a Instituição disponibilizará duas inscrições para cada conselho.

- Os interessados devem entrar em contato com a Secretaria Executiva para maiores informações.

• **NOVA FUNCIONALIDADE**

O Tribunal de Contas do Estado do Paraná (TCE-PR) lançou na última segunda-feira (26), uma nova funcionalidade em seu Sistema Integrado de Atos de Pessoal (Siap). A

novidade vai facilitar a realização da compensação previdenciária entre os diferentes regimes de previdência.

A reunião de lançamento contou com a presença do Diretor-Presidente Felipe Vidigal, do Diretor de Previdência João Carlos Rocha Almeida, do Coordenador de Concessão de Benefícios, Rafael Forneck e de Mery Paes, ambos responsáveis pelo Comprev no RPPS paranaense.

A nova funcionalidade do Siap, que já está em operação, é chamada de "Relatório de Atos Registrados" e permite às gestoras dos regimes próprios de previdência obter em um só documento, de forma automatizada, todos os dados necessários para a formulação do requerimento para a compensação financeira entre regimes.

Inovadora, a ferramenta foi concebida para oferecer maior rapidez, praticidade e segurança nos processos de compensação previdenciária, proporcionando ganhos reais

de produtividade às entidades gestoras dos RPPS, com reflexos diretos na redução de custos operacionais.

Dessa forma, a novidade representa um marco na atuação dos Tribunais de Contas do Brasil e consolida o Siap do TCE-PR como um sistema de referência nacional, que poderá contribuir para a economia dos cofres públicos no Paraná, já que, anteriormente, havia entidades previdenciárias municipais que realizavam contratações terceirizadas para desempenhar o serviço – prática que é considerada irregular pelo Ministério da Previdência Social (MPS) e por diversas decisões do próprio TCE-PR.

Na oportunidade, o Diretor-Presidente da PARANAPREVIDÊNCIA, Felipe Vidigal, recebeu um troféu das mãos do presidente do Tribunal de Contas do Estado do Paraná, Ivens Linhares, pela contribuição da Instituição para o desenvolvimento da funcionalidade.



Ao lado, o troféu entregue ao Diretor-Presidente Felipe Vidigal, e imagem da reunião no TCE. Presentes também o Diretor de Previdência João Carlos Rocha Almeida e o Coordenador de Concessão de Benefícios Rafael Forneck.

• LAI e LGPD são tema de reunião na PRPREV

A Lei de Acesso à Informação (LAI) e a Lei Geral de Proteção de dados (LGPD) foram os temas do encontro realizado no dia 05 de maio, com a presença da Ouvidora da PARANAPREVIDÊNCIA, Enoy Cantelmo, o Ouvidor Geral de Contas do TCE/PR, Patrick Machado e o Encarregado de Dados Pessoais do TCE/PR, Evaldo Luís Moreno Silva.

A mesa redonda, que contou com a participação do Diretor Jurídico Jefferson Zaneti e de colaboradores representantes do Compliance e da Controladoria, teve também a presença de outros colaboradores da Instituição, que são peças-chave para o cumprimento das duas leis na PARANAPREVIDÊNCIA.

Os servidores do Tribunal de

Contas do Estado do Paraná responderam a inúmeras perguntas a respeito da legislação, a fim de sanar as principais dúvidas dos colaboradores da Instituição.

A Ouvidora Enoy Cantelmo ressaltou na abertura a “importância dos encontros e capacitações direcionadas aos colaboradores no sentido de esclarecer a todos a respeito da transparência e o cumprimento da legislação”.

Já o Ouvidor Geral de Contas do TCE/PR, Patrick Machado, disse acreditar que ferramentas como a LAI são fundamentais para o fortalecimento da democracia e a cidadania no Brasil.



Acima, a Ouvidora da PARANAPREVIDÊNCIA, Enoy Cantelmo, o Ouvidor Geral de Contas do TCE/PR, Patrick Machado e o Encarregado de Dados Pessoais do TCE/PR, Evaldo Luís Moreno Silva. Logo abaixo, participantes da mesa redonda.

• CONTAS HOMOLOGADAS

No final do mês de abril as contas da PARANAPREVIDÊNCIA foram homologadas pelo Secretário de Estado da Administração e da Previdência, Luizão Goulart.

A homologação das contas pelo Secretário refere-se ao processo de análise e validação das contas financeiras e orçamentárias da Instituição por parte da SEAP. Esse processo garante a conformidade legal e a correta aplicação dos recursos previdenciários.

• Reuniões

No último dia 23 de maio, Felipe Vidigal esteve reunido com a equipe da Coordenadoria de tecnologia e do Compliance para a revisão das normativas referentes ao e-Protocolo.

Diretoria de Previdência

• Comprev 1

Maio foi um mês bastante movimentado na Diretoria de Previdência e o principal assunto foi a Compensação Previdenciária (Comprev).

O Comprev foi tema de reuniões com representantes dos RPPS dos municípios de Pinhais, Curitiba e Wenceslau Brás. Esta troca de conhecimentos e de experiências sobre a adoção de medidas para o fortalecimento do sistema de compensação previdenciária, tem se mostrado cada vez mais relevante no sentido de estreitar laços com outros RPPS do País.

Na PARANAPREVIDÊNCIA, com as ações relativas ao Comprev, o Estado do Paraná já recuperou mais de R\$ 620 milhões em requerimentos deferidos pelo Instituto Nacional do Seguro Social (INSS). E, até março deste ano, foi registrada a recuperação de mais R\$ 54 milhões.

• Comprev 2

O Coordenador de Concessão de Benefícios da PARANAPREVIDÊNCIA, Rafael Forneck, participou como palestrante, entre os dias 12 e 14 de maio, da Imersão Comprev.

O evento, promovido pela Associação Paranaense de Regimes Próprios de

Previdência Social (Apeprev), teve foco na compensação financeira entre regimes previdenciários. A programação reuniu gestores, técnicos e especialistas de sete estados brasileiros.



Acima, O Coordenador de Concessão de Benefícios Rafael Forneck, a Supervisora do Comprev, Rosimeri Paes, e participantes do Imersão Comprev. Abaixo, o Diretor de Previdência João Carlos Rocha Almeida em reunião com visitantes dos RPPS de Pinhais e demais colaboradores.

Diretoria Jurídica

• PARANAPREVIDÊNCIA implementa Controladoria Jurídica

A Diretoria Jurídica da PARANAPREVIDÊNCIA está implementando uma nova área, a Controladoria Jurídica. Esta iniciativa, além de ser um marco na modernização da gestão processual da instituição, alinhando-se ao que há de mais moderno em matéria de gestão de informação jurídica e processual, é resultado do trabalho da Coordenadoria Jurídica do Contencioso.

O meio jurídico de modo geral, reconhece que a gestão de informações e prazos judiciais constitui um dos maiores riscos enfrentados pelos setores de contencioso.

O controle preciso e eficiente desses elementos não é apenas desejável – é indispensável para garantir excelência no atendimento às demandas institucionais e a proteção dos interesses da PARANAPREVIDÊNCIA.

Neste contexto, o controle revela-se fundamental para a eficiência no trato da

matéria jurídica.

A Supervisão de Processo Eletrônico foi a área responsável por promover essa revolução na controladoria jurídica, e passou por uma completa e estratégica reestruturação.

Hoje, a área conta com uma equipe altamente qualificada, composta pela Supervisora Karliana Mendes (colaboradora do quadro de advogados da instituição) três colaboradores técnicos operacionais dedicados e capacitados, além do suporte dos estagiários do curso de Direito.

Esta nova configuração não apenas garante a distribuição adequada do conhecimento, como também assegura a continuidade dos serviços, estabelecendo um novo patamar de qualidade e excelência operacional que busca constantemente a obtenção de resultados cada vez melhores.

O compromisso com a modernização traduziu-se em diversas medidas inovadoras e no desenvolvimento de projetos concebidos em módulos de execução. Esta

abordagem estratégica visa posicionar futuramente a PARANAPREVIDÊNCIA como titular de uma das mais sofisticadas controladorias jurídicas.

Durante as fases de revitalização e remodelagem da área, foram implementadas iniciativas que incluíram a revisão completa dos processos de trabalho, otimizando fluxos operacionais e eliminando gargalos que comprometiam a eficiência.

Investimentos substanciais foram realizados em ferramentas tecnológicas avançadas, alinhando a capacidade operacional da Instituição às mais modernas práticas de gestão jurídica.

Simultaneamente, a Diretoria Jurídica fomentou um programa de treinamento para todos os colaboradores, garantindo a constante atualização e aperfeiçoamento profissional, além do desenvolvimento e implementação de manuais detalhados de procedimentos, estabelecendo padrões claros e replicáveis de qualidade. Modelos de negócios que

atendem às elevadas expectativas institucionais foram buscados no mercado, mas sem deixar de lado o compromisso pela inovação gerada dentro de nosso próprio corpo de colaboradores.

Os profissionais da DJ assumiram o protagonismo dos processos de inovação, atuando como verdadeiros agentes de transformação desde o interior do sistema, como pessoas que vivenciam diariamente os desafios e oportunidades deste ambiente. Esta abordagem tem se revelado eficiente, demonstrando que a inovação nasce da experiência prática e do conhecimento aprofundado dos processos internos.

Esta iniciativa representa mais que uma simples modernização de processos, mas a materialização do compromisso da Instituição com a excelência jurídica e o aprimoramento contínuo de seus serviços.

Os trabalhos de implementação da nova área prosseguem conforme o

cronograma estabelecido. As próximas etapas incluem a finalização dos módulos em andamento e a avaliação contínua dos resultados obtidos, visando o aprimoramento constante dos processos implementados.

A Controladoria Jurídica da PARANAPREVIDÊNCIA vai contribuir para o aprimoramento da gestão processual, proporcionando maior controle sobre prazos e informações judiciais, reduzindo os riscos operacionais, qualificando ainda mais os resultados institucionais.

Diretoria de Administração

• CAS

O CAS (Coordenadoria de Administração e Serviços) concluiu obras e melhorias internas no Bloco A, faltando apenas a instalação de guarda-corpos nas muretas dos corredores. Na parte externa foi iniciada a substituição da porta de vidro de acesso por uma porta automatizada, e ainda

a substituição de uma parte da fachada de vidro, que estava fora de padrão, por materiais padronizados conforme restante do prédio.

No bloco B, já está sendo finalizada a instalação dos novos aparelhos de ares-condicionados. Além disso foi finalizada a substituição da cobertura – que antes era de policarbonato – por vidros especiais que bloqueiam a ação do sol mantendo a claridade o que se traduz em melhorias no conforto térmico interno, bem como na claridade.

Foi iniciada também a substituição das divisórias e pisos dos gabinetes dos diretores, bem como a reforma geral da sala multiuso, inclusive com novo sistema de som.

As divisórias das demais áreas estão sendo medidas para que sejam instaladas seguindo o mesmo processo de modernização das divisórias aplicadas nos gabinetes. Em paralelo, foi autorizada a elaboração de

projeto para a reforma do subsolo 3, do bloco B, com a criação de vestiários com chuveiros para atender ao pessoal terceirizado.

No quesito segurança, foi autorizada a elaboração de projeto para a instalação de câmeras no prédio do bloco B, internas e externas.

Em relação aos demais imóveis do Fundo de Previdência, está em andamento projeto para, a realização das obras de reforma do Edifício locado para o SAS, na cidade de Londrina.

• **INFORMÁTICA**

Na área de TI, a CTEC avançou na instalação dos novos computadores, alcançando cerca de 75 % do cronograma. Cada estação entregue inclui braços articuláveis com pistão a gás, MiniPCs, periféricos ergonômicos e monitores de 27" (2K) e 21,5". Além disso, foram distribuídos três notebooks novos para cada diretoria, e o Adobe Acrobat Pro já está disponível nas máquinas

virtuais e em uso pelos colaboradores.

Nos projetos estratégicos, a CTEC, em parceria com a Microsoft, está realizando o levantamento técnico para renovação das licenças Windows, Office e Server. Foram definidos também os requisitos do sistema de som e câmeras complementar à reforma da sala multiuso e elaborado um briefing do plano de reforma e modernização física do Data Center.

Na área multimídia, está sendo implementado um ambiente para automações e uma metodologia para o desenvolvimento dos softwares internos, além da implantação da base PDSMantis para uso de todos os setores.

Na área de sistemas, em conjunto com a CELEPAR, a CTEC está acompanhando o desenvolvimento das primeiras entregas dos módulos de perícia e de serviço social do projeto de migração do GPREV e do módulo Data Futura do APP PRPREV, além de concluir a

atualização das resoluções de gestão do órgão e da Comissão Interna do e-Protocolo, com o objetivo de revisar a norma e adequar processos às exigências da LGPD e da LAI.

• **Recursos Humanos**

A Coordenadoria de Recursos Humanos concluiu as avaliações de desempenho e promoverá a implementação das progressões funcionais aos empregados que preencheram os requisitos estabelecidos no novo Plano de Cargos e Salários. Esta implantação ocorre quando o colaborador atinge também o tempo necessário para a obtenção da elevação salarial, dada a cada dois anos. Ainda na seara funcional, foi finalizada a transição das empresas responsáveis pelos serviços de medicina e segurança do trabalho, com a efetiva atuação da nova contratada junto aos empregados da PARANAPREVIDÊNCIA.

A CRH também está dando apoio técnico à Coordenadoria

de Licitações e Contratos no processo de credenciamento das empresas fornecedoras do benefício de vale alimentação. A equipe participou da análise dos materiais apresentados pelas interessadas e na testagem das ferramentas tecnológicas a serem utilizadas na votação eletrônica pelos beneficiários, garantindo a segurança e a rastreabilidade do processo.

Com relação ao concurso público nº 01/2024, encerrado recentemente, a equipe tem se dedicado à conclusão dos procedimentos necessários à autorização de chamamento e à formalização das contratações dos candidatos aprovados, conforme previsão de vagas autorizadas.

Ainda, foram intensificadas as ações voltadas à formação dos empregados. Após a implantação de normativa interna que regulamenta a contratação de cursos externos, houve avanço na organização da programação de capacitações voltadas às diversas áreas da PARANAPREVIDÊNCIA.

Também foram iniciados os levantamentos voltados ao acompanhamento da saúde dos empregados, com foco na identificação de situações que necessitem de atenção preventiva.

Paralelamente, está em curso a interlocução com gestores para análise das ausências motivadas por saúde, com vistas à identificação de padrões e à proposição de medidas de apoio.

Ainda em decorrência do ciclo de avaliação de desempenho, foi iniciado o processo de acompanhamento dos empregados que não atingiram a nota mínima prevista na norma vigente.

A medida visa proporcionar o aprimoramento profissional e orientação mais direta por parte das chefias imediatas, de forma a contribuir com a melhoria do desempenho institucional.

• LICITAÇÕES

A Coordenadoria de Licitações e Contratos atuou nas contratações das

divisórias do bloco B, nos guarda-corpos do bloco A e nos materiais gráficos e promocionais para a PARANAPREVIDÊNCIA.

Estão em andamento o credenciamento do vale alimentação, a locação dos tablets, a aquisição de persianas e de janelas, vidros e portas.

Ainda em maio, foi aberta a concorrência eletrônica para a contratação dos serviços de auditoria externa. Paralelamente, foi publicada a abertura do pregão eletrônico de contratação dos serviços de atendimento médico móvel, que acontece em 04/06/2025 e para a contratação de aprendizes, que será realizado em 05/06/2025.

A nova norma para aquisição de bens e serviços está na fase de revisão.



AÇÕES INSTITUCIONAIS

Ações educativas

Nova História, Novos Caminhos

O ciclo de palestras Nova História, Novos Caminhos, neste mês de maio, recebeu alguns servidores que se encontram em fase de transição entre a atividade e a aposentadoria. No dia 13 do corrente mês, os participantes foram recebidos na Escola de Gestão, onde foram apresentados ao Programa Viver a Vida, conversaram sobre educação financeira na aposentadoria, sobre os impactos emocionais envolvidos nas mudanças de rotina, e também receberam orientações sobre as diversas formas de atendimento oferecidas pela PARANAPREVIDÊNCIA.

Cine Viver

Alguns participantes do Programa Viver a Vida estiveram no dia 12 de maio na segunda edição do Cine Viver. Desta vez, o encontro aconteceu nas dependências da Escola de Gestão do Paraná, onde os presentes puderam assistir ao filme “Antes de Partir”. Na sequência, a psicóloga convidada, Dra. Edileia Constantino (SESA), proporcionou momentos de reflexão e debate, aproveitando a temática da obra apresentada. A dinâmica proposta convidou os aposentados e



pensionistas a falar sobre seus sonhos ainda não realizados, incentivando-os a nunca deixar de caminhar na direção de seus objetivos.

Capacitação Continuada

Prosseguindo com os encontros da Capacitação Continuada de Parceiros, acontece no dia 30 de maio, última sexta-feira do mês, o 4º Encontro do Programa. A condução do tema, desta vez, será por conta do Dr. Fabiano Stainzack, que abordará o Sistema de Proteção dos Militares e suas especificidades. As salas virtuais têm recebido uma quantidade considerável de acessos – sempre ultrapassando os 100 participantes – e proporcionam uma oportunidade interessante aos parceiros, que podem esclarecer suas dúvidas em tempo real, diretamente com o especialista no assunto.

Programa Viver a Vida

Ainda que em fase de finalização das reformas no subsolo 2, o Programa Viver a Vida abriu horários para aulas de alongamento e yoga, às terças e quintas-feiras pela manhã. Esta agenda tem como objetivo não deixar que os beneficiários e participantes se sintam parados, e assim, possam voltar a frequentar gradualmente os cursos e atividades oferecidos pelo Programa.



Participantes do Viver a Vida na exibição do filme "Antes de Partir", na Escola de Gestão. Após, conversa com a psicóloga convidada, Dra. Edileia Constantino.



Beneficiária alunas do Alongamento, juntamente com a voluntária Maria Rita e a colaboradora Carmem Regina Soares.

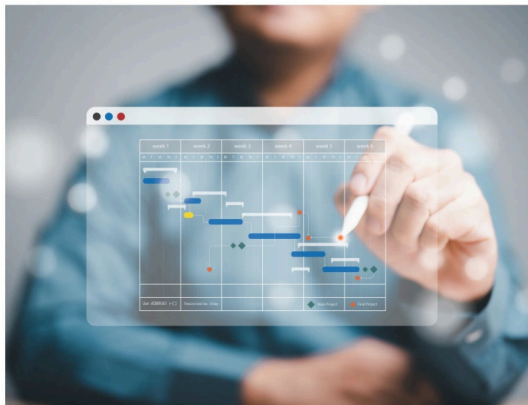
VEM AÍ!

06/06 – Podcast – IFPR

09/06 – Conversando com o meu Futuro – Programa de Pré-Aposentadoria.

25 a 27/06 – Estande no Congresso ABIPEM – Foz do Iguaçu

27/05 – Quinto Encontro da Capacitação Continuada de Parceiros



PARANAPREVIDÊNCIA EM FOCO**NEM SÓ DE PREVIDÊNCIA VIVE O COLABORADOR**

VOCÊ PENSA QUE CACHAÇA É ÁGUA?

Pois este texto vai te mostrar que não! Então senta e aproveita essa verdadeira aula sobre o assunto.

Cachaceiro, sim, e com orgulho!

Por Lucia Guidolin Regis

Pode parecer estranho à primeira vista, mas é isso mesmo! Vamos dar os significados corretos às palavras.

A palavra cachaceiro tem origem na junção de cachaça com o sufixo *-eiro*, que indica alguém que tem relação com algo. Esse sufixo é frequentemente usado na formação de palavras que designam profissões ou ocupações. De origem latina, ele é um sufixo agentivo, ou seja, caracteriza pessoas que realizam uma ação ou

desempenham uma função específica. Alguns exemplos de profissões com esse sufixo incluem:

- Pedreiro (quem trabalha com pedras e construção)
- Jardineiro (quem cuida de jardins)
- Porteiro (quem controla a entrada de um local)
- Ferreiro (quem trabalha com ferro)

Interessante notar a diferença social entre profissões terminadas em *'-eiro'* e *'-ista'*. Enquanto *'dentista'* e *'economista'* geralmente indicam prestígio acadêmico, profissões como



'jardineiro' e 'porteiro' estão mais ligadas a trabalhos práticos e manuais. Isso reflete aspectos históricos e culturais da língua portuguesa.

Por outro lado, a palavra cachaceiro também passou a ser usada para definir quem consome bebidas alcoólicas em excesso—não apenas cachaça, mas cerveja, whisky, gin, vodca, vinho, entre outras. Independentemente da bebida, quando consumidas em demasia, todas causam o mesmo efeito: a embriaguez, contudo em razão da multiplicidade de causas da embriaguez, cachaceiro não é a melhor palavra para definição do alcoólatra.

A medicina classifica o problema da doença crônica caracterizada pela dependência do álcool como alcoolismo, uma doença séria que deve ser tratada. Pessoas alcoólatras precisam se conscientizar de que infelizmente não podem consumir nenhum tipo de álcool, da mesma forma que um celíaco deve evitar o glúten, entre tantos outros casos similares.

Dito isso, posso afirmar com orgulho que me tornei uma cachaceira! Nos últimos anos, meu marido e eu, motivados pelo hobby dele, (de colecionar garrafas de cachaça lacradas), passamos a nos interessar profundamente por esse produto tão rico e popular. Afinal, a cachaça é o único destilado genuinamente brasileiro, e desempenha um papel significativo na economia brasileira, sendo produzida nas mais diversas regiões do país e contribuindo para a geração de empregos em setores relacionados à agricultura, manufatura e comércio.

Após inúmeras viagens e visitas a quase 200 alambiques e indústrias pelo Brasil, além de cursos e leituras aprofundadas, posso afirmar que compreendo bem esse universo. A cachaça

envolve uma riqueza cultural imensa, repleta de costumes, crenças, conceitos e até mitos que, ao longo do tempo, se tornaram verdades absolutas para muitos. Além disso, há o desafio de superar o preconceito daqueles que ainda enxergam a palavra “cachaceiro” de forma pejorativa.

Compreendo que é importante reconhecer que o consumo de álcool existe, pode ser prazeroso e benéfico para a saúde, desde que as pessoas saibam como praticá-lo. Essa tem sido nossa missão: desmistificar o consumo da cachaça, tornando-a popular, aceita e defendida como outros produtos o são em outros países. São bebidas tradicionais que integram sua identidade cultural e econômica cuja produção está fortemente ligada a fatores históricos e regionais. Vejamos a relação entre a tequila e o México, o pisco e o Peru, o whisky e a Escócia, o champanhe e a França.

Tamanha a importância da Cachaça no Brasil, que o Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (MAPA) tem um setor dedicado à regulamentação e fiscalização da produção de cachaça no Brasil. A Coordenação-Geral de Vinhos e Bebidas, que faz parte do Departamento de Inspeção de Produtos de Origem Vegetal, é responsável por supervisionar o registro de produtores e marcas de cachaça.

Mas porque falar disto? Porque precisamos conhecer o que é cachaça de qualidade, que não prejudica nossa saúde e se optarmos por consumir álcool, que o seja de qualidade.

Assim é preciso entender que existem vários tipos de produto, rotulados como “cachaça”, mas que não são da mesma qualidade e segurança alimentar.

A CACHAÇA DE VERDADE é aquela produzida

preferencialmente pelo método de destilação em alambiques de cobre, registrada e controlada pelo MAPA. Além desta existem outras também registradas e controladas, mas produzidas pelo método industrial. O que as diferencia é que no método industrial tudo o que resulta da destilação é engarrafado, enquanto que no método de alambique (produção em lotes ou batelada), a parte inicial da destilação, que traz os álcoois perigosos para a saúde, inclusive o etanol, e a parte final da destilação, que carrega os metais pesados, é descartada. Só vai para a garrafa o coração da cachaça, a parte nobre, livre das substâncias mais prejudiciais, por isso essa cachaça de verdade, consumida com responsabilidade, não nos dá dor de cabeça, bafo e nem ressaca.

Além dessas opções regulamentadas, há duas categorias especialmente preocupantes. A primeira refere-se à cachaça produzida sem registro oficial e sem controle de qualidade, muitas vezes comercializada como “artesanal” ou “da roça”. Essas bebidas costumam ser vendidas em embalagens descartáveis, à beira da estrada ou em locais sem qualquer fiscalização, o que representa um grande risco para o consumidor. Destas nada se sabe: origem, procedência, qualidade, é um tiro no incerto, mas mesmo que fosse boa, só o fato de ser vendida desta forma, demonstra o descuido de seu produtor, o que lhe tira a confiança.

Por fim, a pior de todas, aquela em que não se tem dúvida da qualidade, já é certo que não atende qualquer mínimo padrão aceitável; o COROTE, aquele em que normalmente são engarrafados os resíduos da produção do alambique, a cabeça e a cauda, riquíssimos em álcoois prejudiciais, etanol e metais pesados. Muito consumida por moradores de rua, e

pasmem: estudantes! Sim isso mesmo, aqueles jovens que estão iniciando sua jornada na vida, que deveriam estar aprendendo o certo e cuidando de sua saúde física e mental desde cedo! É lamentável!

Consumir bebidas alcoólicas de forma consciente é essencial para preservar a saúde e garantir uma experiência mais prazerosa. Aqui estão seis recomendações fundamentais:

- Escolha bebidas regulamentadas – Prefira produtos registrados pelo Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (MAPA), sempre adquiridos em embalagens originais de vidro ou louça, em estabelecimentos de confiança. Desconfie de promoções exageradas, especialmente em compras online ou de vendedores informais.
- Verifique a procedência ao consumir fora de casa – Ao pedir uma dose ou um coquetel em bares e restaurantes, pergunte sobre a marca da bebida utilizada, solicite para ver a garrafa e certifique-se de que a dose é servida na sua presença.





- Evite consumir álcool com o estômago vazio – Antes de ingerir qualquer bebida alcoólica, faça uma refeição adequada. O consumo de álcool em jejum pode intensificar seus efeitos e comprometer a saúde.
- Hidrate-se corretamente – Para cada dose de bebida alcoólica, é recomendado ingerir pelo menos dez vezes o volume de álcool ali contido em água. Essa prática auxilia na diluição do álcool no organismo e reduz seus efeitos adversos.
- Aprenda seus limites em um ambiente seguro – Prefira iniciar o consumo de bebidas alcoólicas em casa, onde é possível observar os efeitos no organismo e desenvolver hábitos saudáveis.
- Nunca dirija sob efeito do álcool – O consumo de bebidas alcoólicas compromete os reflexos e a capacidade de tomada de decisão, tornando a direção perigosa para você e para os demais. Sempre utilize alternativas seguras de transporte.

Existe um equívoco comum ao acreditar que apenas destilados causam embriaguez rapidamente, enquanto cervejas e vinhos são menos impactantes. Na realidade, o teor alcoólico consumido depende da quantidade ingerida.

- Uma dose de 50 ml de cachaça, vodca, gim ou whisky com 40% de teor alcoólico equivale a 20 ml de álcool puro.
- Uma lata de cerveja de 350 ml com 6% de teor alcoólico contém 21 ml de álcool puro, ou seja, mais do que uma dose de cachaça ou uma caipirinha.
- Um copo de vinho de 200 ml a 13% de teor alcoólico resulta em 26 ml de álcool puro, exigindo uma hidratação proporcional para mitigar seus efeitos.

Importância da hidratação – a ingestão de água durante o consumo de álcool não elimina seus efeitos, mas reduz sua concentração no organismo, tornando suas consequências menos intensas. Para equilibrar:

- 50 ml de uma bebida com 40% de álcool contém 20 ml de álcool puro e exige a ingestão de 200 ml de água.
- 200 ml de vinho a 13% de álcool contém 26 ml de álcool puro e requer pelo menos 260 ml de água para melhor diluição.

O consumo consciente de bebidas alcoólicas pode proporcionar momentos agradáveis sem comprometer o bem-estar.

Mais do que moderação, é necessária INTELIGÊNCIA ao beber.

Lucia Guidolin Regis é Analista Previdenciária Senior e está lotada na Unidade de Orçamento e Planejamento da PARANAPREVIDÊNCIA



Informativo Maio | 2025