

# O JUBILADO



Informativo da Associação dos Aposentados da CRT - Ano 20 - Nº 126 - Maio/Junho 2009

## Associação implementa plano de ações a partir de julho

Em seminário de planejamento estratégico na AACRT, realizado no final de 2008, com participação de todos os membros dos órgãos administrativos, foram listadas 27 ações para decisão e aprovação por parte do Conselho de Administração. A atual diretoria eleita, revendo o assunto, escolheu 16 destas ações para levar à apreciação do Conselho na reunião ordinária ocorrida em 23 de junho último. Por unanimidade dos conselheiros efetivos e suplentes presentes, as mesmas foram aprovadas e devem ser implementadas a partir do mês de julho/09. As ações foram divididas em cinco grupos: saúde, social, benefícios, organizacional e investimento patrimonial. Veja no quadro abaixo como elas estão distribuídas.

### Grupo saúde

- 1) Campanhas de vacinação de adultos e idosos;
- 2) Cadastro de profissionais da área da Saúde;
- 3) Estudar convênios com redes farmacêuticas;
- 4) Programa de educação e acompanhamento ao doente crônico;
- 5) Programas de assistência social;
- 6) Planos de Saúde.

### Grupo Social

- 7) Estudar ações para conquistar novos associados;
- 8) Implantar ações para sensibilizar os associados a participarem da AACRT;
- 9) Atividades sociais e parcerias;
- 10) Estudar a criação da figura do Vigilante;
- 11) Estudar a criação do Ouvidor.

### Grupo Benefícios

- 12) Plano de Benefícios AnaparPrev;
- 13) Seguro de Vida em grupo.

### Grupo Organizacional

- 14) Estudar reestruturação administrativa da AACRT;
- 15) Área de informática da AACRT.

### Grupo Investimento Patrimonial

- 16) Decisão sobre edificação da nova sede social.

Da esquerda para a direita, o diretor-presidente Newton Lehugeur; diretor-tesoureiro Rubens Paulo Gaspar de Oliveira Júnior; diretor vice-presidente Eva Beatriz Teixeira Correa; diretor-social Ivo Antônio do Amaral Luiz; diretor-secretário Paulo Roberto Vieira da Rocha; diretora-adjunta Luciana Maria Centeno dos Santos



### Dia da Telefonista



Uma festa junina conjunta, AACRT e Sinttel, com a participação da Astti, além de marcar a nova postura de união das entidades, prestou homenagem às telefonistas com um verdadeiro arraial, realizado na sede II do Sinttel, que se firma como a casa do trabalhador telefônico: uma referência para a categoria. Durante a festividade, foi ressaltada a importância da telefonista na construção da CRT, tornando-a forte como empresa.

Os dirigentes das entidades ressaltaram ainda a relevância do resgate das datas históricas da categoria, como o dia da telefonista e do homem de rede para unir os trabalhadores e desta forma manter viva a história daqueles que contribuíram para o desenvolvimento das telecomunicações no Estado.

### Almoço Solidário

A partir do mês de julho o almoço mensal promovido pela AACRT passa a ter também um caráter solidário. Além do reencontro dos associados, foi implantada a campanha do kg, com o objetivo de arrecadar alimentos não perecíveis a serem doados a entidades assistenciais.

Já a partir de agosto, a entidade trará como novidade a presença de todos os funcionários no almoço, o que permitirá maior interação com os associados. Assim, a partir deste mês, na quarta-feira do almoço mensal, a sede da Associação permanecerá fechada das 11h às 15h.

## Disposição para crescer

A atual diretoria da AACRT realiza um trabalho de conscientização entre os colegas aposentados e pensionistas no sentido de que todos se unam em torno da Associação para que possamos manter as conquistas alcançadas e ampliar o nosso espaço.

A diretoria vai promover encontros nas Delegacias Regionais e na Capital, proporcionando o reencontro de amigos para reviver histórias e lembrar os velhos tempos, quando trabalhávamos na CRT.

Pautará o seu trabalho, no sentido de melhorar cada vez mais a qualidade de vida dos associados, a ampliação da parceria com as entidades coirmãs: Sinttel/RS e Astti.

É desejo aumentar o número de associados voluntários. Recentemente foi aprovado pelo Conselho de Administração, dentro dos preceitos estatutários, o aumento da quantidade de Delegacias Regionais, com nomeação de Delegados e Vice-Delegados, bem como a criação de 16 (dezesseis) Coordenadorias, com uma média de participação de três associados em cada uma delas, perfazendo uma quantidade total, incluindo os membros dos órgãos administrativos (Conselho de Administração, Diretoria Executiva e Conselho Fiscal), de 120 (cento e vinte) novos associados voluntários participativos e atuantes.

Os resultados desse esforço coletivo em prol da família dos telefônicos logo, logo, tenderão a aparecer.

Diretoria Executiva

## Expediente

### Diretoria Executiva

**Diretor Presidente** -

Newton Lehugeur

**Diretora Vice-Presidente** -

Eva Beatriz Teixeira Correa

**Diretor Secretário** -

Paulo Roberto Vieira da Rocha

**Diretor Tesoureiro** -

Rubens Paulo G. de Oliveira Junior

**Diretor Social** -

Ivo Antonio do Amaral Luiz

**Diretora Adjunta** -

Luciana Maria Centeno dos Santos

### Conselho de Administração

**Mandato de nove anos:**

**Efetivos:** Jaime Souza De Marco, José Jurandir Teixeira Leite e Ruben Dario Vives.

**Suplentes:** Reynaldo Ribeiro de Mello, Luiz Antônio Russomano Pires e Rui Gastão Silva de Oliveira.

**Mandato de seis anos:**

**Efetivos:** Bruno Gilberto Becker, Ivo Edgar Heilmann e Pedro Assis Capellão.

**Suplente:** Jaqueline Dulac Goulart.

**Mandato de três anos:**

**Efetivos:** Itibiricá Silva Machado, Heddy Pedernheiras e Alice Liana Dresch.

**Suplente:** Renato André Hoff.

### Conselho Fiscal

**Efetivos:** Remy Carlos Susin, Océlio Lécio Ledur e Inês Zanetti

**Suplentes:** Ilo Weiss, Orlando Rodrigues Conceição e Valfréi José Machado

### Edição e Textos

Thais Bretanha Rg. 5087/RS

**Projeto Gráfico:** Espaço Arquitetura

**Impressão:**

Gráfica Relempágo

**Tiragem:** 3.500 exemplares

## Eventos

### O prazer e a arte no reencontro

O almoço do Dia das Mães, comemorado pela AACRT no dia 13 de maio, na sede social da Astti, foi o primeiro da nova gestão que decretou portas abertas a todos os associados. As mulheres presentes foram presenteadas com uma rosa vermelha, em homenagem à data, e os participantes brindados com um churrasco dos melhores, sob o comando de equipe afinada nos espetos: Brandão, Paz, Felipe, Tonaiser e Enoir. Mais de 190 associados, além dos dirigentes das demais entidades, Sinttel e Astti prestigiaram o evento que ainda homenageou os aniversariantes do mês.

Um abaixo-assinado favorável ao projeto do senador Paulo Paim, pelo fim do fator previdenciário – fórmula que reduz em até 40% os valores da aposentadoria – circulou entre os presentes e mais de uma centena de assinaturas foi recolhida para ser juntada ao coletivo sindical.

Em junho, nem a chuva e o frio do começo do mês desanimaram os associados, que prestigiaram o coral da AACRT, sob a regência de Alberto Gerst. Foi mais um almoço com muita animação, sorteio de brindes e reencontro. As músicas interpretadas pelo coral – É preciso saber viver, Vira virou e Porto Alegre é demais – deram o tom da festa que continuou até às 15h animada por som mecânico, O cardápio prestigiou a cozinha campeira, com feijoadada, carne de panela e muita salada.



### Agende-se: próximos eventos 2009

Julho	8	Almoço/ Campanha do agasalho
Agosto	12	Almoço/ Homenagem aos pais/Campanha do kg
Setembro	9	Almoço/ Semana Farroupilha/Campanha do kg
Outubro	14	Almoço/ Campanha do kg
	28	Destaque AACRT / Entrega das Indicações

## Obituário

### Jorge Diogo Sant'Anna

Em 1963 a diretoria técnica da CRT, instalada no Edifício Fênix, na Praça XV de Novembro, tinha uma equipe de engenheiros, técnicos e projetistas voltados à realização dos projetos para as novas centrais telefônicas. Entre eles, uma figura singular, competente, educada, disposta: o Sant'Anna. Ele tinha um traço preciso e correto na execução de desenhos e plantas dos prédios a serem executados. Voltado ao trabalho com afinco e companheiro para orientar, quando solicitado. Colorado de quatro costados, Sant'Anna foi figura que marcou sua passagem na CRT e na AACRT pela urbanidade no trato, qualidade do trabalho e disposição para ouvir os colegas.



Nome	Data Nasc	Óbito	Cidade
Nemer Augusto Macedo Aquere	24/8/1963	22/03/2009	Porto Alegre
Lya Zita Araújo Dias	24/3/1929	02/05/2009	Porto Alegre
Ignez Barreto Macedo	8/3/1929	17/05/2009	São Sepé
Idy Vergara Gervini	4/7/1925	21/05/2009	Pelotas
Lydio Da Silva Antonacci	20/11/1934	26/05/2009	Porto Alegre
Jorge Diogo Sant'anna	28/2/1938	31/05/2009	Porto Alegre
Marco Antonio Russo Feio	24/8/1953	02/06/2009	Porto Alegre
Gleci Frepagani Dos Santos	11/9/1948	10/06/2009	Taquari
Olimpio Cardoso Pardo	18/8/1926	19/06/2009	Rio Grande
Selma Fernandes	6/2/1940	23/06/2009	Porto Alegre

## Cultura

### Por

Paulo Roberto Vieira da Rocha

Para alguns de nós (ex-CRT) que ainda dispomos de certa "ociosidade", indicamos abaixo alguns bons eventos e locais interessantes em Porto Alegre e não muito caros:

### Exposição Jurassic Park está em Porto Alegre

Exposição O Mundo dos Dinossauros (Av. Praia de Belas, 1815) chegou à Capital gaúcha. Animais em tamanho real, com som e movimento ali, ao lado do Shopping Praia de Belas. A exposição vai até o dia 27 de julho, mas pode ser prorrogada. Descontos para grupos acima de 10 pessoas.

Visitação: de terça a sexta-feira, das 12h às 18h e sábado e domingo, das 10h às 19h.

### Teatro Bons espetáculos na Capital e Interior

Campanha recente do SESC/RS em parceria com a prefeitura da Capital incentiva: Ponha mais teatro no seu cardápio! Porto Alegre e algumas cidades do Interior dispõem de um bom número de teatros/palcos com bons espetáculos a preços acessíveis. Pesquise e informe-se sobre eles. Caso não tenha programação para adultos, experimente o teatro infantil, sempre com boas montagens e histórias lúdicas que encantam crianças e adultos. Faça diferente: desligue a TV e vá ao teatro.

### Literatura Sebos: boa leitura a preços convidativos

Visite um sebo! Você vai se admirar com a variedade de títulos e muito mais com os preços. É inacreditável. Só no Centro de Porto Alegre é possível encontrar este tipo de livrarias espalhadas nas ruas Riachuelo, General Câmara, Rua da Praia, Jerônimo Coelho e avenida Borges de Medeiros. Outros bairros como Bom Fim, Cidade Baixa, São Gerardo e Cristal também têm estabelecimentos do gênero. Visite-os!

### Coral Solte a sua voz

Quem canta seus males espanta. E não é só isso: cantar faz bem para a saúde física e mental. Faça parte do coral da AACRT. O grupo tem se apresentado em diversos eventos, onde sempre é muito bem recebido. Os ensaios acontecem todas as quintas-feiras, das 14h às 17h. **Inscreva-se junto à secretaria da sua Associação. Venha! Aqui a sua voz será ouvida**

## Previdência

### Garanta um bom futuro com o plano de benefícios da AnaparPrev

O plano de Previdência Complementar AnaparPrev, criado especialmente para os associados da Anapar (Associação Nacional de Participantes), é opção para quem quer proporcionar à família um futuro tranquilo. Optando pelo plano, o associado investe agora para assegurar um bom padrão de vida na aposentadoria.

Motivos para aderir ao AnaparPrev não faltam. Entre eles é o plano que oferece as menores taxas, credibilidade, transparência, dedução no Imposto de Renda, flexibilidade e segurança. Trata-se de um plano completo, pois além do benefício de aposentadoria programada, oferece também aposentadoria por invalidez e pensão por morte.

Podem participar do plano AnaparPrev todos os associados da Anapar e todos aqueles participantes de planos de previdência administrados por fundo de pensão e seus parentes em até 3º grau.

A responsabilidade pela administração do plano AnaparPrev é da Fundação Petros, da Petrobras, uma instituição sólida que atua há 39 anos no mercado de Previdência complementar para empresas e que também faz a gestão de planos para sindicatos, associações, conselhos de classe e cooperativas.

Mais informações podem ser obtidas pelo telefone 0800 025 35 45, no site [www.anapar.com.br](http://www.anapar.com.br) ou junto à secretaria da AACRT.

Não deixe para amanhã. Consulte o site do AnaparPrev, simule o valor das contribuições e o valor do benefício no futuro.

E não esqueça: o futuro é agora!

[www.anapar.com.br](http://www.anapar.com.br)

### Entidades unidas para salvaguardar direitos dos telefônicos

A direção da AACRT, em conjunto com o Sinttel/RS, acompanha com atenção o desenrolar das ações na Justiça encaminhadas pelo advogado Ricardo Castro referentes a atos da nova empresa Oi, após a aquisição da Brasil Telecom. A começar pelos dois mandados de segurança que pedem a nulidade da Portaria nº 2.792, de 27 de fevereiro, da Secretaria de Previdência Complementar, que autorizou, na véspera do Carnaval, a transferência dos planos de benefícios vigentes na Fundação BrTPrev para a Fundação Atlântico de Seguridade Social. O primeiro mandado foi impetrado em nome de Itamar Prestes Russo, na condição de conselheiro eleito da FBrtPrev, sem que houvesse manifestação e deliberação do Conselho Deliberativo da entidade. Neste processo, o juiz ainda não examinou o mérito, pois entende que o Itamar não está apto para ser o autor da ação. O jurídico das entidades ingressou com recurso contra a decisão do juiz.

Já o segundo mandado foi impetrado em nome do Sinttel/RS que, além de pedir a nulidade da Portaria 2.792, requer a declaração de impossibilidade de extinção da Fundação BrTPrev em razão do Edital de Licitação de venda do controle acionário da CRT e do Termo de Transação Judicial, assinado no ano de 2002, que antecedeu o processo de migração dos Planos Fundador/Alternativo para o Plano BrTPrev. Neste caso, o juiz determinou a intimação da autoridade coautora – diretora do departamento de análise técnica da SPC. A expectativa é que essa decisão ocorra ainda no mês de julho.

Além disso a AACRT e o Sinttel/RS impetraram ajuizamento de ação ordinária contra a Fundação BrTPrev (e talvez a Brasil Telecom) através da qual pretendem que o juiz declare a ilegalidade da transferência de planos de benefícios e a nulidade dos atos até agora praticados neste sentido pela diretoria da entidade, bem como a condenação da Fundação

## Artigo

### Pacotes de ações judiciais: nem sempre o resultado é bom

Em outras oportunidades, as entidades representativas dos telefônicos, Sinttel/RS e a AACRT já publicaram artigos alertando sobre os riscos para os participantes ativos e aposentados e para o seu “próprio patrimônio” – a Fundação BrTPrev

–, que representa a elevada taxa de crescimento das ações

judiciais, com a onda dos famosos “pacotes de ações judiciais” e suas promessas milagrosas, garantindo altos ganhos financeiros.

Todos nós, telefônicos, estamos sobrevivendo há algumas décadas. Lutamos

pela preservação dos nossos empregos, contra a precarização da privatização selvagem. Lutamos para construir uma renda complementar à renda da previdência pública, e assim viver de forma digna e, no mínimo, nas mesmas condições de quando ainda trabalhadores em atividade laboral.

Construímos ao longo dos anos a nossa Fundação CRT, pensando no nosso futuro. Já mudou de nome várias vezes. Começou com a FCRT, passou pela FBrtPrev e hoje, a patrocinadora é a nova supertele nacional, empresa Oi, que está tentando transferir os planos BrTPrev para a Fundação Atlântico, além de também estar avaliando a possibilidade de liquidação do Plano Fundador e Alternativo. O Sinttel/RS e a AACRT, juntamente com suas assessorias jurídicas (Escritório do Direito Social) e atuariais (Mirador Assessoria Atuarial), e mais os conselheiros eleitos, continuam na defesa intransigente deste patrimônio que é de todos aqueles(as) que contribuíram com uma parte de seu salário, visando a assegurar uma aposentadoria mais digna.

Fundo de pensão de renda complementar, jamais será como acertar na loteria. Vamos colher o resultado decorrente do zelo administrativo e patrimonial das contribuições individuais e da patrocinadora. Algumas correções e revisões de valores dos be-

nefícios, aqui ou acolá, são até necessários. Neste contexto, é preciso ter em mente que questões pontuais versadas nos regulamentos dos planos de benefícios, não suficientemente claras ao participante, quando não esgotado o esclarecimento, nas instâncias internas do

fundo de pensão (diretorias, conselhos fiscais e deliberativo), e remeidas diretamente ao Poder Judiciário, constituem-se em ameaças ao equilíbrio da Fundação.

Por isso, é essencial para o equilí-

brio dos planos e para a garantia e perenidade do benefício dos participantes que estes procurem a Fundação, busque esclarecimentos, utilize os mecanismos internos e as instâncias institucionais existentes antes de ingressar com ações judiciais duvidosas. Existe à inteligência do participante da FBrtPrev. Os cálculos simulados apontam para ganhos financeiros, que se igualam à prêmios da megasena. Pode isso? Tenha sempre em mente: questões judiciais merecem um tratamento sério e comprometidas com as possibilidades reais de se realizarem. Não é verdade que as decisões judiciais são sempre favoráveis aos participantes de uma Fundação. Muitas vezes, apesar de circunstancialmente haver um “ganho individual imediato”, no final o resultado pode ser muito ruim para o nosso benefício futuro. O futuro de cada um, depende da atitude coerente de todos.

Portanto, telefônicos, para estes encaminhamentos e orientação sérias, os associados do sindicato e da associação podem dispor das assessorias jurídica (Escritório do Direito Social) e atuariais (Escritório Mirador).

Ingo Müller  
Conselheiro  
Deliberativo da FBrtPrev



### A luta agora é no Congresso Nacional

A AACRT participou nos dias 18 e 19 de junho do 7º seminário promovido pela Federação dos Aposentados e Pensionistas do RS (Fetapergs). O evento contou com a participação de deputados federais e do senador Paulo Paim que falou sobre seus projetos em favor dos aposentados, que esperam aprovação no Congresso Nacional. “O que se viu é que os trabalhadores aposentados se organizam e reivindicam seus direitos. Não dá mais para esperar só pela boa vontade dos governantes”, observou a diretora-adjunta Luciana Maria Centeno dos Santos.

Aposentados e pensionistas devem estar atentos à votação dos projetos de lei 4434/2008 que recompõe as perdas das aposentadorias e pensões, hoje com uma defasagem acumulada de 87% (a partir de 1995). Também está em votação o projeto de lei 01/2007 que concede o mesmo índice de reajuste a todos os benefícios previdenciários. Os dois projetos foram aprovados no Senado por unanimidade e precisam ser aprovados na Câmara. “Se não lutarmos pela defesa da nossa aposentadoria, em breve estaremos, todos, recebendo um salário mínimo da previdência”, observa Luciana. Portanto, acompanhe, participe, cobre do deputado federal no qual você votou. Faça a sua parte na defesa do seu salário!





**A riqueza de dons com que o ser humano é constituído, onde o eu e a confiança, como ponto de partida e fundamento, avivam e sustentam os demais dons, possibilitam alguns equivocos. Entretanto, a disposição do ser humano de bem, pela humildade, avalia suas fraquezas, podendo chegar à audácia de rever atos equivocados.**

**Seu Bira**

## Jurídico

### Entidades preparam novo informativo

Muito em breve, a AACRT, o Sinttel e o escritório do advogado Ricardo Castro trarão como novidade um Informe Jurídico que pretende atualizar, avaliar e esclarecer todas as ações encaminhadas e por encaminhar, relativas a Fundos de Previdência e assuntos relativos a aposentadorias passadas e futuras. Aguarde!

## Sede social

### Atividades devem reiniciar em setembro

As obras de reforma e ampliação da sede social estão em andamento e deverão estar concluídas no mês de setembro. Após a conclusão reiniciaremos as atividades de artesanato, a realização dos chás e muitas outras atividades que estão em estudo e em breve serão anunciadas. Aguardem as novidades.

## Cuidado! Isto pode ser um golpe

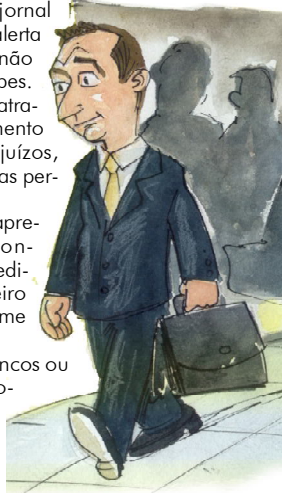
Matéria publicada na página 13 do jornal Correio do Povo, do dia 7 de junho, faz um alerta aos idosos, alvos fáceis de vigaristas, que não se cansam de aplicar os mais variados golpes. Conto da aposentadoria, golpe do reajuste atrasado, do cartão engolido e do recadastramento bancário costumam causar grandes prejuízos, muitas vezes sem dar chance de recuperar as perdas. Portanto, fique atento.

1. Desconfie sempre que alguém se apresentar como fiscal da Previdência, notificando-se a conseguir aposentadoria mediante o pagamento de parcelas em dinheiro pelo serviço. É golpe e o estelionatário some muito rápido.

2. Geralmente na proximidade de bancos ou de entidades de classe, os golpistas se aproximam com a conversa de representarem algum sindicato ou associação. Abordam as vítimas alegando que elas têm direito a receber reajustes atrasados do benefício e oferecem-se para agilizar o processo. Geralmente pedem 10% do valor para cobrir as despesas. Após receber o dinheiro, desaparecem.

3. O golpista usa um produto aderente para prender o cartão magnético no caixa eletrônico. Após várias tentativas a vítima desiste da operação e deixa o cartão, que ela imagina ter sido 'engolido'. Ele, então, retira o cartão e saca o dinheiro disponível na conta.

4. Realizado por telefone, o recadastramento bancário é outro golpe comum. O estelionatário induz o correntista a digitar os números da agência, da conta e da senha. Com equipamentos especiais, conseguem ter acesso às informações e sacam o dinheiro da vítima.



**USO EXCLUSIVO DOS CORREIOS**

AUSENTE  
 FALCIDO  
 RECUSADO  
 MUDOU-SE  
 ENDEREÇO INSUFICIENTE  
 NÃO EXISTE O NÚMERO INDICADO  
 DESCONHECIDO  
 OUTROS (ESPECIFICAR)

DATA \_\_\_\_\_  
 RUBRICA DO RESPONSÁVEL \_\_\_\_\_  
 MOTO \_\_\_\_\_

# Vacinas:

## mais proteção para os idosos

Pesquisa nos Estados Unidos revela que entre 50 mil e 70 mil pessoas morrem anualmente por doenças que poderiam ser evitadas pela vacinação. Destas, 95% são adultos idosos que não resistem a complicações de infecções causadas por pneumococos (pneumonia) e influenza (gripe).

Os idosos portadores de doenças crônicas, como diabetes, asma, doença coronariana, câncer, etc, também devem ser vacinados, lembrando-se, ainda, a importância da vacinação contra tétano e contra a hepatite B.

Converse com o seu médico sobre os benefícios da vacinação na terceira idade. Ela pode salvar vidas, reduzir os custos dos serviços de saúde e melhorar a qualidade de vida.

Saiba quais as vacinas são consideradas essenciais e estão à disposição no sistema público de saúde:

### Dupla tipo adulto (difteria e tétano)

Protege o organismo contra a difteria e o tétano. Esse acomete com frequência os idosos, devido a ferimentos domésticos e porque as pessoas que hoje têm mais de 60 anos não foram, na adolescência e na infância, alvo de campanhas de vacinação. Causado por uma bactéria, o tétano atua nos terminais nervosos. É preciso tomar a vacina a cada dez anos. O adulto que nunca tomou a vacina ou desconhece quantas doses tomou deve receber três doses, com intervalo mínimo de 30 dias entre cada uma. Se a pessoa se ferir e só tiver tomado uma dose ou não se lembrar de quantas tomou, precisará tomar as três doses, além do soro antitetânico. A vacina está disponível no Sistema Único de Saúde (SUS).

### Contra a pneumonia

Protege o organismo contra a pneumonia causada pela bactéria pneumococo. Em pessoas com mais de 60 anos, a doença é três vezes mais frequente, além da mortalidade ser maior, razões pelas quais a vacina se torna importante nessa faixa etária. No sistema público de saúde, ela é destinada a idosos hospitalizados ou internados em casas geriátricas e asilos. A vacina tem uma única dose, com reforço após cinco anos. Entre os sintomas da pneumonia estão febre, calafrios, dor no tórax, tosse com catarro e falta de ar.

### Influenza

Também é conhecida como a vacina contra a gripe. O vírus Influenza provoca a gripe, cujos sintomas são febre alta, dor de garganta, dores no corpo, fraqueza e mal-estar. Nos idosos, a infecção pode evoluir com mais facilidade para uma pneumonia. É bom lembrar que a gripe é diferente do resfriado, causado por outros vírus e com sintomas mais fracos. A vacina requer uma dose a cada ano, administrada nas campanhas de vacinação do Ministério da Saúde.

## Outras vacinas

### Hepatite B

É uma doença do fígado que em algumas pessoas não apresenta sintomas. Em outras, o doente pode ter sintomas semelhantes aos da gripe: febre baixa, dores musculares e articulares, dor abdominal e diarreia. Cerca de 10% dos pacientes não desenvolvem a doença, mas correm o risco de ter cirrose ou câncer de fígado no decorrer dos anos. No caso dos idosos, o risco é que a hepatite B evolua para formas mais graves. A vacina contra a hepatite B tem indicação universal, ou seja, todos deveriam tomá-la, sendo recomendadas três doses - duas com intervalo de um mês e a terceira cinco meses após a segunda dose. A vacina não está disponível para adultos na rede pública de saúde.

### Febre amarela

Deve ser tomada por todas as pessoas que moram ou viajam para regiões de risco no País, entre as quais Mato Grosso, Pará, Goiás, Amazonas e a região oeste dos estados de São Paulo e Minas Gerais. A febre amarela é uma doença infecciosa de curta duração (no máximo dez dias). Os sintomas gerais são febre, calafrios, dores de cabeça e musculares, náuseas, vômitos e fotofobia (sensibilidade dos olhos à luz). Nos idosos, a febre amarela pode evoluir para um quadro mais grave (queda de pressão, sangramentos e icterícia). A vacinação deve ser realizada dez dias antes da data marcada para a viagem às regiões de risco. Quem já tomou a vacina, deve se imunizar, novamente, e esperar três dias para iniciar a viagem. O sistema público de saúde dispõe dessa vacina.