

BOLETIM INFORMATIVO UCS - MAIO / 2026

Dia das Mães: mulheres reforçam protagonismo financeiro e priorizam proteção de filhos no seguro de vida



Em um cenário que combina maior responsabilidade econômica e necessidade de planejamento, a proteção financeira das mulheres aos filhos e netos tem ganhado protagonismo.

Dados mais recentes de mercado indicam que as mulheres já respondem por cerca de 41,7% das contratações de seguro de vida na Azos, insurtech do segmento, evidenciando o crescimento consistente desse público na busca por proteção. Esse movimento acompanha uma tendência mais ampla: segundo o IBGE, com base no Censo Demográfico de 2022, cerca de um terço dos lares brasileiros são chefiados por mulheres sem cônjuge, o que representa aproximadamente 10,3 milhões de famílias.

Esse contexto ajuda a explicar por que o cuidado com o futuro financeiro dos dependentes tem sido um dos principais motivadores para a contratação. Levantamentos do setor mostram que mais da metade das seguradas indicam filhos ou netos como beneficiários, reforçando o papel do seguro de vida como instrumento de proteção familiar.

Outro dado relevante é o crescimento expressivo das contratações por mulheres nos últimos anos. Em uma das empresas analisadas, esse avanço chegou a mais de 100% em 2025, tendência que vem se mantendo com a ampliação do acesso a produtos mais simples e digitais, além de preços mais competitivos.

“A participação das mulheres vem crescendo de forma consistente. Quando observamos que grande parte das seguradas são mães ou avós, fica claro que o seguro de vida está diretamente ligado à proteção do núcleo familiar e à preocupação com a continuidade financeira”, afirma Mateus Nicolau, diretor comercial da Azos.

Além da proteção em caso de falecimento, o seguro de vida também vem sendo percebido como uma ferramenta mais ampla de planejamento. Hoje, as coberturas incluem indenizações por doenças graves, acidentes, invalidez e até suporte financeiro em períodos de afastamento do trabalho, o que amplia o valor do produto no dia a dia.

Para Marília Lacerda, diretora de marketing da Azos, esse movimento reflete uma mudança de mentalidade. “O aumento na contratação por mulheres mostra uma maior consciência sobre a importância do planejamento financeiro. Muitas delas são responsáveis diretas pelo sustento da família e buscam alternativas para garantir estabilidade diante de imprevistos”, explica.

Esse avanço ocorre em paralelo a desafios importantes. Um levantamento da Confederação Nacional do Comércio (CNC) aponta que cerca de 80% das mulheres brasileiras estão endividadas, o que reforça a necessidade de planejamento de longo prazo. Ainda assim, a participação feminina no mercado financeiro também cresce: hoje, elas já representam cerca de 25% dos investidores na bolsa brasileira, com evolução relevante no volume aplicado.

Nesse cenário, o seguro de vida passa a ocupar um espaço mais estratégico dentro da organização financeira das famílias. Mais do que uma proteção pontual, o produto se consolida como parte de uma estrutura de segurança que acompanha mudanças sociais e econômicas, especialmente entre mulheres que assumem, cada vez mais, o protagonismo na gestão e na proteção do patrimônio familiar.

A tendência, segundo especialistas do mercado de seguros, é que esse movimento continue nos próximos anos, impulsionado pela combinação de maior educação financeira, digitalização e novas necessidades de proteção.

Temos em nossa corretora de seguros as melhores proteções para toda a família!

3 situações cotidianas em que o seguro de celular pode salvar o dia



Em janeiro de 2025, o preço dos smartphones aumentou 36% em comparação com o mesmo período de 2024, segundo levantamento do Buscapé. Até os modelos de entrada foram afetados: o valor mais baixo subiu 28%, enquanto o mais alto teve alta de 22%. Ou seja, hoje, qualquer celular representa um investimento significativo. E deixá-lo desprotegido pode sair caro.

“Com o preço médio dos smartphones chegando a R\$ 1.795, investir em um seguro que proteja o aparelho deixou de ser um luxo para se tornar em algo fundamental para o consumidor. Afinal, em meio à correria do dia a dia, com riscos como furtos, quedas e acidente, é fácil transformar um investimento significativo e que está extremamente presente nas nossas atividades do dia a dia, em um prejuízo em questão de segundos”, afirma Leonardo Miotto, Líder de Produto da Pier, seguradora que tem a missão de mudar a relação dos brasileiros com os seguros.

Pensando nisso, o executivo destaca três situações comuns do dia a dia em que o seguro de celular pode ser decisivo para evitar prejuízos. Confira:

1. Roubos

No Brasil, os roubos de celular seguem em alta. Somente no Rio de Janeiro, os casos cresceram 40% em 2024, de acordo com dados do Instituto de Segurança Pública. Nesse tipo de ocorrência, o aparelho é levado mediante violência ou ameaça direta — e, além do prejuízo financeiro, há também o impacto emocional que esse tipo de situação costuma provocar. “É justamente esse peso extra, muitas vezes difícil de lidar após um momento tão traumático, que pode ser evitado com a proteção adequada. Um seguro de celular garante que o prejuízo material seja minimizado, ajudando a vítima a focar na recuperação emocional, sem a preocupação com os custos da reposição do dispositivo”, ressalta Miotto.

2. Danos físicos

Quedas, impactos ou contato com líquidos são acidentes comuns, mesmo para quem toma muito cuidado. Uma distração rápida pode ser o suficiente para danificar o celular — e o conserto, muitas vezes, custa caro. “Nesse tipo de

situação, o seguro cobre a reparação ou até a substituição do aparelho. Além disso, investir em acessórios como capinhas à prova d'água e películas anti-impacto é uma boa forma de reforçar a proteção”, orienta o executivo.

3. Furtos simples

O furto simples acontece quando o celular é levado sem que a vítima perceba e sem o uso de violência ou arrombamento. Pode ocorrer ao deixar o aparelho sobre uma mesa em um restaurante ou rapidamente dentro do carro. “Mesmo parecendo menos grave do que um roubo, esse tipo de situação também traz prejuízos e bastante dor de cabeça. Ter um seguro que cubra esse tipo de furto, o que não é tão comum no mercado, faz toda a diferença. Ele garante que você não fique no prejuízo e possa recuperar seu aparelho de forma prática e segura”, pondera Miotto.

Com os celulares cada vez mais caros e os riscos do dia a dia cada vez mais frequentes, contratar um seguro deixou de ser um custo adicional e passou a ser uma decisão inteligente. Mais do que um item eletrônico, o celular é hoje um dos bens mais usados no cotidiano, reunindo dados bancários, contatos profissionais, informações pessoais e até memórias afetivas.

“Nesse cenário, o seguro de celular é uma solução acessível e eficiente para reduzir prejuízos e evitar que um imprevisto se transforme em uma grande dor de cabeça. Diante da alta nos preços e da insegurança nas ruas, proteger esse bem tão essencial se tornou uma atitude de bom senso”, finaliza Leonardo Miotto.

Garanta proteção ao seu celular com um seguro de nossa corretora!

Como declarar seus investimentos em previdência privada



Com a chegada do período de declaração do Imposto de Renda 2026, muitos brasileiros se questionam sobre como declarar seus investimentos em previdência privada. A BB Seguros, por meio da empresa de previdência privada Brasilprev, compartilha algumas orientações essenciais para simplificar esse processo.

De acordo com Sandro Bonfim, superintendente de produtos da Brasilprev, o primeiro passo é entender a diferença entre os dois principais tipos de planos de previdência: o PGBL (Plano Gerador de Benefício Livre) e o VGBL (Vida Gerador de Benefício Livre). “O PGBL permite, na declaração completa, a dedução das contribuições da base de cálculo do imposto de renda, até o limite de 12% da renda tributável, o que pode reduzir significativamente o imposto a pagar ou aumentar a restituição. Já o VGBL não é dedutível, mas também é vantajoso, em especial para quem faz a declaração simplificada, pois a tributação, no momento do resgate ou pagamento de benefícios, incide sobre os rendimentos e não sobre o total acumulado”, explica.

- PGBL: Este plano é indicado para quem faz a declaração completa e permite deduzir as contribuições da base de cálculo do imposto de renda, até 12% da renda tributável. Para declarar, o contribuinte deve informar os valores na ficha “Pagamentos Efetuados”, utilizando o código 36. É fundamental que os aportes sejam comprovados por meio dos informes de rendimentos fornecidos pela instituição financeira.
- VGBL: Neste caso, as contribuições efetuadas ao longo do ano não podem ser deduzidas e a declaração deve ser feita na ficha “Bens e Direitos”, sob o código 97. O saldo declarado deve ser o valor bruto acumulado até 31 de dezembro do ano anterior.

Sandro destaca ainda que o contribuinte deve ficar atento à tributação escolhida no momento da contratação do plano. Existem dois regimes possíveis: progressivo e regressivo. A Lei 14.803, de janeiro de 2024, trouxe mais flexibilidade aos produtos, permitindo que participantes de planos de previdência

complementar optem pelo regime de tributação regressivo na ocasião do recebimento do benefício ou do primeiro resgate dos valores acumulados. Antes da publicação da lei, a escolha pelo regime de tributação regressivo poderia ser realizada até o último dia útil do mês seguinte à contratação do plano. Com a mudança da legislação, o participante poderá optar por uma tributação mais favorável no momento de usufruir dos recursos do seu plano.

No regime regressivo, a alíquota do Imposto de Renda sobre os saques diminui conforme o tempo de aplicação do dinheiro, saindo de 35%, para depósitos com até dois anos, para 10%, naqueles com dez anos ou mais. Já o regime progressivo segue a tabela do IR (mensal ou anual), com alíquotas de 0% (isento) a 27,5%.

Documentação Necessária

Para facilitar a declaração, é importante reunir alguns documentos:

- Informes de Rendimentos: Fornecidos pela instituição financeira onde o plano de previdência está ativo ou pela empresa na qual a pessoa trabalha, no caso de plano de previdência empresarial.
- Comprovantes de Contribuições: Guardar todos os comprovantes relacionados ao plano é fundamental para evitar problemas.

Prazo para Declaração

O prazo para enviar a declaração do Imposto de Renda 2026 vai até 31 de maio. É fundamental que os contribuintes fiquem atentos às datas e informações necessárias para evitar contratempos.

Acompanhe neste [link](#) um vídeo com mais informações sobre o assunto.

Proteja seu futuro com um plano de previdência! Fale conosco!

Nove orientações para considerar ao escolher um seguro cibernético



À medida que o cenário digital evolui, o seguro cibernético vem se consolidando como uma ferramenta essencial para que empresas de todos os portes protejam seus ativos digitais e garantam a continuidade das operações. Dados recentes da Superintendência de Seguros Privados (Susep) mostram que, até julho de 2025, o segmento já acumulava cerca de R\$ 132 milhões em prêmios, avanço de aproximadamente 10% em relação ao mesmo período do ano anterior.

O movimento reforça a expansão gradual desse mercado no Brasil, ainda que em patamares menores quando comparado a outras linhas, acompanhando o aumento da exposição a riscos digitais e a maior conscientização das empresas sobre a necessidade de proteção frente a ataques cibernéticos.

As apólices de seguro cibernético geralmente se enquadram em duas categorias principais: cobertura primária e cobertura de terceiros.

O seguro cibernético primário trata das perdas financeiras sofridas pelo segurado como resultado de um evento cibernético, seja um ataque ou violação de sua rede ou sistema. Basicamente, engloba fraude/roubo, perda de dados e trabalho de restauração, interrupção de negócios, ameaças de extorsão cibernética, investigação forense, reparo de imagem da empresa e notificações ao cliente. A cobertura dessa categoria geralmente vem acompanhada de seguro contra erros e omissões.

Já o seguro cibernético de terceiros oferece cobertura para quaisquer ações de responsabilidade contra o segurado após um evento. Essa responsabilidade pode ser reivindicada por clientes, fornecedores, reguladores ou qualquer parte que procure reparação financeira da empresa devido a um incidente cibernético. Sua cobertura geralmente inclui honorários advocatícios, custos de liquidação, pagamento de danos judiciais, custos relacionados à resposta a consultas regulatórias, multas e penalidades governamentais.

"A escolha da apólice de seguro cibernético correta pode ser uma tarefa desafiadora, pois o setor está em constante evolução, e as seguradoras

atualizam frequentemente suas ofertas", explica Germán Patiño, vice-presidente de vendas para a América Latina da Lumu Technologies, empresa de cibersegurança. O executivo também lembra que nenhuma apólice é universal, e que a melhor escolha depende de necessidades exclusivas de cada organização.

A seguir, Patiño lista as principais orientações que os CISOs devem considerar na escolha de um seguro cibernético.

- **Requisitos de controle:** é fundamental desenvolver planos de implementação para controles rigorosos;
- **Limites do seguro:** o CISO deve ter em mente as restrições com base em setores específicos ou limites de receita;
- **Eventos generalizados:** é preciso estar ciente das limitações de cobertura para eventos generalizados;
- **Cosseguro para ransomware:** é importante para o líder de cibersegurança entender os requisitos de cosseguro para esse tipo de ataque;
- **Exposições de vulnerabilidades críticas:** vulnerabilidades devem ser tratadas imediatamente, pois atrasos podem resultar na negação da cobertura;
- **Exclusões de cobertura de hardware e software antigos:** eventuais atrasos na cadeia de suprimentos devem ser planejados, a fim de priorizar as atualizações de hardware e software em fim de vida útil;
- **Funcionários remotos:** recomenda-se buscar orientação jurídica sobre o monitoramento permitido de funcionários remotos;
- **Zero day:** deve-se estar atento às exclusões de cobertura relacionadas a vulnerabilidades de zero day e, se necessário, explorar políticas alternativas;
- **Aumento no prêmio do seguro:** os controles devem ser aproveitados para se posicionar na categoria de prêmio ideal em meio ao aumento dos custos.

Todavia, ter uma apólice não elimina riscos nem garante imunidade à organização, pois violações recorrentes e alto índice de perdas podem inviabilizar o seguro. Também é importante que se observe quais itens são excluídos de cobertura, tais como processos de segurança ineficazes, violações anteriores, falha humana, ataques internos e vulnerabilidades pré-existentes.

"Entender as complexidades do seguro cibernético e seus principais componentes é crucial para os líderes de cibersegurança tomarem decisões informadas e adaptadas ao perfil de suas organizações. Também é essencial trabalhar ativamente para mitigar os riscos após a assinatura do contrato e manter-se informado sobre mudanças nas apólices que possam afetar a estratégia de segurança. Não fazer isso pode transformar a apólice de uma medida de proteção em um passivo financeiro para a seguradora", conclui Patiño.

Casos de adultos brasileiros diagnosticados com hipertensão cresceram 31%



A hipertensão arterial continua sendo um dos maiores desafios de saúde pública no Brasil. Silenciosa e muitas vezes assintomática, a condição pode evoluir por anos sem apresentar sinais claros. Esse é um dos principais fatores que dificultam o diagnóstico precoce e fazem com que muitos pacientes só descubram a doença após uma complicação grave, como o Acidente Vascular Cerebral (AVC) ou o infarto do miocárdio.

Dados divulgados pelo Vigitel 2025 (Sistema de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico), pesquisa anual conduzida pelo Ministério da Saúde, mostram que o número de adultos brasileiros com hipertensão entre 2006 e 2024 cresceu 31%, número que acende um alerta para o estilo de vida de milhões de pessoas dentro do país.

“A pressão arterial é a força que o sangue exerce contra as paredes das artérias. Quando esses níveis se mantêm elevados de forma persistente, o coração precisa trabalhar mais para bombear o sangue, o que pode causar danos aos vasos sanguíneos e a órgãos como coração, cérebro e rins”, explica o Dr. Celso Amodeo, cardiologista e nefrologista do hospital Hcor, especialista em hipertensão arterial.

A hipertensão está diretamente relacionada às principais causas de morte no país. A cada ano, mais de 300 mil mortes ocorrem em decorrência de AVC e de infarto do miocárdio, o que representa, em média, uma morte a cada dois minutos. Estima-se que cerca de 80% dos casos de AVC estejam associados à hipertensão não controlada.

Mesmo sendo uma condição crônica, a hipertensão pode ser prevenida e controlada com mudanças no estilo de vida. “Reduzir o consumo de sal e de alimentos ultraprocessados, praticar cerca de 150 minutos de atividades físicas por semana, evitar o tabagismo, regular o consumo de álcool e monitorar constantemente a pressão, especialmente após os 40 anos de idade, são algumas etapas fundamentais para se prevenir contra a doença”, explica o

especialista.

Novas diretrizes sobre pressão arterial: devo me preocupar?

De acordo com as diretrizes mais recentes da Sociedade Brasileira de Cardiologia, em conjunto com a Sociedade Brasileira de Nefrologia e a Sociedade Brasileira de Hipertensão Arterial, apresentadas no último ano, a pressão arterial de 12 por 8 (120/80 mmHg) passou a ser considerada um quadro de pré-hipertensão. Essa nova classificação não significa ter a doença em si, mas serve como uma orientação preventiva.

Conforme explica o Dr. Amodeo, o direcionamento tem gerado preocupação e muitos questionamentos por parte dos pacientes, que de repente passaram a enxergar o tradicional 12 por 8 com preocupação. No entanto, esse não é um quadro grave e não exige ida imediata ao médico ou busca emergencial por atendimento. “Trata-se de um ponto de atenção, uma oportunidade de agir antes que a hipertensão se desenvolva. Essa orientação é fundamental para estimular hábitos mais saudáveis sem sobrecarregar o sistema de saúde”, comenta.

A hipertensão é uma condição altamente prevalente, mas também altamente prevenível. “A nova diretriz é um convite à mudança de comportamento antes que o problema se torne grave”, conclui o Dr. Celso Amodeo.

Cuide de sua saúde com um plano de nossa corretora!

Treino à noite pode atrapalhar o sono? Estudo amplia alerta sobre horário e intensidade



Treinar à noite não é, por si só, um problema. Em muitos casos, a questão está na intensidade do exercício e na proximidade entre o fim do treino e a hora de dormir.

Um estudo recente analisou dados de 14.689 adultos fisicamente ativos ao longo de um ano e encontrou uma relação consistente entre exercício noturno mais intenso e pior desempenho do sono na mesma noite. Quanto mais tarde o treino terminava e quanto maior era a carga fisiológica, maiores eram as chances de atraso para pegar no sono, redução da duração do descanso, piora da qualidade

do sono, aumento da frequência cardíaca noturna e queda da variabilidade da frequência cardíaca, um marcador importante de recuperação do organismo.

Na prática, isso ajuda a responder uma dúvida comum de quem tenta encaixar o treino em uma rotina corrida: treinos muito intensos, feitos perto da hora de dormir, podem sim atrapalhar o sono.

Para Anderson Moraes, preparador físico e sócio da academia Seven7Play, o estudo ajuda a colocar em evidência algo que muitos alunos já sentem no dia a dia, mas nem sempre conseguem identificar com clareza.

“Muita gente acha que o simples fato de treinar à noite vai prejudicar o sono, mas não é tão automático assim. O que pesa bastante é o tipo de treino, a intensidade e o horário em que ele termina. Quando a pessoa faz uma sessão muito pesada e vai para a cama logo em seguida, o corpo ainda está acelerado. Além disso, o que também tem impacto é o que a pessoa consome no pré-treino. Alimentos à base de cafeína tendem a manter a pessoa em alerta por mais tempo, e isso também interfere no sono”, afirma.

O estudo não afirma que toda atividade física noturna seja ruim. Pelo contrário. Os dados indicam que o impacto negativo tende a diminuir quando o exercício termina com pelo menos quatro horas de antecedência em relação ao início do sono. Além disso, atividades mais leves nesse intervalo costumam ser melhor toleradas pelo organismo.

Segundo Anderson, isso faz sentido também na prática do treinamento. “Em um treino mais intenso, a frequência cardíaca sobe mais, a temperatura corporal se mantém elevada por um tempo e o estado de alerta também demora mais para baixar. Para quem já tem dificuldade para dormir, esse combo pode atrapalhar bastante a recuperação”, explica.

A leitura mais útil do estudo está justamente em fugir do raciocínio simplista. Não se trata de demonizar o treino noturno, mas de ajustar a estratégia conforme a realidade de cada pessoa. Quem só consegue se exercitar no fim do dia não precisa abandonar a rotina, mas pode se beneficiar de escolhas mais inteligentes.

“Se o aluno só consegue treinar à noite, a solução não é desistir. Muitas vezes, basta modular melhor a sessão. Um treino mais técnico, moderado ou com menor volume pode funcionar melhor em determinados horários do que uma proposta muito extenuante”, diz Moraes.

O preparador físico ressalta que o sono é parte central do resultado, seja para quem busca emagrecimento, ganho de massa muscular, mais disposição ou melhora da saúde de forma geral.

“As pessoas costumam pensar no treino e na alimentação, mas o sono ainda é subestimado. E ele interfere em tudo: recuperação muscular, controle hormonal, energia, rendimento e constância. Se o treino começa a sabotar o sono, alguma coisa precisa ser reorganizada”, observa.

Para academias e profissionais da área, o estudo também reforça a importância de individualizar a orientação. Um aluno que relata cansaço constante, dificuldade para pegar no sono ou sensação frequente de recuperação ruim talvez não precise apenas mudar o exercício em si, mas também rever o horário, a intensidade e a estrutura da rotina.

“O melhor treino nem sempre é o mais pesado. É o que a pessoa consegue sustentar com qualidade, sem comprometer o restante da saúde. Às vezes, um ajuste no horário já melhora o descanso e, com isso, melhora também o desempenho”, conclui Anderson.

No fim, a principal mensagem é clara: o problema não está necessariamente em treinar à noite, mas em exigir demais do corpo em um momento em que ele já deveria começar a desacelerar. Quando isso acontece de forma frequente, a conta pode aparecer justamente onde muita gente menos percebe: na qualidade do sono e na capacidade de recuperação.