



ISO 9001
ISO 14001

BUREAU VERITAS
Certification



INFORMATIVO

INCA

Metalúrgica Inca Ltda

71

ANOS 1949-2020

Mococa, Dezembro de 2020

Edição nº 176

NOVEMBRO AZUL

Funcionários participaram de conscientização com o médico do trabalho Dr. Edílson Goulart

Página 4



VAMOS CONHECER UM POUCO MAIS DOS PROCESSOS INCA

Página 6



Semana Interna de Prevenção de Acidentes

Página 2

TST participa da semana da segurança virtual com alunos do curso de Segurança do trabalho da escola Industrial

Página 3

INTELIGÊNCIA EMOCIONAL: USE A SEU FAVOR!

Página 5

Segurança



Semana Interna de Prevenção de Acidentes

De 14 a 18 de dezembro de 2020

Prezado (a) funcionário (a) este ano nossa SIPAT será um pouquinho diferente, devido à pandemia. Porém não podemos deixar de lembrá-la, pois, a prevenção e segurança são essenciais a todos nós!

Teremos a SIPAT solidária com arrecadação de alimentos não perecíveis e produtos de limpeza para instituições. Contribua com esta ação!

Teremos o bingo de segurança através dos murais, da mesma forma dos anos anteriores.

Durante a Semana Interna de Prevenção de Acidentes do Trabalho serão sorteados os números que deverão ser visualizados através das frases de segurança no mural da empresa.

Exemplo: saiu às frases: “Seja esperto, prevenção é o certo.” e “Segurança no trabalho, cultive esta ideia.”, Todos deverão procurar a frase na tabela disponibilizada nos murais da empresa e ver o número do qual ela corresponde (no caso dos exemplos as frases correspondem aos números 4 e 13). Caso o número

correspondente estiver na sua cartela marcá-lo.

O funcionário que preencher primeiro a cinquina (horizontal ou vertical) deverá procurar o setor de segurança do trabalho para retirar o prêmio e na sequência será o prêmio da cartela cheia, em caso de empate, serão tirados a pedra maior. Boa sorte! Teremos também o desafio de descobrir qual EPI estará escondido na caixa (porém não poderá pegar a caixa na mão) do qual você poderá dar o palpite (em anexo papel para descrever o seu palpite e entregar para setor de segurança até o dia 14/12/2020. O Funcionário(a) que acertar ganhará um prêmio (em caso de mais de um acerto será feito sorteio do prêmio entre os acertos).

Teremos os diálogos de segurança nos setores e a reciclagem do treinamento de NR12 sendo dividida as turmas durante a semana para evitar aglomerações, confira a programação e participem!

Prevenção é tudo, o importante é que todos fiquemos bem! Cuide-se!

*Dia 14/12 – Segunda-feira:

06:42 h Abertura XXVI SIPAT – Hastreamento bandeira CIPA com os membros da CIPA Gestão 2020/2021
10:00 h Reciclagem do treinamento de NR12

*Dia 15/12 – Terça-feira:

06:42 h Ergonomia e aplicação ginástica laboral com monitores nos setores ressaltando a importância da ginástica laboral.
13:00 h Reciclagem do treinamento de NR12

*Dia 16/12 – Quarta-feira:

06:42 h DSS Tema: Saúde Mental
10:00 h Reciclagem do treinamento NR12

*Dia 17/12 – Quinta-feira:

06:42 h DDS Tema: Proteção das mãos
13:00 h Reciclagem do treinamento de NR12

*Dia 18/12 – Sexta-feira:

06:42 h DSS Tema: O comportamento humano
08:00 h Entrega alimentos arrecadados às instituições beneficiadas
10:00h Reciclagem do treinamento NR12
13:00h Encerramento com entrega dos prêmios dos ganhadores do bingo da segurança. Premiação do desafio EPI na caixa, premiação do dia das crianças, entrega da homenagem aos funcionários que completam 25 anos de empresa Márcio, Rodrigo Nascimento, Abel e Paulo Renato e sorteio de prêmios.

INCA

1. EPI no armário não protege operário.
2. Não importa onde estiver leve a segurança com você!
3. Por que se arriscar? Segurança em primeiro lugar!
4. Seja esperto, prevenção é o certo.
5. Estar de bem com a vida, é voltar com segurança para sua família.
6. Pare, pense e olhe. As vítimas um acidente nunca escolhe.
7. Saúde e segurança são a nossa esperança.
8. Usar EPI corretamente é evitar o acidente.
9. Você é a chave fundamental para abrir as portas da saúde e segurança.
10. Seu EPI é seu anjo da guarda.
11. O futuro só chegara se, no presente, a segurança você adotar.
12. Respeite a vida, trabalhe com segurança!
13. Segurança no trabalho: cultive esta ideia.
14. Viva com segurança e trabalhe com confiança.

B I N G O

12	20	44	54	69
15	19	34	51	74
4	25	FREE	50	68
11	16	40	48	66
6	29	36	58	72

901 Série

Segurança**TST participa da semana da segurança virtual com alunos do curso de Segurança do trabalho da escola Industrial**

No último dia 17 de novembro, a Técnica de segurança da Metalúrgica Inca Fabiana Ribeiro participou pelo aplicativo Microsoft Teams de uma palestra/interação virtual com o tema: "Relatos de experiência em SST." junto aos alunos da ETEC Francisco Garcia (Industrial), para as turmas do

curso técnico em Segurança do Trabalho e Recursos Humanos, através do convite do professor do curso técnico de segurança do trabalho César Tavares e da coordenação pedagógica. A atividade faz parte da semana da segurança da instituição de ensino. A TST Fabiana relatou a sua experiência na carreira de Segurança do Trabalho, fa-

lando sobre a profissão, os desafios, comprometimento e desempenho na área. "Foi uma honra poder partilhar os desafios da profissão com os alunos do curso, abordar temas da área e das experiências do cotidiano do SEESMT - Serviço Especializado em Engenharia, Segurança e Medicina do Trabalho" relata a profissional da área.

Dia Mundial da luta contra a AIDS

1º de dezembro

Segurança

Novembro Azul – Funcionários participaram de conscientização com o médico do trabalho Dr. Edílson Goulart



A CIPA convidou os funcionários na faixa de idade igual ou acima dos 45 anos para um bate papo sobre a prevenção do câncer de próstata e a saúde do homem com o Dr. Edílson Goulart.

O bate papo aconteceu no dia 11/11/2020 às 11:10h, com entrega de folder e um mimo aos participantes e também realizado um sorteio de um brinde através da lista de presença para ser entregue na SIPAT.

Durante o bate papo foi aberto para perguntas e esclarecimento de dúvidas em um momento de interação destacando a importância de cuidar da saúde do homem.

O Dr. Goulart explicou que o câncer de próstata é a doença mais

comum entre os homens acima de 50 anos (mas também pode aparecer mais cedo, principalmente quando se tem histórico familiar da doença) e é a segunda doença que mais mata homens no mundo.

Ressaltou também que os exames de toque retal e PSA (Antígeno Prostático Específico) são muito importantes no combate ao câncer, já que nas fases iniciais não apresenta sintomas, mas com o tempo o tumor cresce e pode provocar sangramento, obstrução do jato urinário e dor pélvica.

Comentou sobre os principais sintomas que são: Dificuldade em urinar, muitas vezes com jato fraco ou em gotas; Dor ou ardor ao urinar;

Vontade frequente de urinar, acordando de noite para urinar; Sensação de que a bexiga ainda está cheia, mesmo após urinar; Urina escura devido à presença de sangue e Dor ao ejacular e sêmen escurecido.

Comentou sobre os fatores de risco que vão desde o histórico familiar, idade, sedentarismo e obesidade, alimentação rica em gorduras até o tabagismos e consumo excessivo de álcool.

Salientou sobre como prevenir a o câncer de próstata evitando a exposição a fatores como poluição, fertilizantes e substâncias químicas. Além disso, para detectar precocemente a doença é indicado que todos os homens com mais de 50 anos de idade façam pelo menos 1 vez ao ano o exame de toque retal e o exame de sangue de PSA. Quanto antes o câncer for diagnosticado, maiores as chances de cura, destacou o Dr. Goulart. E se colocou a disposição aos funcionários para pedidos de exames se for necessário.

Expediente



INFORMATIVO

INCA
Metalúrgica Inca Ltda

Publicação interna da Metalúrgica Inca Ltda

Coordenação: Luís Américo Dal Bello, Mauro Rombes Magri e Regilene Araújo

Diretoria: Riad Xavier Jauhar - Publicitária: Cida Cilli

Jornalista: Fernanda Arantes MTb 57.561/SP

www.inca.ind.br

Recursos Humanos**INTELIGÊNCIA EMOCIONAL: USE A SEU FAVOR!**

Saber lidar com as próprias emoções é um desafio em todas as áreas da existência humana. No trabalho, nas relações familiares, com amigos e demais pessoas que fazem parte da nossa vida social, é importante saber reconhecer e lidar com as emoções e seus consequentes comportamentos. Vale dizer que este é um processo contínuo e diferencial. O nome desta habilidade é Inteligência Emocional.

Ao falarmos em Inteligência Emocional, a evidenciamos como um ponto forte a ser trabalhado, e para muitos especialistas ela é mais importante do que o Quociente de Inteligência, o chamado (QI).

O QUE É INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

A Inteligência Emocional (IE) é uma característica mensurável que diferencia o nível de performance, de uma pessoa e um trabalho ou papel, tanto na empresa, quanto na família e sociedade.

Os psicólogos americanos Peter Salovey e John Mayer, com suas pesquisas nesse campo da psicologia, ajudaram no desenvolvimento dessa teoria e a definiram como: a capacidade de perceber e expressar uma emoção; assimilá-la ao pensamento; compreender e raciocinar

com ela, e saber regulá-la em si próprio e nos outros.

5 ÁREAS DA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

Segundo Goleman, este tipo de inteligência é a capacidade de identificar os nossos próprios sentimentos e os dos outros, de nos motivarmos, e de gerir bem as emoções dentro de nós e nos nossos relacionamentos. Nesse sentido, a Inteligência Emocional abrange cinco áreas específicas, são elas:

- Autoconhecimento Emocional, que é a capacidade de reconhecer um sentimento quando ele ocorre.
- A habilidade de lidar com seus próprios sentimentos, adequando-os a cada situação.
- Auto motivação, que consiste em motivar-se e dirigir as emoções a serviço de um objetivo, mantendo-se focado neste.
- Reconhecimento das emoções de outras pessoas.
- Habilidades nos relacionamentos interpessoais.

APRIMORE SUA INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

Existem pessoas que se sobressaem neste campo, e no ambiente de trabalho, exploram a IE com maestria. Estas são hábeis em con-

trolar sentimentos ruins, não os demonstrando; capazes de fazer uma avaliação correta do cenário; são confiantes e focadas nos objetivos, a exemplo de uma promoção; têm consciência de suas capacidades e habilidades e as usam ao seu favor; se adaptam facilmente ao ambiente e as necessidades; são organizadas e comunicativas e também, sabem conduzir relacionamentos de forma empática e harmônica com os colegas e superiores, se destacando entre os demais.

É comprovado que os sentimentos influenciam diretamente na sua criatividade.

Catalisar os sentimentos em atitudes positivas, fazer uma auto observação para identificar limitações e trabalhar de modo a minimizá-las sucessivamente são prerrogativas para o uso inteligente das emoções. E o gerenciamento delas cabe a você. Somos responsáveis por tudo que nos ocorre, se optamos por trabalhar as emoções transformando-as em atitudes maduras, seguramente oportunizaremos um melhor desempenho, seja na vida profissional ou pessoal. Tudo depende do enfoque, e de como externamos nossos sentimentos, que são raios-X de quem somos, e de como nos habituamos a responder a cada situação.

Qualidade

VAMOS CONHECER UM POUCO MAIS DOS PROCESSOS INCA



Por Regilene Araújo

Vamos começar a partir deste mês a falar um pouquinho dos nossos departamentos da empresa, hoje a fábrica é subdividida por área, cada uma administrada por líderes de processo que contribuem para que as peças sejam feitas seguindo os padrões estabelecidos nos planos de controle de processo.

Então vamos lá, vamos começar pelo setor da FUNDIÇÃO.

O setor da Fundição é o setor onde são produzidas peças em alumínio, zamac e plástico, passando pelo processo de injeção, acabamento e usinagem das peças.

O setor é liderado pelo Rogério que distribui a orientação aos colaboradores da área, sen-

do que todos com muita experiência e comprometimento em todo o trabalho executado.

As peças injetadas são encontradas na opção de zamac, alumínio, polipropileno e polietileno durante elaborado com um padrão de qualidade assegura, inspeção e rotinas planejadas que as peças saiam em conformidade com o planejado.

Na área de acabamento é onde as peças após o processo de injeção são encaminhadas, o objetivo do processo de acabamento é efetuar a retirada de todo resíduo de rebarba da peça, deixando a peça limpa para os demais processos.

Já na área de usinagem é onde são elaboradas as roscas das peças, seguindo os padrões

UNC determinado em norma, operadores da área possuem calibrados que asseguram a qualidade da peça, fazendo testes durante todo o processo de trabalho.

Todos os produtos que são produzidos na área da Fundição possuem seus devidos controles, desde o ajuste ao equipamento até mesmo aos padrões determinados para aprovação de um produto com boa qualidade.

Também não podemos deixar de destacar o clima na área que é sempre é sempre de alegria, o sorriso é contagiante, os colaboradores possuem uma boa sintonia um com o outro fazendo com que as rotinas de trabalho sejam realizadas de forma dinâmica entre todos da área.

Comercial

Chegamos ao fim do ano, como você lembrará 2020?

Por Rafael Ottaiano

Em larga escala, podemos dizer que 2020 tem sido um ano atípico. Isto pois uma pandemia era algo imprevisível, ainda mais com todos os efeitos que se desdobraram a partir de então. Dos mais duros sem dúvida a perda de familiares e o impacto emocional, simultâneo aos transtornos mentais como stress, ansiedade e depressão que se propagaram cada vez mais.

Se não fosse o bastante, os efeitos econômicos se materializaram em diferentes proporções, mas a dura constatação é que ainda não são reais em virtude de todo auxílio econômico e apoio fi-



nanceiro que tem sido disponibilizado as pessoas, empresas e trabalhadores.

Chegamos no último mês do ano, faltam aproximadamente dias para o final deste ano que para muitos merece ser esquecido, e no

entanto, a pergunta que fica é, como você lembrará de 2020? Longe de ser algum tipo de brincadeira, o que observo é que cada geração enfrentou desafios peculiares a sua época e apesar de muito sofrimento, ali ficaram marcados grandes aprendizados.

Período Militar, Nova Constituição, Hiperinflação, Plano Real, são alguns dos temas que marcaram as gerações que nos antecederam. Desde sempre, enfrentamos desafios como privatização, desburocratização e luta con-

tra privilégios e corrupção nas esferas do Poder Público, mesmo diante de momentos de grande comoção nacional.

O brasileiro por si só é um sobrevivente, quanto a isso não há dúvidas. Diferente porém de nações que enfrentaram guerras contra inimigos externos, nossas batalhas são travadas internamente com inimigo doméstico. Não conseguimos concordar em temas básicos.

De tempos em tempos somos surpreendidos por figuras que disputam “quem tem razão” ou “quem estava certo”, transformando debates em discussões superficiais, quando o mais importante é entender que apesar de mudarem os cenários e os atores, seguimos sem avançar no que realmente importa, caso não tenhamos aprendido nada neste período, seguiremos debatendo problemas quando deveríamos estar resolvendo-os.

Como você lembrará de 2020 só depende de você.



Toda a possibilidade de felicidade está em nossas mãos, basta ter coragem e determinação para transformar momentos difíceis em grandes desafios, buscando na solidariedade um passo para dias melhores.

Neste Natal, que o grande potencial da humanidade revele-se em cada um de nós para vivenciarmos o verdadeiro espírito Natalino e que nos guie durante o Ano Novo que está para começar.

A Metalúrgica Inca deseja aos clientes e amigos um natal cheio de amor, paz, alegria e boas festas.

Representantes aniversariantes



Clóvis (Rep. São Paulo)
25 de dezembro



Carlos Serpa (Rep. Pernambuco)
28 de dezembro

Meio Ambiente

Fonte: <https://brasilecola.uol.com.br/biologia/dicas-para-economizar-agua.htm>

DICAS PARA ECONOMIZAR ÁGUA

Seguindo simples dicas para economizar água, você será capaz de poupar centenas de litros desse recurso fundamental.

Hoje em dia é comum ouvirmos que algumas regiões brasileiras estão sofrendo com a falta de água, porém, não entendemos como nossas atitudes estão diretamente relacionadas com essa triste situação. O uso inadequado, a poluição e contaminação desse importante recurso natural poderão causar, em breve, graves problemas de abastecimento.

Muitas vezes o problema do desperdício de água inicia-se nas próprias empresas responsáveis pelo abastecimento. A falta de manutenção na rede de distribuição faz com que vazamentos demorem muito tempo para serem percebidos, desencadeando uma grande perda de água potável. Entretanto, o problema maior inicia-se quando a água entra em nossas casas. A falta de consciência da população sobre a importância de economizar água faz com que hábitos inadequados sejam mantidos a todo tempo.

A seguir listaremos algumas dicas importantes para que você comece a poupar água hoje mesmo:

- A primeira dica é uma das mais importantes: Tome banhos rápidos. Alguns autores afirmam que, se você se ensaboar com o chuveiro desligado, é possível economizar cerca de 130 litros de água. Além de economizar água, economiza-se também energia elétrica;



- Lembre-se sempre de fechar a torneira enquanto escova os dentes ou faz a barba;

- Não limpe a calçada com água. Caso seja necessário, utilize baldes e opte por água que já foi utilizada, como a água da máquina de lavar;

- Cuidado com as torneiras que ficam pingando. Estudos indicam que um pequeno pinga-pinga provoca a perda de cerca de 16 mil litros de água por ano;

- Atenção aos vazamentos! Essa atitude, além de economizar água, evita danos ao imóvel;

- Fique atento à descarga e se esta não está desregulada. É importante também evitar apertar o botão por um longo período de tempo;

- Ao encher a caixa da água, tome cuidado para que ela não transborde;

- Se você possui piscina em casa, lembre-se sempre de manter uma cobertura sobre ela para evitar a perda de água por evaporação;

- Ao lavar a louça, primeiro procure retirar o excesso de sujeira e

somente depois ligue a torneira. Enquanto estiver ensaboando a louça, evite ficar com a torneira ligada;

- Evite lavar uma peça de roupas por vez. O ideal é juntar várias peças para que a máquina seja usada sem desperdício;

- Utilize água das chuvas para molhar as plantas e escolha sempre o horário da manhã ou noite, pois nesses horários a água não evapora rapidamente;

- Lave o carro apenas uma vez por mês e use sempre um balde com água. O uso de mangueiras pode provocar um desperdício de mais de 500 litros de água a cada meia hora.

Lembre-se de que, apesar dos dias secos e da falta de chuva, você também exerce influência na disponibilidade de água. Atitudes conscientes são fundamentais para garantir que água de qualidade continue disponível!

Não desperdice!

Contribuição cipeiro
Leandro Bezerra

Por Ma. Vanessa dos Santos

Aniversariantes

PARABÉNS!
ANIVERSARIANTES
DE DEZEMBRO



Luiz Ricardo da Silva



Matheus Henrique Domingos Thomaz



Sandra Cristina Pereira



Fabio Del Duque



Luiz Felipe Rodrigues Dias



Rodrigo Neves do Nascimento



Marcelo Henrique da Silva



Maiara Aparecida da Silva



Maria Elitania de França



Emerson Cesar Rossete



Jonathan Cuba Rosa



Jonathan Rael Pereira de Carvalho

Esportistas da INCA

Por *Devilson Pereira*

Brincadeira de Criança... como é bom, como é bom!

No último outubro, em virtude do mês das crianças, a CIPA apresentou a todos os funcionários com filhos de 12 anos de idade com um Jogo da Memória da Segurança com o intuito de levar as crianças o ensinamento sobre os E.P.I.'s utilizados durante a jornada de trabalho.

E na entrega do jogo foi lançado o Concurso de Foto – Interação Familiar que era fotografar a família

no momento da diversão e enviar para concorrer a brindes.

De acordo com a CIPA, a Interação Familiar é extremamente importante no desenvolvimento da criança e inserir o assunto Segurança é fundamental, pois aprende a evitar acidentes domésticos, no trânsito, no trabalho e os do dia a dia.

Após o final do concurso foi definido o brinde, também um jogo,

para que continue essa interação entre pais e filhos, onde além da diversão em família, o jogo permite o trabalho de diversas habilidades física e mental no desenvolvimento das crianças tais como: agilidade, orientação do espaço, equilíbrio, criar estratégias, estimular a coordenação motora, a atenção e a concentração.

Confiram as fotos dos participantes:



Devilson e filha Isabella



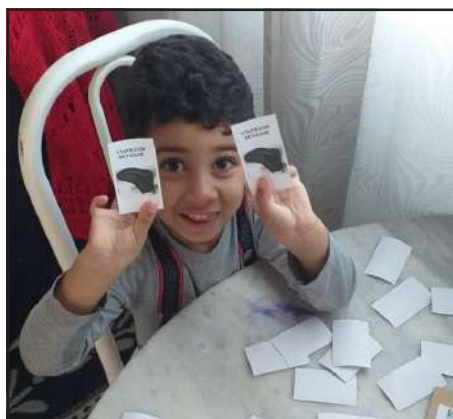
Lucas e filhos Rafael, Gabriel e Daniel



Luís Dal Bello e filhos Laís, Luisa e Léo



Maria Elitânia, esposo Douglas e filho Pedro Henrique



Rogério Oliveira - filho Davi Lucca



Viviane e filhos João Lucas e Maria Luiza



Maria de Fátima e filha Júlia

“A Segurança faz parte da esperança de um futuro melhor.

Prevenir acidentes é caminhar rumo ao futuro”

A CIPA Parabeniza a todos os Ganhadores!!!

Esportistas da INCA

Por Devilson Pereira

NOTA DE PESAR

Diego Maradona



Foto: gettyimages



Todos nós amantes da magia do futebol ficamos tristes com a morte de Dom Diego Armando Maradona, El Pibe D'Oro,

neste último dia 25/11.

Fazia com a bola jogada genial, e, durante os aquecimentos das partidas, já era um show a parte e a

maioria dos Esportistas da INCA teve o privilégio de assistir às suas apresentações. Foi um gênio nos gramados.

ACESSE NOSSO SITE

<http://www.inca.ind.br>

