

EDITORIAL

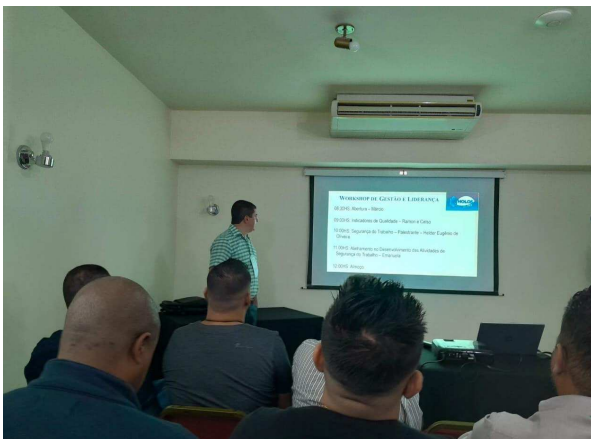


Evoluir é necessário, e atitudes são inevitáveis neste processo. Pensando nisso, realizamos no último dia vinte e oito de abril, Workshop de Gestão e liderança.

Devido à logística e o calendário dos nossos contratantes, não foi possível a presença de todos nossos líderes. Neste evento, foram abordados temas como liderança, políticas de qualidade, motivação e segurança do trabalho. Foi um dia repleto de conteúdo para todos os envolvidos e muito gratificante ouvir e ser ouvido, transmitir conhecimento e aprender com nossos colaboradores, que fazem parte da estrutura organizacional da empresa.

Acredito que todos nós aproveitamos bastante o conteúdo das palestras, interação entre colaboradores e principalmente a troca de experiências, onde todos puderam ouvir, falar e refletir sobre pontos que são fundamentais para que continuemos nossa jornada com excelência rumo ao crescimento.

Meu agradecimento a todos que estiveram presentes e que entenderam que o conhecimento sendo colocado em prática, nos levam a grandes realizações.



Márcio José Soares Pinto.

Sócio Administrador

ENFOQUE

Leitura interessante para crescimento profissional



EQUIPE HOLOS MATRIZ - Os bastidores por trás da execução em campo.

Qual a importância do trabalho em equipe?

O trabalho em equipe é importante porque afeta a qualidade geral dos projetos, o moral de um grupo como um todo e a experiência de aprendizado dos indivíduos envolvidos em um projeto. O trabalho em equipe também pode afetar positivamente a retenção dos funcionários e a criatividade das ideias produzidas.

O trabalho em equipe é frequentemente percebido como um elemento positivo no local de trabalho ou na sala de aula acadêmica, pois permite que os membros do grupo tenham a oportunidade de compartilhar ideias, dividir a carga de trabalho e aprender a trabalhar com os outros. Em vez de sobrecarregar um indivíduo com um projeto substancial, uma equipe pode realizar tarefas delegando, dividindo e compartilhando responsabilidades. Como resultado, os membros da equipe podem sentir que a carga de trabalho é mais equilibrada, o projeto é mais diversificado e o resultado é muito mais criativo.



Os membros da equipe que trabalham em grupo também são forçados a interagir uns com os outros e chegar a um consenso sobre as decisões que afetam o projeto. Isso ensina os outros a reconhecer os pontos fortes e fracos dos membros da equipe, identificar traços de personalidade dentro de si e dos outros e criar estratégias para elevar o moral do grupo. Trabalhar em equipe obriga os membros a pensar além de suas próprias preferências pessoais e trabalhar para o bem de toda a equipe.



FONTE: <https://www.1000respostas.com/artigo/importancia-trabalho-em-equipe-bab92527cdeb9ec1?uid=2835640b-d62a-41e1-a2e2-8e7bd64bb60e>

SEGURANÇA

Saiba o que fazer para prevenir acidentes com animais peçonhentos.

Acidentes com animais peçonhentos representam um grave problema de saúde pública, especialmente em países tropicais como o Brasil. As sequelas causadas, principalmente pela picada de cobras, trazem impactos sociais e econômicos devido ao comprometimento da capacidade de trabalho das vítimas. A Organização Pan-Americana da Saúde (Opas) estima uma incidência de mais de 57 mil casos de acidentes com cobras a cada ano no continente. O envenenamento por escorpião é ainda maior, podendo chegar a cerca de 120 mil e 300 mil apenas no Brasil e no México, respectivamente.

Em geral, os casos estão associados ao ataque por cobras, aranhas, escorpiões, lacraias e taturanas. Na edição desta quarta-feira (27) do quadro Correspondente Médico, do Novo Dia, o neurocirurgião Fernando Gomes explicou que os acidentes também podem ser causados por espécies aquáticas, incluindo águas-vivas, arraias e ouriços-do-mar.



Prevenção

O Instituto Butantã, que realiza estudos sobre animais peçonhentos no país, recomenda medidas de prevenção aos acidentes.

Para evitar o contato com cobras, devem ser utilizados calçados fechados, preferencialmente de cano alto, ao andar em ambientes como matos, trilhas e florestas. O uso de luvas grossas, ao manipular folhas secas, lixo, lenha e entulhos, também contribui para reduzir os riscos de picadas.

A manutenção de ambientes como quintais e jardins limpos e com a grama aparada ajuda a evitar a presença de aranhas, escorpiões e lacraias. O contato pode ser evitado com o uso de calçados e luvas durante atividades de jardinagem. Deve-se evitar colocar as mãos em buracos, sob pedras e em troncos podres. Dentro de casa, procure manter afastadas das paredes camas e berços além de sacudir e verificar roupas e sapatos antes de usá-los.

O contato das taturanas (lagartas) com a pele pode causar queimaduras na pele. A prevenção dos acidentes inclui o cuidado ao manipular troncos de árvores, plantas no jardim e na limpeza de folhas.



Cinco espécies de escorpiões têm relevância no Brasil

Nos **acidentes com** escorpiões, o envenenamento acontece a partir do contato com o ferrão. Predominantes nas zonas tropicais e subtropicais do mundo, os escorpiões apresentam maior incidência nos meses quentes e úmidos. De acordo com o Ministério da Saúde, ao menos cinco espécies do gênero *Tityus* têm importância em saúde pública no Brasil: escorpião-amarelo (*T. serrulatus*), escorpião-marrom (*T. bahiensis*), escorpião-amarelo-do-nordeste (*T. stigmurus*) e o escorpião-preto-da-amazônia (*T. obscurus*).

Amplamente distribuído pelo país, o **escorpião-amarelo representa a espécie de maior preocupação** em função do maior potencial de gravidade do envenenamento e fácil adaptação ao meio urbano.

As medidas de prevenção são semelhantes às recomendadas contra as aranhas, incluindo o combate à proliferação de baratas e evitar colocar as mãos sem luvas em buracos, sob pedras e troncos podres.



FONTE: [Saiba o que fazer para prevenir acidentes com animais peçonhentos \(cnnbrasil.com.br\)](http://Saiba_o_que_fazer_para_prevenir_acidentes_com_animais_peçonhentos_cnnbrasil.com.br)

EVENTOS

28 DE ABRIL DE 2023 – 1º WORKSHOP DE GESTÃO E LIDERANÇA HOLOS



Márcio José Soares Pinto – Sócio administrador



Celso A. Advincula Vitor – Diretor Executivo
Ramon Luiz Dias Cunha – Coordenador Geral de Contratos



Emanuela M Marques - Técnica em Segurança do Trabalho e Meio Ambiente
Coordenadora na área de Segurança do Trabalho



Participação ampla dos líderes e coordenadores de equipe

Só existe
transformação com
conhecimento.

CANTINHO DO AMIGO

Animais intoxicados podem apresentar uma série de complicações que vão além de sintomas como vômitos e diarreias



A intoxicação de pets por alimentos e plantas é uma das principais preocupações de tutores.

Pesquisadores da Universidade de São Paulo (USP) reuniram informações sobre como criar um ambiente doméstico seguro para gatos e cachorros. A cartilha, que também apresenta dados que abrangem outros bichos, como coelhos e aves, é resultado de um projeto de extensão universitária de alunas e professores da Faculdade de Medicina Veterinária e Zootecnia da USP.

Animais intoxicados podem apresentar uma série de complicações que vão além de sintomas como vômitos e diarreias, como explica Júlia Waldvogel, aluna integrante do projeto. “Algumas plantas podem ser extremamente perigosas e até causar falhas na função do coração e do sistema nervoso do pet”, afirma.

Embora animais domésticos contem com instinto para saber diferenciar o que pode fazer bem e o que pode ser nocivo, parte dessa habilidade se perdeu com mudanças associadas ao processo de domesticação.

Riscos de alimentos e plantas

Algumas espécies de [plantas](#) podem ser perigosas se forem ingeridas, mastigadas ou apenas ao entrar em contato com a pele do animal. No entanto, é possível manter um ambiente com pets e plantas, desde que sejam adotadas medidas para a manutenção de uma distância segura. Como exemplo de plantas tóxicas, os especialistas citam o antúrio (também conhecido como flor-de-jorge-tadeu e planta-flamingo), a azaleia e a comigo-ninguém-pode.

Alimentos considerados tóxicos não devem ser oferecidos, nem mesmo em pequenas quantidades, ou deixados em locais de fácil acesso pelos animais. Com habilidade de subir em diferentes lugares com facilidade, gatos podem explorar ambientes como armários abertos ou o topo da geladeira, por exemplo.



FONTE: [O que pode causar mal para meu pet? Veja lista de plantas e alimentos tóxicos \(cnnbrasil.com.br\)](#)

CANTINHO DA SAÚDE

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Dieta mediterrânea reduz o risco de doenças cardíacas



A dieta ideal existe? Depois de muita pesquisa, estudos mostram que a dieta mediterrânea é a melhor para termos uma vida saudável, tanto para perder quanto para manter o peso.

Uma publicação da revista médica New England mostrou um trabalho com sete mil pessoas entre 55 e 80 anos que foram acompanhadas por cinco anos. Elas tinham riscos cardiovasculares e doenças associadas, como diabetes e hipertensão. O estudo comparou três dietas: dieta pobre em gordura, dieta mediterrânea com mais azeite, dieta mediterrânea com mais azeite e 30 gramas de castanhas por dia.

A pesquisa observou que os grupos que fizeram a dieta mediterrânea adicionando mais azeite e a dieta mediterrânea suplementada com nozes tiveram uma redução de 30% na mortalidade, se comparados ao grupo que fez uma dieta pobre em gordura.

O endocrinologista Fábio Trujillo explica que a dieta mediterrânea provoca o aumento da produção de um hormônio chamado adiponectina, que é produzido pelo tecido adiposo. Esse hormônio tem ação anti-inflamatória e facilita a ação da insulina, melhorando a entrada da glicose na célula.

O estudo gera uma evidência de que nunca é tarde para mudar o comportamento e impedir que a diabetes se instale, sem necessidade de medicação, mas de escolha de um estilo de vida saudável.

A dieta mediterrânea nada mais é do que se alimentar bem. Consiste em pouco sal, poucos alimentos industrializados e pouca gordura de origem animal. Por outro lado, há uma ingestão maior de frutas, legumes, vitaminas, minerais e antioxidantes. A mudança para esse estilo de vida pode trazer grandes benefícios não só para o coração, mas também para a pressão arterial e níveis de glicemia.



FONTE: [Dieta mediterrânea reduz o risco de doenças cardíacas | Bem Estar | G1 \(globo.com\)](#)

BOVINOS DE CORTE

Emater-MG orienta produtores do Norte de Minas sobre alimentação do gado na época da seca



A chegada da estação seca, no Norte de Minas Gerais, acende o alerta para os produtores rurais da região. É o momento de pôr em prática as estratégias para garantir alimentação para o gado, nos meses em que a ausência de chuvas reduz a praticamente zero as pastagens. Em Glaucilândia, a cerca de 20 quilômetros de Montes Claros, os criadores têm este ano mais um trunfo, para suportar seis meses de seca. É que a Empresa de Assistência Técnica e Extensão Rural do Estado (Emater-MG) promoveu no município, na última terça-feira (11 de abril), uma capacitação sobre a formação de silagem de capim capiaçu em silos cincho.

A BRS capiaçu é uma cultivar de capim-elefante desenvolvida pela Embrapa com o objetivo de oferecer alternativa para suplementação de volumoso aos rebanhos. A empresa brasileira de pesquisa agropecuária destaca como características o elevado potencial de produção e o bom valor nutritivo do capim, que pode ser utilizado ainda verde, picado logo após o corte, ou em forma de silagem.

O extensionista agropecuário da Emater-MG em Glaucilândia, Antonio Dumont, cita outras vantagens do capiaçu: "É muito resistente à seca e, se o produtor conseguir molhar, mesmo com pouca água, é possível fazer três cortes por ano. Já a cana-de-açúcar só rende uma colheita anual", compara.

Na capacitação da última terça-feira, realizada na propriedade do casal Antônio Herculano e dona Simone, foram apresentadas demonstrações sobre o corte do capim capiaçu e suas características nutricionais. Na parte prática, foi usada uma máquina desintegradora para picar as folhas e depois foi formado o silo cincho, com aproximadamente cinco toneladas de silagem. Nos silos do tipo cincho, a matéria vegetal é armazenada em uma espécie de "bolo" compactado, formado com o auxílio de uma forma metálica.

Antonio Dumont explica que, para garantir o acesso de mais produtores a essa tecnologia de baixo custo, os técnicos da Emater-MG em Glaucilândia articularam com a Prefeitura a produção de uma forma usada para moldar o silo cincho. "A ideia é que esta forma seja cedida aos produtores interessados em produzir seus silos", afirma o extensionista. Segundo ele, o fato de dispensar o uso do trator para a compactação do material é a principal vantagem do silo cincho: "Com a ajuda dos vizinhos, o produtor consegue fazer o pistoleio, sem necessidade de gastar com trator. Com uma forma, é possível obter de cinco a seis toneladas de silagem", afirma.

A introdução do uso do capim capiaçu no município começou com um Dia de Campo, com a participação de 100 produtores, que receberam mudas doadas e se comprometeram a repassar, posteriormente, parte da produção para outros dez produtores. "Com essa metodologia, conseguimos uma boa disseminação do uso desse capim aqui no município. Em 80% das propriedades existe pelo menos uma moita do capiaçu", estima Dumont. Agora, com o silo cincho, os produtores de Glaucilândia poderão contar com a silagem do capiaçu para os meses secos. E a mesma tecnologia de armazenamento pode ser usada também com ramas de mandioca e sorgo, outras culturas adequadas para as condições do clima seco da região Norte de Minas.

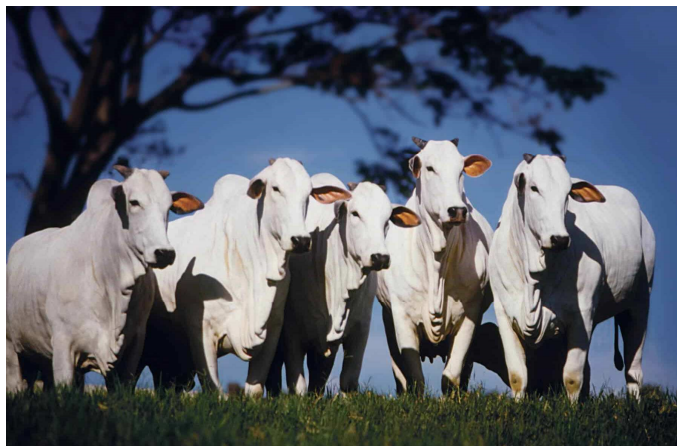
"Já estamos com dois meses sem chuvas, e já está faltando água e pastos em algumas propriedades. Os produtores estão tendo que procurar pastos para alugar e sem conseguir um preço razoável para o boi. Mesmo com os preços muito baixos, o pessoal está tentando vender alguns animais agora, para não passar mais dificuldade em junho, julho e agosto", lamenta o extensionista da Emater-MG. A zona rural de Glaucilândia abriga duas mini bacias leiteiras. A maior parte da produção é direcionada para pequenas fábricas artesanais de queijos, que também já sentem os reflexos da falta de chuvas. "A produção de queijo já está bem menor, com o volume reduzido de leite", constata Antonio Dumont.

Ações ambientais

Além da silagem, a Emater-MG tem estimulado a adoção de diversas práticas de conservação de solo e retenção de águas nas propriedades rurais em Glaucilândia. "Em 2022, conseguimos, com recursos repassados pela Seapa (Secretaria de Estado de Agricultura, Pecuária e Abastecimento), a construção de 62 quilômetros de terraços e abertura de 420 bacias para a captação de água de chuvas", informa Antonio Dumont. "Onde foram feitos os terraços, a pastagem está bonita ainda. Já nas propriedades que ainda não sofreram intervenção, o terreno está muito seco, sem capim, pois as últimas chuvas foram em janeiro", conclui.

FONTE: [Emater-MG orienta produtores do Norte de Minas sobre alimentação do gado na época da seca - Portal do Agronegocio \(portaldoagronegocio.com.br\)](https://portaldoagronegocio.com.br)

Cenário para a carne bovina em 2023 é de otimismo



O ano de 2023 é visto com esperança pelo setor da pecuária bovina. "2023 parece que vai ser um no bem diferente de 2022. As perspectivas no geral é que alguns rebanhos tem sido reduzidos e outros tem crescidos. Brasil, China e Índia são rebanhos que estão crescendo. Serão grandes players do mundo nos próximos anos", salienta gerente de Relações Institucionais da Acrimat, Nilton Mesquita Junior.

Outra expectativa é quanto as exportações com a abertura de novos mercados e a retirada da vacina contra a febre aftosa, que pode abrir mais portas para brasileira, em especial a mato-grossense.

Momento de mudança no ciclo da pecuária

A coordenadora da Inteligência de Mercado do [Imea](https://www.mea.com.br) comenta que em relação a pecuária o momento é de mudança do ciclo. A orientação é que o pecuarista esteja atento a tal fato.

"Viemos de um momento (2021) de maior retenção de fêmeas. Isso, trouxe um pico nos preços, mas desde os últimos meses temos visto uma inversão de ciclo. Uma maior oferta de fêmeas entrando no mercado e isso está trazendo um impacto sobre os preços, que estão em queda", conforme Kempa.

A questão do valor pago pela arroba do boi ao produtor é destacada, também, como um dos problemas hoje da pecuária pelo gerente de Relações Institucionais da [Acrimat](https://www.acrimat.com.br), Nilton Mesquita Junior.

"Tivemos um ano de boas notícias com mercados novos sendo abertos e as exportações subindo. O problema é que a arroba está sendo paga no valor de dois anos atrás. A gente tem uma defasagem nos valores da arroba justamente junto com o achatamento do produtor", diz o representante da Acrimat.



FONTE: <https://www.canalrural.com.br/mato-grosso/cenario-para-a-carne-bovina-em-2023-e-de-otimismo/>

ESPAÇO ABERTO – MENOR APRENDIZ DA HOLOS

Conversando com os menores aprendizes da empresa, notamos que os jovens têm muito a dizer, mas nem sempre os temas que são realmente importantes no cotidiano de cada um deles são abordados de forma séria. Criamos então, essa sessão, onde eles falam dos problemas que alguns jovens – e até adultos – enfrentam no dia-a-dia. Ouvi-los e publicar o que pensam, foi uma forma de contribuir para que esses jovens cresçam com uma esperança melhor no futuro, seja como profissionais ou indivíduos numa sociedade.

Eu deveria ter escolhido um texto, mas todos foram muito bem escritos e como se trata da visão - ou experiência individual, gostaria que todos os textos que recebi fossem publicados. Como o espaço do nosso Informativo não daria, vou publicar um dos textos na íntegra e criar um link para todos os outros.

A todos os jovens menores aprendizes que colaboraram com essa sessão enviando seus textos – os meus mais sinceros agradecimentos. Espero que de alguma forma vcs possam ser ouvidos e passem para frente essa ideia de serem pessoas melhores.

Os textos divulgados tiveram consentimento tanto dos aprendizes, como de seus responsáveis legais.

Parabéns pela iniciativa Paula Regina Apolinário – Departamento De Pessoal de Holos Consultores Associados Ltda – Unidade Matriz

Aos aprendizes: Ana Clara Apolinário, Wendril Barros, Lara Portes, Brayan de Paula Barros, Vinicius Alves, Kaylane Pinheiro Beiral, Kaylane Rodrigues, Guilherme Junio e Gabriel Chagas Bracarense, muito obrigado pelo conteúdo e pela contribuição.

O TEMA ABORDADO NESSA EDIÇÃO:

Prevenção do bullying na adolescência

Texto em destaque:

Bullying, por quanto tempo esse assunto importante será arquivado, por quanto tempo será encoberto e quantas vítimas serão necessárias para realmente levarmos isso a sério?

Ao contrário do que se possa pensar, o bullying continua generalizado na sociedade e causa diversos traumas às vítimas, sendo alguns exemplos a baixa autoestima, a insegurança, a ansiedade, o estresse, os ataques de pânico, etc.

Tantas vezes presenciamos esse fato, sabemos quem sofre com isso, mas mesmo assim não ajudamos essas pessoas. O que falta que nos permita abrir os olhos e enxergar a verdade? É hora de mostrarmos empatia pelo próximo e respeito pela vida daqueles que, por um motivo ou outro, não são respeitados por um grupo de pessoas que os reprimem.

O bullying é um ato de pura imaturidade e comportamento covarde deliberado repetido de violência física ou psicológica geralmente é praticado por adultos, adolescentes ou aqueles que se consideram superiores aos outros.

Como dizia Nelson Mandela

“Ninguém nasce odiando o outro pela cor de sua pele, ou por sua origem, ou sua religião. Para odiar as pessoas precisam aprender, e se elas aprendem a odiar, podem ser ensinadas a amar.”

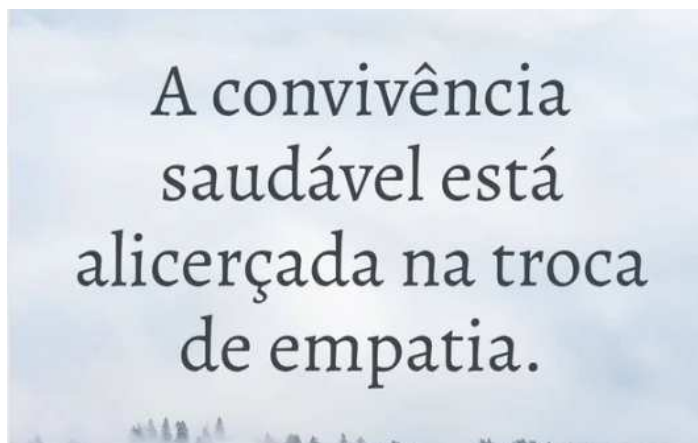
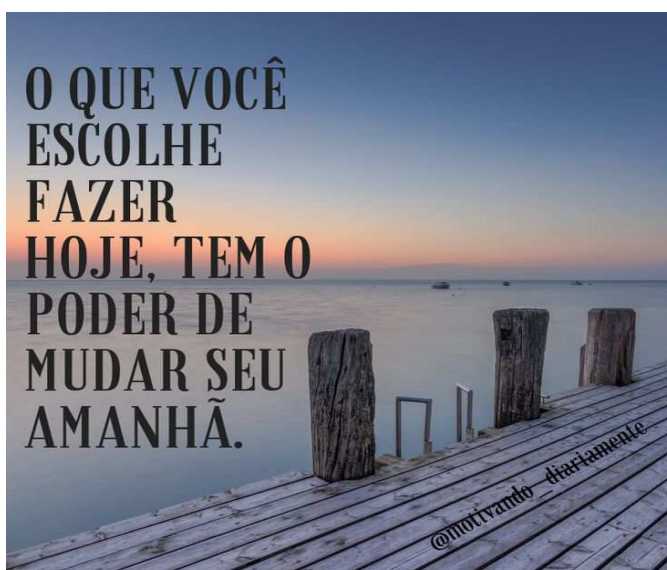
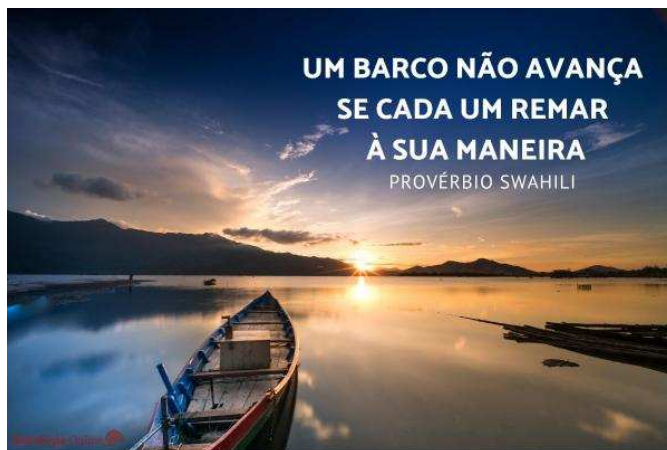
DIGA NÃO AO BULLYING!!!

REDAÇÃO DE ANA CLARA APOLINÁRIO

LINK PARA ACESSO ÀS REDAÇÕES:

https://drive.google.com/file/d/1aqSfZq3Fbjph_DFCPYuO-YQ7IZVlkcRu/view?usp=sharing

REFLEXÃO



HOLOS CONSULTORES ASSOCIADOS LTDA.

Rua Silva Ortiz, 223 – Floresta, Belo, MG – CEP: 30150-130.

Telefone: (31)3267-5300 –

E-mail: holosconsultores@holosconsultores.com.br

Sócio-diretor: Márcio José Soares Pinto

Diretor executivo: Celso Antônio Advíncula Vitor

Responsável boletim Holos IN: Conceição Aparecida da Silva

Ajude-nos a melhorar, mande sua opinião e sugestão sobre o Holos in, através do nosso site: www.holosconsultores.com.br, do nosso e-mail holosconsultores@holosconsultores.com.br ou pelo telefone (31)3267-5300.