

Evolução

Constante

Pedra Agroindustrial investe em formação e desenvolvimento de profissionais em jornadas de crescimento

SEGURANÇA:
REGRAS
DE OURO
PÁG. 4

AGRÍCOLA:
COLHEITA
DO CAFÉ
PÁG. 6

SAÚDE:
BEM-ESTAR E
LONGEVIDADE
PÁG. 10

JORNADA DE DESENVOLVIMENTO

Gestores da Usina Cedro: Francisco de Paula Faria, Marcelo Ferraz Júnior, Lamarson de Carvalho, Leandro Santos, Aline Fernanda Nono, Ronaldo Torres, Carlos Augusto Lordino e Elizandra de Carvalho.

Pedra Agroindustrial investe em formação de profissionais e na consolidação da cultura organizacional.

A Pedra Agroindustrial valoriza quem constrói a sua história todos os dias. Com base em princípios sólidos e em uma cultura que prioriza o desenvolvimento contínuo, a empresa investe na formação de seus profissionais e oferece oportunidades de crescimento ao longo da jornada de cada funcionário.

Mais do que um ambiente de trabalho, a empresa é um espaço de aprendizado e evolução. Ao longo dos anos, a atuação do setor de Desenvolvimento de Recursos Humanos tem sido

estratégica na criação de programas que identificam talentos internos, mapeiam competências e preparam os profissionais para novos desafios. Esses programas são voltados para todas as áreas da empresa, refletindo o compromisso da organização em promover uma cultura de desenvolvimento forte e acessível a todos.

São programas como o LiderAção, voltado ao desenvolvimento de toda liderança, trabalhando várias competências da gestão através dos seus módulos (Encontros de Lideranças, fóruns de lideranças,

coaching e mentorias, escolas de formação de gestores, programas de trainees entre outros). Além de iniciativas como treinamentos internos, parcerias com instituições de ensino, trilhas de desenvolvimento e carreira e planos de sucessão.

Cultura organizacional

O aproveitamento interno de profissionais é uma política do Grupo Pedra. Sempre que surge uma nova oportunidade, especialmente em cargos de liderança, o olhar se volta primeiro para dentro. Coordenadores, e gestores que hoje ocupam posições

estratégicas começaram suas trajetórias em diferentes áreas da empresa. São exemplos de como o talento, aliado ao comprometimento e a um programa de desenvolvimento contínuo, traz resultados.

Esse movimento não é apenas uma escolha estratégica, mas um reflexo da confiança da empresa na capacidade de seus times. Ao promover o crescimento interno, a Pedra Agroindustrial fortalece o vínculo com os funcionários, estimula o engajamento e constrói uma base de conhecimento que se renova sem perder suas raízes.

O indicador de aproveitamento interno de funcionários no último ciclo fechou em 62,5%, ou seja, mais da metade das vagas possíveis foram preenchidas por candidatos da empresa, em todos os níveis. A Usina Cedro é um exemplo do fortalecimento dessa cultura organizacional. Com a movimentação de funcionários que possuem uma

jornada consolidada no grupo para cargos estratégicos de gestão, o foco é desenvolver na unidade uma cultura forte, com profissionais alinhados e valorizados.

Antes mesmo de realizarem a atribuição de ativadores de resultados e de eficiência operacional, as lideranças são capacitadas para desenvolverem habilidades para a humanização na gestão de pessoas.

Além da evolução na carreira, o desenvolvimento profissional é impulsionado por iniciativas que estimulam o autoconhecimento, fortalecem a liderança colaborativa e ampliam a visão estratégica do negócio. Além de formar líderes, há

o desenvolvimento de pessoas com integridade e consciência do seu papel na construção de um futuro mais eficiente, seguro e sustentável.

Na Pedra Agroindustrial, crescer é mais do que uma possibilidade, é uma construção coletiva, que exige dedicação, confiança e compromisso com o futuro. *“As relações duradouras e estáveis que cultivamos são fruto de um investimento contínuo no desenvolvimento das pessoas. A empresa faz sua parte, criando oportunidades, oferecendo suporte e valorizando talentos, mas também acreditamos que cada funcionário tem um papel fundamental nesse processo, assumindo o protagonismo da própria jornada, com responsabilidade no seu autodesenvolvimento, curiosidade e disposição para evoluir continuamente. Essa parceria fortalece nossa cultura e, juntos, nos tornamos mais fortes”*, destaca Claudinei Nogueira, Gerente de RH da Pedra Agroindustrial. 

Trajetórias de crescimento

Carlos Augusto Lordino
Gestor do Almoarifado da Usina Cedro



Novos desafios para acelerar o crescimento.

2022 foi um ano marcante pelo início da construção da Usina Cedro e pelas mudanças positivas nas minhas atribuições. Primeiro, ao participar ativamente na organização do novo almoarifado e, após alguns períodos de trabalho alternando entre a Usina da Pedra e Usina Cedro, e depois pelo convite para assumir o cargo de gestor. Visualizei esse momento como oportunidade para ampliar meu horizonte profissional e como reconhecimento da empresa pelo meu histórico de dedicação. Hoje busco consolidar os valores que aprendi na nova equipe do setor. Os desafios impulsionam o crescimento pessoal e profissional, que estão fora da zona de conforto. Buscar se movimentar, assumir novas responsabilidades é uma forma eficaz para moldar o futuro que você deseja.

Leandro Santos
Gestor do Laboratório e Qualidade da Usina Cedro



Evoluir profissionalmente se inicia demonstrando interesse.

Iniciei a minha trajetória profissional na Usina Ipê como estagiário do Laboratório de Qualidade, em 2007. Percebo que meu processo de evolução foi impulsionado pela disciplina no cumprimento das atribuições e foco no aprendizado contínuo. Estar atento ao funcionamento do seu setor, às metas e aos acontecimentos da empresa são boas práticas que tornam você um profissional ainda melhor. Esse comportamento contribuiu para que eu estivesse preparado para assumir o cargo de gestor na Usina Cedro. Além de estar atento a todos os processos industriais e envolvido nos relatórios ambientais, a minha função atual exige também atenção redobrada na gestão de pessoas. Evoluir profissionalmente é ter resiliência para enfrentar obstáculos e também contar com apoio da equipe para o crescimento.

Marcelo Ferraz Júnior
Coordenador Técnico Agrônomo da Usina Cedro



Crescer é ter paciência para evoluir no tempo certo.

No período em que atuei na Usina Ipê, no setor Técnico Agrônomo, meu coordenador me incentivava a participar de reuniões e atividades estratégicas de maior complexidade conforme a evolução do meu preparo para lidar com responsabilidade às novas atribuições. Através dessa dinâmica eu estava sendo preparado para evoluir dentro da empresa, de acordo com a dedicação nas entregas. Em 2022, recebi a oportunidade de assumir a gestão do Departamento Técnico Agrônomo da Usina Cedro. Um dos meus desafios hoje é compreender cada vez mais o ambiente de cultivo de uma região sem histórico de estudos detalhados para o cultivo da cana. O crescimento profissional é uma junção de se preparar e ter a paciência para a oportunidade.

Ronaldo Torres
Gestor de Segurança Patrimonial da Usina Cedro



Postura e coerência como qualidades que dão visibilidade.

Desde que fui contratado para o setor de Segurança Patrimonial na Usina da Pedra, prezei por conduzir minhas atividades de forma correta, como previsto em treinamentos e alinhamentos com meu gestor. Assim como evitar qualquer desvio operacional e processual. Essa dedicação e disciplina são qualidades desejáveis para quem deseja evoluir profissionalmente. Isso refletiu na decisão da empresa ao dar a oportunidade para eu assumir a gestão da Segurança Patrimonial na Usina Cedro. Antes mesmo da movimentação, fui convidado para compor a equipe que asseguraria bens e equipamentos durante a construção da unidade. A soma de trabalhar em uma empresa sólida, a dedicação, a honestidade nas ações e a perseverança nos levam aos nossos objetivos. Sou grato pela oportunidade e confiança da minha gestão.

REGRAS DE OURO

Orientações valiosas para segurança, saúde e bem-estar.

10 regras para um trabalho mais seguro:

Em resposta a importante missão de zelar pela segurança do funcionário e promover a cultura de segurança que os Serviços Especializados em Engenharia de Segurança e Medicina do Trabalho (SESMT), a Comissão Interna de Prevenção de Acidentes do Trabalho (CIPA), a Comissão Interna de Prevenção de do Trabalho Rural (CIPATR) e lideranças das unidades Pedra Agroindustrial desenvolveram as 10 regras fundamentais para qualquer atividade laboral.

Juntas, formam as Regras de Ouro, e como o próprio nome sugere, são valiosas e de extrema importância para afastar o risco de acidentes. Elas devem ser praticadas de forma obrigatória e contribuem para guiar e aprimorar a conduta do funcionário, voltada para o acidente zero. É importante reforçar também que, para um comportamento seguro as 10 Regras de Ouro são um ponto de partida que se conectam a muitas outras normas, regras e procedimentos de segurança específicos de cada área e função. O Jornal Observador trará nas próximas edições os relatos e desdobramentos de cada regra nas diversas atividades da empresa. 📖

- 1 **APR: Análise Preliminar de Risco.**
- 2 **Trabalho seguro sem álcool e outras drogas.**
- 3 **PCEP: Programa de Controle de Energias Perigosas.**
- 4 **Trabalho em altura.**
- 5 **Espaço confinado.**
- 6 **Trabalho à quente.**
- 7 **Direção segura.**
- 8 **Movimentação e elevação de cargas.**
- 9 **Ferramentas e equipamentos.**
- 10 **Transporte, manuseio e armazenamento de produtos químicos.**

Regras de Ouro na prática

com Acácio Ballera Júnior, Coordenador de Produção e Colheita da Usina Cedro

Regra nº 1 | APR: Análise Preliminar de Risco.

"Em nosso departamento, vivenciamos as Regras de Ouro diariamente. São valores inegociáveis que norteiam as rotinas diárias. Não por acaso, a primeira regra é a Análise Preliminar de Risco (APR) e é por onde iniciamos cada atividade que envolva qualquer tipo de risco. O exercício de preencher o formulário da APR nos coloca numa condição de concentração, análise do ambiente de trabalho, avaliação das condições de equipamentos e máquinas para garantir que as normas operacionais serão seguidas por quem está capacitado para executá-las.

Sempre com o objetivo de impedir antecipadamente desvios que possam levar a um acidente e promover o planejamento das atividades, a APR propõe uma melhor comunicação e envolvimento da equipe. Para nós da Divisão Agrícola e igualmente para toda a empresa, um trabalho mais seguro é um trabalho mais produtivo."

Regra nº2 | Trabalho seguro sem álcool e outras drogas.

"Entre as nossas atribuições está a operação e manutenção de máquinas e equipamentos nas etapas de colheita, transbordo, carregamento e transporte da cana-de-açúcar para a usina. São atividades complexas que exigem do funcionário foco total e plenas condições mentais e físicas para que ele possa realizar os comandos de forma correta e segura. Isso implica que o trabalhador esteja longe dos efeitos de bebidas alcoólicas, drogas e medicações que alteram a capacidade de percepção do ambiente, no reflexo, no tempo de resposta e no discernimento durante a atividade.

O não cumprimento dessa regra resulta em risco grave para a segurança do funcionário e todos ao redor. Por isso realizamos regularmente o teste de bafômetro antes do início da jornada de trabalho e atuamos ao lado do setor de Saúde Ocupacional na valorização da saúde física e mental do trabalhador."



A Análise Preliminar de Risco é realizada com o preenchimento manual ou digital do documento.



Acácio Ballera Júnior reforçando as Regras de Ouro com sua equipe durante treinamento de procedimentos de colheita.

FÁBRICA DE AÇÚCAR

Ampliação do Parque Industrial da Usina Buriti.

Energia e alimentos são produtos que circulam além do território nacional. Alcançam o mercado global e o Brasil desponta como uma das principais potências mundiais na produção agroindustrial com sólidas bases sustentáveis. Isso implica em um mercado dinâmico e com rápidas mudanças de comportamento na relação oferta e procura.

A Pedra Agroindustrial, atenta às movimentações globais, realiza seu planejamento de médio e longo prazo pautado em detalhados estudos de mercado que indicam tendências de remuneração futura de seus produtos. Estar de posse dessas informações é fundamental para o aproveitamento de oportunidades que proporcionem mais ganhos para empresa e sustentem o seu crescimento sólido.

Prova da movimentação em direção ao crescimento e rentabilidade é o início da construção da fábrica de açúcar na Usina Buriti, uma unidade exclusivamente alcooleira e produtora de energia elétrica que passará a produzir também o açúcar VHP na Safra 26/27.

Investimentos em todas as Divisões da empresa

A obra de tamanha magnitude já mobiliza as Divisões Administrativa, Agrícola e Industrial. Desde a safra passada, por exemplo, é realizado um trabalho de recuperação da produtividade nos canais atingidos por incêndios para composição da moagem e aumento da disponibilidade de cana-de-açúcar para produção de açúcar e etanol. Naturalmente, as equipes industriais da Usina Buriti e demais unidades da empresa se mobilizam no cumprimento das etapas (ao lado).

A previsão é que a construção movimente cerca de 400 prestadores de serviço até a previsão de conclusão da obra em novembro de 2025. 

1ª ETAPA Desmontagem e movimentação de equipamentos originários da Usina São Fernando (desativada).



2ª ETAPA Início da montagem dos equipamentos, instalação, conexão e testes.



CAPACIDADE DA FÁBRICA DE AÇÚCAR DA USINA BURITI

30 mil sacas de açúcar por dia

Produção do açúcar tipo **VHP** Very High Polarized

Capacidade de armazenamento: **150 mil** toneladas

PLANEJAMENTO QUE RENDE BONS GRÃOS

Produção da Pedra Agroindustrial evolui nos últimos anos e alcança média superior a do mercado.

Há mais de vinte anos, o planejamento e a dedicação ao projeto de produção de café da Pedra Agroindustrial rendem bons frutos, com a evolução de processos que levam a safras produtivas, acima da média do mercado. Hoje, são cerca de 130 hectares em produção.

"Vemos resultados positivos a cada safra, com a implantação de técnicas de manejo específicas para fazer com que a produção seja sustentável e tenha rentabilidade, esse é o nosso objetivo", explica o agrônomo Hebert Trawitzki, consultor da produção de café do grupo.

A produtividade média de café arábica no Brasil está em torno de 25 sacas de 60kg por hectare. Na Pedra Agroindustrial, na média dos últimos cinco anos, ficou em 31,4 sacas por hectare. Os bons números são consequência de um maior investimento em tratamentos culturais, controle de pragas, adubação do solo e técnicas como a poda, que renova e otimiza a produção, além de melhorar a saúde da planta. *"Esse processo de poda remove*

galhos velhos e promove uma renovação dos ramos, o que vai estimular a produção nos pés", explica Hebert.

Conforme o manejo, uma planta de café pode produzir por até 30 anos, mas, com o surgimento de novas variedades mais adaptadas e produtivas, e também devido a novas técnicas de produção, este prazo de renovação tem reduzido, para algo ao redor de 20 anos. Já uma nova planta leva até três anos para dar seus primeiros frutos. *"A produção de café envolve um processo de muitos detalhes. E cada etapa tem seu tempo. É preciso trabalhar durante todo o ano e ter atenção aos ciclos, desde a florada à colheita."*

As certificações conquistadas pelo café produzido pela Pedra Agroindustrial também reforçam essa dedicação. Os grãos possuem o selo de qualidade "Coffee and Farmer Equity (C.A.F.E.) Practices" da Starbucks e o "Guaxupé Planet Sustainable Coffee", da Exportadora Guaxupé, que comprovam uma produção que envolve boa gestão, cumprimento da legislação, sustentabilidade, capacitação, boas práticas agrícolas e bem-estar de funcionários. Atualmente, toda a

produção da Pedra Agroindustrial é comercializada pela exportadora de café Guaxupé.

Desafios para o futuro

Apesar de um cenário promissor, tendo em vista a valorização mundial do produto, que atingiu cotação recorde neste ano, de R\$ 2.700 por saca, a safra atual é considerada de baixa produtividade, por conta do ciclo de produção do café. Outro agravante, que tem sido recorrente nos últimos anos, é o impacto das condições adversas. O ano passado, que foi muito seco e quente, afetou o desenvolvimento dos ramos e dos frutos após a florada, que acontece entre agosto e novembro.

"Tivemos a temperatura muito alta no pós-florada e, ao longo do ano, a falta de chuvas causou a perda de folhas, o que também comprometeu o desenvolvimento dos frutos", explica Hebert.

Ele destaca que a irrigação é um gargalo da produção, pois a água é fundamental para o processo de formação dos grãos. Por isso, entre os próximos passos, está o desenvolvimento de um plano de irrigação para o café, além da expansão dos hectares em produção. 

Do campo para a xícara.



Florada

A florada marca o início da safra. As flores brancas que saem entre agosto e novembro anunciam os frutos após a chuva.



Frutificação e maturação

Com o passar dos meses, as flores dão lugar aos frutos. O café amadurece lentamente, ganhando cor, sabor e qualidade.



Colheita

Quando os frutos atingem o ponto ideal, é hora da colheita. Mecanizada, essa etapa é realizada entre os meses de maio e julho.



Terreiro

Os grãos colhidos são levados ao terreiro, onde secam ao sol por dois a cinco dias. É aqui que o sabor começa a se definir.



Secador

Para uniformizar a umidade e preservar os grãos, o café passa por secadores.



Tulhas de armazenamento

Após atingir a umidade ideal no secador (em torno de 11,5 %), o café é enviado para as tulhas para a uniformização da umidade de todo o lote.



Beneficiamento

Aqui, o café ganha forma final. Casca e impurezas são removidas, os grãos são classificados e preparados para o armazenamento.



CULTIVO INTEGRADO

Estratégia de produção une agricultura e pecuária em um mesmo sistema na EBO, em Barra do Garça/MT.

A EBO de Barra do Garças-MT, empresa da Pedra Agroindustrial que é referência nacional da raça Nelore, concluiu a colheita da soja em suas áreas de pastagem, no mês de maio. Foram 4.100 hectares em produção.

A estratégia de produção de soja e a pastagem para o gado em um mesmo sistema é conhecida como Integração Lavoura-Pastagem (ILP), que é ideal para a recuperação e enriquecimento de solos. "A integração se baseia no plantio de capim, antes da soja, com terreno corrigido. Este capim nasce com muito vigor, beneficiando o rebanho. Na época do plantio, o capim é dessecado para a formação de palha, essencial para reter umidade, ajudando a soja

Continua na próxima página.

AGRÍCOLA

se estabelecer. Já as raízes do capim servem de 'atalho' para as raízes da soja buscarem umidade em mais profundidade. Enfim, a integração beneficia ambas as atividades", explica o Gerente de Pecuária da EBO, Luís Otávio Lima.

Atualmente, a produção de soja é vendida para empresas especializadas que destinam à exportação ou ao mercado interno. Com um ciclo rápido, de 100 a 120 dias, a soja tem desafios como uma pequena janela ideal de plantio após início das chuvas. "Desta forma, planejamento e dimensionamento de insumos, da frota e da equipe capacitada são essenciais para o bom desempenho da atividade", diz Luís Otávio.

Ao longo dos anos, a evolução e o desenvolvimento são notáveis. Em 2010, no início do plantio, eram 750 hectares. Para o segundo semestre deste ano, serão plantados 4.700 hectares e a estimativa é chegar aos 6.000 hectares até 2030. Realizar o cultivo da soja surgiu da necessidade de melhorar as pastagens e promover a integração lavoura-pecuária. Para o Gerente de Pecuária da EBO, os resultados alcançados ao longo dos anos são fruto do emprego de tecnologias e manejos cada vez mais sustentáveis na busca do carbono zero. "Isso nos permite ganhos de produtividade tanto na safra da soja, quanto para o ganho de peso e desenvolvimento do Nelore", finaliza.

O passo a passo do sistema ILP:

A semente do capim é distribuída por avião aproximadamente 25 dias antes do início da colheita da soja; À medida que estas áreas vão recebendo luz, tornam-se excelentes pastagens, que devem receber gado até o final de agosto. Dessa forma, se tem uma

pastagem de alta qualidade em um período de seca, oportunizando ótimos resultados de ganho de peso do gado; No começo de setembro, quando o gado começa a ser retirado destas áreas, a forrageira que serviu de alimento para o rebanho, durante a seca, cria massa e no final de outubro serve de palhada para o novo plantio da soja. Assim recomeça o ciclo do grão. 



Isaac Oliveira, Adão Santos, Lucas Barros, Reginaldo Soares, Leandro Silva, Carlos Viana, Matheus Lima, Weberton Silva, Silvano Menezes, Vitor Batista, Necivaldo Almeida, Salusmar Silva, Dienys Santos, Matheus Silva



Reginaldo Soares, Weberton Silva, Carlos Viana, Lucas Barros, Leandro Santos, Vitor Batista, Leandro Silva, Dienys Santos, Silvano Menezes, Adão Santos, Matheus Silva, Raimundo Oliveira, Salusmar Silva, Necivaldo Almeida, Edeni Lima, Matheus Lima, Isaac Oliveira

3º WORKSHOP DA GEOTECNOLOGIA

Encontro reuniu profissionais de todas as unidades da Pedra Agroindustrial para apresentar soluções inovadoras.

Evento já consolidado no calendário da Pedra Agroindustrial, o Workshop da Geotecnologia chegou a sua 3ª edição com o foco em soluções inovadoras que impulsionam a produtividade no campo. No dia 29 de maio, o workshop reuniu todas as unidades da Pedra Agroindustrial e representantes das empresas IDGeo, Nax Solutions e Cropman - Inteligência em Diagnósticos de Solos, no Dabi Business Park.

Uma oportunidade para promover os projetos e técnicas adotadas por equipes de cada unidade da Pedra Agroindustrial, o encontro também abriu espaço para o debate e a troca de opiniões. Conhecimento e trabalho em equipe que incentivam a inovação e a sustentabilidade no campo. "O objetivo do workshop é manter as equipes sempre atualizadas, apresentar as inovações mais recentes da geotecnologia e promover um ambiente de troca de conhecimentos, onde todos os participantes possam discutir ideias e esclarecer suas dúvidas. Como um evento que vem crescendo a cada edição, também conseguimos iniciar projetos e apresentar os resultados. Discussões que foram levantadas no ano passado tiveram soluções apresentadas neste ano, são pontos muito importantes para orientar nossas ações", destacou Daniel Alves, Gerente de Logística Agrícola da Pedra Agroindustrial. 





AGRONEGÓCIO NA ESCOLA

Abagrnp lança a 25ª edição do Programa Agronegócio na Escola.

Mais de R\$ 289,83 bilhões. Esse é o número que corresponde às exportações agrícolas brasileiras somente nos primeiros quatro meses de 2025, de acordo com o Ministério da Economia.

O peso do agronegócio para a economia do Brasil coloca o setor em destaque não somente pelo volume de produção, mas pela força de trabalho e tecnologias que são alocadas para atender a demanda, de norte a sul do país.

Visando contribuir para o despertar do interesse de jovens estudantes às tantas profissões correlacionadas ao setor e propiciar um futuro com mão-de-obra qualificada, a Associação Brasileira do Agronegócio de Ribeirão Preto (Abagrnp) lançou, em 2001, o Programa Agronegócio na Escola que convida professores a terem contato com as vivências da cadeia produtiva do agronegócio em empresas parceiras como a Pedra Agroindustrial. Com o efeito multiplicador, o conhecimento adquirido no programa é compartilhado com alunos em escolas de 24 estados e do Distrito Federal.

A edição de 2025 foi lançada no dia 16 de maio no Instituto Agrônomo (IAC) em Ribeirão Preto/SP, reunindo professores, coordenadores e diretores das escolas públicas estaduais e municipais da região. Na oportunidade foram apresentados os novos materiais didáticos que contam a história da agricultura e do agronegócio, assim como propostas didáticas, concursos para alunos e o calendário de visitas às áreas de

cultivo e parques industriais. Além de despertar a curiosidade de estudantes – que serão futuros formadores de opinião – o conteúdo do programa visa combater a percepção a respeito das queimadas e degradação ambiental, demonstrando que o agronegócio é um dos maiores interessados e defensores da sustentabilidade ambiental em todos os processos e conservação da natureza. Do mesmo modo que é um setor altamente tecnológico e que conversa com as profissões do futuro.



A cartilha de prevenção a incêndios, da Abagrnp, busca sensibilizar sobre os impactos socioambientais e econômicos do fogo em áreas urbanas e rurais.



O Programa Agronegócio na Escola é direcionado a escolas públicas estaduais e municipais de todo o Brasil.



Na mesma oportunidade foi lançada, com a participação de autoridades, a campanha "Incêndios: Previna" orientando e educando para a conscientização e prevenção a incêndios.

CUIDE-SE MAIS, VIVA MELHOR

Rotina saudável, equilíbrio emocional e atenção à saúde mental são aliados para viver melhor e com mais disposição, dentro e fora do trabalho.

No ritmo acelerado do dia a dia, nem sempre é fácil ter tempo para cuidar de si. Mas adotar hábitos saudáveis, estar atento às emoções e priorizar o bem-estar são atitudes fundamentais para uma vida mais leve, produtiva e feliz.

Além de viver melhor, quem adota uma rotina saudável vive mais. Uma pesquisa feita no ano passado pela Universidade de Harvard, nos Estados Unidos, mostrou que as pessoas que praticam exercícios regularmente tiveram o risco de mortalidade reduzido em até 31%.

Cuidar da saúde mental não é sinal de fraqueza, é uma atitude de coragem e responsabilidade com você mesmo.

Segundo a Médica do Trabalho Silmara Fachetti Poton, da Usina da Pedra, a prática de exercícios físicos e uma alimentação balanceada reduzem o risco de doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2, hipertensão e obesidade. Além disso, controlam o colesterol, a glicemia e a pressão arterial. *“Essa rotina mais saudável fortalece o sistema imunológico e diminui inflamações crônicas, que estão associadas a várias doenças degenerativas”*, completa. Aliado a isso, a médica explica que é necessário o acompanhamento médico e a realização

de exames de rotina, bem como manter a carteira de vacinação em dia. *“Isso permite diagnóstico precoce de doenças silenciosas e facilita tratamentos menos invasivos e mais eficazes. Além de evitar a automedicação e idas desnecessárias a prontos-socorros, o que gera economia de recursos a longo prazo ao prevenir internações e tratamentos complexos.”*

Na Pedra Agroindustrial, o cuidado com a saúde se traduz em programas como o Mais Saúde, que estimula o acompanhamento médico, realiza exames e campanhas de vacinação, e o Alongue-se que aplica a ginástica laboral para funcionários que atuam no campo.



A Médica do Trabalho, Silmara Poton, da Usina da Pedra, explica que o acompanhamento médico e a realização de exames de rotina permitem o diagnóstico precoce de doenças silenciosas.

Saúde mental e emocional

E estar com a saúde em dia também contribui para o bem-estar mental, ajudando na prevenção de depressão e ansiedade. Segundo dados do Ministério da Previdência Social, em 2024, o Brasil bateu o recorde de afastamentos do trabalho por ansiedade e depressão.



Dra. Tarcila Mazzer, Médica do Trabalho da Usina Buriti, durante exame periódico: importante contato com o funcionário para avaliar sua saúde e realizar orientações para reduzir riscos de doenças ocupacionais.

Neste cenário, a Norma Regulamentadora nº 1 (NR-1), que entrará em vigor a partir de 26 de maio de 2026, incluirá a avaliação e gerenciamento de riscos psicossociais no ambiente de trabalho. Essa mudança visa proteger a saúde mental dos trabalhadores e garantir um ambiente mais seguro e saudável.

Há mais de vinte anos, a Pedra desenvolve o Programa Alongue-se, que aplica a ginástica laboral para funcionários que atuam no campo

E as emoções no ambiente de trabalho são parte desse equilíbrio em busca de uma vida mais saudável. Segundo a Médica do Trabalho, Tarcila Mazzer, da Usina Buriti, habilidades como autocontrole, empatia, comunicação eficaz e resiliência fazem parte da chamada inteligência emocional. *“Quando um profissional compreende suas emoções, limitações e pontos fortes, ele consegue agir de forma*

mais equilibrada e construtiva tendo maior controle emocional. Por exemplo, quando você entende suas fraquezas, as críticas não são vistas como ataques pessoais, mas como oportunidades de crescimento”, diz.

Cuidar da saúde física e mental é uma jornada contínua, e pode começar agora. Aproveite os recursos e apoio oferecidos pela empresa e conte com a equipe 



José Roberto Nascimento
Soldador
da Usina da Pedra



Exercícios e musculação para mudar a rotina

Quando decidiu começar a praticar atividade física, José Roberto Nascimento, de 39 anos, tinha pouca disposição no dia a dia e isso também afetava o bem-estar emocional do profissional que atua no setor de moendas da Usina da Pedra.

A rotina se transformou graças ao apoio da estrutura do Departamento de Promoção Social (DPS), com academia e orientação dos educadores físicos que atuam no local. *“Minha vida mudou completamente quando comecei a me exercitar, há 13 anos.”*

Hoje, com ganho de massa corporal e força, a disposição é completa e a saúde está em dia, com acompanhamento médico, exames em dia e alimentação balanceada. “A mudança de rotina fez bem para o corpo, mas principalmente para a minha saúde mental. Tenho a academia como uma terapia diária. É muito importante a empresa contribuir com o bem-estar dos funcionários, oferecendo apoio e a estrutura para uma rotina saudável”, conclui.

Edimarões da Paixão
Operador de Máquinas
da Usina Buriti



Sem cigarro e com mais qualidade de vida

Há dez anos, a rotina e a saúde do operador de máquinas Edimarões mudou para melhor. Ele parou de fumar com a ajuda do programa contra o tabagismo desenvolvido na Pedra Agroindustrial pelos profissionais da Medicina Ocupacional. *“Foi a primeira vez que tive o impacto sobre o mal do cigarro, quando o pessoal da enfermagem explicou e demonstrou os efeitos da nicotina para a saúde. A partir daí, percebi que era um vício que só me fazia mal mesmo”, conta.*

Ele diz que teve todo apoio do departamento nesse desafio de deixar o cigarro. *“Não teria conseguido sem minha força de vontade e o apoio frequente que tive da equipe”.* Edimarões dá a dica para quem ainda não conseguiu se livrar do vício e adotar uma rotina mais saudável. *“Buscar essa ajuda e orientação é muito importante. Poder contar com esse suporte aqui na empresa, para ter uma opção mais saudável de vida é muito importante.”*

Joriano Rodrigues
Operador de Moenda
da Usina Buriti



Alimentação saudável como aliada da pressão arterial

O sobrepeso, a pressão alta e a ansiedade prejudicavam o dia a dia de Joriano, 32 anos. *“Tinha problemas de saúde, indisposição e não controlava muito a rotina”, conta.* Mas, em 2016, ele começou a participar do programa Nutrileve, promovido pelo setor Médico e Social, e mudou os hábitos. *“Depois da avaliação e com as orientações que recebia no programa, comecei a melhorar minha alimentação e meus hábitos. Isso melhorou minha saúde, meus exames e controlou minha hipertensão.”*

Segundo ele, além do apoio recebido no Nutrileve e do acompanhamento médico pelo convênio, contar com uma alimentação balanceada no refeitório da unidade também contribuiu. *“Todos os dias consigo fazer uma refeição saudável. E hoje entendo que a atividade física completa os cuidados, por isso faço caminhada regularmente. Todas essas mudanças, com o apoio da equipe de saúde da usina, me fizeram perder peso, regular meus exames e melhorar minha qualidade de vida.”*

Energia e movimento: aulas especiais estão entre os programas de incentivo à saúde na Pedra Agroindustrial



Programa de Viagens

De Malas Prontas 2025

Dedicado aos funcionários da Pedra Agroindustrial e seus respectivos dependentes, o programa oferece roteiros de viagens nacionais e internacionais com 30% de desconto a serem realizados nos meses de dezembro e janeiro.

Uma oportunidade especial para que famílias conheçam novos destinos, tenham experiências inesquecíveis e integração!



total de
1128
inscritos



9 destinos
nacionais e
internacionais

Praia Grande/SP, Peruíbe/SP, Caldas Novas/GO,
Porto Seguro/BA, Ilha de Comandatuba/BA,
Fortaleza/CE, Natal/RN, Cruzeiro
e Punta Cana (Rep. Dominicana).

PROGRAMA DE VIAGENS
2025
De Malas Prontas



Convênio Odontológico: um benefício que faz bem para o seu sorriso.

A Pedra Agroindustrial oferece plano odontológico para todos os funcionários com cobertura completa para tratamentos preventivos e curativos, promovendo mais saúde e bem-estar no seu dia a dia!

Em caso de dúvidas ou mais informações sobre a rede credenciada, acesse o app do Plano Odontológico ou entre em contato com o Serviço Social de sua unidade.

Conheça as coberturas do seu Convênio Odontológico:

Tratamentos Preventivos

- ▶ Consultas de rotina
- ▶ Limpeza (profilaxia)
- ▶ Aplicação de flúor
- ▶ Orientação de higiene bucal

Tratamentos Curativos

- ▶ Restaurações (obturações)
- ▶ Tratamento de cáries
- ▶ Extrações simples
- ▶ Tratamento de canal (endodontia)
- ▶ Atendimento de urgência e emergência



WWW.HAPVIDA.COM.BR/SITE/MAISODONTO



WWW.INTEGRALDENTAL.COM.BR

Observador



Expediente: O Observador é uma publicação mensal da Pedra Agroindustrial/SA (Usina da Pedra, Usina Buriti, Usina Ipê e Usina Cedro). Criado em novembro de 1970, o Observador é considerado um dos mais antigos jornais de comunicação interna do país. Projeto Editorial e Produção: Comunicação Pedra Agroindustrial S/A. Tiragem: 3.700 exemplares. Sugestões para o Jornal Observador: comunicacao@pedraagroindustrial.com.br

Acesse a versão digital em: www.pedraagroindustrial.com.br/jornal-do-observador/



O Comitê de Ética da Pedra Agroindustrial existe para que funcionários possam fazer consultas ou relatos sobre a empresa. A confidencialidade é garantida.

Contatos: comite.etica@pedraagroindustrial.com.br ou correspondências para Caixa Postal, 02 • CEP: 14150-000 • A/C - Comitê de Ética.