



Mais eficiência para novas oportunidades

Reportagem recentemente publicada pela Agência Brasil revela que existe um desaquecimento na construção civil. As oscilações entre alta e baixa demanda são comuns neste setor, ou seja, o incremento ou o desaquecimento sempre estarão vinculados a vários fatores.

Para a Construcap não é diferente. Depois de uma sequência de crescimento acentuado e sólido, agora, em tempos de mercado retraído, a empresa está focada para atravessar este momento de tensão econômica.

Para seguir sua trajetória de modo sustentável, ajustando as expectativas para a realidade atual, a palavra-chave é “eficiência”. É o momento de reforçar o preparo das equipes, deixando todos prontos para navegar rumo aos desafios que virão e, com toda a segurança, aproveitar os ventos mais fortes.

Nesse trabalho de preparo, a Construcap valoriza aspectos como eficiência corporativa, melhora do clima organizacional e postura responsável. Enfim, pró-atividade em todos os aspectos na busca por melhorias. O que sobressai aqui é o conceito de trabalho em equipe, que privilegia a interdependência entre os departamentos, com altos níveis de compartilhamento de informações.

Portanto, a prerrogativa de momento é buscar a máxima eficiência com os recursos disponíveis. A equação é lógica e exata para que a Construcap atinja seu objetivo de ser a melhor empresa do segmento de construção civil. Para se tornar a empresa mais desejada do mercado, a mais eficiente, é necessário crescer com sustentabilidade. O caminho é este! ♦

Leia nesta edição

Notícias

Educação financeira: dicas simples para gastar menos

Obras

Construcap entrega duas novas obras para o DNIT

QSMA

O intenso trabalho de preservação ambiental no Rodoanel

Cultura & Lazer

A riqueza cultural da “Cidade dos Azulejos”, São Luís do Maranhão

Editorial



A Construcap vem atuando em conjunto com os especialistas do Instituto Botânico do Estado de São Paulo em um complexo trabalho de **preservação ambiental**. Na execução das obras do Lote 5 do Rodoanel Mário Covas, a empresa está envolvida no resgate de animais silvestres e da flora da região - como pode ser visto nesta edição. Além de gratificante, este trabalho expressa claramente um dos compromissos empresariais: Meio Ambiente e Comunidades Respeitados. No compromisso da empresa também existe um outro tipo de **preservação**: a da qualidade dos projetos, algo atingido com a força e a capacidade de trabalho de suas equipes.

A reportagem de capa desta edição destaca este aspecto, ao tratar da oscilação do mercado e da importância vital de cada um dos profissionais **preservarem** a garra para abraçar novas oportunidades, que virão com o reaquecimento do setor de construção civil.

A Construcap acredita que sucesso e longevidade no setor se conquista com eficiência. E isto é um resultado de uma equação simples. Um cálculo que soma talento valorizado, capacitação continuamente resgatada e confiança pereneamente **preservada**.

Boa leitura!

Finanças



Como Poupar: dicas para a saúde financeira

Saber organizar os gastos é uma tarefa que requer muito empenho, tanto no planejamento quanto na manutenção. Isso porque, se houver um pequeno “deslize” no meio do caminho, como uma compra por impulso, todo o trabalho realizado pode ser perdido. Para auxiliar no processo de reeducação financeira, você encontrará nesta edição sugestões valiosas para o controle de gastos e maneiras inteligentes de investir os rendimentos. Veja abaixo, as dicas para eliminação de compras desnecessárias:

- Não faça as compras do mês às pressas. O ideal é ir ao supermercado com tempo suficiente para analisar o preço de cada item, sem priorizar a marca do produto. Para conseguir economizar é interessante fazer uma pesquisa de preços nos mercados da região.
- O limite do cheque especial e do cartão de crédito podem se tornar vilões do controle financeiro. O ideal é cortar ambos para patamares de 50% da renda mensal.
- Na hora do lazer, escolha a alternativa mais acessível, como substituir uma visita ao shopping por um passeio pelo parque.
- Faça uma “faxina financeira”: reduza os gastos em todos os itens domésticos. Pesquise as melhores condições tarifárias para o seguro do carro e aproveite os descontos oferecidos nas compras à vista e em dinheiro.
- Repense se realmente precisa de tudo o que compra. Lembre-se de que as despesas devem ficar sob seu controle para evitar o “efeito bola de neve” das dívidas acumuladas. ♦

Obra Fiat



Vista aérea Fiat Pernambuco



Funcionários durante a processo seletivo para fábrica Fiat

Proteção e durabilidade na cobertura da nova área de produção da Fiat

A Construcap adotou uma moderna tecnologia de cobertura em uma das áreas de produção do cliente Fiat, em Pernambuco. Concluído em março, o sistema consiste na execução de um teto monocapa impermeável e resistente às intempéries, como chuvas e ventos fortes. É também dotado de características termoisolantes, o que garante proteção aos futuros colaboradores contra as altas temperaturas solares típicas da região.

De acordo com o engenheiro Paulo Sergio Alves da Fonseca, o sistema é o que melhor se adapta às condições existentes no projeto, devido à baixa declividade do telhado e ao alto índice de produtividade. Trata-se de um sistema de cobertura que tem como elemento estrutural o aço galvanizado. Sobre esse deck metálico em formato trapezoidal são instalados, sem fixações aparentes, chapas corrugadas, um elemento termoisolante e uma membrana termoplástica ou à base de borracha – que, aliás, é a principal inovação nesse tipo de telhado. Além das vantagens já mencionadas, o sistema tem vida útil praticamente ilimitada, sendo resistente a perfurações, ação de microbactérias, raios UV, produtos químicos e abrasão. ◆

Construcap: mudando para melhor a vida das pessoas

Uma grande oportunidade de trabalho foi aberta na cidade de Goiana, em Pernambuco, onde a Construcap está concluindo as obras de implantação do novo polo automotivo da Fiat.

Em abril, a montadora iniciou inscrições para os candidatos interessados em trabalhar nos diferentes postos abertos na futura fábrica. A adesão foi grande e mais de 500 pessoas estão participando do processo seletivo. O processo foi realizado em forma de dinâmica de grupo para os níveis técnico e de produção, enquanto que os candidatos com formação superior passaram por entrevista individual.

Todos ficaram gratos e com grande expectativa de atuar nesse importante empreendimento. Até 2017, muitas outras vagas surgirão e, até lá, centenas de novos empregos terão sido criados, ajudando a mudar para melhor a vida de milhares de famílias.

Uma oportunidade que somente se tornou possível graças à parceria entre a Fiat e a Construcap. ◆

Obras em Andamento

Expansão de shopping ampliará opções de lazer na Baixada Fluminense

Localizado no município de Nova Iguaçu, região metropolitana do Rio de Janeiro, o TopShopping está em expansão desde junho do ano passado. Com área de 42 mil metros quadrados, 34 metros de altura e um total de sete pisos, o projeto foi dividido em duas fases: a primeira foi concluída em janeiro deste ano e a segunda está em andamento, com encerramento previsto para abril de 2015.

Uma das peculiaridades do projeto foi a necessidade de fazer um trabalho de adaptação do local, por conta de seu terreno acidentado. Durante sete meses, ainda na primeira fase, foram executados, simultaneamente, a terraplanagem, drenagem, pavimentação (com execução de duas ruas no entorno do shopping e a remoção de uma rua desnivelada) e a contenção em solo grampeado (com a correção de um desnível de 17 metros). Atualmente, a obra está em fase de finalização de uma superestrutura em pré-moldado, com concreto moldado alvenaria e execução da estrutura metálica e instalações. O projeto, contratado pela BRMalls, totalizará 22 meses de obras. Atraindo clientes também de outras cidades da região, das quais se destacam Belford Roxo, Mesquita e Nilópolis, o TopShopping recebe atualmente 10 milhões de visitantes ao ano. ◆



Novo shopping deverá ficar pronto em 2015

Ferrovias abrirá caminhos para a fábrica da Suzano em Imperatriz

A Construcap está prestes a entregar uma nova obra em Imperatriz, no Maranhão. Trata-se da ferrovia que interligará a fábrica da Suzano Papel e Celulose, localizada na mesma cidade, com a Ferrovia Norte Sul, no município de João Lisboa. O objetivo da obra, que teve início em novembro de 2012, é escoar a produção de celulose da fábrica. Para ela, já foram executados quatro viadutos e uma ponte ferroviária sobre o Rio Barra Grande, com dez vigas pré-moldadas de 28 metros e 87 toneladas cada, somando uma extensão de 160 metros. No total, a ferrovia terá 33,5 quilômetros. No decorrer do projeto, que foi contratado pela Suzano, houve a necessidade de implantar algumas medidas de emergência para solucionar os desafios que apareceram. Uma delas foi a execução de doze quilômetros de drenos profundos devido ao excesso de água proveniente do lençol freático. Em fevereiro, a chuva registrada em Imperatriz – considerada a maior na história – fez com que a equipe da Construcap utilizasse materiais granulares graúdos, como brita e rachão, na conclusão da terraplanagem. Para vencer o prazo, prejudicado por períodos de chuva de até sete meses por ano, a obra contou com um planejamento inicial detalhado, contendo todas as informações de recursos, mão de obra e materiais necessários para sua execução. Um importante diferencial, também visando o cumprimento do cronograma, foi o melhoramento da solda dos trilhos e socaria da linha, que eram manuais, por soluções mais modernas e de melhor qualidade, tais como solda elétrica e socaria mecanizada e automatizada. ◆



Longos períodos de chuvas: um dos principais desafios da obra

Obra Concluída

Construcap entrega duas novas obras para o DNIT

O Departamento Nacional de Infraestrutura de Transportes (DNIT) contratou o consórcio liderado pela Construcap para executar a implantação e pavimentação de um dos lotes da rodovia BR-448, também chamada “Rodovia do Parque”.

Inaugurada no final de 2013, esta é a mais nova rota de tráfego do Rio Grande do Sul. Por seus 22,34 km de extensão deverão circular diariamente mais de 37 mil veículos, entre os municípios de Sapucaia do Sul, Esteio, Canoas e a capital, Porto Alegre. O trecho de 5,3 km de extensão vai da junção com a BR-386, Sapucaia do Sul-Canoas, até o bairro de Mato Grande, nesse último município.

O trabalho abrangeu a execução de cinco do total de 16 Obras de Arte Especiais (OAE) constituídas de estrutura pré-moldada: uma ponte de 60 metros de extensão, dois viadutos de 80 metros, um de 55 metros e outro de 42 metros. Projeto e execução exigiram a superação de desafios de engenharia. O primeiro deles foi a construção da estrada sobre uma zona plana de várzea, suscetível a alagamentos e boa parte com subleito em solos de pouca resistência. Isso demandou vários tratamentos do solo, aplicando-se meto-

dologia executiva para solo mole, através de dreno fibro-químico, colchão drenante, geogrelha, aterro controlado e sobrecarga, fundação em estaca pré-moldada de concreto, estruturas em pré-moldado lançadas com guindaste ou treliça lançadeira.

Duplicação

Também para o DNIT, liderando o consórcio com duas outras empresas, a Construcap concluiu em março a execução da obra de restauração e duplicação do lote 29 e elevado do contorno de Araranguá, localizado na Rodovia BR-101. Do total de 28 km de extensão da rodovia, foram 7 km de implantação e 21 km de duplicação.

Foram executadas as OAE de estrutura pré-moldada, sendo um elevado de 2 km de extensão, uma ponte de 232 metros, um viaduto de 208 metros, um de 80 metros, um de 52 metros e outros sete de 28 metros, além de três passarelas para travessia de pedestres. Assim como na BR-448, este projeto exigiu técnicas construtivas específicas para a implantação de estrada em 500 metros de solo mole. ◆



A BR-448, também conhecida como Rodovia do Parque

Meio Ambiente

Rodoanel: em dia com os cuidados ambientais



Gavião de Cabeça Cinza

Em todos os seus projetos, a Construcap segue os parâmetros adotados pelo Sistema Integrado de Gestão (SIG), que envolve o meio ambiente, qualidade, segurança e saúde. As ações voltadas ao primeiro desses aspectos – a questão ambiental – podem ser exemplificadas pela obra em andamento no Lote 5, trecho Norte do Rodoanel Mário Covas, em São Paulo.

Autorizada pelos órgãos ambientais federal, estadual e municipais, a obra depende de um estudo de impacto ambiental que propõe uma série de medidas para prevenção e/ou mitigação de danos. Elas estão estruturadas em 27 programas ambientais. Cabe à Construcap administrar os 15 que compõem a etapa de construção, além de observar o atendimento à legislação vigente.

Um desses programas é o de conservação da flora e da fauna, pois a obra do Rodoanel Norte atravessa áreas de Mata Atlântica, de cerrado e de campos naturais. Ela está inserida na Área de Proteção Ambiental (APA) Cabuçu-Tanque Grande e está próxima ao Parque Estadual da Cantareira, uma das mais importantes reservas naturais paulistas.

As equipes atuam no resgate de animais silvestres típicos da região, como a cobra jararaca, o lagarto teiú, mamíferos

como o gambá, ratinho-do-mato e a cuíca, e aves como a corujinha-do-mato e o imponente gavião-de-cabeça-cinza. Quando há necessidade, os animais são encaminhados para tratamento. Todos eles são, posteriormente, soltos em áreas preservadas na Mata Atlântica. Também os animais domésticos abandonados na obra ganham atenção das equipes. Cães e gatos que foram deixados para trás são recolhidos, tratados e encaminhados para adoção.

A flora também é alvo desse programa, com o resgate de plantas que são consideradas espécies relevantes e a realocação destas em áreas definidas pelas equipes do Instituto de Botânica do Estado de São Paulo. Uma das surpresas desse trabalho foi a coleta de uma espécie até então registrada como extinta: a *Gymnopogon burchellii* (Foto 4), uma gramínea natural da formação dos campos de altitude.

Além desse trabalho, a equipe da Construcap também é responsável pela colocação de cercas direcionadoras para evitar a invasão de animais silvestres em construções que se encontram na divisa com as áreas de preservação, como escolas, casas e comércios em geral.

O meio ambiente respeitado é um compromisso da Construcap! 



Colméia



Teiú



Jararaca



Gymnopogon burchellii

Trabalho de preservação ambiental envolve o resgate, cuidados e realocação de espécimes da fauna e da flora locais

Saúde

Dor na coluna lombar: sintoma ou doença?

Dra. Ana Cláudia Piccolo



A dor nas costas, principalmente aquela localizada na coluna lombar, também chamada de lombalgia, é muito frequente. Sabemos que 80% da população adulta vai apresentar lombalgia alguma vez em sua vida, causando influência na qualidade de vida e a perda de dias trabalhados.

As funções da coluna lombar são dar suporte e permitir movimentos e alinhamento do tronco. É a parte mais móvel da coluna, portanto exposta às situações do dia a dia que podem causar desconforto.

As principais causas de dor lombar são as alterações e doenças crônicas ósteo-degenerativas dos discos intervertebrais e das articulações (como a artrose e a hérnia de disco), porém as posturas inadequadas e a sobrecarga da coluna são as mais frequentes, acometendo homens e mulheres igualmente, com predomínio entre 30 e 50 anos de idade.

Sabe-se que 85% das pessoas com lombalgia não apresentam uma doença específica da coluna. Por outro lado, de acordo com estudo realizado nos Estados Unidos, mais de 80% das pessoas com alterações no exame de ressonância magnética da coluna lombar eram assintomáticas. Fatores emocionais (depressão, ansiedade), sociais e culturais influenciam sua ocorrência, além do trabalho que envolve o carregamento manual de peso, exposição à vibração, obesidade, falta de condicionamento físico, hábito de fumar, entre outros.

Dessa forma, o mais importante para prevenir e tratar a lombalgia é manter o peso adequado, não fumar, buscar equilíbrio emocional, realizar no trabalho e em casa o transporte manual de peso de maneira adequada, além de evitar posturas desconfortáveis.

Os trabalhadores devem seguir as recomendações das equipes de Segurança e Medicina do Trabalho das frentes de trabalho, durante a fase de integração e permanência na empresa, quer seja no setor administrativo ou na produção. ◆

Cultura & Lazer

Tradição e belezas naturais se misturam em São Luís

Conhecida como a “Atenas Brasileira”, “Cidade dos Azulejos”, “Ilha do Amor”, entre outros codinomes, a cidade de São Luís, capital do Maranhão, é um local privilegiado por um conjunto arquitetônico tombado pelo Patrimônio Cultural da Humanidade. Somado a sua paisagem, as manifestações culturais e comidas típicas formam uma tríade de riqueza singular.

Apesar de ter sido fundada pelos franceses, que também batizaram a cidade, São Luís é essencialmente lusitana e representa o maior conjunto da arquitetura civil portuguesa no Brasil. Também fazem parte dessa “herança” os famosos azulejos coloniais que embelezam as ruas do município.

No quesito cultural uma de suas festividades mais populares é o Bumba-Meu-Boi, de origem afro-indígena, que desponta na cidade durante as festas juninas. Para **José Carlos da Silva, assistente de transporte na obra de Expansão do Terminal Ferroviário de Ponta da Madeira**, em São Luís, o Cacuriá é a manifestação artística que mais tem “a cara” da cidade. “É uma dança muito interessante, onde fica nítida a alegria do povo. Só vendo mesmo para entender”, orgulha-se o ludovicense.

A culinária baseada em peixes e mariscos é outra particularidade de São Luís, já que o município está localizado à beira-mar. Na lista de comidas típicas figuram a caldeirada e torta de camarão, o caruru e o cuxá, de origem africana, os caldos de peixe, feijão, sururu, entre outros. Se o assunto for bebidas, o visitante encontrará licores e sucos feitos com frutas regionais como bacuri, jenipapo, cupuaçu e murici.

O município de São Luís é banhado pelas águas da baía de São Marcos e do Oceano Atlântico e conta com 32 quilômetros de praias na região metropolitana, caracterizada por suas águas turvas devido a proximidade dos rios. São Luís também usufrui de uma extensa área de manguezal e quatro áreas de preservação ambiental: o Parque Estadual do Bacanga, com mais de três mil hectares de extensão, o Parque Estadual do Itapiracó, com 322 hectares e a Área de Proteção Ambiental do Maracanã. ◆



O Cacuriá, dança típica de São Luís do Maranhão

Nossa Gente

Departamento comercial: por onde tudo começa



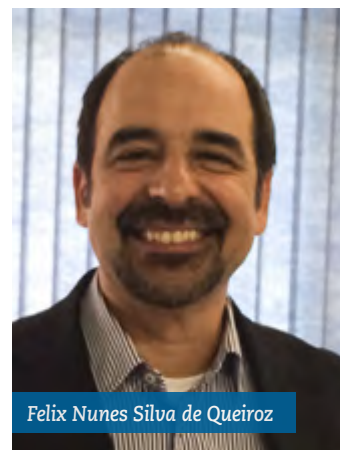
Almir Silveira de Souza Filho



André machado Ferreira



Bráulio Cesar R. de Andrade



Felix Nunes Silva de Queiroz



Olimar Antonio de Carvalho



Reginaldo José da Silva



Rodrigo Reyes Etchenique



Suzana Cabarcos Pawletta

Antes de sair do papel e iniciar efetivamente, a construção de uma obra passa por uma série de etapas cruciais para seu desenvolvimento. A primeira delas é desempenhada pelo departamento comercial, que é responsável pela manutenção e ampliação dos horizontes possíveis no mercado da construção civil. Atuar nos segmentos público e privado é um diferencial que, sozinho, aumenta a visibilidade e credibilidade de uma construtora, como é o caso da Construcap. Entretanto, esses são apenas os primeiros passos de um longo caminho percorrido pelas equipes divididas em São Paulo e no Rio de Janeiro.

O departamento comercial da Construcap é subdividido pelos setores privado, público, Petrobras e de operações estruturadas, estes profissionais e suas competentes equipes respondem pelas demandas de todo o País. Para atender este mercado, a sólida reputação da Construcap conta muitos pontos, fato esse comprovado pela repetição de obras para um mesmo cliente.

O setor de energia, óleo e gás, inclusive, conta com o suporte dos profissionais dessa área que estão alocados na capital fluminense. Já o setor público funciona, basicamente, através da participação das licitações abertas pelos governos federal, estadual e municipal ou prefeituras do referido local para construção da obra.

O setor de operações estruturadas, por sua vez, é responsável pelas concessões, Parcerias Público-Privadas (PPPs) e demais projetos que requerem uma engenharia financeira mais aplicada.

Outra atividade exercida pelos profissionais do departamento comercial é a prospecção de novos segmentos e continuidade dos já fortalecidos, como é o caso dos shoppings e demais construções industriais.

Fique ligado nas próximas edições do Concretizando para conhecer um pouco mais sobre as atribuições de cada departamento da Construcap. ♦



- Coordenação Geral: **Kelli Bonadio**
- Contato: **Carolina Dias Lopes (DHO&RC)** dho&rcinforma@construcap.com.br
- Redação: **Ada Caperuto - MTb nº 24082** e **Juliana Tavares**
- Responsabilidade Editorial: **Ricardo Viveiros & Associados** (Empresa filiada à Associação Brasileira de Comunicação Empresarial - ABERJE)
- Criação/Diagramação para Projeto Gráfico/Design: **Mundo s.a Comunicação**

CONSTRUCAP

Este Jornal é uma publicação da **CONSTRUCAP CCPS Engenharia e Comércio SA.** - Rua Bela Cintra, 24 - Consolação São Paulo - SP - CEP 01415-000 - Tel.: (11) 3017-8000

