

Repara

Iniciamos 2025 com importantes conquistas que reafirmam nosso compromisso com a excelência e a inovação nos setores Naval, Offshore e Industrial. Um dos marcos recentes para a Metalock Brasil foi a obtenção da certificação RINA (Registro Italiano Navale), para serviços de combate a incêndios no setor Naval; inspeção de equipamentos de salvatagem, incluindo baleeiras; realização de inspeções anuais de rádio **GMDSS (Global Maritime Distress and Safety System)**; e inspeção e testes de funcionamento de VDR (Voyage Data Recorder), garantindo a conformidade desses sistemas essenciais para a segurança da navegação.

Esse reconhecimento consolida nossa posição como provedores altamente qualificados em inspeções regulatórias.

Com respeito à inspeção e manutenção de equipamentos e sistemas de combate a incêndios, a certificação RINA — somada à aprovação já obtida pelo DNV (Det Norske Veritas) e outras Sociedades de Classe membros do IACS — reforça nosso compromisso

so com os mais altos padrões internacionais de segurança e qualidade. Seguimos rigorosamente as normativas MSC.1/Circ.1318, MSC.1/Circ.1432, MSC/Circ.670 e MSC A.951(23), garantindo conformidade com os requisitos técnicos mais exigentes.

Sendo assim, este avanço abre novas oportunidades para atendermos embarcações em portos brasileiros e sul-americanos, assegurando a segurança de tripulações e ativos.

Nesta edição do Repara, destacamos também alguns dos serviços marcantes que realizamos nos últimos meses. Um dos destaques foi o reparo emergencial realizado no extremo sul da Argentina, em um motor elétrico de propulsão de uma embarcação de luxo com destino à Antártica. Este trabalho exigiu uma resposta rápida e um planejamento logístico impecável, mobilizando uma equipe de 10 técnicos e mais de meia tonelada de equipamentos em apenas três dias.

A operação foi concluída em tempo recorde, garantindo que a embarcação pudesse seguir viagem com segurança. Trata-se de um exemplo claro da capacidade da Metalock Brasil de atuar em operações críticas e entregar soluções ágeis e eficazes em qualquer lugar do mundo.

Além dos serviços técnicos, também abordamos nesta edição temas fundamentais para a sustentabilidade, como o impacto da água de lastro e a bioinvasão nos oceanos. A regulamentação internacional vem impondo novas diretrizes para o tratamento da água de lastro, e

a Metalock Brasil tem desempenhado um papel fundamental com serviços nos equipamentos de tratamento de sistemas de água de lastro (Ballast Water Treatment Systems - BWTS), garantindo que os navios operem dentro das normas ambientais e de forma eficiente.

Ao longo deste ano, continuaremos investindo em capacitação profissional, assegurando que nossa equipe esteja sempre atualizada com as melhores práticas e tecnologias do mercado. Também marcamos presença em importantes eventos do setor, fortalecendo nosso relacionamento com clientes e parceiros estratégicos.

Um dos momentos mais relevantes será nossa participação na conferência anual da Metalock International Association, que neste ano acontecerá em Cingapura. Este encontro global reúne as empresas do grupo Metalock para troca de experiências e atualização sobre as melhores práticas da indústria. Além disso, participaremos da conferência da International Ship Engineering Service Association (ISES), em Hong Kong, reforçando nossa presença no cenário internacional.

Também realizaremos visitas estratégicas a armadores na Índia, Cingapura, China, Hong Kong, Alemanha, Grécia e Chipre, fortalecendo parcerias e acompanhando de perto as demandas do mercado Naval.

Temos confiança de que 2025 será um ano de novas oportunidades e realizações. Com a dedicação de cada um, seguiremos construindo a nossa trajetória.

Índice

02 Institucional

- Plano de evacuação: Segurança em primeiro lugar
- Treinamento de ponte rolante e movimentação de carga: Capacitação para novos colaboradores e reciclagem
- Diálogo semanal de segurança: Prevenção e conscientização em foco
- Pesquisa do Jornal Repara: Sua opinião faz a diferença!

04 Serviços e Parcerias

- Metalock Brasil executa reparo emergencial em motor elétrico de propulsão de embarcação de luxo no extremo sul da Argentina
- Metalock Brasil em ação durante a temporada de cruzeiros
- Metalock Brasil realiza usinagem de pino de gerador no Chile
- Metalock Brasil conduz serviços de costura a frio em diversos países das Américas

06 Você Sabe o que a Metalock Faz?

- Metalock Brasil realiza serviços mecânicos no motor principal de navio graneleiro na Flórida e Holanda

06 Interesse Público

- Dengue: como se proteger e reconhecer os sintomas
- Como proteger sua saúde no verão: Prevenção contra desidratação, insolação e doenças sazonais
- Norovírus: Entenda o que é, como prevenir e quais cuidados tomar
- Calor extremo representa sério risco de saúde
- SUSTENTABILIDADE · Reciclagem de navios: O que fazer com embarcações em fim de vida?
- Reciclagem consciente: Como descartar corretamente os resíduos
- Água de lastro e bioinvasão: O que está sendo feito?

11 Recursos Humanos

- Boas-vindas
- Aniversariantes

Plano de evacuação: Segurança em primeiro lugar



A Metalock Brasil demonstra mais uma vez seu compromisso com a segurança ao elaborar um Plano de Emergência e Evacuação que abrange as áreas de produção e administrativa. O objetivo principal dessa iniciativa é assegurar a integridade física de todos os colaboradores e minimizar danos em situações de emergência.

O plano de evacuação e abandono é um procedimento cuidadosamente planejado que orienta como as pessoas devem agir para deixar o local de forma rápida, segura e organizada em casos de incêndio, vazamentos de substâncias perigosas, explosões, ou outros eventos críticos.

Por que o plano é importante?

Em situações de emergência, o tempo é um fator decisivo. Um plano bem estruturado não apenas reduz os riscos de perdas humanas, mas também evita pânico, desordem e danos materiais maiores.

Na Metalock Brasil, a elaboração do plano foi executada nas unidades de Santos e São Paulo, considerando a disposição dos espaços, rotas de saída e medidas de segurança específicas para cada ambiente. Em seguida, será implementado na unidade do Rio de Janeiro.

Como funciona?

- O plano inclui:
- Mapas de evacuação: localizados em pontos estratégicos, mostram as rotas de fuga, saídas de emergência e locais de reunião seguros.
 - Treinamento da equipe: todos os colaboradores serão treinados para saber como agir em situações de emergência e reconhecer os alarmes de evacuação.
 - Simulados: exercícios realizados para testar o plano e identificar pontos de melhoria.
 - Pontos de Encontro: após abandonar o local, todos devem se dirigir aos pontos de encontro designados, onde será feita a contagem para garantir que ninguém ficou para trás.

nados, onde será feita a contagem para garantir que ninguém ficou para trás.

· Brigada de Incêndio: a brigada de incêndio desempenha um papel fundamental na segurança da empresa. Em Santos, a brigada realiza encontros regulares na própria oficina para cuidar e manter os equipamentos de emergência, como desobstrução de áreas com hidrantes e extintores, testes nas bombas e a verificação mensal dos extintores.

Em São Paulo, contamos com 3 brigadistas capacitados, que participaram do último plano de emergência realizado em 30/01/2025, mesmo não havendo obrigatoriedade legal devido ao dimensionamento de pessoas, estruturas e riscos.

No Rio de Janeiro, manteremos o mesmo padrão de atendimento, garantindo a preparação contínua da brigada para situações de emergência.

Seu papel na segurança

É fundamental para todos os colaboradores:

1. Familiarizar-se com as rotas de fuga e os pontos de encontro.
2. Seguir as orientações das equipes de segurança e os procedimentos estabelecidos.
3. Participar ativamente dos simulados, pois eles preparam para situações reais.

Segurança é responsabilidade de todos

A Metalock Brasil acredita que segurança é um esforço coletivo. Cada colaborador tem um papel importante em garantir que o plano de evacuação seja eficiente e eficaz. Contamos com a colaboração de todos para fazer desse plano um sucesso, garantindo um ambiente de trabalho mais seguro para todos nós.

Fique atento às próximas comunicações sobre treinamentos e simulados. Sua segurança é nossa prioridade!

Treinamento de ponte rolante e movimentação de carga: Capacitação para novos colaboradores e reciclagem



Como temos reforçado, a segurança e a eficiência são prioridades na Metalock Brasil, especialmente em atividades que envolvem operações críticas, como a movimentação de cargas.

Com esse foco, realizamos o Treinamento de Ponte Rolante e Movimentação de Carga, alinhado às diretrizes da NR 11, voltado para os técnicos habilitados a realizar este tipo de trabalho.

Por que o treinamento é essencial?

O curso tem como principal objetivo capacitar os operadores a realizar suas atividades de forma segura, eficiente e dentro das normas regulamentadoras. Além disso, busca prevenir acidentes e uniformizar os procedimentos de inspeção, operação e conservação dos equipamentos.

O que é abordado no curso?

O treinamento combina aspectos teóricos e práticos, garantindo uma compreensão completa sobre o uso e a manutenção das pontes rolantes. Entre os principais tópicos estão:

- Princípios de operação segura: como manusear os equipamentos corretamente para evitar riscos.
- Identificação de riscos: reconhecer e antecipar situações que possam comprometer a segurança.
- Tarefas seguras: realizar movimentações de cargas seguindo os padrões exigidos pelas normas.
- Inspeção e conservação: práticas para garantir o bom funcionamento e a vida útil dos equipamentos.

Benefícios para a equipe e para a empresa

- Maior segurança no ambiente de trabalho: redução de acidentes e danos materiais.
- Padronização de procedimentos: todos os operadores seguem as mesmas práticas recomendadas.
- Aumento da eficiência: operadores capacitados realizam suas atividades com maior precisão e rapidez.

· Valorização do colaborador: o treinamento fortalece a confiança e o desenvolvimento profissional da equipe.

Operação de empilhadeira

Além do treinamento de ponte rolante e movimentação de carga, a Metalock Brasil oferece um treinamento para operação de empilhadeira, abordando normas e legislações técnicas, segurança, saúde e meio ambiente, assim como procedimentos para reconhecimento, análise e prevenção de riscos.

O curso também inclui a inspeção e utilização de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) e Coletiva (EPCs), manutenção preventiva e técnicas de manuseio de cargas.

Atualmente, apenas os funcionários designados por seus gestores e reconhecidos no Programa de Gerenciamento de Riscos (PGR) e na Ordem de Serviço estão autorizados a operar empilhadeiras, garantindo um controle rigoroso dos riscos e a obtenção de um Atestado de Saúde Ocupacional (ASO) específico para essa atividade.

Compromisso com a excelência

Ao oferecer esses treinamentos, a Metalock Brasil reforça seu compromisso com a qualificação contínua dos colaboradores e com a segurança de suas operações. Neste sentido, os cursos são uma oportunidade para aprimorar suas habilidades e contribuir para um ambiente de trabalho mais seguro e produtivo.

Diálogo semanal de segurança: Prevenção e conscientização em foco



A segurança no ambiente de trabalho é uma construção coletiva. Como você sabe, a Metalock Brasil investe constantemente em ações para promover um espaço mais seguro para todos. Entre essas iniciativas está o Diálogo Semanal de Segurança (DSS), um momento dedicado ao debate sobre medidas preventivas e à conscientização dos colaboradores.

O que é o DSS?

O DSS é uma reunião breve e objetiva que reúne os trabalhadores e a equipe de Segurança do Trabalho para discutir práticas que ajudam a prevenir acidentes e doenças ocupacionais. Esses encontros permitem que questões importantes sejam abordadas de forma prática e direta, alinhando todos os setores da empresa às melhores práticas de segurança.

Por que o DSS é importante?

- Conscientização sobre riscos: o diálogo semanal reforça o conhecimento sobre os perigos existentes no ambiente de trabalho e as formas de evitá-los.
- Prevenção de acidentes: ao discutir medidas preven-

tivas, a equipe é estimulada a adotar comportamentos mais seguros.

- Melhoria da comunicação: o DSS cria um canal aberto para que colaboradores compartilhem preocupações ou sugestões, contribuindo para soluções coletivas.
- Atualização constante: temas relevantes e atuais são trazidos à pauta, garantindo que todos estejam informados sobre normas, procedimentos e boas práticas.

Como funciona?

Os temas tratados no DSS são escolhidos com base nas necessidades e desafios identificados no dia a dia da operação. Entre os tópicos mais abordados estão:

- Uso correto de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs);
- Procedimentos em casos de emergência;
- Prevenção de doenças ocupacionais;
- Práticas seguras na movimentação de cargas e operação de máquinas.

Além disso, o DSS é uma oportunidade para reforçar temas de treinamentos recentes, como o Plano de Evacuação e o Treinamento de Ponte Rolante, alinhando toda a equipe a essas iniciativas.

Segurança: um compromisso de todos

O sucesso do DSS depende da participação ativa de cada colaborador. Ao compartilhar experiências e ouvir atentamente as orientações da equipe de Segurança do Trabalho, todos contribuem para um ambiente mais protegido e eficiente.

A Metalock Brasil valoriza a segurança como um pilar essencial para o bem-estar dos colaboradores e para o crescimento sustentável da empresa. Contamos com você para fazer do DSS um momento de aprendizado e colaboração

Pesquisa do Jornal Repara: Sua opinião faz a diferença!

O Jornal Repara é feito para você, e nada melhor do que ouvir diretamente os colaboradores para torná-lo ainda mais interessante e alinhado com suas expectativas. A pesquisa realizada recentemente trouxe excelentes retornos, com sugestões valiosas e confirmações de que o jornal segue como um importante canal de informação dentro da Metalock Brasil.

Alta adesão e avaliação positiva

Os resultados mostram que a maioria dos colaboradores recebe todas as edições do jornal e acompanha seu conteúdo regularmente. Além disso, a avaliação geral foi bastante positiva, com a maioria dos respondentes classificando o conteúdo como muito bom ou bom.

Isso demonstra que o Jornal Repara é reconhecido como uma fonte confiável e relevante de informações sobre a empresa, seus serviços e novidades do setor.

Os conteúdos favoritos

A pesquisa revelou que algumas seções se destacam entre os leitores. As preferidas foram:

- Institucional – notícias sobre a empresa e suas iniciativas.
- Serviços e Parcerias – cases de sucesso e reparos realizados.
- Histórias de Colaboradores – trajetórias, experiências e aprendizados dentro da Metalock.
- Dicas de Saúde e Bem-Estar – informações valiosas para o dia a dia.
- Sustentabilidade – iniciativas e boas práticas ambientais.

Esse retorno reforça a importância de manter esses temas em destaque e aprimorar a forma como são apresentados.

Sugestões para um jornal ainda melhor

Os colaboradores também trouxeram ótimas sugestões para aprimorar o Jornal Repara. Entre as mais citadas, estão:

- Novos conteúdos – Muitos sugeriram a inclusão de temas como treinamentos técnicos, tendências dos mercados Naval e Offshore, parcerias com escolas da área industrial e ranking de produtividade dos setores da empresa.
- Visual mais atrativo – Houve também sugestão de um design mais moderno, que torne a leitura mais dinâmica e envolvente.
- Formato de distribuição – A maioria dos colaboradores prefere receber o jornal em formato digital (PDF), mas ainda há aqueles que gostariam de uma versão impressa.

Você quer participar?

O Repara também é seu!

Se você tem uma sugestão de tema ou quer contar um pouco sobre sua trajetória na Metalock Brasil, entre em contato com a equipe de Marketing e Comunicação Corporativa, a partir do e-mail: repara@tuckadealmeida.com.br. Sua participação é essencial para tornar o Jornal Repara cada vez mais próximo da realidade dos colaboradores!

Agradecemos aos que participaram da pesquisa e reafirmamos nosso compromisso de continuar aprimorando o Repara, tornando-o mais informativo, envolvente e representativo.

Metalock Brasil executa reparo emergencial em motor elétrico de propulsão de embarcação de luxo no extremo sul da Argentina



A Metalock Brasil foi acionada por um fabricante de sistema de propulsão diesel elétrico para atender uma solicitação emergencial no porto de Ushuaia, localizado no extremo sul da Argentina. O chamado foi em resposta a uma falha no rolamento do motor elétrico de propulsão de uma embarcação de expedição de luxo em viagem à Antártica, que causou o travamento do eixo do motor.

A embarcação, equipada com dois motores de propulsão, precisou retornar ao porto de origem com velocidade reduzida, utilizando apenas o motor restante. Diante da urgência, a Metalock Brasil se preparou para superar eventuais entraves logísticos com um planejamento bastante criterioso, organizando, em caráter emergencial, uma operação logística que envolveu o deslocamento de uma equipe de 10 técnicos e mais de meia tonelada de equipamentos ao local em apenas três dias.

O reparo foi executado em tempo recorde, com os técnicos trabalhando em dois turnos ininterruptos para concluir o serviço. O escopo do trabalho incluiu o

levantamento do motor para posicioná-lo em um pedestal, permitindo a remoção da tampa e a substituição do rolamento avariado.

Após a substituição do componente, foi aplicado um novo calçamento de resina para fixação do motor e realizado o alinhamento a laser, garantindo o perfeito funcionamento do conjunto. Além disso, a equipe da Metalock efetuou um levantamento elétrico completo para assegurar o bom estado da parte elétrica do sistema de propulsão.

Finalizado o reparo, supervisores da Metalock Brasil acompanharam o teste de mar junto ao superintendente e ao engenheiro do fabricante. Durante o teste, foi confirmado que o motor operava dentro dos parâmetros normais, permitindo que o navio seguisse viagem com segurança rumo à Antártica.

A agilidade e expertise da Metalock Brasil reforçam seu compromisso com a excelência no atendimento a operações críticas e reafirmam sua posição de destaque no setor de reparos Naval e Industrial em escala global.

Metalock Brasil em ação durante a temporada de cruzeiros



A Metalock Brasil, referência em manutenção e reparo Naval, está preparada para atender aos navios de cruzeiro que percorrem a costa da América do Sul durante a atual temporada. Com matriz em Santos (São Paulo) e filiais nas cidades de São Paulo e Rio de Janeiro, a empresa oferece suporte técnico imediato para garantir a operação segura e eficiente dessas embarcações.

Nas semanas iniciais desta temporada, a Metalock Brasil já realizou serviços mecânicos, elétricos e hidráulicos em diversos navios. Um destaque recente é a mobilização de uma equipe de dez técnicos para o Ushuaia (Argentina), conhecida como a cidade do Fim do Mundo, para um atendimento técnico especializado em uma das embarcações que operam na região.

Até o momento, três dos maiores operadores de cruzeiros já recorreram aos serviços da Metalock Brasil, reforçando uma parceria de longa data nas temporadas de verão do Hemisfério Sul.

Com uma estrutura estratégica e técnicos altamente capacitados, a Metalock reafirma sua posição como uma das principais empresas de reparo Naval no mercado sul-americano.

Metalock Brasil realiza usinagem de pino de gerador no Chile



A Metalock Brasil, referência em serviços de usinagem de campo, concluiu recentemente um projeto desafiador no Chile, a convite de um renomado parceiro local. A missão envolveu o acondicionamento dos pinos móveis (crankpins) no eixo do gerador auxiliar de uma das maiores embarcações de um importante armador chileno.

A operação destacou não apenas a expertise técnica da Metalock, mas também sua capacidade logística. Para a realização do projeto, a equipe de Operações coordenou o transporte de cerca de meia tonelada de equipamentos em duas etapas.

Na primeira etapa, realizada entre agosto e setembro de 2024, a Metalock Brasil executou os trabalhos na cidade de Antofagasta. Todos os pinos do gerador passaram por rigorosas inspeções, incluindo medições dimensionais, testes de magnaflux, análise de dureza e run-out. Em seguida, foi realizada a usinagem completa dos pinos móveis e seus raios, finalizando com o polimento.

A continuação do serviço, concluída entre novembro e dezembro de 2024, ocorreu em Talcahuano. Além de uma nova rodada de usinagem e polimento dos pinos móveis, a Metalock Brasil também realizou o polimento dos pinos fixos (main journal), garantindo a máxima precisão e eficiência no equipamento.

Esse projeto reforça o compromisso da Metalock Brasil com a excelência técnica e o atendimento personalizado às demandas de seus clientes, independentemente do local ou da complexidade do desafio.

Metalock Brasil conduz serviços de costura a frio em diversos países das Américas



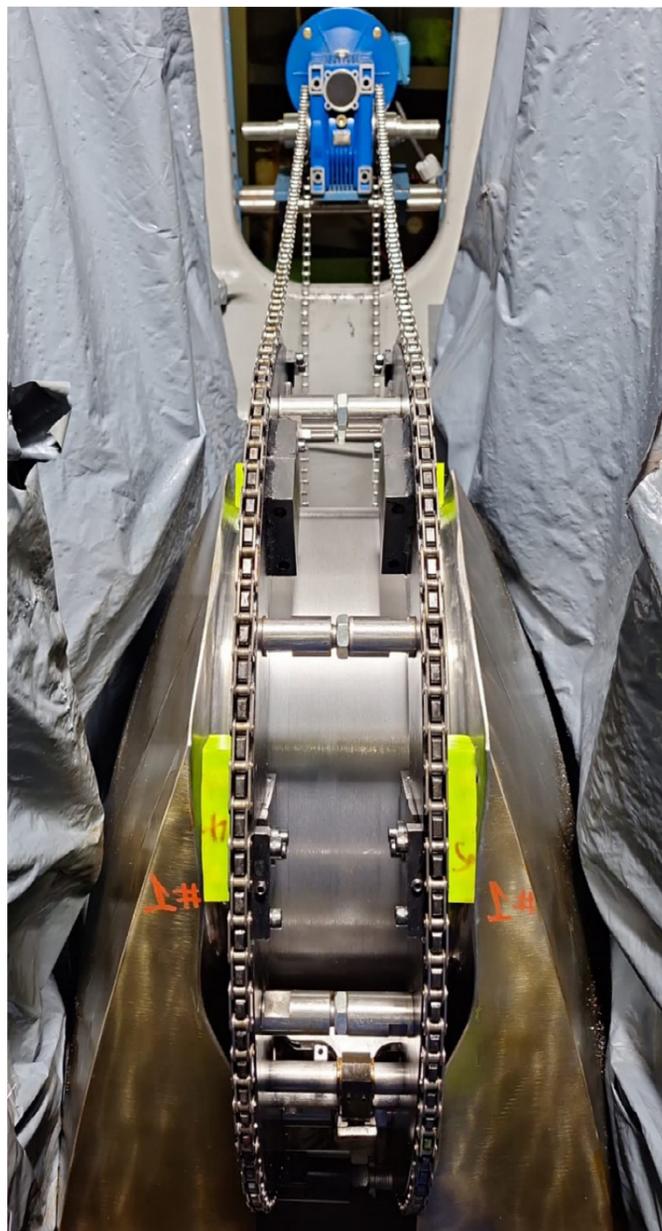
Nos últimos meses, a Metalock Brasil reafirmou sua posição de referência no setor de reparos navais ao realizar serviços de costura a frio, também conhecidos como reparo Metalock®, em motores de combustão principal (MPC) de navios em portos de diferentes países das Américas.

Além do Brasil, as operações foram realizadas na Virgínia (EUA), Flórida (EUA), Bahamas e Argentina. Este serviço técnico especializado permite reparar blocos de motores de navios de diversos tipos e tamanhos — incluindo graneleiros, contêineres, cargueiros gerais e petroleiros — sem que haja a necessidade de interrupção das operações da embarcação.

Com uma equipe altamente capacitada e estrutura global, a Metalock conta com diversos técnicos com vistos para a América do Norte e grande parte de sua força de trabalho pronta para atuar em qualquer porto do mundo. Eles possuem passaportes, vacinas atualizadas, treinamentos nas normas regulamentadoras e treinamentos nos países de origem dos fabricantes representados, garantindo disponibilidade imediata para atendimentos 24 horas por dia, sete dias por semana.

Esse desempenho reforça o compromisso da Metalock Brasil em oferecer soluções rápidas e eficientes para os setores Naval, Offshore e Industrial, minimizando custos operacionais e evitando interrupções nas atividades das embarcações.

Metalock Brasil realiza serviços mecânicos no motor principal de navio graneleiro na Flórida e Holanda



A Metalock Brasil concluiu com sucesso um projeto complexo a bordo de um navio graneleiro operado por um dos principais armadores gregos. O trabalho envolveu inspeções, usinagem de pinos e serviços mecânicos no motor de combustão principal (MCP) de 6.200 kW.

A necessidade do serviço surgiu após uma queda anormal na pressão do óleo lubrificante ser detectada durante a viagem. Como medida emergencial, foi necessário isolar o cilindro e remover o mancal do pino da manivela, a biela e a unidade do pistão para que o navio pudesse continuar navegando.

Para a primeira etapa, realizada em Tampa, na Flórida, a Metalock Brasil mobilizou duas equipes de usinagem de campo e transportou mais de meia tonelada de equipamentos. Os serviços incluíram a usinagem de precisão, revisão do MCP e turbina, além de supervisão técnica especializada, conduzida por profissionais com treinamento internacional.

Trabalhando de forma ininterrupta, as equipes revezaram-se em turnos, garantindo a execução do serviço em tempo recorde.

A segunda etapa foi concluída na Holanda, onde novos casquilhos foram instalados. A Metalock Brasil destacou dois supervisores especialistas para liderar os serviços mecânicos, garantindo que o motor principal fosse completamente revisado e preparado para os testes em prova de mar, que foram realizados com total êxito.

Esse projeto reforça a capacidade técnica e a eficiência da Metalock Brasil em atender demandas de alta complexidade da indústria Naval, oferecendo soluções personalizadas para seus clientes em qualquer lugar do mundo.

Dengue: como se proteger e reconhecer os sintomas



A dengue continua sendo um grande desafio para a saúde pública, especialmente em períodos de calor e chuva, quando o mosquito *Aedes aegypti* se prolifera com mais facilidade. Como esse vetor se reproduz em água parada, eliminar seus criadouros é a melhor estratégia para evitar a doença.

Medidas essenciais para prevenir a dengue:

- Tampe bem caixas d'água e reservatórios para impedir a entrada do mosquito.
- Limpe calhas e ralos frequentemente, evitando o acúmulo de água.
- Mantenha vasos de plantas sem pratos ou preencha-os com areia.
- Guarde pneus em locais cobertos para que não acumulem água da chuva.
- Armazene garrafas e recipientes virados para baixo, reduzindo possíveis criadouros.

Saiba como identificar os sintomas da dengue

Fique atento(a) aos sinais da doença. Caso apresente algum dos sintomas abaixo, procure atendimento médico:

- Febre alta e repentina (acima de 38°C)
- Dor intensa nos olhos, na cabeça e no corpo
- Manchas avermelhadas na pele
- Cansaço extremo e fraqueza

Nos casos mais graves, também podem ocorrer sangramentos, vômitos persistentes e tontura, exigindo atenção médica imediata.

Vacina contra a dengue: quem pode se imunizar?

Desde o início do ano, o Sistema Único de Saúde (SUS) começou a disponibilizar a vacina contra a dengue, uma ferramenta importante para reduzir os casos graves da doença. No entanto, a imunização ainda é restrita a determinados grupos e regiões prioritárias.

Para saber se você pode receber a vacina, consulte a unidade de saúde mais próxima e continue adotando medidas de prevenção. O combate à dengue é um compromisso de todos!

Como proteger sua saúde no verão: Prevenção contra desidratação, insolação e doenças sazonais



Durante o verão, o aumento das temperaturas e a exposição constante ao sol exigem cuidados redobrados com a saúde. É necessário adotar medidas preventivas para evitar problemas como desidratação, insolação e doenças sazonais que são comuns nesta época do ano.

Neste artigo, reunimos algumas dicas valiosas para manter o bem-estar durante o verão e garantir que você aproveite a estação com segurança.

1. Hidratação: A Base de tudo

A desidratação é um dos maiores riscos do verão. O calor intenso faz com que o corpo perca mais líquidos e, sem reposição adequada, os órgãos podem sofrer danos. Para prevenir a desidratação, é preciso aumentar a ingestão de líquidos. Beba, ao menos, 2 a 3 litros de água por dia e prefira líquidos naturais, como água de coco e sucos sem açúcar. Evite bebidas com cafeína e álcool, pois elas podem agravar a desidratação.

2. Cuidado com o sol: Evite a insolação

A insolação ocorre quando a exposição prolongada ao sol faz com que o corpo perca a capacidade de regular sua temperatura interna, podendo causar sintomas como náuseas, tontura, dor de cabeça e cansaço excessivo. Para se proteger:

- Evite a exposição direta ao sol entre as 10h e as 16h.
- Use protetor solar de amplo espectro, com FPS de pelo menos 30.
- Prefira roupas leves, de cores claras, e chapéus/bonés para proteger a cabeça.
- Busque sombras sempre que possível e refresque-se com água.

3. Alimente-se bem: Evite doenças sazonais

Durante o verão, as altas temperaturas favorecem a proliferação de bactérias e vírus, aumentando o risco de doenças alimentares. Para prevenir problemas como intoxicações alimentares e gastroenterites, com a causada pelo norovírus:

- Mantenha os alimentos bem refrigerados e evite consumir comidas de procedência duvidosa.
- Lave as mãos antes de comer e sempre que manusear alimentos.
- Prefira alimentos leves, como frutas, vegetais e saladas bem higienizadas, para não sobrecarregar o sistema digestivo.

4. Cuide da pele: Proteção contra queimaduras

A exposição ao sol sem a devida proteção pode resultar em queimaduras solares, que danificam a pele e aumentam o risco de câncer de pele. Além do protetor solar, use roupas de proteção UV e óculos escuros para proteger os olhos.

Caso sofra uma queimadura, aplique hidratantes ou cremes específicos para alívio da dor e aceleração da recuperação.

5. Atividades ao ar livre: Pratique com moderação

Embora o verão seja a temporada perfeita para atividades ao ar livre, é preciso ter cautela para não exagerar. Se você pratica esportes ou atividades físicas no calor, lembre-se de:

- Fazer pausas frequentes para descanso e hidratação.
- Evitar exercícios intensos durante o período mais quente do dia.
- Usar roupas adequadas e não se esquecer de proteger a pele com protetor solar.

6. Prevenção de doenças respiratórias

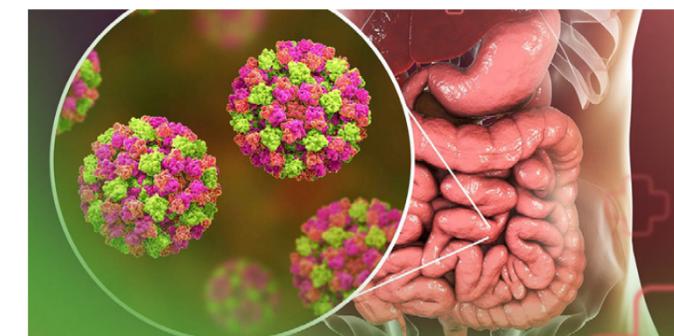
O verão também pode trazer um aumento de doenças respiratórias, especialmente por conta de mudanças bruscas de temperatura e do uso constante de ar-condicionado. Para prevenir doenças como resfriados e alergias:

- Evite mudanças rápidas de temperatura entre ambientes internos e externos.
- Mantenha os sistemas de ar-condicionado limpos e bem ventilados.
- Use umidificadores ou borrife água para manter o ar mais úmido, evitando o ressecamento das vias respiratórias.

Proteger a saúde no verão exige alguns cuidados simples, mas necessários para garantir que você aproveite a estação com qualidade de vida.

Mantenha-se hidratado(a), proteja-se do sol, faça boas escolhas alimentares e cuide de seu corpo com atividades adequadas. Assim, você estará pronto(a) para curtir o verão com energia, sem comprometer sua saúde.

Norovírus: Entenda o que é, como prevenir e quais cuidados tomar



Recentemente, um surto de norovírus em um cruzeiro na Baixada Santista chamou a atenção das autoridades sanitárias e da população. Mas afinal, o que é o norovírus, como ele é transmitido e quais medidas podemos adotar para evitar sua propagação? Entenda mais sobre este tema a seguir.

O que é o norovírus?

O norovírus é um vírus altamente contagioso, responsável por causar gastroenterite aguda. Ele é uma das principais causas de surtos de diarreia e vômitos em todo o mundo. Por ser resistente a condições adversas, como temperaturas extremas e alguns produtos de limpeza, pode se espalhar rapidamente em ambientes fechados, como navios, escolas, hospitais e escritórios.

Sintomas do norovírus

Os principais sintomas incluem:

- Diarreia;
- Vômitos intensos;
- Náuseas;
- Dor abdominal;
- Febre leve e calafrios;
- Dor de cabeça e fadiga.

Esses sintomas geralmente aparecem entre 12 e 48 horas após a exposição ao vírus e podem durar de um a três dias. Apesar de desagradáveis, a maioria dos casos é autolimitada e não requer internação. Contudo, é importante ter cuidado com a desidratação, especialmente em crianças, idosos e pessoas com comorbidades.

Como ocorre a transmissão?

- O norovírus pode ser transmitido de diversas formas:
- Contato direto com pessoas infectadas;
 - Consumo de alimentos ou água contaminados;
 - Superfícies ou objetos contaminados.

Devido à sua alta transmissibilidade, um simples descuido na higiene pode resultar em um surto, especialmente em locais com grande concentração de pessoas.

Outros fatos importantes sobre o norovírus

1. Resistência do vírus: O norovírus é altamente resistente no ambiente. Ele pode sobreviver em superfícies por dias e não é eliminado completamente apenas com o uso de álcool em gel ou produtos de limpeza comuns. Por isso, é essencial utilizar desinfetantes específicos, como aqueles à base de hipoclorito de sódio, para neutralizar o vírus em superfícies.

2. Impacto em cruzeiros e eventos coletivos: Devido ao contato próximo entre pessoas em ambientes confinados, cruzeiros e grandes eventos são cenários ideais para surtos. Os surtos em cruzeiros, como o recente ocorrido na Baixada Santista, ilustram como a falta de controle pode gerar impacto tanto para a saúde dos passageiros quanto para a reputação das empresas.

3. Tratamento e cuidados: Não há um medicamento antiviral específico para o norovírus. O tratamento é baseado no alívio dos sintomas, com foco na hidratação para evitar complicações relacionadas à desidra-

tação. Sais de reidratação oral podem ser usados para repor eletrólitos perdidos.

4. Populações vulneráveis: Embora a maioria das pessoas se recupere rapidamente, idosos, crianças pequenas, gestantes e pessoas imunossuprimidas podem enfrentar complicações mais graves, como desidratação severa e, em casos extremos, necessidade de internação hospitalar.

5. Estatísticas sobre o norovírus:

- Globalmente, o norovírus é responsável por cerca de 685 milhões de casos de gastroenterite por ano.
- Ele é a causa de quase 200 mil mortes anuais, concentradas principalmente em países de baixa renda com condições sanitárias precárias.

Medidas de prevenção

A prevenção é a melhor forma de combater o norovírus. Aqui estão algumas recomendações:

1. Higiene das mãos:

- Lave as mãos frequentemente com água e sabão, especialmente antes de comer, após usar o banheiro e ao manipular alimentos.
- O álcool em gel é útil, mas não substitui a lavagem adequada das mãos em caso de exposição ao vírus.

2. Cuidados com alimentos:

- Certifique-se de que os alimentos sejam bem cozidos, especialmente frutos do mar.
- Lave frutas e vegetais antes de consumi-los.

3. Higiene de superfícies:

- Limpe e desinfete superfícies que possam estar contaminadas, utilizando produtos eficazes contra vírus.

4. Isolamento em caso de sintomas:

- Pessoas infectadas devem evitar o contato com outras até 48 horas após o desaparecimento dos sintomas para reduzir o risco de transmissão.

5. Consumo de água tratada:

- Certifique-se de que a água consumida é potável, especialmente em viagens ou locais com infraestrutura sanitária limitada.

Como a Metalock Brasil contribui?

Na Metalock Brasil, priorizamos o bem-estar de nossos colaboradores. Para isso, incentivamos boas práticas de higiene e promovemos campanhas informativas sobre saúde e prevenção. Além disso, seguimos protocolos rigorosos para assegurar um ambiente de trabalho seguro e saudável para todos.

Se você apresentar sintomas de gastroenterite ou tiver dúvidas, procure atendimento médico imediatamente e informe à nossa equipe de Recursos Humanos.

Calor extremo representa sério risco de saúde



Estamos enfrentando um período crítico de calor intenso em quase todo o país, com risco real de morte devido ao superaquecimento do corpo. O maior perigo não é a desidratação, mas sim o estresse térmico,

que pode levar à exaustão e até à falência dos órgãos.

Beber água é essencial, mas insuficiente para evitar complicações graves. O que realmente salva vidas é resfriar o corpo ao primeiro sinal de superaquecimento.

Atenção aos sinais iniciais de estresse térmico:

- Câimbras
- Mal-estar
- Tontura leve

Esses sintomas são muitas vezes negligenciados, mas podem evoluir rapidamente para uma condição grave.

Como prevenir?

- Evite exposição prolongada ao calor, especialmente em atividades físicas ao ar livre.
- Resfrie o corpo ao menor sinal de superaquecimento.
- Idosos e crianças são grupos de risco, mas jovens também precisam de alerta – o excesso de confiança em esportes sob sol intenso ou festas ao ar livre pode ser fatal.

O que fazer em caso de suspeita de estresse térmico?

- Leve a pessoa para a sombra ou um local fresco.
- Ofereça água gelada em pequenos goles.
- Se houver desmaio ou tontura intensa, molhe o corpo com água fria e aplique gelo na testa, axilas e virilhas.
- Se não houver melhora em 10 minutos, leve a pessoa imediatamente para o hospital, sem interromper o resfriamento.

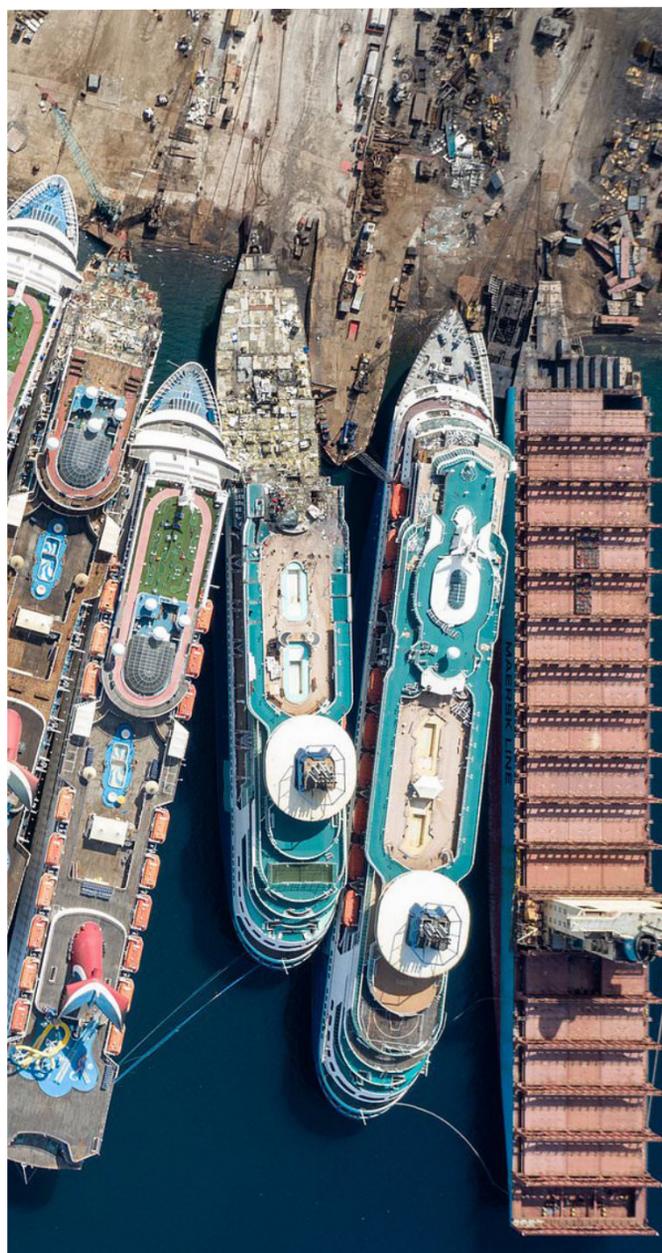
Mito: Água fria em corpo quente NÃO causa choque térmico.

Hidratação ajuda, mas resfriar o corpo é o que realmente salva vidas.

Fiquem atentos e cuidem-se!

SUSTENTABILIDADE

Reciclagem de navios: O que fazer com embarcações em fim de vida?



O setor Naval enfrenta um grande desafio quando se trata da destinação adequada de embarcações que chegam ao fim de sua vida útil. O desmonte de navios, também chamado de reciclagem naval, envolve processos complexos que buscam equilibrar viabilidade econômica, segurança dos trabalhadores e responsabilidade ambiental.

O desafio do desmonte seguro

Navios são estruturas enormes e compostas por uma variedade de materiais, incluindo aço, alumínio, cobre, plásticos, vidro e substâncias perigosas, como amianto, óleos contaminados e metais pesados. O processo de desmontagem precisa ser feito com extremo cuidado para evitar impactos ambientais, como o vazamento de resíduos químicos no solo e no mar, além de garantir a segurança dos trabalhadores.

Em muitos países, o desmonte ainda ocorre de forma rudimentar, com navios sendo levados para praias onde trabalhadores desmantelam manualmente as embarcações, frequentemente sem equipamentos de proteção adequados. Este método, conhecido como beaching, é amplamente criticado por organizações ambientais e de direitos humanos, devido aos altos riscos de contaminação e acidentes de trabalho.

Alternativas sustentáveis para a reciclagem de navios

Para tornar a reciclagem de navios mais segura e sustentável, diversas iniciativas e regulamentações têm sido implementadas ao redor do mundo:

1. Convenção de Hong Kong (2009) – Criada pela IMO (Organização Marítima Internacional), essa convenção estabelece padrões globais para a reciclagem segura e ambientalmente responsável de navios. Apesar de ainda não estar plenamente em vigor, diversos países e estaleiros já seguem suas diretrizes.

2. Regulamento europeu de reciclagem de navios – A União Europeia exige que embarcações registradas em países-membros sejam desmontadas apenas em instalações certificadas, que sigam padrões rigorosos de segurança e controle ambiental.

3. Métodos alternativos ao beaching – Algumas empresas estão investindo em estaleiros especializados, onde os navios são desmontados em docas secas ou plataformas adequadas, reduzindo a contaminação ambiental e proporcionando melhores condições de trabalho.

4. Reaproveitamento de materiais – O aço retirado dos cascos dos navios pode ser reciclado e utilizado em novas construções, reduzindo a necessidade de extração de minério de ferro. Componentes eletrônicos, motores, cabos e até mesmo mobiliários internos podem ser reutilizados em outras indústrias.

O futuro da reciclagem Naval

A reciclagem de navios é uma questão cada vez mais urgente, com milhares de embarcações comerciais, petroleiros e embarcações de guerra chegando ao fim de sua vida útil nas próximas décadas. Empresas do setor marítimo têm buscado formas de tornar esse processo mais eficiente, minimizando impactos ambientais e garantindo práticas seguras para os trabalhadores.

Neste sentido, a Metalock Brasil, com sua expertise em reparos e manutenção, contribui para a longevidade de equipamentos e estruturas navais, reduzindo a necessidade de substituição prematura e, consequentemente, o volume de embarcações destinadas à reciclagem.

O setor Naval está diante de um grande desafio, mas também de uma grande oportunidade para evoluir em direção a práticas mais sustentáveis e seguras.

Reciclagem consciente: Como descartar corretamente os resíduos



Você sabia que a separação correta do lixo pode fazer toda a diferença para o meio ambiente? Para garantir que os resíduos gerados tenham a destinação apropriada e possam ser reciclados, é preciso seguir as orientações corretas de descarte. Confira abaixo como separar corretamente os materiais:

1. Papel (Lixeira Azul)

• **Correto:** Cadernos e envelopes, caixas de papelão, correspondências, jornais e revistas, papel sulfite e embalagens Tetra Pak®.

• **Incorreto:** Caixas de pizza sujas, fotografias, cupons fiscais, copos de papel, papel toalha, papéis plastificados e adesivos.

2. Metal (Lixeira Amarela)

• **Correto:** Latas de refrigerante e suco, latas de alimentos, aerossóis vazios, esquadrias, torneiras e utensílios metálicos.

• **Incorreto:** Embalagens de pomadas e medicamentos.

3. Vidro (Lixeira Verde)

• **Correto:** Garrafas, potes, jarras, copos, taças e vidros planos (sempre limpos). É recomendado embalar os vidros quebrados para evitar acidentes.

• **Incorreto:** Cerâmicas, porcelanas, espelhos, lâmpadas e vidros laminados.

4. Plástico (Lixeira Vermelha)

• **Correto:** Copos e descartáveis plásticos (limpos), embalagens plásticas, garrafas, sacolas, sacos plásticos e bandejas de isopor.

• **Incorreto:** Borrachas, esponjas, espumas, luvas, cartelas de remédio e embalagens tipo celofane.

5. Orgânico (Lixeira Marrom)

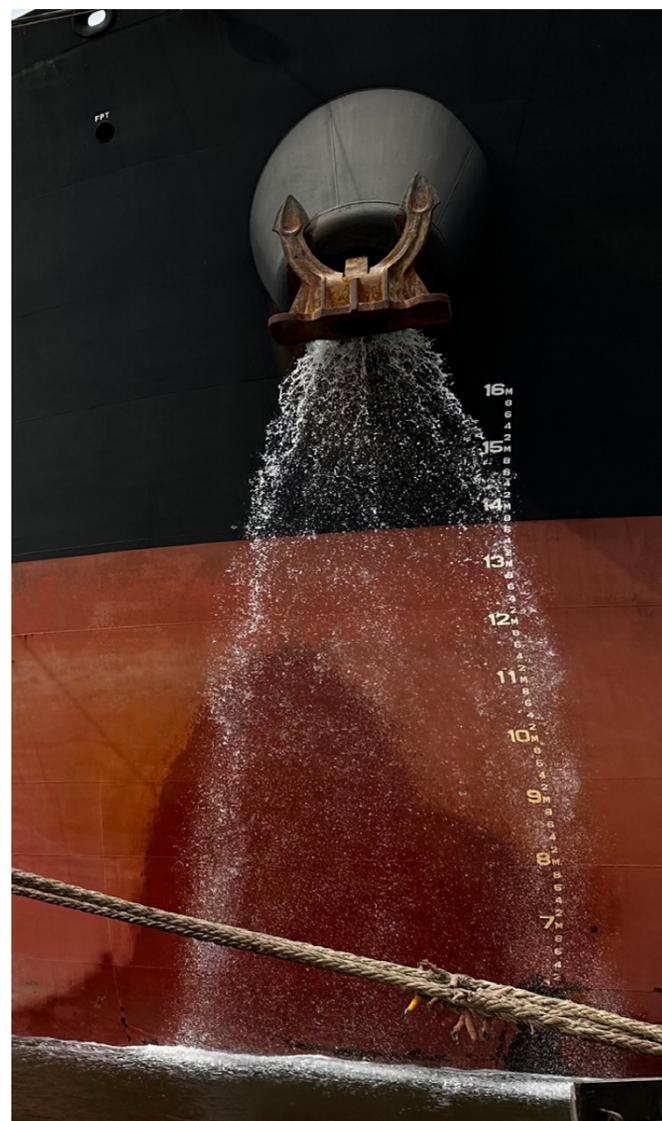
• **Correto:** Restos de alimentos, restos de poda, guardanapos de papel, papel toalha usado e materiais não recicláveis.

• **Incorreto:** Materiais recicláveis.

Faça sua parte!

A separação correta dos resíduos evita a contaminação dos materiais recicláveis e facilita o trabalho das cooperativas de reciclagem. Pequenas atitudes fazem uma grande diferença para um futuro mais sustentável.

Água de lastro e bioinvasão: O que está sendo feito?



A água de lastro é fundamental para a estabilidade dos navios, mas seu descarte inadequado tem causado um grande impacto ambiental nos oceanos.

Ao transportar água de um porto para outro, os navios também carregam microrganismos, algas e espécies marinhas que podem se estabelecer em novos ecossis-

temas, causando um fenômeno conhecido como bioinvasão. Esse problema tem afetado a biodiversidade, a economia e até mesmo a saúde humana, tornando-se uma preocupação global para o setor marítimo.

Regulamentações para controle da água de lastro

Para reduzir os riscos da bioinvasão, diversas regulamentações foram implementadas nos últimos anos. A principal delas é a Convenção Internacional para o Controle e Gerenciamento da Água de Lastro e Sedimentos de Navios (BWM), adotada pela Organização Marítima Internacional (IMO) e em vigor desde 2017. Esta convenção exige que todos os navios implementem sistemas eficazes de tratamento da água de lastro, eliminando organismos potencialmente invasivos antes do descarte.

Além disso, regulamentações regionais, como as normas da Agência Nacional de Transportes Aquaviários (ANTAQ) no Brasil e da Guarda Costeira dos Estados Unidos (USCG), impõem diretrizes específicas para o tratamento e descarte da água de lastro em águas nacionais.

Tecnologias para o tratamento da água de lastro

Para atender às exigências internacionais, os navios precisam adotar sistemas de gerenciamento da água de lastro (BWMS – Ballast Water Management Systems). Esses sistemas utilizam tecnologias como:

- Filtragem e desinfecção – Removem organismos maiores e utilizam métodos físicos ou químicos para eliminar microrganismos.
- Radiação ultravioleta (UV) – Inativa organismos sem a necessidade de produtos químicos.
- Eletrocloração – Gera cloro a bordo para desinfecção da água de lastro.

A escolha da tecnologia depende do tipo de embarcação, da rota e das regulamentações aplicáveis.

A contribuição da Metalock Brasil

A Metalock Brasil atua na instalação e integração de Ballast Water Management Systems (BWMS), oferecendo serviços especializados para garantir que os navios estejam em conformidade com as normas ambientais e operem de forma eficiente e segura. Os principais serviços incluem:

- Escaneamento do espaço de máquinas e desenvolvimento do projeto – Mapeamento detalhado do espaço disponível para a instalação do sistema de tratamento.
- Integração – Conexão do sistema de tratamento com os demais equipamentos da embarcação, garantindo compatibilidade operacional.
- Instalação – Montagem completa e implementação do sistema de gerenciamento da água de lastro.
- Comissionamento – Testes e certificação para assegurar o funcionamento eficaz e em conformidade com as regulamentações.

O futuro do gerenciamento da água de lastro

Com a crescente preocupação ambiental e a fiscalização cada vez mais rigorosa, o gerenciamento da água de lastro será um aspecto essencial na operação de navios. Empresas que atuam no setor marítimo precisam se adaptar às novas exigências e investir em soluções tecnológicas que garantam a sustentabilidade dos oceanos.

A Metalock Brasil segue comprometida em oferecer soluções inovadoras e eficientes para o setor naval, garantindo que seus clientes operem com segurança, eficiência e em conformidade com as regulamentações ambientais. Dessa forma, contribuímos para a preservação dos ecossistemas marinhos e para um transporte marítimo mais sustentável.

Boas-Vindas

A Metalock Brasil dá as boas-vindas aos seus novos colaboradores.

	<p>Nome: Brenno Santamaria Da Silva Função: Estagiário - Produção Unidade: Santos</p>
	<p>Nome: Carolina Martins Garcia Canoves Função: Ajudante Geral Unidade: Santos</p>
	<p>Nome: Rafael Rodrigues Dos Santos Função: Técnico De Manutenção 3 Unidade: Santos</p>
	<p>Nome: Renilton Trindade Santos Junior Função: Almoxarife Pleno Unidade: Santos</p>
	<p>Nome: Riclei Viera Alves Função: Técnico De Manutenção 3 Unidade: Santos</p>
	<p>Nome: Diego De Lima Costa Função: Técnico De Manutenção 2 Unidade: Rio de Janeiro</p>
	<p>Nome: Guttemberg Dos Santos Da Silva Função: Auxiliar de Manutenção Unidade: Rio de Janeiro</p>
	<p>Nome: Alexander Bento Garcia Função: Técnico De Manutenção 3 - Usinagem Unidade: UNILOCK</p>
	<p>Nome: Carlos Oswaldo Flores Arocha Função: Auxiliar De Manutenção Unidade: UNILOCK</p>
	<p>Nome: Wescley Maik Dos Santos Função: Técnico De Manutenção 3 - Solda Unidade: UNILOCK</p>

Aniversariantes



JANEIRO		
UL	Robson Moro	05
UL	Daniel Cappelozza Croques Souto	10
RJ	Luiz Fernandes Sales	10
STS	Rafael Roberto Gama	14
STS	Marcelo Francisco	16
RJ	Marcos Paulo Vieira De Souza	16
STS	Anderson Antonio Oliveira dos Santos	19
RJ	Gilberto Da Silva	20
RJ	Cristiano Amarante da Silva	21
STS	Michael Luis Pereira Mendes	29
RJ	Wilson Candido De Carvalho Machado	29
STS	Feliciano Gonçalves	30
RJ	Bruno De Almeida Barretto	31
FEVEREIRO		
STS	Andre Luiz Fidalgo Gomes	01
STS	Clayton Do Santos Matos	03
STS	Giovanni De Almeida Maselli	09
RJ	Kauã De Jesus Gomes	09
SP	Debora Santos Gonçalves	15
RJ	Jose Marques Curti	21
STS	Vinicius Inacio De Andrade	25
RJ	Francisco Jose Borges Monteiro	26
STS	Adailton Antonio Dos Santos	26
STS	Riclei Viera Alves	28
MARÇO		
STS	Renilton Trindade Santos Junior	01
STS	Diego Aguiar De Souza	03
UL	Joao Vitor Da Costa Silva	07
RJ	Marcos Paulo Alves Cardoso	08
STS	Guilherme Barros Do Espirito Santo	09
STS	Marco Antonio Reis Van O. Nascimento	13
STS	Alessandro Goncalves Rodrigues	14
STS	Diogo Amorim Coletti	16
STS	Bruno Hipolito Loureiro	20
UL	Darla Braga Silva	25
STS	Wilson Teixeira De Toledo Filho	29



WWW.METALOCK.COM.BR

SANTOS (MATRIZ)

Rua Visconde do Rio Branco, 20/26
 11013-030 · Santos
 SP · Brasil
 Tel.: +55 (13) 3226-4686
 santos@metalock.com.br

RIO DE JANEIRO

Rua da Gamboa 281
 20220-324 · Rio de Janeiro
 RJ · Brasil
 Tel.: +55 (21) 2516-5561
 rio@metalock.com.br

SÃO PAULO

Avenida Bom Jardim 330
 03035-000 · São Paulo
 SP · Brasil
 Tel.: +55 (11) 2292-5422
 sao.paulo@metalock.com.br

INÍCIO