



O Jornal da APOLO é uma publicação bimestral da Associação das Indústrias do Polo Petroquímico do Grande ABC

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

ANO X - Nº 69

NOVEMBRO / DEZEMBRO 2011



StockXchange

Atitudes seguras: preservar a vida é um dever

Feliz Natal e um excelente 2012 a todos!

Com a chegada do final de ano e o período de festas, todo cuidado deve ser redobrado, seja com os excessos nas próprias festas, seja no dia a dia em meio a muito trânsito, seja na corrida às compras e tudo que cerca este período. O aumento do número de pessoas nas ruas e nos centros de compras gera engarrafamentos e muito estresse concentrado para os que se propõem a encarar o ritmo intenso que antecede o Natal e o Ano Novo.

Assim, é importante lembrar que antes de presentear e agradecer familiares e amigos, é preciso ter uma atitude segura consigo mesmo. Preservar a vida e não deixar que o apuro destes dias o incomode é um primeiro passo para ter um Natal e Ano Novo mais tranquilo e

sem sobressaltos. O mecanismo é simples: cuidar da integridade física e mental, elevar os pensamentos para o que há de melhor e renovar as esperanças no futuro. Viver é o mais importante e devemos zelar por nossas vidas como o bem mais precioso que temos.

A APOLO – Associação das Indústrias do Polo Petroquímico do Grande ABC e suas associadas investem em programas que buscam aproximar você do Polo, tornando esta relação cada vez mais transparente e segura. Que em 2012 estejamos cada vez mais unidos e preparados para os novos desafios que surgirão.

Feliz Natal e um excelente 2012 a todos!



03 CCC

Membros do Conselho Comunitário Consultivo participam do Encontro Nacional dos CCCs

04

PSS - Programa de Sustentabilidade Socioambiental

Braskem realiza Simulado de Emergência no Polo

06

Saúde

Cuidado com os olhos é essencial nas estações quentes

07

Nutrição

Aprenda a ajustar sua alimentação para o verão

08

Ação Social

APOLO patrocina ação social do Diário do Grande ABC em Santo André e Mauá

Um ano repleto de acontecimentos

Chegamos ao final de mais um ano com uma edição repleta de notícias para você. Com o novo formato do Jornal da APOLO consolidado, são muitos os destaques desta última edição do ano.

O **CCC – Conselho Comunitário Consultivo** da APOLO foi convidado a participar do I Encontro Nacional dos Conselhos Comunitários Consultivos, realizado no dia 20 de outubro, em Cubatão (SP). Representantes da APOLO e do CCC estiveram presentes e trocaram experiências com outros voluntários de várias partes do Brasil, num processo que está em pleno desenvolvimento.

Na seção **PSS - Programa de Sustentabilidade Socioambiental**, acompanhe os principais resultados do simulado de Emergência realizado pela Braskem, em ação que mobilizou empresa, comunidade e órgãos públicos.

No quadro **Você Sabia?**, criado para esclarecer as dúvidas relacionadas ao funcionamento do Polo, destaque para o projeto Aquapolo, que produz água de reúso para os processos industriais. Nas seções **Saúde** e **Nutrição** destaque para os cuidados que o verão requer como as mudanças necessárias na alimentação e a atenção redobrada com os olhos, desde a prevenção a doenças até a escolha do óculos de sol correto.

No mês de outubro, a APOLO apoiou duas edições da ação social Diário do Grande ABC nos Bairros, sendo uma na Escola Estadual Professor Bernaldo de Toledo Piza, no Parque Capuava, em Santo André e outra na Escola Estadual Manoel Cação, no Jardim Sônia Maria, em Mauá. Nas duas ocasiões, o público de mais de 1000 pessoas que compareceu às escolas pôde usufruir de serviços gratuitos como corte de cabelo, aferição de pressão arterial e atividades lúdicas para as crianças, entre outras.

Aproveitamos para desejar um Feliz Natal e um ótimo Ano Novo a todos que estiveram conosco em 2011. Esperamos continuar juntos em 2012!

Boa leitura.



EXPEDIENTE

COMITÊ EDITORIAL

APOLO: Ana Claudia M. Govatto / Tássia Rodrigues
Braskem: Aline Cruvinel / Débora Hernandes
Oxicap: Alessandro F. dos Santos

Edição e coordenação de redação:
 Alexandre Negrini Turina (MTB 64.157)
Editoração Eletrônica: Daniel Fernando Marques
Tiragem: 32 mil exemplares
Distribuição: Gratuita

PRODUÇÃO EDITORIAL
 Pisco Comunicação Visual Ltda.

APOLO
<http://www.poloabc.com.br>

CCC da APOLO participa de Encontro Nacional

I Encontro Nacional dos Conselhos Comunitários Consultivos promove troca de experiências



André Monteiro


No dia 20 de outubro, membros do CCC – Conselho Comunitário Consultivo – e representantes da APOLO estiveram na sede da Carbocloro, em Cubatão (SP) para o I Encontro Nacional dos Conselhos Comunitários Consultivos, com o objetivo de trocar experiências e conhecer as diferentes realidades das indústrias químicas do Brasil e seus entornos.

Em um evento que se estendeu do início da manhã até o final da tarde, a primeira atividade foi um café da manhã para aproximar os cerca de 50 conselheiros de diferentes partes do Brasil. Após as boas vindas e apresentação institucional da empresa anfitriã, foram apresentados três projetos desenvolvidos pelo Conselho Comunitário Consultivo Carbocloro. Os participantes também fizeram visita monitorada na planta e realizaram o plantio de uma árvore nativa (Ipê Amarelo) na área da empresa.

Para o presidente da Carbocloro, Mario Cilento, foi uma honra sediar o Encontro: “O evento tem tudo para crescer, se repetir e se consolidar como um momento de inspiração para novos projetos, ações das indústrias e para os membros dos CCCs”, afirmou.

O CCC da APOLO foi representado pelos conselheiros Jamila Salgado, Marcia Viana e Reginaldo Santana que tiveram a oportunidade de conhecer bons exemplos de atuação conjunta entre empresa e comunidade, que visam, sobretudo, a convivência harmoniosa entre as partes.

O CCC é um canal de troca de informações entre a indústria química e as comunidades situadas no entorno das fábricas para discutir assuntos de interesse comum, relacionados às atividades de Segurança, Meio Ambiente e Saúde. Formado por representantes da sociedade, possui caráter voluntário e faz parte do Programa de Atuação Responsável, coordenado pela Abiquim – Associação Brasileira da Indústria Química, do qual as associadas da APOLO são signatárias.



VOCÊ SABIA?

Aquapolo é um projeto inovador



Divulgação / Aquapolo

O Aquapolo é um projeto inovador e sustentável que visa produzir água de reúso para fins industriais destinada a abastecer o Polo Petroquímico do Grande ABC. Com isso, o projeto gera uma economia de água potável equivalente ao consumo de uma cidade de 500 mil habitantes, melhorando a qualidade de vida da população da região. Este é um empreendimento inédito no Brasil. A produção de água de reúso consiste no tratamento do esgoto bruto a partir dos efluentes coletados pela Estação de Tratamento de Esgotos (ETE) ABC.

O projeto prevê a construção de uma Estação Produtora de Água Industrial (EPAI) em uma área de 15 mil m², dentro da ETE ABC, localizada em São Caetano do Sul e com capacidade de produção de 1.000 litros de água de reúso por segundo. Para levar a água de reúso da EPAI até o Polo Petroquímico, está sendo construída uma adutora de aço com 17 km de extensão, que também passa pelos municípios de São Paulo, São Caetano do Sul e Santo André. Tanques de armazenamento de água de reúso com capacidade para 70 milhões de litros também estão sendo construídos de forma a evitar interrupções no fornecimento.

As obras começaram em abril de 2010 e o início do fornecimento de água de reúso está previsto para 2012. Quando o Aquapolo estiver totalmente concluído, haverá uma economia mensal de 2,58 bilhões de litros de água potável, representando o uso racional do recurso natural mais valioso da humanidade.

PROGRAMA SMS

SALA DE CONTROLE



REPRESENTANTES DO PODER PÚBLICO QUE PARTICIPARAM DA AÇÃO



VOLUNTÁRIA DO NUDEC ACIONANDO A REDE DE EMERGÊNCIA LOCAL



MONITORES DE RUA EM DIREÇÃO AO PONTO DE ENCONTRO



PONTO DE ENCONTRO DA COMUNIDADE



POSTO DE COMANDO



REUNIÃO DE AVALIAÇÃO



Simulado de Emergência é realizado com sucesso

O exercício foi realizado no dia 6 de dezembro e contou com a participação dos funcionários da Braskem e da comunidade do entorno



Divulgação

No dia 6 de dezembro, das 14 às 16 horas, a Braskem, empresa associada a APOLO, realizou um simulado de emergência com a participação da comunidade do entorno do Polo. Os exercícios simulados buscam aproximar as práticas de contenção de emergência fielmente do que seria executado, caso se tratasse de um cenário real.

O exercício teve início na unidade da Braskem, onde, supostamente, foi detectado o vazamento de gás em um dos tanques da empresa. Uma equipe de funcionários coordenou um plano de ação, em conjunto com o PAM (Plano de Auxílio Mútuo) mantido pelas empresas do Polo e Corpo de Bombeiros, para conter e controlar danos, minimizando os impactos causados pelo acidente hipotético.

O simulado também contou com a participação da Polícia Militar, CETESB, Guarda Civil Municipal, Defesa Civil, SMU Trânsito, SAMU e Secretaria de Planejamento de Mauá, Posto de Saúde do Jardim Sônia Maria e Secretaria de Educação de Mauá – Escola Maria Josefina Fláquer, Defesa Civil de Santo André e também com os recursos internos da Braskem e do PAM.

Mesmo com um grande número de participantes no simulado, as monitoras Irene Soares Ribeiro e Edna Monteiro de Lima acreditam que a população precisa se engajar mais nestes procedimentos. “Só participando é que vamos saber como agir se por acaso tiver uma emergência de verdade”, disseram. A moradora Nair Paulino concorda: “Ainda falta um pouco mais de interesse das pessoas em participar”, afirmou.

É importante destacar também que as indústrias do Polo seguem rigorosos procedimentos de segurança e, para este simulado, um “table top” (simulado de mesa) foi realizado com a participação de todas as partes interessadas que serviu como parte do planejamento e preparação para o exercício.



“As empresas associadas a APOLO investem maciçamente em equipamentos de segurança e treinamento de pessoal. O evento é feito também para envolver a população para que ela esteja cada vez mais engajada nestes conceitos de segurança.”

Luis Almudi – Diretor executivo da APOLO

“Este é apenas o início de um caminho que está sendo construído. É responsabilidade da empresa influenciar mais e mais pessoas a participar e se engajar nas questões ligadas à segurança.”

Carlos Alfano – Gerente de SSMA da Braskem

“Este simulado foi muito importante para que pudéssemos entender até que ponto a população está preparada para procedimentos de emergência e a avaliação que fazemos é que foi muito positiva.”

Jovenildo Lopes Soares – Representante da Comissão Municipal de Defesa Civil de Mauá

Cuidado com olhos, atenção redobrada

A chegada do verão requer atenção aos olhos para prevenir problemas



morgueFile

Com a chegada do verão e das férias, as pessoas aumentam o contato com a claridade, sol, cloro, ar condicionado e areia, agentes irritantes dos olhos e que podem causar problemas de visão. Para prevenir e evitar problemas futuros, alguns cuidados são necessários com os olhos nesse período. A claridade excessiva, por exemplo, pode provocar reações como a ceratite actínica, na qual a córnea fica machucada, provocando nos olhos a sensação de desconforto, como se tivesse um visco, porém sem secreção, além de provocar vermelhidão. Em casos mais graves, quando a pessoa recebe diretamente nos olhos os reflexos de um espelho usado por outra pessoa, ou olha diretamente para o sol sem proteção, os raios ultravioletas podem provocar queimaduras na retina, ocasionando a diminuição da visão ou mesmo a cegueira. Há também a toxocaríase, transmitida pela areia da praia contaminada por fezes de cães.

Uma das formas de diminuir a sensação de desconforto é usar sempre óculos escuros quando houver excesso de claridade, colírio de lágrima artificial e colírio de nitrato de prata, que são

adstringentes e trazem bem estar e saúde aos olhos. Outra recomendação comum é que todos devem usar filtro solar ao redor dos olhos e quando a noite chegar, usar sabonete neutro para retirar o produto, evitando o surgimento de conjuntivites.

PARA PREVENIR

Para quem vai sair de férias, a recomendação é ter uma pomada hidratante oftálmica ou usar um creme hidratante que não contenha álcool. Óculos de sol, com comprovada eficácia na filtragem dos raios ultravioletas, sabonete neutro, protetor solar, creme hidratante para a noite, colírio de lágrima artificial e colírio de nitrato de prata são alguns itens importantes para se levar na bagagem de férias.

COMO ESCOLHER O ÓCULOS DE SOL



Stock.XCHING

LENTE ASFÉRICAS

O fato de serem mais planas proporciona maior conforto à visão, sobretudo para as pessoas com graus mais altos. Além disso, essas lentes pesam 30% menos do que as convencionais.

TRATAMENTO ANTIRREFLEXO

Opte por esta nova tecnologia, por ser capaz de evitar que partículas minúsculas de sujeira se fixem às lentes e riscuem sua superfície. Os especialistas indicam as tecnologias Teflon, Crizal Alizé e Optikot. Custam o dobro, mas, segundo eles, aumentam a longevidade dos óculos.

HASTES

De todas, as de titânio ou betatitânio são as mais leves. Pesam só duas grammas – quase quatro vezes menos do que as outras hastes.

APOIO NASAL

Este é um detalhe, mas faz diferença. Prefira, nos óculos de metal, apoios feitos de silicone, mais confortáveis do que os de plástico.

Fontes: CyberDiet; Dr. Rodrigo Abreu, Oftalmologista, Instituto Penido Burnier (SP)

Alimentação no Verão

Com alguns cuidados é possível comer e beber bem com saúde



Stock.XCHNG

A chegada do verão provoca mudanças em nosso organismo que devem ser acompanhadas de ajustes na alimentação. Nos dias quentes ocorre maior perda de líquidos e minerais devido ao aumento da temperatura corporal e à transpiração excessiva. Deve-se, então, aumentar a ingestão de líquidos como água, sucos e água de coco. O ideal é não esperar que a sede apareça, já que esse já é um sinal de desidratação. Além da água, para manter-se hidratado, alguns minerais e eletrólitos (sódio e potássio) são de fundamental importância e são encontrados nas frutas e nos legumes. As verduras, os legumes e as frutas são também alimentos ricos em vitaminas, minerais, fibras e água e por isso devem ser ingeridos com frequência e variedade neste período.



CUIDADOS NUTRICIONAIS NO VERÃO

- Evite consumir alimentos muito gordurosos como feijoada, carnes gordas e frituras, pois dificultam a digestão e podem provocar mal estar;
- Arroz, macarrão e açúcar devem ser consumidos com moderação, evitando desta forma refeições muito pesadas;
- Dê preferência às carnes magras (peixes e aves), grelhadas ou cozidas;
- Saladas de folhas verdes, legumes, assim como frutas e produtos integrais (que contém fibras), devem ser consumidos à vontade, pois são ótimas fontes de vitaminas, minerais e fibras e ao mesmo tempo leves;
- A ingestão de líquidos deve ser freqüente, especialmente água, sucos e chás, uma vez que é essencial nos dias de calor manter o organismo hidratado, repondo água e minerais perdidos através do suor. Água de coco também é uma ótima opção: "São apenas 22 calorias para cada 100 ml", afirma a nutricionista Andrezza Botelho;
- Prefira os sorvetes menos calóricos e mais refrescantes, aqueles à base de água e polpa de frutas. Se puder, substitua o consumo por frutas da época como o abacaxi (veja receita);
- Prefira as gorduras em forma de azeite ou óleo vegetal em preparações cruas;
- Alimentos com leite, gordura e ovos na preparação necessitam de refrigeração, pois o calor aumenta a possibilidade de proliferação de bactérias que podem causar dor de cabeça, diarreia e vômitos. Nunca consuma estes alimentos em temperatura ambiente.

Fontes: RG Nutri e Andrezza Botelho, nutricionista.

RECEITA

BOLO GELADO DE ABACAXI

INGREDIENTES:

Massa

- 3 claras de ovo em neve
- 3 gemas de ovo
- 1 xícara (chá) de farinha de trigo
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 5 colheres (sopa) de água
- 1 colher (sopa) de fermento químico em pó

Recheio

- 1 abacaxi picado
- 1 xícara (chá) de açúcar
- 1 xícara (chá) de água

Creme

- 1 lata de leite condensado
- 2 latas de leite
- 1 colher (sopa) de amido de milho
- 3 gemas de ovo

Cobertura

- 3 claras de ovo
- 3 colheres (sopa) de açúcar
- 1 lata de creme de leite sem soro

MODO DE PREPARO:

Massa

Na batedeira, bata todos os ingredientes com exceção das claras de ovos e do fermento. Em seguida, acrescente o fermento com uma colher. Por último, adicione as claras em neve delicadamente à massa. Leve para assar em assadeira untada em forno pré-aquecido, até quando enfiar um palito na massa este saia seco.

Recheio

Leve todos os ingredientes ao fogo. Depois de cozido deixe esfriar. Depois de frio, jogue em cima da massa assada.

Creme

Dissolva o amido de milho no leite. Em seguida, misture todos os ingredientes e leve ao fogo até ferver. Espere esfriar um pouco e despeje sobre o recheio.

Cobertura

Bata as claras em neve, acrescente o açúcar e bata mais um pouco. Acrescente o creme de leite e misture sem bater; despeje sobre o creme. Polvilhe o côco ralado sobre o bolo e leve à geladeira até a hora de servir.



Imagem meramente ilustrativa / morguefile

APOLO patrocina ação Diário do Grande ABC nos Bairros

Evento social apoiado pela Apolo chegou a escolas públicas do entorno do Polo Petroquímico



Divulgação



Mais do que oferecer atividades de lazer e saúde para a comunidade, a ação social Diário do Grande ABC nos Bairros tem exercido o papel de unir pais, alunos e comunidade em um espaço público que nem sempre é frequentado por todos. Na prática, a ação oferece ao longo de um dia serviços gratuitos de apoio às famílias da região como corte de cabelo, limpeza de pele, aferição de pressão arterial, teste de glicemia, avaliação odontológica, prevenção de câncer bucal, teste de acuidade visual e atividades lúdicas como pintura de rosto, brincadeiras, algodão doce, entre outras.

Segundo Luis Almudi, diretor executivo da APOLO, esta parceria contribuiu para aproximar ainda mais a Associação da comunidade, além de colaborar para a divulgação de um de seus mais novos programas, o Bióleo. Tanto na edição do dia 1º de outubro, realizada na Escola Estadual Beneraldo de Toledo Piza, no Parque Capuava, em Santo André, quanto na edição do dia 15 de outubro, realizada na Escola Estadual Professor

Manoel Cação, no Jardim Sônia Maria, em Mauá, a diretora do Instituto Bióleo, Teodora Tavares, alertou os presentes com relação à maneira correta de destinar o óleo de cozinha usado no dia a dia sem prejudicar o meio ambiente. “O objetivo do Programa Bióleo - APOLO é implantar uma rede de recepção de óleo de cozinha usado nas residências do entorno das empresas do Polo, reduzindo o descarte inadequado”, afirmou Almudi.

Também em seu estande, a APOLO aproveitou para divulgar o Programa SMS, por meio cartazes explicando as ações desenvolvidas nas escolas e com os moradores, com o objetivo de conscientizar, educar e treinar nos aspectos de Segurança, Meio Ambiente e Saúde. Durante os dois eventos, a APOLO também distribuiu cerca de 1.500 kits infantis educativos compostos por caderno de colorir – com mensagens de segurança e preservação ambiental – e giz de cera, disseminando essas mensagens por meio das crianças. O Programa SMS e o Bióleo integram o PSS – Programa de Sustentabilidade Socioambiental da APOLO. //

FALE CONOSCO

As empresas do Polo Petroquímico querem manter uma comunicação cada vez mais estreita com a comunidade, por meio de telefonemas e e-mails. Quem quiser falar com as empresas será muito bem-vindo!

APOLO - 4977-2279 - jornal.apolo@poloabc.com.br
 BRASKEM - 4478-1515 - comunicacao_sp@braskem.com.br
 OXICAP - 4549-9335 - alessandro.santos@airliquide.com