

**Buaiz Alimentos comemora 78 anos com palestra de Márcio Atalla, última etapa do projeto de expansão e novos produtos**

*A empresa também aproveita a data para anunciar parceria de consultoria e certificação internacional na área de gestão de pessoas e para lançar campanha do Café Numero Um.*

A Buaiz Alimentos comemora 78 anos no mês de outubro, mais uma vez demonstrando o vigor e a tradição que marcam toda a sua trajetória. Palestra para convidados com educador físico Márcio Atalla, a consolidação do projeto de modernização e expansão da indústria e o lançamento de novos produtos estão entre as ações comemorativas, que incluem ainda a adesão a um programa internacional de gestão de pessoas e nova campanha para o Café Numero Um.

“As conquistas e as novidades reforçam como a empresa atua aliando a experiência e a solidez acumuladas em mais de sete décadas de trajetória, com o vigor e a inovação que o mercado exige”, afirma a diretora geral da Buaiz Alimentos, Eduarda Buaiz.

Segundo ela, com o início da operação do novo sistema de recepção de grãos previsto para novembro, a Buaiz Alimentos conclui todas as etapas do projeto de crescimento, que recebeu investimentos de R$ 60 milhões para construção de nova fábrica de misturas para bolo, expansão de planta de moagem de trigo, recepção de grãos e novo Centro de Distribuição.

O novo sistema de recepção de grãos incorpora tecnologia suíça e processo diferenciado, permitindo que a matéria-prima principal para a fabricação dos produtos da Buaiz Alimentos, o trigo em grão, desembarcado no Porto de Capuaba, em Vila Velha, seja transportado por meio de caminhões basculantes e descarregado diretamente na empresa, tornando a operação mais ágil, segura, limpa e precisa. Ao todo, até mil toneladas do cereal podem ser recebidas diariamente no novo sistema.

Pelo novo sistema, os grãos são descarregados na moega, munida com um sistema de aspiração e instalada no subsolo, onde também estão equipamentos “arrastadores de correntes” que vão transportar o produto até um equipamento “elevador de caneca”.

O “elevador de caneca” sobe 25 metros, levando os grãos até os silos de armazenamento para dar continuidade ao processo produtivo de fabricação das farinhas de trigo.

Os investimentos da última etapa de expansão contemplam também uma nova subestação, que traz ainda mais segurança e eficiência ao processo de produção, também do ponto de vista elétrico.

“O início da operação da recepção de grãos marca a conclusão de uma importante fase de investimentos da empresa, que ampliou em 35% sua capacidade de moagem de trigo e passou a ter uma nova fábrica e uma nova linha de empacotamento, com processos de logística integrados. Desenvolvemos um projeto arrojado, que envolveu modificações em toda a estrutura da fábrica no centro para possibilitar melhorias logísticas, produtivas, de controle  e de mobilidade, afirma Eduarda.

**Novos produtos e nova campanha**

Dentro das comemorações pelos 78 anos, a Buaiz Alimentos também demonstra vigor e inovação, lançando novos produtos.

Uma das novidades é na linha de Mistura para Bolo Regina. A partir de novembro, a Buaiz Alimentos irá oferecer ao consumidor o sabor brownie, desenvolvido em parceria com a chef Flavia Gama, da Chocolateria Brasil. O novo produto irá compor a linha premium de misturas para bolo Regina, que já conta com Chocolate, Cenoura e Integral Banana e Mel, todos em embalagens Stand-*up*Pouch. A Mistura para Bolo Regina também tem em seu portfólio outros nove sabores de bolo, na linha bolos caseiros.

O Café Numero Um também passa a contar com um novo produto, o Café Numero Um Extraforte nas versões 250 e 500 gramas, no formato almofada. Eles foram incorporados ao portfólio da empresa, que já produz cafés tradicionais (vácuo e almofada) e extraforte (vácuo), Prime (vácuo) e Espresso Gourmet (grãos), todos certificados com o selo de controle de pureza e qualidade da ABIC, e produzidos com cafés 100% capixabas.

É com foco no café do Espírito Santo a inspiração da campanha para divulgar o Café Numero Um e a parceria da empresa com a Origens, uma empresa capixaba de vestuário, com produção focada na cultura local. Buaiz e Origens se uniram e desenvolveram uma t-shirt que valoriza o que é produzido em solo capixaba, em especial o café.

A peça será lançada ao mercado no dia 30, durante a palestra do educador físico, Marcio Atalla, em comemoração aos 78 anos, e estará disponível para as vendas na loja Origens, localizada no K1, da Praia de Camburi. Parte da venda das camisas será doada para a Apae de Vitória.

“Estamos unindo duas empresas capixabas, com negócios distintos, mas que valorizam a cultura local, as nossas raízes. Hoje, todo o café que produzimos é do Estado, de produtores de diferentes municípios. Por isso, a ideia da parceria surge para reverenciar um produto que é paixão nacional, o café, e reforçar que o nosso é 100% capixaba”, explica Eduarda.

Rafael Miranda, diretor da Origens, também celebra a parceria e a sinergia de propósitos entre as empresas. “A Origens surgiu exatamente com a proposta de valorizar o que é nosso, nossa cultura, nossas riquezas, nosso modo de ser... O café está entre essas riquezas e a Buaiz produz um café 100% capixaba, incentivando econômica e culturalmente o Espírito Santo”, considera.

**Consultoria internacional e gestão de pessoas**

Valorização e reconhecimento também são palavras-chaves que movem a Buaiz Alimentos a dar a largada em um novo projeto, uma consultoria robusta em gestão de pessoas, lançado também como parte das ações pelos 78 anos.

A empresa acaba de fechar uma parceria com a Great Place To Work (GPTW), uma entidade global que desenvolve programas de consultoria e certificação para companhias que buscam excelência no ambiente de trabalho.TRA

Instituto fundado nos EUA, na década de 80, o GPTW realiza consultorias para certificações de empresas em diversos aspectos internos, como clima organizacional, remuneração, benefícios, oportunidade de crescimento, infraestrutura, transparência na gestão e autonomia dos colaboradores. Com a chancela da entidade, as companhias obtêm a credibilidade do selo GPTW, e consequentemente, tornam-se mais atrativas para os profissionais.

Para Eduarda Buaiz, a parceria com a Great Place To Work demonstra como a Buaiz Alimentos está alinhada às melhores práticas do mercado e aos diferentes estudos que apontam que eficiência e resultados positivos caminham juntos com a valorização da equipe. “Acredito que, ao transformar a qualidade dos ambientes de trabalho, podemos também transformar a maneira como as pessoas se relacionam dentro e fora da empresa, contribuindo para a melhoria de nossa sociedade. Queremos incorporar aos nossos processos internos as melhores práticas de gestão de pessoas adotadas pelo mercado”, reforça.

Diretora da Great Place do Work, Haline Aquino explica que a projeto para Buaiz é abrangente, incluindo não só o processo de certificação, mas também um trabalho de consultoria com foco em formação de lideranças e cultura organizacional. “O trabalho é focado na excelência em gestão de pessoas”, explica.

O instituto, que está presente em 58 países e tem trabalhos realizados em mais de 10 mil empresas.

**“Não é preciso ter medo de comida nenhuma”**

*Educador físico e pós-graduação em Nutrição pela USP, Marcio Atalla estará em Vitória para uma palestra que celebra os 78 anos da Buaiz Alimentos.*

Ele é contra as modices e dietas restritivas. Acredita que desmistificar, descomplicar e evitar a demonização ou a exclusão de grupos alimentares – aliados fundamentalmente à prática regular de exercícios físicos - é o caminho para uma vida saudável e para uma perda de peso “sustentável”.

Com inúmeros projetos na área de saúde e qualidade de vida, Márcio Atalla estará em Vitória no próximo dia 30 para a palestra “Vida em Movimento”, iniciativa em comemoração aos 78 anos da Buaiz Alimentos, exclusiva para convidados.

Para ele, o que faz a diferença para se ter uma vida mais saudável é ser fisicamente ativo e se alimentar bem, sem excluir nenhum alimento, muito menos os carboidratos. “O glúten não é o culpado pelo sobrepeso das pessoas. A alimentação do brasileiro, hoje, tem muito sal e açúcar, grande quantidade de gordura e baixo teor de fibras. Por isso as pessoas se sentem pesadas e inchadas”, ressalta.

Equilíbrio é a palavra-chave, garante, embasado em inúmeras pesquisas que demonstram que as dietas com restrição a carboidrato, por exemplo, são efetivas apenas a curto prazo.

“Dietas restritivas são difíceis de sustentar por mais de dois ou três meses. É claro que, se uma pessoa cortar todas as massas da alimentação, vai perder alguns quilos. Mas é um resultado ilusório. Nosso corpo estoca carboidratos especialmente nos músculos. Para isso, cada molécula de carboidrato se associa a outras três de água. Então, quando você corta o carboidrato da dieta, consome e elimina o estoque que está na massa muscular e fica mais leve. Mas, na verdade, o que se perde é água, e não gordura”, considera.

Atalla é categórico, no entanto, quando fala sobre a importância do exercício físico. “Segundo a Organização Mundial da Saúde, o sedentarismo é um grande mal do século: 47% dos brasileiros em idade adulta não se exercitam o suficiente, e, em termos mundiais, o número também é alto, 27%. O estilo de vida tecnológico tem levado as pessoas a menos atividades na rotina, e por isso é preciso se programar para praticar exercícios, seja indo à academia, praticando corrida ou até se organizando para subir escadas em vez de pegar o elevador”, ressalta.

O educador físico acredita que é melhor ter sobrepeso e ser ativo do que ser um magro sedentário. “O que é comer bem? O único consenso que se tem hoje na alimentação, pesquisando os locais onde a longevidade é maior em todo o mundo, é que se deve comer menos. Nos lugares onde se vive mais, a quantidade de calorias consumidas é de 10 a 15% menor do que a média mundial. No mais, o importante é a educação”, diz.

**Dicas do Atalla:**

- O automático é escolher o pouco movimento. Por isso, é tão difícil, mesmo tendo a informação da importância de se exercitar, optar pela atividade física. Por exemplo: quando chega no shopping e estaciona, a primeira decisão da pessoa é ir até a entrada mais próxima. O cérebro é condicionado a poupar energia. E antigamente você já era ativo sem ter que pensar em ir fazer caminhada. Inclusive em relação ao trabalho. Hoje menos dos 10% das profissões permitem à pessoa dar 10 mil passos por dia. Até o final da década de 1980, a grande maioria permitia.

- Quer mais autonomia na velhice? Exercite-se. Na Coreia do Sul, perceberam há muito tempo que as pessoas que caminhavam mais no seu dia a dia viviam mais. Mas também viviam melhor os últimos anos. Lá, o tempo de pouca autonomia no final da vida é de 3 anos. No Brasil, são 11 anos.

- É importante buscar alternativas para cada realidade. Há um movimento de pessoas que se organizam para caminhar dentro dos shoppings, onde tem ar condicionado, segurança, não tem buracos nas ruas, é plano. Foi um jeito de as pessoas se exercitarem. Nos Estados Unidos, é uma tendência trabalhar seis, dez minutos em pé, a cada hora. Isso porque as pessoas passam de oito a dez horas sentadas por dia, e pesquisas mostraram que quem diminuiu o tempo sentado ao longo do dia conseguiu resultados eficientes em perda de peso e controle de pressão. Outra boa sugestão, sem dúvida, são as escadas. Fazer pequenas quantidades de andares várias vezes ao dia é uma excelente opção.

- Neurocientistas afirmam que há dois segredos para o exercício se tornar um hábito: não se preocupar, inicialmente, com intensidade e complexidade da atividade, mas sim com regularidade. É preciso mantê-lo, pelo menos cinco vezes na semana, por três meses. Então escolha algo que você consiga fazer com essa frequência, sempre no mesmo horário. Pode ser dançar em casa por cerca de dez minutos depois do trabalho. É pouco tempo, mas se consegue fazer todo dia, pode ser isso mesmo. E a segunda maneira é trabalhar no que ela chama de ciclo anseio-recompensa. É se premiar a cada vez que cumpre uma tarefa, com algo que você goste, que te faça feliz. Um passeio de fim de semana… se for comida ou bebida, que seja em porções pequenas!

- É possível comer de tudo. O problema não é o alimento, mas sim o hábito alimentar. É possível ser saudável comendo pão todos os dias, um pouco de chocolate todos os dias. Manter a boa forma tem a ver com o estilo de vida: com quanta energia gastamos por dia e com quanto consumimos de cada alimento. Não há nenhum problema em consumir pão ou massa todos os dias. Mas é preciso, sim, levar em conta a quantidade ingerida, e essa quantidade deve estar atrelada ao seu estilo de vida.

- Ao contrário do que muita gente pensa, não tem problema comer pão ou arroz branco ou macarrão normal. As versões integrais têm mais fibras, mas podemos comer massa sem ser integral também. Nesse caso, o importante é associar esses alimentos com outras fontes de fibras. No caso do arroz, por exemplo, acompanhá-lo com feijão ou lentilha. É claro que dificilmente vamos comer o carboidrato branco isoladamente, sem uma fonte de proteína ou de gordura. Por exemplo, se eu comer um pão francês puro, obviamente vou ter um índice glicêmico [capacidade de elevar os níveis de açúcar no sangue] alto. Mas ninguém come pão francês assim, sem nada. A gente coloca manteiga, queijo, um recheio, e tudo isso naturalmente vai reduzir esse índice glicêmico. Mais importante do que se preocupar com a massa ser branca ou integral é ter uma dieta que inclua várias fontes de carboidratos, como frutas, legumes e verduras, que contêm uma boa quantidade de fibras.

- Os carboidratos são muito importantes na nossa alimentação. São eles que fornecem energia para o nosso cérebro e quase 80% do combustível do nosso coração. Por isso, é um nutriente que deve estar presente na dieta de todas as pessoas, independentemente de serem sedentárias ou fisicamente ativas. É claro que uma pessoa fisicamente ativa vai poder consumir mais carboidratos, porque ela tem um gasto calórico diário maior. Quem se movimenta mais tem mais liberdade para comer. Mas mesmo quem é sedentário precisa deles para suas funções básicas.

. Todos os estudos mais recentes que comparam as pessoas que param de comer carboidratos às 18h e as que distribuem esse consumo ao longo do dia mostram que é um mito que comer carboidrato à noite engorda. O que realmente importa para engordar ou não é a quantidade de calorias que você consome ao longo do dia e o quanto você gasta dessas calorias. O ideal é ter um consumo de carboidrato fracionado ao longo do dia associado a um estilo de vida ativo e saudável.