

DESDE 1949

INCA

INFORMATIVO

Mococa, Setembro de 2025

Edição nº232



COMERCIAL

DIA DO CONSUMIDOR E DIA DO CLIENTE: ENTENDA A DIFERENÇA

O Dia do Consumidor e Dia do Cliente são importantes, pois beneficiam o comércio e compradores. Embora as duas datas sejam usadas como sinônimas, existem diferenças entre elas. Enquanto o Dia do Consumidor é comemorado em 15 de março em todo o mundo, o Dia do Cliente é uma comemoração brasileira celebrada em 15 de setembro.

A diferença está tanto na origem das datas comemorativas quanto no significado dos termos.

Por cliente, entende-se que é o indivíduo que compra produtos ou serviços de uma empresa

ou organização. Já o termo "consumidor" refere-se a alguém que utiliza ou consome um produto ou serviço, mas não necessariamente é considerado como cliente. A diferença é sutil, mas um consumidor pode usar um produto ou serviço que não tenha comprado diretamente de uma empresa, ou utilizar algo que foi adquirido por outra pessoa.

Quais as diferenças entre Dia do Consumidor e Dia do Cliente?

A principal diferença entre o Dia do Consumidor e o Dia do Cliente está no foco de cada celebração. O Dia do Consumidor, celebrado em 15 de março, surgiu como uma estratégia do comércio eletrônico para promover vendas no período que antecede a Páscoa. Geralmente, é mais associado ao varejo on-line, embora lojas físicas também participem com promoções especiais. O objetivo principal é impulsionar as vendas e atrair a atenção dos consumidores por meio de preços competitivos e oportunidades de compra vantajosas.

Já o Dia do Cliente, celebrado em 15 de setembro, é uma ocasião dedicada a reconhecer e valorizar a fidelidade e a relação entre o consumidor e a empresa. O objetivo é fortalecer os laços entre a marca e seus consumidores, promovendo a fidelização e o engajamento.

Qual a origem do Dia do Consumidor?

O Dia do Consumidor surgiu na década de 1960, nos Estados Unidos, a partir da ideia de criar um dia dedicado a conscientizar os consumidores sobre seus direitos e a importância de exigir produtos e serviços de qualidade. Essa data ganhou popularidade em outros países, incluindo o Brasil.

Qual a origem do Dia do Cliente?

O Dia do Cliente é uma data comemorativa criada aqui no Brasil, nos anos 2000, a partir da ideia de criar um dia para homenagear os clientes e estreitar os laços entre as empresas e seus consumidores.

Por: www.educamais.com.br

MÊS DO CLIENTE INCA – DESCONTOS EXCLUSIVOS

A Inca preparou condições especiais para você!

De 01 a 30 de setembro, aproveite descontos exclusivos durante o Mês do Cliente.

Entre em contato com um de nossos representantes em todo o Brasil ou fale diretamente com nosso telemarketing e garanta já os seus benefícios.

REPRESENTANTES ANIVERSARIANTES DE SETEMBRO



Carlos Eduardo
(Rep. Parana)



Júlio
(Rep. Maranhão)

Parabéns!

RECURSOS HUMANOS

COMO USAR O FIM DE SEMANA PARA RECARREGAR AS ENERGIAS DA MANEIRA CERTA

Muita gente chega ao domingo à noite ainda se sentindo cansada, mesmo depois de um fim de semana aparentemente tranquilo, com maratonas de séries, redes sociais e sono em dia. Isso acontece porque descansar de forma passiva nem sempre é suficiente para uma recuperação real.

Segundo especialistas, é preciso adotar uma abordagem chamada lazer intencional (leisure crafting), que consiste em usar o tempo livre de maneira ativa e com propósito. A ideia é buscar atividades que tragam metas claras, aprendizado, conexão social e desenvolvimento pessoal.

Por que o lazer intencional funciona?

Diferente das atividades passivas, o lazer intencional envolve a mente e o corpo, e proporciona três benefícios psicológicos principais:

1. Desligamento psicológico: Desconexão real do trabalho e das preocupações.
2. Experiências construtivas: Desenvolvimento de habilidades e aumento da autoconfiança.
3. Autonomia e controle: Escolha ativa de como usar o tempo livre, reforçando o senso de propósito.

Benefícios do lazer intencional

1. Benefícios pessoais imediatos

Atividades criativas e envolventes no fim de semana aumentam os chamados recursos psicológicos, como autoestima e confiança. Isso gera uma sensação real de realização e prepara melhor para enfrentar a semana.

2. Benefícios profissionais

Quem pratica lazer intencional desenvolve mais criatividade, flexibilidade cognitiva e motivação. Isso se reflete diretamente no desempenho no trabalho, aumentando a produtividade e a inovação.

3. Benefícios de longo prazo

Essa prática contribui para o bem-estar geral, ajuda a prevenir o burnout e fortalece a resiliência emocional. Além disso, oferece novas fontes de identidade e autoestima, que vão além da vida profissional.

Como praticar o lazer intencional

Atividades criativas

- Música, canto, teatro, improviso
- Pintura, desenho, cerâmica
- Escrita (ficção, poesia, diário)
- Artesanato (tricô, marcenaria, etc.)

Atividades intelectuais

- Jogos de lógica, xadrez, programação
- Leitura com metas
- Estudo de novos idiomas ou habilidades

Atividades físicas

- Esportes em grupo ou individuais
- Rotinas de treino ou novos desafios
- Atividades ao ar livre como trilhas e jardinagem

Atividades sociais

- Aulas de culinária, oficinas em grupo
- Clubes de leitura, projetos comunitários

Como transformar em hábito de fim de semana

- Agende: Reserve um horário fixo no fim de semana.
- Crie um espaço acessível: Tenha os materiais à mão.
- Comece devagar: Inicie com 30 minutos e aumente aos poucos.
- Adapte à sua realidade: Mesmo com filhos ou pouco espaço, é possível praticar.

Conclusão

Transformar seus fins de semana com pequenas mudanças intencionais pode melhorar significativamente sua energia, bem-estar e produtividade durante a semana. Lazer intencional não é mais uma obrigação, mas uma forma eficaz de tornar seu tempo livre verdadeiramente restaurador e enriquecedor.

Por: Caroline Castrillon



MEIO AMBIENTE

COLABORADORES DA ZINCAGEM PARTICIPAM DE TREINAMENTO SOBRE TRATAMENTO DE SUPERFÍCIE.

No dia 16 de agosto, os colaboradores do setor da Zincagem participaram do treinamento: Tratamento de Superfícies – Zincagem – Conceito e operações, ministrado por Rogério Linares, técnico da empresa MR Plating. O treinamento teve duração de 4 horas e abordou todas as etapas do processo de zincagem. Participaram do treinamento: Andrei Marcelino, David Ramalho, Flávia Bernardo, Jeferson Queiroz, João Claudino, Rogério Figueiredo, Samuel Silva.

Por: Flávia



QUALIDADE

O PAPEL DA INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL NA GESTÃO DA QUALIDADE

Muito se fala sobre alta performance, mas poucos realmente entendem o que significa ser um profissional de alto rendimento. Alguns acreditam que basta trabalhar mais horas, estudar incessantemente ou dominar as ferramentas do mercado, mas a verdade é que o segredo da alta performance está distribuído em várias ações diárias.

A integração estratégica entre hard skills (competências técnicas) e soft skills (competências comportamentais), pode ser um ponto de partida para um profissional que deseja se desenvolver e ocupar posições de destaque. Saber equilibrar seu conhecimento com a forma como age, reage e se relaciona já será um fator decisivo.

Essa fusão, aliada a uma vida equilibrada e a hábitos intencionais, é um dos caminhos para construir uma carreira sólida, duradoura e sustentável.

Para começar, é importante saber diferenciar bem as competências técnicas e comportamentais, pois são elas que proporcionam uma compreensão mais nítida do seu perfil atual e os pontos a desenvolver.

Habilidades Fundamentais

As hard skills são competências tangíveis, as quais adquirimos ao longo da vida por meio de formações, treinamentos, certificações e experiências práticas. Já as soft skills estão no desenvolvimento de qualidades, como a comunicação clara, empatia, gestão de tempo, resiliência e inteligência emocional. Elas são menos tangíveis, mas fundamentais para permear ambientes corporativos e colaborar de forma eficaz.

O equilíbrio entre vida pessoal e profissional também é o que mantém a produtividade alta e constante. Dormir bem, alimentar-se de forma saudável, praticar exercícios físicos e cuidar da saúde mental são pilares que potencializam sua capacidade de foco, criatividade e tomada de decisão. É fundamental destacar que, sem isso, nem as melhores habilidades técnicas ou comportamentais terão efeito duradouro.

Mas qual o caminho para lapidar a alta performance na prática?

Faça um diagnóstico: identifique suas hard e soft skills;

Estabeleça metas claras, mensuráveis e alcançáveis;

Planeje seu desenvolvimento: invista em você e transforme sua trajetória profissional com intencionalidade;

Crie rotinas intencionais: organize seu dia para focar no que traz os impactos e resultados esperados;

Cuide do equilíbrio: busque uma alimentação balanceada, durma bem, exercite-se e pratique o autocuidado;

Entenda as oportunidades e desafios do seu ambiente de trabalho e aja em prol dos seus objetivos;

Busque por feedbacks: peça e ofereça avaliações que promovam o crescimento.

Performance com propósito: o equilíbrio como estratégia de crescimento

Alta performance não é um destino, mas uma jornada diária que exige decisões conscientes, hábitos duradouros e um desejo real de evolução.

Ela nasce da integração entre competências técnicas e comportamentais, fortalecida por uma rotina saudável, intencional e equilibrada. O profissional que busca desempenho sustentável entende que crescer com consistência exige plano tático, autoconhecimento e adaptação.

ESPORTISTA DA INCA

ESPORTISTAS DA INCA E O AMOR PELO FUTEBOL

Os Esportistas da INCA Devilson Pereira e Sidnei Claudino, dois amantes dos esportes, estão praticando o hobby que mais gostam: falar de futebol.

Devilson, corinthiano; Sidnei, são paulino.

Na cidade de Mococa está acontecendo desde 18 de maio o Campeonato Amador de Futebol e ambos os esportistas, em quase todas as manhãs dos domingos, estão acompanhando direto dos campos varzeanos mocoquenses.

Fazem transmissões ao vivo e depois do apito final das partidas entrevistam os destaques com muita resenha. Vale salientar que um grande público vem seguindo e acompanhando pelas redes sociais, prova disso são os números alcançados, ultrapassaram a marca de 200 mil visualizações no acumulado das publicações.

A competição terminará em outubro e a expectativa é de seguir levando todas as emoções aos seguidores e amantes do futebol amador mocoquense.



SEGURANÇA

COMO TER UM HOBBY MELHORA A SAÚDE MENTAL?

Antes de falar sobre hobbies (ou passatempos) é necessário falar sobre os pilares da saúde mental. Para mantermos a nossa mente sadia, precisamos dedicar tempo para o físico, o emocional, o social, o espiritual, o financeiro e o profissional.

Basicamente, precisamos performar bem em diversas áreas da nossa vida, mas não necessariamente atingir a excelência em todas. A existência humana é marcada por momentos bons e ruins, portanto, é praticamente impossível que todas elas permaneçam intocadas ao mesmo tempo e/ou por longos períodos. Ainda assim, precisamos encontrar maneiras de estabelecer um equilíbrio aceitável entre elas para termos saúde.

Essas "maneiras" são os hábitos que cultivamos, as pessoas com quem escolhemos compartilhar o nosso tempo, as habilidades que decidimos desenvolver, e assim por diante. É aí que entram os hobbies.

Ter um hobby é o mesmo que ter um momento único para você. Psicólogos afirmam que se dedicar a uma atividade agradável conduz a um estado mental caracterizado por menos ansiedade e menos divagações sem propósito. Esse, por sua vez, ajuda a regular as emoções e o estresse do dia a dia.

A medida que você faz progresso e melhora a sua habilidade, sente-se mais motivado para continuar. É diferente de uma atividade feita por obrigação, como é o caso do trabalho.

Por mais que você ame o que faz, o compromisso de precisar fazê-lo diariamente, administrar o relacionamento com outras pessoas no ambiente profissional e não executá-lo da maneira exata que deseja, acaba tirando um pouco do entusiasmo por ele.

A importância de ter um hobby

Apesar da nossa sociedade incentivar produtividade a todo instante, esse modelo de trabalho – e de vida – não é nada saudável. A pressão para obter sucesso, empreender, crescer e se tornar o melhor profissional do mundo é sufocante. Nem todo mundo tem esse objetivo, mas se sente obrigado a seguir a tendência para sobreviver.

Essa forma de encarar a vida profissional é, na verdade, a receita certa para o surgimento de doenças, da depressão, da ansiedade e do esgotamento.

O corpo humano funciona melhor com intervalos. Você trabalha, trabalha e trabalha, mas depois descansa. Esse período de relaxamento recarrega as baterias da mente e do corpo, preparando-os para outro ciclo de produtividade.

Quando esse momento de descanso e de descontração é preenchido com uma atividade prazerosa, os efeitos são ainda melhores!

Mas como escolher um hobby entre tantos passatempos possíveis hoje em dia? Como encontrar um passatempo se eu não tenho nenhum interesse em particular? É ruim não ter interesses além de assistir TV e encontrar os amigos no barzinho?

Bem, você não precisa ter o mesmo interesse dos seus pais. Alguns dos hobbies de antigamente estão muito desatualizados. Nem precisa seguir tendências super criativas se você não se dá muito bem com atividades dessa área.

Para descobrir o melhor hobby para ocupar o seu tempo livre, você pode precisar testar diversas formas de entretenimento. Para quem não tem ideia de por onde começar a busca, separamos algumas dicas abaixo.

1. Diversifique suas opções

Algumas pessoas possuem dezenas de interesses, por isso, têm dificuldade para escolher somente um hobby. Já outras têm poucos ou nenhum e não conseguem pensar em nada para fazer além de descansar no sofá da sala.

Para esses indivíduos, a nossa dica é diversificar as suas opções de hobby. Faça pesquisas pela sua cidade para descobrir cursos de habilidades inusitadas, como patinação ou escalada, e dê uma chance a eles.

Pode ser necessário fazer várias tentativas para encontrar o passatempo perfeito, bem como tempo para fazê-lo. Eventualmente você encontrará uma atividade do seu interesse.

Enquanto isso aproveite para se divertir com cada uma das suas novas experiências e sair da zona de conforto. Quem sabe você não tem insight sobre um novo negócio nesse meio tempo?

2. Encontre um grupo de pessoas interessadas ou de amigos

Se não quiser começar a sua trajetória sozinho, convide um amigo para ir com você. Ter companhia é sempre mais divertido e desperta o seu senso de responsabilidade, afinal, você firmou um compromisso com outra pessoa. Deste modo, algumas tentativas, pelo menos, estão garantidas!

Caso seus amigos estejam muito ocupados ou tenham interesses muito distantes do seu, procure por grupo de pessoas interessadas no hobby que você planeja iniciar. Por exemplo, grupo de indivíduos que pedalam pela cidade, que fazem trilha em áreas de natureza próximas ou que saem para fotografar pontos turísticos ou eventos locais.

Além de sentir-se mais animado para engajar em um novo passatempo, você tem a possibilidade de fazer amigos, contatos profissionais e encontrar um novo amor.

Graças à tecnologia, é possível encontrar

3. Faça algo que o ajude a não pensar em responsabilidades

O objetivo principal de encontrar um espaço em sua agenda para ter um hobby é fugir das

responsabilidades momentaneamente. Quando precisar retornar ao trabalho, você terá mais energia e

bom humor para encarar até as mais extenuantes situações.

Enquanto você se concentra em algo que lhe dá prazer, as obrigações deixam de existir. As pendências param de martelar na sua cabeça, levando-o a um estado de atenção plena semelhante ao proporcionado pela meditação.

Portanto, é ideal que você encontre um hobby atraente o suficiente para prender a sua atenção por um curto e/ou longo período. Se você perceber que não consegue se concentrar porque outros devaneios

estão enchendo a sua mente, mude de passatempo!

Talvez você sinta a obrigação de continuar fazendo algo indesejado para agradar outra pessoa, a qual se demonstra apaixonada por aquele passatempo. Mas, se ao fim desse período de descanso das obrigações você não se sentir feliz e relaxado, não estará absorvendo os benefícios de ter um hobby.

É provável que você já o inicie cansado após um longo dia de trabalho, por isso, precisa ser algo que se sobressaia ao cansaço e ao mal-estar do estresse.

SEGURANÇA

COMO TER UM HOBBY MELHORA A SAÚDE MENTAL?



DICAS DE HOBBIES PARA TENTAR:

Para os menos criativos ou que ainda não descobriram seus interesses por estarem focados demais em outras questões, deixamos aqui algumas sugestões de passatempos:

COZINHAR;

FOTOGRAFAR;

DANÇAR;

PATINAÇÃO;

ESCREVER;

ESPORTES RADICAIS, COMO
CANOAGEM OU MOUNTAIN BIKE;

PRATICAR UM ESPORTE;

FAZER VOLUNTARIADO;

PINTAR OU DESENHAR;

TOCAR UM INSTRUMENTO;

PRATICAR UMA ATIVIDADE FÍSICA;

PARTICIPAR DE UM GRUPO DE DEBATE OU
CLUBE DO LIVRO DO BAIRRO; E MONTAR
UM PERFIL CRIATIVO NAS REDES SOCIAIS.

FAZER TRABALHOS MANUAIS;

JOGAR VÍDEO GAMES
PRODUZIR UM TRABALHO
CRIATIVO, COMO FAZER UM
MINI FILME, POR EXEMPLO;

COLABORADORES

ANIVERSARIANTES
DE SETEMBRORAYAN AUGUSTO
DOS REIS SILVAJULIO CESAR
CLAUDINO

CAIO DE ALMEIDA

PEDRO ARTHUR
ALBERTINPATRICIA MARTINS
JOAQUIM MACHADOMATHEUS BORGES
PEREIRALUIS AMÉRICO
DAL BELLOGONÇALVES
FIGUEIREDOREGINALDO COSTA
PIZETE

Parabéns!

