



5 hábitos errados que prejudicam a sua carreira.

Na busca pelo sucesso e realização pessoal, muitos profissionais esquecem que o ativo mais valioso que temos é a saúde.



Cyberwar: A guerra sem sombras

Ao contrário dos ataques convencionais, os ataques cibernéticos podem ser difíceis de atribuir com precisão.

Simple Business.

Maio 2022

Edição nº 04

“Nossa meta é nos tornarmos uma Healthtech.”

JOÃO ADIBE

Com um modelo de negócio pautado na inovação e disrupção, o Grupo Cimed já mira a liderança do segmento farmacêutico



- 02 **5 hábitos errados que prejudicam a sua carreira**
Andryely Pedroso
- 08 **Faz sentido?**
Mauro Wainstock
- 10 **O segredo para investir bem: Momento e perfil**
Matheus Freitas
- 14 **Meu Sangue Amarelo: O modelo inovador de João Adibe, que faz crescer tanto a CIMED.**
- 22 **Cyberwar: A verdadeira Guerra**
Henrique Campos
- 26 **Obsolescência Programada na Moda**
Claudiani Leite
- 28 **Microscópio no Tamanho, Gigantes em Tecnologia, o Controle Biológico na Agricultura.**
Lucas Boaventura

EXPEDIENTE

Editora: Eagle Publicidade,
CNPJ: 21.992.209/0001-59
Responsável Legal: Pedro Mendonça.
Criação e Design: Hugo Crisóstomo.
Jornalista Responsável: Orisvaldo Pires.
Entrevistas: Pedro Mendonça.
Revisão: Deuzenith Ferreira.
Colunistas: Andryely Pedroso, Claudiani Leite, Henrique Campos, Lucas Boaventura, Matheus Freitas, Mauro Wainstock.

A Revista Simple Business é uma revista de empreendedorismo negócios. É proibida a reprodução total ou parcial da mesma, assim como, proibida a venda dos exemplares impressos. Os artigos publicados são de inteira responsabilidade de seus autores. A única pessoa autorizada a falar em nome da Revista Simple Business ou para retirar qualquer tipo de material é seu Responsável Legal, Pedro Mendonça.

Contato: (62) 981252641
Site: www.revistasb.com.br
Email: contato@revistasb.com.br
Instagram: @revistasimplebusiness

“
Se trabalha só por dinheiro nunca o vai conseguir, mas se gosta do que faz e coloca os clientes sempre em primeiro lugar, o sucesso será seu.”

Ray Kroc

Empresário norte-americano e comprador da rede de fast-food McDonald's.

Simple Business.

Saúde e Bem-estar

5 hábitos errados que prejudicam a sua carreira

Andryely Pedroso



Na busca pelo sucesso e realização pessoal, muitos profissionais esquecem que o ativo mais valioso que temos é a saúde. Já ouvi diversos relatos de executivos que se sentiam esgotados mentalmente e fisicamente após muitas noites sem dormir, alimentação pobre em nutrientes (fast food) e sedentarismo.

Quando não olhamos para a nossa saúde como deveríamos, podemos não perceber o quanto erros cotidianos podem prejudicar a disposição, produtividade e carreira a longo prazo. Uma pesquisa realizada pela International Stress Management Association (ISMA) estimou que 30% dos mais de 100 milhões de trabalhadores brasileiros sofrem com a Síndrome de Burnout, caracterizada por três dimensões:

1. Sentimentos de exaustão ou esgotamento de energia;
2. Aumento do distanciamento mental do próprio trabalho e sentimentos de negativismo ou cinismo relacionados ao próprio trabalho;
3. Redução da eficácia profissional.

Poucos profissionais reconhecem a importância de cuidar da saúde física e mental para conquistar uma carreira de sucesso. Foi pensando nisso que escrevi esta matéria.

1. Não programar os horários da rotina

Você sabia que durante o dia nosso corpo oscila os níveis de energia?

Quando não planejamos nossas atividades com antecedência, tendemos a ultrapassar as horas de trabalho, perder horas de sono e fazer refeições de baixa qualidade nutricional. Todos esses hábitos podem desregular o ciclo circadiano (relógio biológico), regulado especialmente pela luz natural (raios solares).

O ciclo circadiano regulado mantém o nosso corpo funcionando em harmonia, enquanto o desequilíbrio dele pode prejudicar o controle dos seguintes fenômenos:

- Pressão arterial;
- Produção de hormônios para regulação do ciclo sono/vigília;
- Secreção de neurotransmissores;
- Capacidade cognitiva;
- Metabolismo de ácidos biliares;



- Temperatura corporal;
- Destoxificação de substâncias.

O hábito de dormir, acordar, comer e praticar exercícios físicos em horários muito distintos pode oscilar a liberação de hormônios responsáveis pela regulação do nosso relógio biológico, por isso, busque estabelecer horários na sua rotina, principalmente para garantir boas noites de descanso.

A privação de sono reduz a liberação do hormônio leptina, responsável pela saciedade, reduzindo a fome. Isto também ocorre quando fazemos uma dieta muito restrita ou ficamos em jejum por longos períodos.

A exposição a telas luminosas 2 horas antes do horário de dormir pode suprimir a liberação do hormônio do sono (melatonina) e alterar o ciclo circadiano ideal conforme resultados do estudo publicado pela Elsevier. Ao reduzir os níveis de melatonina, aumentam as chances de ter insônia durante a noite e estresse no dia seguinte. Lembre-se de deixar os dispositivos eletrônicos de lado ao anoitecer.

2. Não praticar nenhum exercício físico

Você sabia que o Brasil está na posição de quinto país mais sedentário do mundo e lidera o ranking entre os países da América Latina?

Para fugir desta realidade, a Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda realizar ao menos 150 minutos semanais de exercícios físicos. Lembre-se que apenas 20 a 30 minutos diários de exercícios podem prevenir uma série de doenças segundo a Revista Brasileira de Medicina do Esporte:

- Ansiedade e depressão;
- Câncer de cólon, mama, próstata e pulmão;

- Osteoporose e Osteoartrite;
- Diabetes Mellitus tipo II;
- Obesidade;
- Doença Cardiovascular Periférica;
- AVC;
- Hipertensão Arterial Sistêmica;
- Doença Aterosclerótica Coronariana.

O hábito de ficar muitas horas do dia sentado na mesma posição pode favorecer o desenvolvimento de doenças osteomusculares, mentais e cardiovasculares associadas a postura e a ergonomia, além do estresse ocupacional.

Os chamados “profissionais mecanizados” que habitualmente negligenciam a prática de atividades físicas estão sujeitos a prolongados períodos de afastamento do trabalho por complicações de saúde de origem fisiológica ou muscular.

3. Consumir alimentos pobres em nutrientes

O Ministério da Saúde divulgou em 2019 que a taxa de obesidade no Brasil aumentou 67,8% entre 2006 e 2018. Certamente a obesidade pode surgir por diversos fatores, porém, a típica dieta ocidental (rica em carboidratos refinados e gorduras) exerce influência direta no excesso de peso corporal

Uma alimentação equilibrada fornece substrato energético suficiente para o cérebro exercer bom desempenho cognitivo e para o corpo ter bom desempenho físico. A nutrição adequada também contribui com a regulação do ciclo circadiano, conceito denominado de “crononutrição”.

A baixa ingestão de fibras e o alto consumo de carboidratos simples (massas, biscoitos, salgadinhos, doces) estão associadas a um sono menos restaurador, além de prejudicar o controle dos níveis de energia no sangue, o que também





prejudica o humor e produtividade no trabalho.

Se você faz muitas viagens, planeje algumas refeições saudáveis e versáteis para levar na pasta de trabalho e não cair nas tentações de comer apenas produtos refinados na viagem, como:

- Mix de castanhas;
- Barras de proteínas;
- Frutas desidratadas;
- Chocolate amargo.

Atenção a ingestão de água também. A desidratação pode aumentar a fadiga, prejudicar o sono e disposição além de predispor a cefaleia (dor de cabeça). A quantidade ideal varia para cada pessoa, mas uma recomendação geral é beber 35 ml para cada Kg de peso corporal.

4. Não controlar a ansiedade e estresse

A revista Exame divulgou uma pesquisa realizada pela consultoria Accountemps, que apontou a busca por conciliar demandas pessoais e profissionais a principal razão do estresse no ambiente de trabalho para 41% dos CFOs participantes da pesquisa.

É essencial buscar alternativas para não enlouquecer com as demandas de trabalho. Fora do expediente, busque estratégias que promovam relaxamento. Talvez não seja má ideia tirar "mini férias" durante o ano para tornar a rotina mais leve.

A nutrição adequada também auxilia no controle da ansiedade e estresse.

5. Procrastinar decisões importantes para a saúde

Talvez você já tenha identificado que a sua rotina precisa desacelerar um pouco, mas insiste em priorizar o trabalho acima da saúde mental e física. Como você está cuidando de você?

Como podemos esperar o nosso melhor desempenho se não fornecemos combustível adequado (alimentação saudável), não treinamos nosso corpo (rotina ativa de exercícios) e permitimos o cansaço tomar conta da nossa rotina?



Andryely Pedrosa.
Eleita a 1ª nutricionista LinkedIn Top Voices e Creator do Brasil. Mentora de nutricionistas, palestrante e autora do livro 365 ideias para nutricionistas. Apresentadora do quadro "Dicas da nutri" na BAND TV, Consultora Técnica da Athletica Nutrition, Embaixadora da saúde Desinchá e Mestranda em Saúde da Comunicação Humana.

Simple STORE Business.

Para quem é exigente com a qualidade dos produtos e com a sua qualidade de vida.

EM BREVE



Empresarial Faz sentido?

Mauro Wainstock

Uma das perguntas que mais ouço no ecossistema "startupeiro" é... "faz sentido?".

Às vezes, há variáveis na formulação da frase, como "se isto fizer sentido para você...", mas não na quantidade. Ela é sempre muito frequente.

O que não é comum nas startups é a diversidade.

Um mapeamento feito pela Associação Brasileira de Startups concluiu que, apesar de 96,8% delas declararem que apoiam a diversidade, apenas 39,3% dos empreendimentos pesquisados possuem ações concretas sobre o tema e 37,7% contam com profissionais acima dos 50 anos na equipe.

Faz sentido?

Além de propiciar enriquecedores debates intergeracionais, e com isto ajudar a construir soluções inovadoras, os profissionais 50+ possuem valiosas experiências obtidas em décadas de carreira, aprendizados conquistados com erros já cometidos e uma incrível bagagem de respeito, networking e inteligência emocional – diferenciais que comprovadamente contribuem para a geração de resultados financeiros mais expressivos.

Os 50+ de ontem foram capazes de fundar empresas disruptivas que se expandiram globalmente, mesmo sem



os atuais recursos tecnológicos - e muitas delas comemoram um centenário de existência.

Há inúmeros exemplos, vou citar três:

- Henri Nestlé iniciou a empresa alimentícia com 52 anos.
- John Pemberton inaugurou a Coca-Cola com 55 anos.
- Charles Flint fundou a IBM quando tinha 61 anos.

Os 50+ de hoje não nasceram neste mundo digital. Mas criaram o computador.

Os 50+ de hoje não nasceram neste universo escalável. Mas viabilizaram a Internet.

Normalmente, as startups são associadas à juventude.

No entanto, em termos globais, a idade média dos fundadores das startups de sucesso é de 45 anos.

A conclusão é do Instituto de Tecnologia de Massachusetts (MIT). De acordo com o responsável pelo estudo, o professor Pierre Azoulay, o empreendedor de 50 anos tem duas vezes mais chances de vender uma empresa do que um de 30 anos.

Ah, mas e o Mark Zuckerberg? Quantos "Marks Zuckerbogs" existem?

Jeff Bezos tinha justamente 45 anos quando obteve a sua maior taxa de crescimento de capital da Amazon.



E foi aos 52 anos que Steve Jobs chegou ao auge da Apple, ao anunciar o iPhone. Mesmo assim, valorizava a experiência: "Trocava toda a minha tecnologia por uma tarde com Sócrates".

Chip Conley tinha 52 anos quando decidiu se juntar a uma startup na área de turismo. Era o Airbnb... que começou a decolar exponencialmente a partir daquele momento.

E, no Brasil, há inúmeros exemplos de "gente como a gente" – menos famosos, mas que demonstram invejável capacidade e disposição.

Aos 62 anos, o empreendedor Elyseu Mardegan teve sua startup LendMe selecionada pelo programa "Sandbox" do Banco Central. A plataforma utiliza a tecnologia para reduzir a burocracia e o tempo para a concessão de home equity. Ele explica a iniciativa: "As pessoas estão vivendo mais, as aposentadorias rendendo menos e a hipoteca reversa pode ajudar viver com mais dignidade". Ou seja, um 60+ que criou um projeto destinado a outros 60+.

Outro caso interessante é o de Edson Andrade. Ao ser demitido aos 65 anos, criou o projeto "Plataforma da Gestão", que oferece cursos, consultoria e treinamentos 100% online. Ou seja, um 60+ resolvendo dores do mercado.

E como as venture builders enxergam este movimento?

Fiz esta pergunta para o sócio-fundador da CriaBiz, Christian Pensa, de 42 anos. Ele foi taxativo: "A diversidade de idade, gênero e experiências, por exemplo, trazem grande riqueza de pontos de vista complementares. Fortalece o ambiente, permite o exercício saudável do contraditório e enriquece o arcabouço de entregas que podem ser feitas para as startups, e das startups para o mercado".

Já Henriette Krutman, que tem 74 anos e é presidente do Conselho de Administração da empresa, acrescenta que este conceito não fica no discurso, mas é aplicado na prática dentro da CriaBiz, tanto em termos etários, como também de gênero: "Buscamos fortalecer essa diversidade constantemente: 30% das startups da carteira são lideradas por mulheres e 25% da nossa base de investidores-anjo são mulheres. Nas verticais CriaBiz, especializadas em seus nichos de mercado, buscamos formar equipes de sócios-especialistas com dois homens e duas mulheres".

Então, "se isto fizer sentido para você..." comece a agir!



Mauro Wainstock. Possui 30 anos de experiência em Comunicação. Foi nomeado LinkedIn TOP VOICE & CREATOR, é mentor de executivos e sócio-fundador do HUB 40+, consultoria empresarial focada no público acima dos 40 anos. Texto publicado originalmente no portal Startups.



O segredo para investir bem: Momento e perfil.

Matheus Freitas

Não há dúvidas de que o mercado financeiro tomou conta das redes sociais nos últimos anos. De corretoras de investimentos a traders, muitos perfis já passaram pelo nosso feed algumas dezenas de vezes, estratégia que tem se mostrado promissora.

Enquanto que em 2011 a bolsa brasileira fechou com um pouco mais de 500 mil investidores cadastrados, em outubro de 2021 a B3 atingiu a marca de 4 milhões de contas de pessoa física, somente em renda variável. Já o número de investidores em renda fixa está na casa de 9,6 milhões. Ao todo são 13,1 milhões de pessoas físicas investindo em renda variável e renda fixa. Diante dessas informações, podemos ver que cresce ano a ano, o número de pessoas que procuram investimentos de maior exposição ao risco, em busca de melhores remunerações.

Ainda que determinados investimentos pareçam boas oportunidades, o investidor não pode se esquecer da importância de entender o seu momento de vida na hora de selecionar seus investimentos, de forma que estejam em sintonia. Uma carteira de investimentos de um advogado, solteiro de 28 anos sem dependentes é totalmente diferente da carteira de um dentista de 32 anos e 3 filhos.

Um investidor de 28 anos, solteiro e sem dependentes possui uma necessidade financeira menor, caso ocorra problemas de saúde que o impossibilite de trabalhar. Enquanto, um dentista de 32 anos com 3 filhos pequenos, tem a preocupação de garantir a segurança financeira para os filhos caso ocorra algum evento que o impeça de exercer a profissão.

Um outro exemplo, duas empresárias de 35 anos, ambas com 2 filhos pequenos e a mesma renda familiar, uma é mãe solteira enquanto a outra tem a renda do marido para dividir 50% dos custos da casa. A empresária responsável por 100% da renda do lar tem uma preocupação maior em relação aos riscos e liquidez de seus investimentos, enquanto a empresária que divide a renda e os custos da casa, se preocupa menos com esses fatores.

Existem dezenas de investimentos com características diferentes para momentos de vida e perfil de investidores diferentes. O que é preciso levar em consideração na hora de investir são os diversos cenários e imprevistos que podem acontecer na vida do investidor, e como os seus investimentos irão ajudar quando eles acontecerem.

Perfil de investidor

As preferências do indivíduo junto a capacidade de lidar com o risco, determinam as decisões na hora de investir. Liquidez, riscos e lucratividade são as variáveis analisadas para montar uma carteira de investimentos personalizada. Muitas vezes há um equívoco do indivíduo, onde ele acredita possuir uma característica de investidor quando na verdade tem outra. Não são raras as situações em que a pessoa investe na bolsa de valores acreditando ter apetite ao risco, mas quando há uma queda das ações já na primeira semana, sente um incômodo enorme em relação ao investimento. Isso decorre da falta de conhecimento do perfil de investidor. Existem basicamente 3 classes de investidores:

Conservador: Segurança e liquidez são as características mais importantes para o investidor conservador. Risco e volatilidade o deixam extremamente desconfortável, fazendo com que busque aplicações com rendimentos previsíveis e data de resgate programadas. Normalmente são investidores iniciantes ou que seu momento de vida não permita riscos.

Moderado: Equilíbrio é a palavra que define o investidor moderado. Enquanto alguns correm do risco e outros correm na direção do risco, o moderado não aceita riscos desnecessários, mas é capaz de aproveitar boas oportunidades. É normal em sua carteira haver tanto investimentos de renda fixa quanto bolsa de valores, sendo investimentos de risco porcentagem menor. Perfil comum em pessoas que já têm certo conhecimento de mercado e podem arriscar parte de suas economias sem abrir mão da segurança.

Agressivo: Também conhecido como arrojado ou sofisticado, esse tipo de investidor está sempre atento aos maiores retornos, aceitando riscos que outros não aceitariam. Prazo, volatilidade e risco são algumas das variáveis observadas, podendo aceitar investimentos de longo prazo desde de que o retorno seja compensador. Pode conter investimentos conservadores em sua carteira, porém somente até aparecer uma nova oportunidade em renda variável. Esse perfil é indicado para pessoas que não precisam do dinheiro da renda variável no curto prazo, e buscam grandes retornos no longo prazo.

Problemas mais comuns para os investidores

Todos os tipos de investidores enfrentam diversos problemas na sua trajetória com investimentos. Muitos deles poderiam ter sido evitados com um pouco mais de estudo ou uma assessoria profissional.

Sobrecarga de informação: Investidores iniciantes, muitas vezes, procuram conhecimento na internet e com isso recebem uma enxurrada de informações. O problema desse excesso de informação é a dificuldade em distinguir os bons investimentos dos ruins, de acordo com o momento de vida desse investidor.

Riscos desconhecidos: Nem sempre o investidor tem todas as informações dos riscos envolvidos de determinado investimento no momento da escolha. Quando falo em risco para o investidor, também me refiro ao risco de liquidez. Já pensou investir em algo sem ter todas as informações

e no momento que precisar do dinheiro descobrir que só pode resgatar somente depois de dois anos? Ou ser pego de surpresa com um prejuízo que não esperava?

Capital limitado: Investir com pouco capital não é um problema, mas quando falamos em montar uma carteira de investimento, a quantidade de capital aportado é importante, tanto para fazer a diversificação quanto para o gerenciamento de risco.

Uma carteira com capital menor é mais limitada no quesito diversificação, ficando muitas vezes expostas a poucos ativos, afetando assim o gerenciamento de risco.

Diversificação excessiva: Não diversificar pode ser um erro no momento do investimento, mas o contrário também pode ser verdade. Diversificação em excesso pode prejudicar o rendimento da carteira sem oferecer vantagens na redução de risco. Comprar todas as ações da bolsa de valores ou investir em vários fundos de investimentos, não vai proteger a carteira tão pouco alavancar o lucro. Diversificação exagerada vai fazer somente com que a carteira tenha um rendimento igual a média.

No momento de investir, mais importante do que o próprio investimento, é conhecer o seu perfil como investidor e em qual momento de vida você se encontra. Não existe investimento errado, mas há investimentos ruins para investidores fora daquele perfil ou em momentos desfavoráveis. Nunca invista sem antes responder as seguintes perguntas: Qual o meu objetivo? Qual risco posso assumir? Quanto tempo meu dinheiro pode ficar aplicado? Existindo o risco do pior cenário, caso meu investimento vá a zero, afetaria a saúde financeira do meu lar? Caso haja 4 respostas satisfatórias, creio que o sinal está verde para investir.



Matheus Freitas.
Bacharel em Economia.
Assessor de Investimentos.
Sócio do escritório Kaza Capital.



JOÃO ADIBE

“Nosso objetivo é ser a maior farmacêutica do mercado e estamos trabalhando para isso, sempre pautados em nosso propósito, de proporcionar saúde e qualidade de vida.”



Entrevista

Meu Sangue Amarelo: O modelo inovador de João Adibe, que faz crescer tanto a CIMED.

Com mais de 40 anos de história, o Grupo Cimed é uma das maiores farmacêuticas do país. Líder na categoria de vitaminas no Brasil, a empresa possui mais de 600 produtos no catálogo e uma distribuição nacional para mais de 60 mil pontos de vendas. Somente nos últimos 10 anos, a companhia saltou de 36º para 3º lugar no ranking de volume de vendas do segmento. Com um modelo de gestão ágil e acelerado, recordes de produção e projetos altamente inovadores e estratégicos como o CimedX, a meta do grupo é se transformar em uma Healthtech e incluir o desenvolvimento científico espacial entre os pilares da empresa. À Simple Business, no início de abril deste ano, o presidente do grupo, João Adibe Marques, traz detalhes do modelo disruptivo da companhia e de como tem trabalhado mirando a liderança do segmento.

A família de vocês está no ramo farmacêutico há bastante tempo. Conte-nos sobre a história da Cimed.

Tudo começou com o meu avô, João Marques, pioneiro do ramo farmacêutico no país, que fundou na década de 1950 o laboratório Prata. Vinte anos mais tarde, o meu pai deu origem ao grupo Cimed e liderou por quase 30 anos a companhia, enquanto eu e minha irmã Karla nos preparamos para assumir os negócios. Chegamos a ter 14 fábricas de medicamentos, o Brasil passou por crises, e a família Marques ficou com apenas cinco indústrias. Comecei a trabalhar com meu pai aos 15 anos e hoje, aos 50, costumo dizer que sou o funcionário mais antigo da empresa.

A Cimed é uma empresa familiar. Como é a dinâmica entre família no ambiente de trabalho?

Estamos na terceira geração da Cimed. Nossos filhos aqui são funcionários, e procuramos identificar como a capacidade e as habilidades deles se enquadram no negócio. Queremos formar sucessores e não herdeiros, porque herdeiros eles já são. Entendo que desenvolver essas lideranças seja o meu papel e o da minha irmã, Karla Marques Felmanas, hoje VP da empresa. Também procuro dar o exemplo. Meus filhos têm um pai que chega em casa falando bem do negócio e comemorando as conquistas. Eles acabam se espelhando nessa postura e procurando o melhor lugar nesse processo.

Tem-se falado ultimamente em gestão humanizada. Qual é a forma Cimed de gestão?

A Cimed tem um modelo de gestão ágil e acelerado, que desafia seus times diariamente, modelo este que foi desenvolvido internamente, com base nos valores e cultura da companhia. Temos esse DNA de formação de equipes na empresa, comemoramos nossas vitórias de um jeito parecido com o dos esportistas, como se ganhássemos títulos. Acreditamos muito nesse trabalho em equipe e que a conquista de um é a conquista de todos e, acho que aí está também o segredo do nosso sucesso. Criamos um sentimento de pertencimento na Cimed, não existe tomada de decisão sozinho.

Em um mercado tão acirrado quanto o farmacêutico, qual é o foco da Cimed?

Seguimos no nosso foco de desenvolver medicamentos de qualidade a preços acessíveis – assim como as vitaminas e os produtos de higiene e beleza já tão conhecidos, mas, agora, os nossos investimentos em Pesquisa & Desenvolvimento serão direcionados, também, para pesquisas científicas espaciais para desenvolvimento de novos produtos.

Nos últimos anos a Cimed tem crescido bem acima da média do setor, se posicionando entre as maiores do Brasil. Quais estratégias e diferenciais para que a companhia cresça tanto?

A Cimed tem um modelo de gestão ágil e acelerado, que desafia seus times diariamente, modelo este que foi desenvolvido internamente, com base nos valores e cultura da companhia. Nos anos 2000, já com a logística consolidada, criamos em 2004, o ICM P&D, passando a não depender de terceiros para os processos de pesquisa, qualidade e bioequivalência. Um modelo tão disruptivo no segmento, que gera uma outra oportunidade de negócio, uma vez que até a concorrência contrata os serviços do Instituto para teste de seus produtos. Com o ICM P&D conseguimos desenvolver, testar e liberar produtos com mais rapidez, tanto que saltamos do 36º para o 3º lugar no ranking de volume de vendas do segmento em dez anos.

Fale-nos sobre os processos de verticalização da empresa.

Nos anos 1990, tive a oportunidade de conhecer o Brasil profundo e optamos por verticalizar a cadeia logística da Cimed, mudando a estratégia da empresa na contramão do mercado. A grande virada de chave está em que, com a cadeia verticalizada e 26 centros de distribuição, atingimos 60 mil pontos por mês em todo o território nacional e por não termos intermediários, somos mais velozes na venda. Dessa forma conseguimos produzir mais e entregar mais, suprindo as necessidades dos nossos clientes.

“A grande virada de chave está em que, com a cadeia verticalizada e 26 centros de distribuição, atingimos 60 mil pontos por mês em todo o território nacional e por não termos intermediários, somos mais velozes na venda.”

Quais os grandes desafios da Cimed em um mercado cada vez mais global e digital?

Nosso objetivo é ser a maior farmacêutica do mercado e estamos trabalhando para isso, sempre pautados em nosso propósito, de proporcionar saúde e qualidade de vida para toda a população brasileira, de forma acessível e com excelência. Agora, com muito foco em nos tornarmos, também, uma health tech, investindo em pesquisas científicas para a descoberta de novos tratamentos importantes.

Vocês são bem ativos nas redes sociais. Qual o impacto delas nos negócios e como potencializá-las em um setor tão peculiar como o farmacêutico?

As redes sociais foram uma forma de me aproximar das pessoas. Como a Cimed está presente no Brasil inteiro, o Instagram é uma ferramenta que me ajuda a estar perto de todos esses públicos – desde o meu colaborador no centro de distribuição do Amapá, até o balconista de uma farmácia no extremo Sul do país. Não sou o executivo criado e formado dentro de um escritório, de terno e gravata. Sou o João, vendedor e empreendedor que está na rua, na fábrica, no escritório, no cliente, conhe-



João Adibe e a irmã, Karla Felmanas, com os filhos. Todos são bem ativos na companhia.

A Cimed investirá R\$300 milhões em um período de 5 anos, para pesquisa e desenvolvimento de novos produtos, por meio de estudos no espaço.

“Nosso objetivo é ser a maior farmacêutica do mercado e estamos trabalhando para isso, sempre pautados em nosso propósito, de proporcionar saúde e qualidade de vida para toda a população brasileira, de forma acessível e com excelência.”

cendo e ouvindo o meu público, e é isso que me fez chegar até aqui como executivo.

Há poucos meses, a Cimed esteve em destaque na mídia e ganhou repercussão com os stories da atriz Carla Diaz, em que ela deixou à mostra embalagem do K-med 2 em 1. Rapidamente, vocês realizaram uma ação em conjunto e obtiveram ótimos resultados. Olhando para o digital e seu gigantesco potencial, o que esperar da Cimed?

A CIMED está sempre atenta ao ambiente digital. De forma ágil, aproveitamos as oportunidades para o desenvolvimento de conteúdos criativos, assim, atingimos não só nossos consumidores, como também ampliamos nossa base, com a retenção de novos públicos.

Além disso, a CIMED é a patrocinadora oficial da CBF, em um ano de Copa do Mundo, temos a oportunidade de ampliar nosso alcance digital, em busca de um público mais jovem e mais engajado nas redes sociais.

Eu enxergo as redes não só como um canal de vendas, mas também como um forte instrumento de educação. Nesse sentido, a mais nova campanha de Dermafeme vem para levantar questões do universo feminino, atuando com diversas frentes de empoderamento feminino e de igualdade de gênero. A primeira iniciativa será sobre a pobreza menstrual entre mulheres em situação de vulnerabilidade social. Vamos fazer uma série de ações sociais e iniciativas para contribuir com a melhoria desse cenário.

Vocês fazem lives às segundas, quartas e sextas com todos os funcionários da empresa. Quais os benefícios já constatados pela companhia?

Nós fazemos as lives com o intuito de engajar o time de vendas, além de proporcionar o sentimento de pertencimento para os mais de 1300 vendedores que nós temos espalhados pelo Brasil. Mais do que isso, nós tratamos assuntos extremamente relevantes para esse exército amarelo, como boas práticas dos destaques de vendas, informações e oportunidades em produtos específicos, ações comerciais, campanhas motivacionais, entre outras.

Ninguém é obrigado a participar, mas nós temos, hoje, uma média de 70% de engajamento. Aliás, o convite se estende para o público em geral.

Tivemos em 2020 o início da pandemia do coronavírus. Quais os impactos na companhia? O que mudou de lá pra cá?

Como trabalhamos com insumos importados, ao notarmos uma movimentação diferente, logo no início da pandemia, adiantamos a

compra de matéria-prima – o que foi essencial para o nosso negócio. Por outro lado, quando começou a quarentena, o consumo do que achávamos que iria explodir caiu, já que o distanciamento mudou os hábitos das pessoas. As vendas do nosso principal produto, um antigripal, despencou e ele era um dos mais vendidos do Brasil. É a prova de que a indústria não surfou na pandemia.

Por outro lado, acompanhamos um início de mudança de hábito, do curativo para o preventivo. A pandemia deu destaque para a palavra imunidade, que alavancou nossa venda de vitaminas, mas ainda há um longo caminho pela frente em relação ao consumo desse tipo de produto pela população no Brasil.

Com a pandemia do novo coronavírus tivemos uma explosão de consumo de vitaminas. Como a Cimed tem monitorado esse mercado bastante promissor em que já é líder?

Durante o período, vimos um interesse muito maior em prevenção e imunidade e, então, investimos nisso. Os brasileiros começaram a entender o que são as vitaminas e que elas devem ser tomadas para evitar doenças e não quando se está doente. Não por acaso, tivemos um aumento de 30% no faturamento, com destaque nas vendas desses produtos. Além disso, no início da pandemia, lançamos o primeiro multivitamínico efervescente do Brasil, com uma absorção mais rápida. Com a novidade, fechamos o ano de 2020 na liderança do segmento de vitaminas.

Mas ainda há um longo caminho pela frente em relação ao consumo desse tipo de produto pela população no Brasil. É uma questão cultural: enquanto apenas 6% da população brasileira toma vitamina. Nos Estados Unidos, esse percentual chega a 60%. Veja a Vitamina C, por exemplo. As pessoas tomam quando estão gripadas e não para prevenir a gripe. É preciso que o consumidor entenda que investir em prevenção significa economizar na área curativa. E o nosso papel é oferecer acessibilidade à população para que todos tenham acesso ao universo preventivo.



Recentemente a Cimed enviou proteínas do vírus Sars-Cov-2 ao espaço para estudos fora da Terra. Fale-nos sobre o CimedX e como ele pode revolucionar o setor no Brasil.

Estamos trabalhando no projeto Cimed X há mais de um ano. Começou como uma proposta de patrocínio e entendemos que deveríamos ir além, dar esse passo em direção ao futuro da Cimed e da Ciência brasileira, que andam lado a lado. A principal vantagem dos testes realizados em ambiente de microgravidade é melhorar a

“É preciso que o consumidor entenda que investir em prevenção significa economizar na área curativa. E o nosso papel é oferecer acessibilidade à população para que todos tenham acesso ao universo preventivo.”

qualidade dos dados experimentais. Para se ter uma ideia, no caso da cristalização – pela qual passarão as amostras de proteínas do Sars-Cov-2 que serão enviadas ao espaço ainda este mês – os cristais formados terão uma qualidade superior aos produzidos em terra. A gravidade interfere na formação desses cristais, então, no ambiente microgravitacional alguns dos fenômenos que atrapalham nessa formação são anulados. Ou seja, a amostra adquire um formato ideal para ser visualizada e analisada posteriormente.

As possibilidades criadas com o CimedX podem ser enormes. Existe a chance da companhia se transformar em uma healthtech? Um possível IPO está no radar?

Nossa meta é nos tornarmos uma Health-



tech, sem dúvidas. Estamos iniciando uma importante movimentação científica espacial que pode colocar o Brasil em posição de destaque nos próximos anos. Por isso, provisionamos um investimento de R\$ 300 milhões, em um período de cinco anos, para pesquisa e desenvolvimento de novos produtos, também por meio de estudos no espaço. O intuito é incluir o desenvolvimento científico espacial entre os pilares da empresa – que já tem seu foco na acessibilidade a seus produtos e, ainda, planeja triplicar sua capacidade produtiva. Recentemente a Cimed fez uma movimentação de LTDA para SA, com foco no futuro estratégico da companhia e em governança mais atualizada e robusta, o que nos deixa em condição de realizar um IPO, se porventura a empresa quiser fazer esse processo.

Com a inauguração da nova fábrica em Pouso Alegre, quais os planos para a expansão e futuro da empresa?

A nova unidade fica às margens da rodovia Fernão Dias, área adquirida da antiga Locomotiva, num espaço de mais de 283 mil m², exclusivamente destinado à produção de medicamentos sólidos orais (comprimidos) genéricos e similares. Além do laboratório de controle de qualidade e todas as estruturas de suporte do complexo fabril. Ao todo, serão 44 mil metros quadrados de área construída – mais que o dobro em relação à atual planta, que fica no bairro Santa Rita, também em Pouso Alegre. A produção irá para cerca de 600 Milhões unidades ano. Em 2022, serão produzidos 480 Milhões.

A Cimed tem sido disruptiva, desde a cadeia de produção até distribuição, e agora pode revolucionar o setor com o CimedX. Quais os passos para uma companhia inovar?

A Cimed tem um modelo de gestão ágil e acelerado, que desafia seus times diariamente. De recordes de produção a projetos altamente inovadores e estratégicos como o Cimed X. É um modelo que permite o protagonismo das pessoas, com espaço para criar, inovar e se desenvolver de forma colaborativa e multidisciplinar.

A estratégia que guia a Cimed é resultado da evolução da empresa. Eu e a Karla aprendemos com os nossos pais a sempre buscar o novo e olhar para o futuro sem esquecer do presente. Essa mentalidade foi crescendo e se solidificando e dessa forma, a estratégia ganhou forma e robustez, tendo a inovação e a disrupção como pilares.

O modelo de gestão da Cimed foi desenvolvido internamente, com base nos valores e cultura da companhia. Começou há 45 anos, com os fundadores – meus pais João de Castro Marques e Cláudia Marques, e aprimorado por mim e Karla, e claro, nosso time incansável de mais de 5 mil colaboradores, que assim como nós, têm o sangue amarelo.

“Estamos trabalhando no projeto Cimed X há mais de um ano. Começou como uma proposta de patrocínio e entendemos que deveríamos ir além, dar esse passo em direção ao futuro da Cimed e da Ciência brasileira, que andam lado a lado...”

Qual a expectativa com a chegada do 5G e as possibilidades que se abrirão com a Internet das coisas (IoT) e da inteligência artificial?

Somos uma empresa que está sempre olhando para o futuro e mesmo sendo parte de uma indústria tão tradicional quanto a farmacêutica, enxergamos infinitas possibilidades dentro do nosso negócio com a internet das coisas e inteligência artificial. Não temos nenhum projeto no momento voltado especificamente para esses temas, mas estamos acompanhando as movimentações tecnológicas e como a Cimed pode se beneficiar com isso.

Podemos esperar a Cimed, de alguma



forma, no Metaverso?

Acabamos de criar uma comunidade no universo dos NFT's - a Fly Now Space Club, com objetivo de investir em pesquisas científicas no espaço. Para captar recursos para a iniciativa, lançamos uma coleção com 119 NFTs - 114 avatares de Astronautas e 5 artes audiovisuais -, com valores a partir de \$ 100 e \$ 500 dólares, respectivamente.

A primeira remessa de NFTs foi disponibilizada para vendas na OpenSea, maior plataforma de negociação de NFT do mundo. As 119 NFTs foram desenvolvidas pelos artistas Abdala Brothers, co-fundadores do projeto. O leilão aconteceu entre os dias 2 e 5 de maio. O objetivo é que a Fly Now Space Club seja uma comunidade aberta na qual todo o conhecimento adquirido será de domínio público. Os pré-requisitos para a seleção de estudos que podem ser viabilizados são o impacto da pesquisa para o desenvolvimento de tratamentos, diagnósticos e novas tecnologias, o impacto da utilização do espaço e a participação do Brasil. O processo seletivo deve ser iniciado a partir de Junho. Além de sua função principal de criar uma comunidade científica, o Fly Now Space Club também dará aos seus participantes

acesso a experiências e prêmios exclusivos, que contemplam desde experiências de mentoria e tour nas fábricas da Cimed, até o direito comercial sobre as NFTs.

“A Cimed tem um modelo de gestão ágil e acelerado, que desafia seus times diariamente. De recordes de produção a projetos altamente inovadores e estratégicos como o Cimed X. É um modelo que permite o protagonismo das pessoas, com espaço para criar, inovar e se desenvolver de forma colaborativa e multidisciplinar.”

Quais características se destacam em vocês e qual o perfil de liderança de cada um?

Eu e a Karla acreditamos na liderança pelo exemplo. Um bom líder sabe ter as pessoas certas nos lugares certos, para conseguir ir cada vez mais longe. Para se tornar um bom líder, são fundamentais persistência, re-

siliência, coragem e atitude. Ter uma equipe engajada, envolvida e que entenda sobre o negócio também é essencial já que, sem um time comprometido e de qualidade, não vamos além das portas da empresa.

Vocês inspiram milhares de empreendedores todos os dias. Em quem se inspiram e por quê? Podemos esperar um livro ou algo nesse sentido?

Karla Felmanas

Para mim, tenho nomes fáceis que vêm na minha mente: meu pai, minha mãe, meu irmão, meus filhos e sobrinhos e os amigos que tocam os seus negócios e hoje são empresários e referências em suas áreas. Todos, por meio de grandes ou pequenas ações, me lapidaram e ajudaram a me transformar em uma pessoa e uma profissional melhor.

Muitas vezes, nós podemos inspirar quem menos imaginamos. Não é necessário ser um alto executivo ou famoso, mas sim ter atitude transformadora, correta e profissional. Podemos inspirar pessoas e não sabemos, assim como muitos dos que são inspiração para você, podem não ter a menor ideia.

João Adibe

Eu cresci ouvindo de meu pai

que qualquer adversidade é uma oportunidade para aprender e evoluir, para crescer e fazer diferente. Aprendi, então, que, se há uma crise, eu devo analisar as circunstâncias, identificar minhas habilidades para enfrentá-la e agir. Eu aprendi e aprendo muito com o meu pai, com certeza, ele é uma das minhas inspirações.

Acabei de lançar o meu livro “Meu sangue amarelo” pela editora Agir, que já está disponível em todo país. Além de marcar meu aniversário de cinquenta anos, também conto detalhes da minha trajetória à frente da Cimed e dos fundamentos do modelo de gestão que trouxe tanto sucesso à companhia.

Qual o legado querem deixar?

Proporcionar saúde e qualidade de vida a toda população. Por isso, trabalhamos arduamente para cumprir metas de vendas e, como consequência, conseguir atender a todos da melhor forma possível.

Fale sobre o evento “Meu Sangue Amarelo”. Qual a motivação e objetivos?

O “Fly Now - Meu Sangue Amarelo” foi o primeiro evento proprietário da Cimed sobre empreendedorismo e vendas. O encontro teve como objetivo compartilhar o modelo de gestão inovador da companhia, que fez com que a Cimed saltasse do 36º para o 3º lugar no ranking de volume de vendas do segmento em 10 anos. Durante toda a programação do evento, discutimos assuntos em torno do modelo de gestão da empresa, estratégia de vendas, sucessão familiar, liderança verticalizada, gestão financeira, dentre outros. Além de todo conteúdo voltado para gestão e negócios, também tivemos painéis sobre inovação para o futuro, além de empreendedorismo e empoderamento feminino, este último liderado pela minha irmã, Karla Felmanas, VP da Cimed.

Joao Adibe e Karla Felmanas no evento “Meu Sangue Amarelo”, realizado pela Cimed, no início de abril em São Paulo.



Tecnologia

Cyberwar: A verdadeira Guerra

Henrique Campos

Durante anos, a Ucrânia tem sido um campo de provas russo para armas cibernéticas. Enquanto assistimos ao último capítulo da guerra russa na Ucrânia se desenrolar, eles devem prestar atenção à frente online do conflito - e pensar em como se preparar se (e mais provavelmente quando) ele se espalhar pelas fronteiras da Ucrânia. Embora alguns ataques, como esses de infraestrutura, sejam quase impossíveis para as empresas se prepararem, existem itens básicos a serem cuidados por uma questão de sobrevivência cibernética:

certificar-se de que os sistemas estão atualizados e com vulnerabilidades corrigidas, verificar se você tem malware e antivírus ou XDRs eficazes e atualizados, e garantir que todos dados importantes são copiados em um local seguro.

Entre 1946 e 1958, o Atol de Bikini, no Oceano Pacífico Norte, foi usado como um terreno de teste para 23 novos dispositivos nucleares que foram detonados em vários pontos, acima ou abaixo dele. O objetivo dos testes era principalmente entender (e, em muitos casos, mostrar) como essas novas armas realmente funcionavam - e do que elas eram capazes. A era dos testes nucleares pode ter acabado, mas a era da guerra cibernética está apenas começando. E para a Rússia, a guerra com a Ucrânia provavelmente tem servido como um campo de testes ao vivo para sua próxima geração de armas cibernéticas.

Os países e empresas que assistem ao desenrolar deste último capítulo devem se lembrar disso: A parte online da guerra tem saltado fronteiras.

Ao contrário dos ataques convencionais, os ataques cibernéticos podem ser difíceis de atribuir com precisão. A negação plausível existe porque, em muitos casos, os ataques cibernéticos podem ser lançados a partir de um host involuntário. Por exemplo, o controle parcial do seu computador doméstico pode ser assumido, sem você saber e usado para iniciar uma cadeia de ataques. Um desses eventos ocorreu em 2013, quando geladeiras inteligentes foram feitas parte de uma botnet e usadas para atacar empresas. Em 2016, muitos milhares de câmeras de segurança doméstica foram assumidas e usadas para gerar disrupção as operações do Twitter, Amazon, Spotify, Netflix e muitos outros. Mas há fortes evidências ligando hackers russos a uma série de ataques na Ucrânia. Voltando a 2015, após a invasão russa da Península da Crimeia, suspeitos de hackers russos conseguiram eliminar a energia elétrica para cerca de 230.000 clientes no oeste da Ucrânia. Os atacantes repetiram o truque no ano

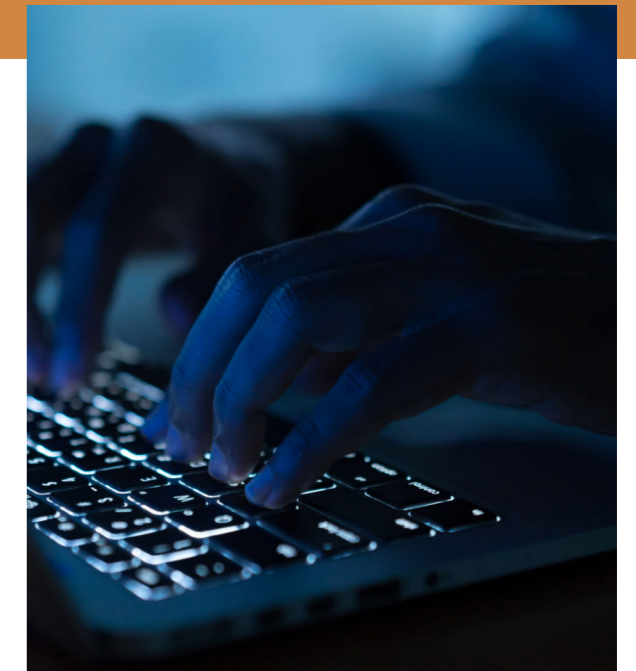
seguinte, expandindo a lista de alvos para incluir agências governamentais e o sistema bancário. Nas horas antes da invasão das tropas russas, a Ucrânia foi atingida por malware nunca antes visto projetado para limpar dados — um ataque ao Governo ucraniano disse “em um nível completamente diferente” dos ataques anteriores.

É fácil entender por que a Ucrânia é um alvo atraente para testar recursos de guerra cibernética. O país tem infraestrutura semelhante à encontrada na Europa Ocidental e na América do Norte. Mas, ao contrário dos Estados Unidos, do Reino Unido e da União Europeia (UE), a Ucrânia tem recursos mais limitados para contra-atacar (embora o EUA e UE, forneçam suporte para reforçar suas defesas cibernéticas). E embora a Rússia seja o suspeito óbvio, é certamente possível que outros países, como Irã, Coreia do Norte ou China, também tenham testado seu próprio armamento cibernético na Ucrânia.

O ponto principal aqui é que há poucas chances de que os ataques cibernéticos sejam limitados à Ucrânia. Governos e corporações devem prestar atenção ao que está acontecendo lá, porque a guerra cibernética pode - e se espalhou - rapidamente através das fronteiras.

Como pode ser uma verdadeira guerra cibernética global

Dado que os EUA e a UE se uniram em apoio à Ucrânia, o escopo de uma guerra cibernética pode ser amplo. Escaramuças cibernéticas em grande escala podem se tornar globais devido a um efeito de transbordamento. Há algum precedente para a aparência de um transbordamento. Em 2017, um suspeito ataque russo com um malware apelidado de “NotPetya” interrompeu aeroportos, ferrovias e bancos ucranianos. Mas, NotPetya não ficou na Ucrânia. Espalhou-



-se em todo o mundo, infectando por um período de tempo amplo - uma gama diversificada de empresas multinacionais, incluindo a companhia de navegação global Maersk, a gigante farmacêutica Merck, a subsidiária europeia da FedEx, TNT Express, e entre outras. Em pesquisa com colegas, e investigações de Ethical Hackers, observamos que a maioria dos ataques cibernéticos não foi tão devastadora quanto poderia ter sido. Pode ser porque o atacante não estava totalmente ciente de quanto dano poderia ter sido causado, mas, talvez mais provável, esses eram apenas “testes” das armas cibernéticas. Não só é possível fazer com que sistemas como redes elétricas sejam desligados, mas também fazer com que explorem ou se autodestruam - danos que podem levar semanas ou mais para serem reparados. Até agora, houve poucos ataques desse tipo, mas em alguns casos, siderúrgicas e gasodutos foram destruídos. Provavelmente, o caso mais conhecido foi o Ataque cibernético Stuxnet que se acredita ter destruído cerca de 1.000 centrífugas em uma instalação de enriquecimento de urânio iraniano.

Então, como seria uma guerra cibernética real e global? Dada a interdependência de setores críticos de infraestrutura, como eletricidade e comunicações, um ataque agressivo provavelmente derrubaria muitos setores ao mesmo tempo, ampliando o impacto. Além disso, em um ataque “sem restrições” em que o dano máximo foi infligido, o objetivo principal seria também produzir dano físico duradouro.

Os dois tipos de ataques cibernéticos

Observamos dois impactos diferentes dos ataques cibernéticos: direto e indireto.

Ataques indiretos: Por indireto, quero dizer que nem você nem seu computador são segmentados individualmente. O alvo seria a rede elétrica, cadeias de suprimentos, sistemas bancários, tratamento de



água, comunicações e transporte. Não há muito que você possa fazer pessoalmente para defender esses sistemas. Mas, quão bem, e por quanto tempo, você pode se sair sem eletricidade, comida, água e dinheiro?

Ataques diretos: Por direto, quero dizer um ataque que tem como alvo você. Na guerra, a população civil, deliberada ou acidentalmente, também pode ser direcionada para enfraquecer o desejo de continuar a guerra. Na guerra cibernética, os métodos técnicos são bastante semelhantes, mas as consequências podem ser mais pessoais. Por exemplo, e se todos os dados do seu computador forem roubados ou apagados, especialmente se essas forem as únicas cópias de fotos ou documentos.

Então, o que você pode fazer para se proteger?

Ciberataque indireto: Você pessoalmente pode não ter como proteger a infraestrutura crítica do país. Mas, ao influenciar coletivamente o governo, o setor privado pode ser motivado a melhorar sua proteção, preparação e, talvez ainda mais importante, melhorar sua resiliência diante de tais violações.

Muitos podem não perceber que muitos tipos de ataques cibernéticos não precisam ser relatados. Como resultado, o governo e outras empresas similares não têm ideia de que ataques cibernéticos - tentados e reais - estão acontecendo. Por exemplo, as empresas de pipeline não eram obrigadas a relatar ataques cibernéticos até depois a publicidade do Ataque colonial Pipeline. Sabemos que os "bandidos" fazem um trabalho muito melhor de compartilhar informações do que seus alvos, que podem ter interesse em

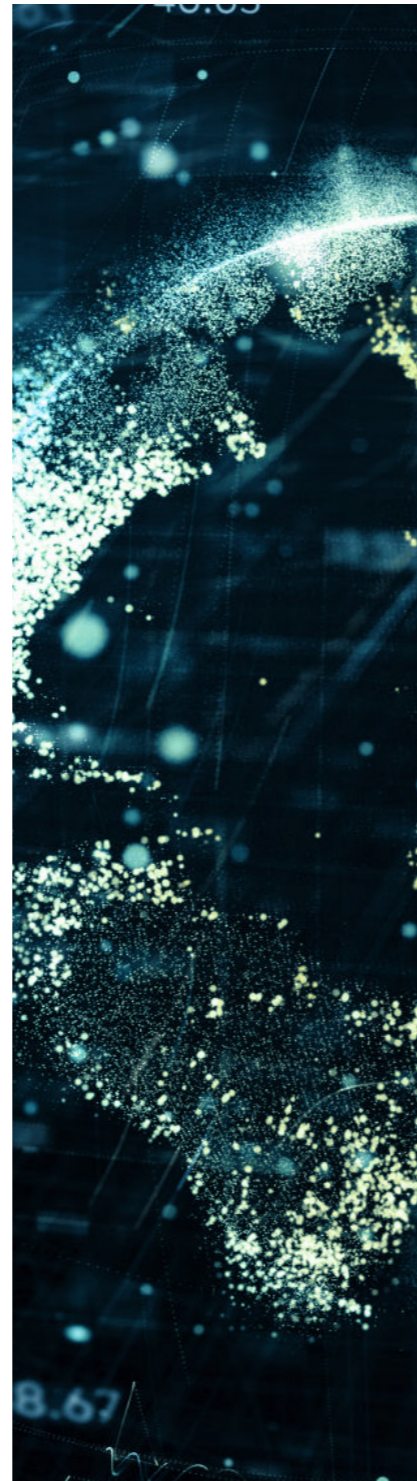
ficar calados sobre um ataque. Isso precisa mudar se quisermos estar mais bem informados e preparados.

Em relação à resiliência de nossa infraestrutura, muitas vezes não percebemos o quão mal preparados estamos até tarde demais. Um ataque cibernético grave pode ter um impacto semelhante a um desastre natural, derrubando a infraestrutura essencial e criando crises em cascata. Pode, por exemplo, assemelhar-se ao congelamento do inverno de 2021 no Texas, EUA, causando interrupções massivas, perda de eletricidade e mais de 200 mortes. E poderia ter sido muito pior. O Texas Tribune relatou que a "rede elétrica do Texas estava a segundos e minutos de uma falha catastrófica que poderia ter deixado os texanos no escuro por meses".

As empresas devem pressionar por garantias de que infraestrutura de seus países possam se recuperar rapidamente depois um ataque cibernético, e ter essas garantias verificadas por auditores independentes.

Ataque cibernético direto: A maioria das principais coisas que você pode fazer para evitar, ou pelo menos minimizar, danos diretos a você e ao seu computador se enquadram no "Higiene cibernética 101" categoria. Isso inclui medidas simples, como ter uma senha forte e não clicar em links suspeitos - precauções que muitos de nós, infelizmente, ignoramos. Mas agora sabemos que existem maneiras de acessar seu computador a partir de vulnerabilidades como Solarwinds, Log4j e Pegasus, sem que

você faça nada e que não exija sua senha. Essas são chamadas de "vulnerabilidades de clique zero."



Como tal, preparar-se para um ataque cibernético significa fazer todo o possível para minimizar possíveis danos se o invasor entrar. Isso inclui:

- Garantir que seu software esteja atualizado em toda a organização e que vulnerabilidades conhecidas em versões anteriores tenham sido corrigidas.
- Ter um antivírus eficaz e um software de detecção de malware - e lembre-se, o malware pode já estar inativo no seu computador, aguardando ordens.
- Backup frequente de seus dados importantes, como documentos que são armazenados apenas em um único local, caso sejam destruídos.

Também vale a pena tomar medidas em sua organização para minimizar os riscos e se preparar para responder se (ou quando) o pior acontecer. Isso inclui:

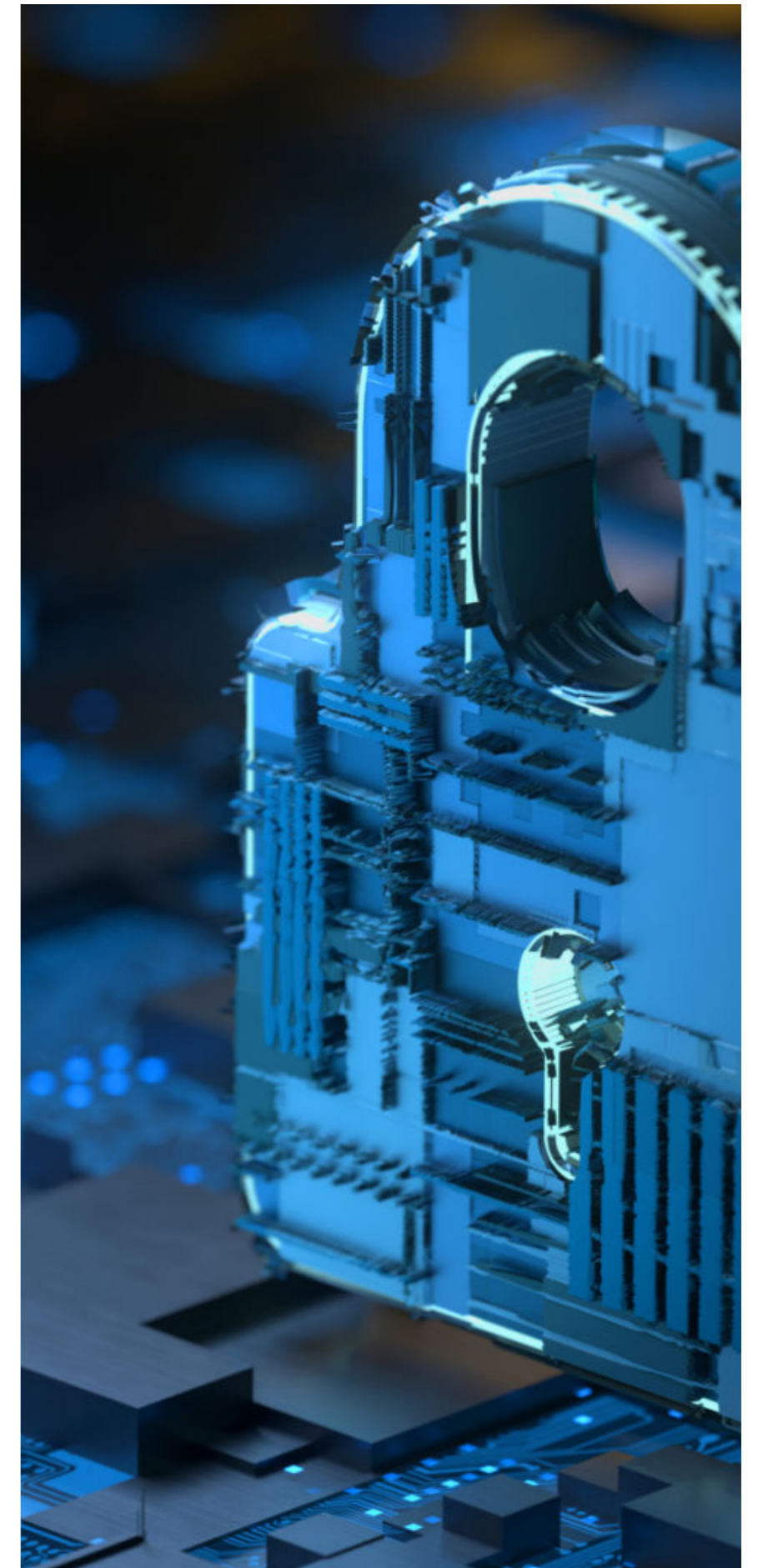
- Procurando por possíveis vulnerabilidades em sua cadeia de suprimentos cibernética e incentivando os fornecedores de software de terceiros a priorizarem a segurança cibernética.
- Testando seu plano de resposta a incidentes — incluindo cenários de corrida e exercícios de mesa — para ter certeza de que o plano é sólido e que todos sabem o que devem fazer em uma crise.

Houve um tempo, nas décadas de 1960 e 1970, em que o mundo temia uma guerra nuclear global. Felizmente, passamos por esse período. Com sorte, também evitaremos uma guerra cibernética global devastadora. Mas não há garantia e com as tensões geopolíticas subindo para níveis elevados, não é sensato confiar apenas na boa sorte.

Cada um de nós precisa fazer tudo o que puder para aumentar as chances de ser um sobrevivente.



Henrique Campos. PHd em Ciência da Computação pela Unicamp com 20 anos de experiência corporativa em Tecnologia e Segurança da Informação vivenciados em grandes empresas. Atualmente é Conselheiro e Advisor para tecnologias emergentes e futuras, inovação e cyber security para startups e empresas do mercado de tecnologia.





Obsolescência Programada na Moda

Claudiani Leite

Não é de hoje que temos o hábito de, mesmo que às vezes ingênuo, trocar nossos bens materiais por outros mais modernos, com design diferenciado e chamativo ou até mesmo minimalista, com mais funções; e tudo isso pelo simples fato de trocar, de ter o que há de mais novo no mercado. Pois bem, a obsolescência programada convive conosco diariamente e em todos os momentos da nossa vida, onde acabamos sendo reféns dela.

Primeiramente, vamos falar do significado da expressão “obsolescência programada” e o que ele representa. Obsolescência programada é um conceito que serve para denominar a ideia de que os produtos que consumimos têm um prazo de validade determinado pelo fabricante, assim que são produzidos. É o que se pode observar principalmente na área da tecnologia, onde diariamente somos influenciados pela publicidade e também pela necessidade de estarmos sempre atualizados, criando um ciclo vicioso de compra, que garante que estamos na “moda” ao possuir determinado produto, seja ele carro, celular, televisão e até mesmo vestuários, calçados e acessórios. Vamos então nos aprofundar na obsolescência observada no mundo da moda.

O primeiro exemplo são as grandes Fast Fashion, com suas coleções lançadas de 15 em 15 dias, fazendo com que você sinta a necessidade de comprar para acompanhar as tendências. Isso acaba por gerar consumidores que, de tão atraídos por este vício, acabam abarrotando seus closets com peças que nunca serão usadas.

Naquele mar de tecidos, a peça que foi comprada semana passada ficará de lado, sendo substituída pela nova peça da coleção que foi lançada logo em seguida. No capítulo 7 do livro “Moda Uma Filosofia” de Lars Svendsen, é retratado exatamente como somos hoje: “O consumidor pós-moderno projeta um gozo idealizado sobre produtos cada vez mais novos, uma vez que os velhos e bem conhecidos perdem pouco a pouco sua capacidade de encantar”.

O autor também apresenta o ciclo vicioso na moda: compra > descarte > compra novamente. Precisamos entender que o mercado da moda teve como base este ciclo desde



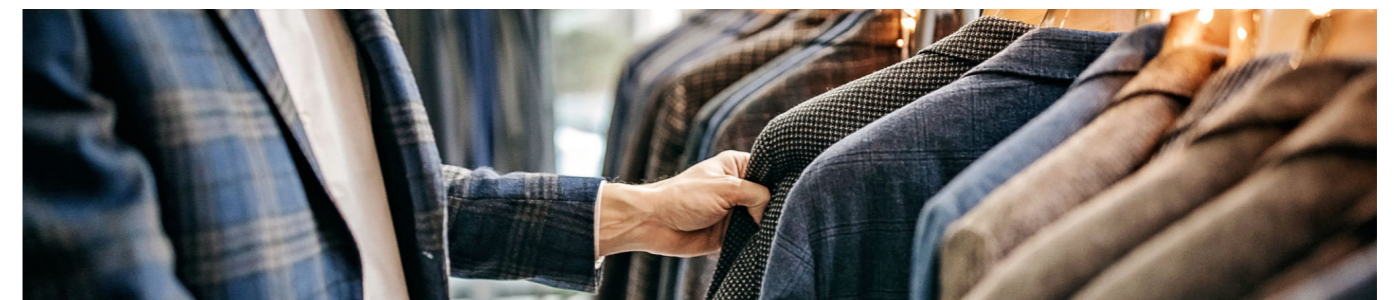
as primeiras coleções, mas ao mesmo tempo devemos nos questionar sobre as reais implicações deste movimento que precisa ser repensado. É preciso uma reflexão mais profunda sobre o quanto somos manipulados por uma indústria que é alimentada pelo consumo. Sem esta reflexão acabamos pagando um preço alto. Quem nunca se sentiu atraído por aquela roupinha nova e muitas vezes baratinha na loja? É curioso quando vamos a fundo nisso e começamos a questionar a durabilidade, qualidade e preço das peças, como e por quem foram feitas.

Depois vem o auto questionamento, sobre porque sentimos esta necessidade de ter, de consumir e como esse sentimento influencia no nosso bem estar, será que compramos porque é novo? Ou porque estávamos entediados? Certamente isso é assunto para um debate bastante longo. Para embasar esse debate, gostaria de chamar atenção para os dados que são assustadores. No dia 13 de fevereiro de 2022, foi exibida uma matéria no programa Fantástico que falou sobre o descarte do lixo têxtil em São Paulo-SP, recomendo fortemente que você leitor assista a esta reportagem. Em resumo, são milhões de toneladas de roupas e restos de tecidos que vão parar num aterro sanitário qualquer, pelo fato do descarte incorreto destes materiais, mesma realidade vista no aterro sanitário do Deserto do Atacama no Chile.

Só para se ter uma ideia, uma peça feita de uma fibra natural como o algodão, leva cerca de vinte anos para se decompor por completo. Já as peças confeccionadas de fibras sintéticas como o poliéster, estas levam até quatrocentos anos. Apenas no estado de São Paulo, todos os dias são recolhidos cerca de 16 toneladas de resíduos sem o correto destino. Ainda são poucas as pessoas e empresas que recolhem estes materiais no estado para dar uma continuidade à vida útil destes materiais. Como resultado, acompanhamos nos noticiários cada vez mais desastres ambientais, matando animais e poluindo o solo e os oceanos. Por isso é urgente repensarmos o comportamento do consumismo desenfreado, que causa essa necessidade de trocar nosso guarda-roupa por peças mais descoladas e na moda, estando mais atentos ao processo produtivo e todos os impactos durante a confecção das nossas próximas compras.



Claudiani Veiga
Estilista e Consultora de Estilo e Imagem





Agronegócio

Microscópio no Tamanho, Gigantes em Tecnologia, o Controle Biológico na Agricultura.

Lucas Boaventura

Você já imaginou aplicar uma bactéria para o controle de doenças em plantas? E um fungo para o controle de insetos considerados pragas? Sim, esse é o futuro da Agricultura. Futuro? Não, esse é o presente da Agricultura.

A evolução tecnológica na agricultura e a necessidade de novas alternativas para o manejo de pragas e doenças, adotaram o controle biológico como uma ferramenta eficaz e altamente rentável ao produtor.

O conjunto de medidas adotadas pelo produtor para combater pragas e doenças é chamado de Manejo Integrado, uma forma de diagnosticar e posicionar as melhores opções para que possamos manter a qualidade e a produtividade de certa cultura. Esses microrganismos trabalham em sinergia com a parte de nutrição, promoção de crescimento e solubilização de elementos no solo.

Antes visto como um mercado de pouca eficiência, e incerto com relação a qualidade, hoje obser-

vamos um mercado que cresce 22% ao ano. A perspectiva no Brasil para esse mercado até 2027 é de R\$ 3,7 bilhões, enquanto a nível global gira em torno de US\$ 5 bilhões de dólares. Observando esse contexto, estamos falando de microrganismos extremamente valiosos para a agricultura sustentável.

Vemos o interesse das multinacionais produtoras de defensivos agrícolas nesse mercado, grandes companhias já estão com suas bio fábricas ativas. Observamos a crescente de empresas nacionais investindo diretamente no ramo de Controle Biológico, a agricultura está cada vez mais sustentável e preocupada com a manutenção da biodiversidade do meio ambiente.

Não excluímos o uso de defensivos agrícolas da agricultura, existe um nicho específico para esses produtos, que com alta tecnologia, auxilia ainda mais nos manejos cotidianos das lavouras. O fator limitante tem sido a vida útil dessas moléculas químicas, ou seja, os alvos estão criando resistência

aos ativos químicos mais rápido do que especialistas imaginavam, o controle biológico é uma alternativa, trabalhando em sinergia com os defensivos biológicos, onde a problemática de resistência de pragas e doenças a esses microrganismos é quase nula. A rotação entre produtos biológicos e moléculas químicas é fundamental para retardar a evolução de resistência de ativos na agricultura e a manutenção da sustentabilidade.

O perfil do produtor que utiliza essa tecnologia também mudou. Antigamente era restrito a pequenos produtores, e culturas com hortaliças e frutíferas. Hoje esse mercado está consolidado em grandes produtores de grãos como soja, milho, feijão, café, chegou ao mercado sucroalcooleiro e expandido de forma exponencial ao mercado de algodão. Essa evolução também incentivou as empresas do ramo a melhorar suas tecnologias investindo em formulações, microrganismos, e aplicabilidade de seus produtos.

Mas também existem relatos de

alguns problemas em nível de campo que pode atrapalhar a evolução dessa tecnologia. Alguns produtores sem conhecimento técnico tentam fazer a multiplicação desses microrganismos em suas próprias propriedades. Algo que não é proibido pelos órgãos reguladores, porém deve se tomar muito cuidado. O método chamado de "on farm" é a forma de produção desses microrganismos de forma caseira. A EMBRAPA recomenda todo cuidado possível aos produtores para esse método, pois em visitas a fazendas

do Mato Grosso e Bahia que adotaram a metodologia "on farm", produtores relataram que estavam multiplicando um fungo específico para o controle de doenças em plantas, e na verdade ao ser analisado, os pesquisadores encontraram Staphylococcus e Salmonella, agentes microbiológicos extremamente perigosos a saúde humana.


Estamos dentro de uma nova era na agricultura e no agronegócio em geral, a utilização de agentes biológicos (micro e macro organismos) permite que cada vez adotemos formas mais sustentáveis de amenizar os efeitos de pragas e doenças nas plantas. Esse potencial mercado evolui a ritmo acelerado, cada vez mais a diminuição da utilização de defensivos químicos garante uma produção sustentável atendendo as novas demandas de mercados mundiais.

Fique por dentro, a BioEvolução nos traz para uma nova Revolução Agrícola.



Lucas Boaventura.
Engenheiro Agrônomo.
Gerente Técnico no Grupo Vital.
Especialista em Proteção de Plantas, Direito Ambiental, Solos e Nutrição de Plantas
MBA em Gestão Estratégica do Agronegócio.



A black and white photograph of Michael Phelps, a professional swimmer, shirtless and wearing a large number of Olympic medals around his neck. The medals are from the Athens 2004 Olympics, as indicated by the ribbons. He is looking slightly to the left of the camera with a serious expression. The background is dark, and there are some geometric patterns in the bottom left corner.

“
**Se você quiser
ser o melhor,
deve fazer
coisas que as
outras pessoas
não estão
dispostas a fazer.”**

Michael Phelps

Campeão olímpico de natação.

@revistasimplebusiness

www.revistasb.com.br

Simple Business.

Aerial View of banespa building, Altino Arantes, Sao Paulo, Brazil

Muito mais que negócios.
Estilo de vida.

revistasb.com.br