

revista

PRÓ-PM

saúde • benefícios • assistência



Ano 12 | Edição 43 | ABR-JUL 2015

ATENÇÃO DE **CORPO** E **ALMA**

Muito requisitada, divisão de ortopedia do Centro Médico trabalha com equipe reduzida e conta com a ajuda da PRÓ-PM para garantir atendimento a todos

Sonho realizado

Especialização na Itália: PRÓ-PM custeia curso para o Coordenador da Equoterapia no Regimento de Polícia Montada (RPMon) 9 de Julho

Daron

Aparelhos Auditivos

Ouça os sons da vida!

Imagem meramente ilustrativa



*Promoção Valida apenas para aquisição bilateral

Na Daron durante o mês de agosto na compra de dois aparelhos da linha Salza ou Clara, seu pai ganha um lindo relógio!

UNIDADE I

Rua Dr. Albuquerque Lins, 30 - 4º and. sala 43
Santo André - SP - CEP:09010-010
(11) 4427-4749 / 4427-6899

UNIDADE II

Av. Marquês de São Vicente, 531 - 4º and.
Barra Funda - São Paulo - SP - CEP: 01139-001
(11) 3871-8168 / 3871-8130

UNIDADE III

Av. Washington Luis, 61 - 1º and. Conj. 11
Vila Mathias - Santos - SP - CEP:11050-201
(13) 3235-8537

UNIDADE IV

Av. Presidente Costa e Silva, 609 - 9º and. Sala 906
Boqueirão, Praia Grande - SP - CEP: 11701-370
(13) 3474-3038 / 98128-0822

www.darondobrasil.com.br

MEDICON

Solução Contábil e Tributária para Médicos

**PESSOA FÍSICA OU
PESSOA JURÍDICA?
A MEDICON TEM A MELHOR
SOLUÇÃO PARA VOCÊ!**



WWW.MEDICON.COM.BR

☎ 11 5575 7328 | 11 5904 6161

UMA PARCERIA

 /Medicon.com.br

 @medicon_contabil

 @medicon_contabil

 **FAGO**
SERVIÇOS CONTÁBEIS
E ADMINISTRATIVOS LTDA

 **APM**
ASSOCIAÇÃO PROLÍSTA
DE MÉDICOS

**ENDEREÇO:**

Rua Alfredo Pujol, 285 – Cj. 53 – Santana (SP)
CEP:02017-010 | Tel.: (11) 2281-3288
www.propm.org.br | propm@uol.com.br

DIRETORIA EXECUTIVA**DIRETOR PRESIDENTE**

José D'Elia Filho

DIRETOR VICE-PRESIDENTE

Cel PM Mario Fausto Rodrigues Pinho

DIRETOR ADMINISTRATIVO

Cel PM José Carlos Bononi

DIRETOR DE COMUNICAÇÃO SOCIAL

Cel PM Geraldo de Menezes Gomes

DIRETOR FINANCEIRO

Cel PM Nilton Divino D'Addio

DIRETOR JURÍDICO

Cel PM Milton Cardoso Ferreira de Souza

DIRETOR TÉCNICO

Doutor Antonio Carlos Forte

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO**PRESIDENTE**

Hercílio Ramos

MEMBROS

Cel PM Ricardo Gambaroni; Cel PM Francisco Alberto Aires Mesquita; Cel PM Claudia Barbosa Rigon Pereira; Cel Médico PM Roberto Rodrigues Junior; Cel PM Celso Aparecido Monari; Cel PM Reynaldo Simões Rossi; Ten Cel PM José Eduardo Bexiga; Ten Cel PM Alexandre Augusto Campos de Souza; Cap PM Fábio Sérgio do Amaral; Cel PM Reynaldo Pinheiro Silva; 2º Ten PM Irio Trindade de Jesus; Cb PM Antonio Carlos do Amaral Duca; Cel PM Roberto Allegretti; Cel PM Marcos Roberto Chaves da Silva; Sd PM Airton Belmiro da Silva; Dr. José Osmar de Medina Abreu Pestana; Cel PM Álvaro Batista Camilo; Dr. Marcelo Drügg Barreto Vianna; Dr. Edison Ferreira da Silva; Dr. Newton de Oliveira; Dr. Gilberto Carlos Leifert; Dr. José Roberto Ferraro; Maj PM Nair Dolores Grela Caliguere; 2º Ten PM Dirceu Cardoso Gonçalves; Cb PM Ronaldo de Moura Andrade; 3º Sgt PM Sidney Amaral de Souza.

CONSELHO FISCAL**PRESIDENTE**

Cel PM Aguinaldo Nobre de Melo

MEMBROS

Secretário: Ten Cel PM Wanderley Virrissimo de Oliveira
Relator: Cel PM Raimundo Alves Dourado
1º Suplente: Cel PM Reynaldo Priel Neto

A **Revista PRÓ-PM** é uma publicação periódica da Associação Beneficente Pró-Saúde Policial Militar do Estado de São Paulo.

EDITOR-CHEFE

Coronel PM Geraldo de Menezes Gomes

JORNALISTA RESPONSÁVEL

Geisa D'avo

MARKETING

Sueli Monteiro Vidal

PROJETO GRÁFICO E EDITORAÇÃO

Ô Bureau | www.obureau.com.br

COLABORADORES

AOMESP; Centro Médico; Centro de Reabilitação; RPMon; Maj PM Valdira Ferreira de Lima; Comunicação Conectada

MAIS UMA VEZ: MUITO OBRIGADO!

A 3ª Assembleia Geral Ordinária e a 45ª Reunião Ordinária do Conselho de Administração da PRÓ-PM aconteceram simultaneamente em 30 de março de 2015. Na data em questão, compôs-se a nova Diretoria da Entidade que assumiu com um propósito principal: dar ainda mais ênfase ao trabalho de divulgação e expansão realizado de forma tão expressiva pela gestão anterior. O desafio era grande, mas, em apenas quatro meses, os resultados obtidos pela PRÓ-PM demonstram que continuamos, cada vez mais, na direção esperada.

Nesta 45ª edição da “*Revista PRÓ-PM*”, três assuntos nos enchem de alegria e orgulho. O primeiro deles, relacionado à divisão de ortopedia do Centro Médico (*leia na página 10*), faz com que acreditemos ainda mais na importância do serviço que temos prestado aos Órgãos de Saúde da Polícia Militar do Estado de São Paulo. Por se tratar de uma das especialidades mais procuradas (e sobrecarregadas) do HPM, a ortopedia, muito bem representada por profissionais altamente capacitados, tem muitos méritos. E ficamos felizes em saber, pelas palavras do Chefe do Centro Médico, o Tenente Coronel PM Sérgio Martins, que nossa contribuição tem sido “de extrema importância para os pacientes”.

Além desta matéria, na página 12, você vai conhecer a história do Capitão PM Syllas Jadach, Coordenador da Equoterapia no Regimento de Polícia Montada (RPMon) 9 de Julho. O Policial sonhava em viajar à Itália para realizar uma especialização junto aos mais renomados profissionais da área de reabilitação equestre. Com a ajuda da PRÓ-PM, esse sonho virou realidade e, agora, o Capitão PM compartilha com sua equipe um conhecimento único – que beneficiará civis e outros Policiais Militares atendidos pela Equoterapia.

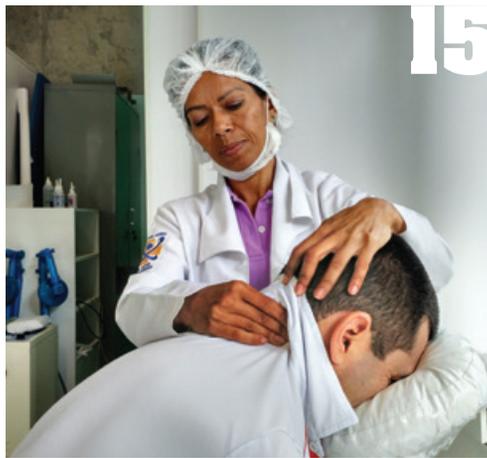
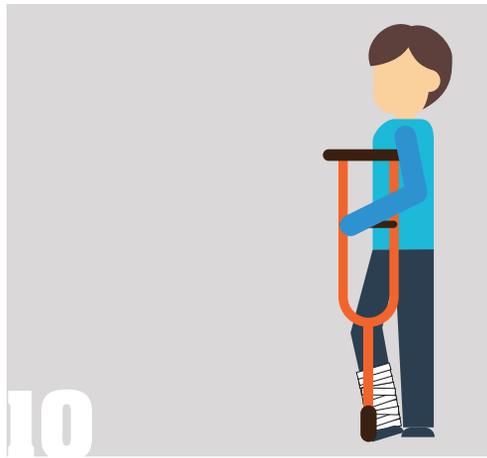
Por fim, mas não menos importante, é a reportagem da página 09, em que apresentamos a lista com todos os equipamentos adquiridos pela PRÓ-PM para melhorar o atendimento no Centro de Reabilitação.

Reiteramos, aqui, que você, associado, é o verdadeiro responsável por cada uma das realizações citadas acima. A sua colaboração financeira, somada a dos seus colegas de trabalho e de farda, é o que tem nos permitido avançar e beneficiar a toda a família Policial Militar. Por isso, mais uma vez, receba o nosso muito obrigado!

FALE COM A REDAÇÃO

Quer tirar dúvidas, sugerir matérias ou enviar comentários?
Escreva para propm@uol.com.br ou entre em contato pelo telefone
(11) 2281-3288. A sua opinião é sempre muito bem-vinda!





- 06** EM AÇÃO
Confira as palestras de divulgação realizadas pela PRÓ-PM no 1º semestre de 2015
- 07** MEMÓRIA
Reveja um momento marcante do velho HM
- 08** DECRETO
Mudanças na Diretoria e no Conselho da PRÓ-PM atendem à legislação
- 10** CAPA
Conheça de perto o trabalho realizado pela divisão ortopédica do Centro Médico
- 12** ESPECIAL
Coordenador da Equoterapia do RPMon se especializa na Itália com apoio da PRÓ-PM
- 14** PAPO CABEÇA
A Major PM Valdira Lima fala sobre os 60 anos da presença feminina na Corporação
- 15** NOSSA GENTE
Massoterapeutas voluntárias do CRPM colaboram com o atendimento fisioterápico
- 16** SAÚDE
Acompanhe dez dicas essenciais para se prevenir das doenças mais comuns no inverno
- 18** INSCREVA-SE
Ainda não é associado à PRÓ-PM? Preencha a ficha de adesão e nos envie gratuitamente



Vice-Presidente da PRÓ-PM, Cel PM Pinho pediu ajuda na divulgação dos trabalhos da Entidade

PRÓ-PM fala aos médicos do Hospital da PM durante curso de reciclagem

O Coronel PM Mario Fausto Rodrigues Pinho e o Coronel PM Geraldo de Menezes Gomes, respectivamente Vice-Presidente e Diretor de Comunicação Social da PRÓ-PM, estiveram no curso de reciclagem voltado aos médicos do Hospital da Polícia Militar (HPM) do Estado de São Paulo. Realizado anualmente, o evento aconteceu na Associação dos Oficiais da Polícia Militar (AOPM) entre os dias 18 e 22 de maio de 2015 e contou com a adesão de grande parte dos profissionais alocados no HPM. Na ocasião, os representantes da Diretoria da PRÓ-PM tiveram a oportunidade de detalhar o importante trabalho realizado pela Entidade.

O Diretor de Comunicação Social da PRÓ-PM esteve presente na abertura do evento e foi acompanhado por Luis Grossi e José Roberto – diretores da AGL Contabilidade/Medicon, empresa que, por intermédio da Entidade, patrocinou o *coffee break* oferecido aos profissionais.

No dia 21, foi a vez do vice-presidente da PRÓ-PM marcar presença no evento. Com a introdução do Capitão PM Ciro, o Coronel PM Mario Pinho apresentou uma palestra aos médicos em que solicitou o apoio das equipes alocadas no HPM para que informem seus pacientes quanto à importância de colaborarem com a PRÓ-PM.

Um brinde produzido pela equipe de marketing da PRÓ-PM exclusivamente para o evento foi distribuído aos participantes juntamente com a última edição da “Revista PRÓ-PM”. Além disso, materiais promocionais da AGL Contabilidade/Medicon, como banners e displays de mesa, também ficaram expostos ao longo dos cinco dias.

AOMESP recebe Vice-Presidente da PRÓ-PM para palestra

O Vice-Presidente da PRÓ-PM, Cel PM Mario Pinho, esteve na sede da Associação dos Oficiais Militares do Estado de São Paulo (AOMESP) no último dia 30 de abril de 2015. O encontro, realizado a convite da diretoria da Instituição, garantiu à PRÓ-PM a oportunidade de reforçar a divulgação do seu trabalho para conquistar mais e mais colaboradores – um de seus principais objetivos para os próximos anos.

Na ocasião, o Cel PM Pinho esteve reunido com o presidente da AOMESP, Coronel PM Jorge Gonçalves, e com o vice-presidente do Conselho Deliberativo da instituição, Coronel PM Ricardo Jacob. Depois, dirigiu-se ao Salão Social, onde teve a oportunidade de falar aos contribuintes da AOMESP sobre a história e a missão que têm norteado a PRÓ-PM ao longo dos últimos 15 anos.

O vice-presidente da Entidade detalhou, por exemplo, como os valores arrecadados são revertidos aos Órgãos de Saúde da Polícia Militar e ressaltou a importância da colaboração de toda a Corporação para que a qualidade de atendimento seja mantida. “Ninguém é obrigado a contribuir; só contribui se acha que isto é muito importante, se considera este gesto uma missão a cumprir”, afirmou o Cel PM Mario Pinho.

“O Cel PM Pinho explicou que a PRÓ-PM não quer ocupar o lugar do Estado, não quer interferir na administração dos Órgãos de Saúde da Polícia Militar, não se propõe a ser uma Entidade representativa de Policiais Militares. Sua missão é ajudar, é proporcionar as condições ideais para que o atendimento atinja níveis de excelência”, destacou matéria publicada no site da AOMESP.



Entidades coirmãs: Revista da AOMESP destacou trabalho da PRÓ-PM

PRÓ-PM ENTREGA VIDEOCOLONOSCÓPIO TOP DE LINHA AO CENTRO MÉDICO

Indispensável à prevenção ou ao diagnóstico de doenças que atingem o intestino, o videocolonoscópio é um velho conhecido dos médicos desta especialidade. Porém, com a evolução da tecnologia, os equipamentos deste tipo também ficaram mais modernos e, hoje, possibilitam um atendimento muito mais rápido e eficaz. Por isso, para garantir que os pacientes do HPM tenham acesso ao que há de melhor, a PRÓ-PM atendeu a mais uma solicitação do Centro Médico e adquiriu uma versão do aparelho considerada top de linha. O novo videocolonoscópio foi entregue no mês de maio de 2015 e já está em uso.

“Pesquisamos o valor do equipamento e o preço inicial que nos foi passado era de R\$ 104 mil. No momento da compra, porém, o Oficial Médico que nos acompanhou disse que seria importante adquirirmos também uma impressora Vídeo Printer Térmica Colorida [aparelho que gera os resultados com mais agilidade e nitidez]. A negociação foi

realizada com total êxito, de forma que pudemos comprar os dois equipamentos pelo valor de R\$ 93.526,26 – economia superior a R\$ 10 mil”, explicou o Coronel PM Antonio Bernardes, Gerente Administrativo da PRÓ-PM.



Equipamento top de linha custou R\$ 10 mil a menos que o previsto inicialmente

Fale com o autor

O Coronel PM Geraldo de Menezes Gomes é jornalista e Diretor de Comunicação Social da PRÓ-PM. Para falar com o autor, escreva para gdmgomes@gmail.com



ARQUIVO PESSOAL

MEMÓRIA

MOMENTO HISTÓRICO

Em 1916, o Dr. Eloy de Miranda Chaves, Secretário da Justiça e da Segurança Pública, esteve no Hospital Militar da então Força Pública

Poucos meses após sua inauguração, o Hospital Militar da então Força Pública recebeu a visita, no dia 7 de agosto de 1916, do dr. Eloy de Miranda Chaves, Secretário da Justiça e da Segurança Pública. À época, essas áreas da administração estadual constituíam uma única pasta do Governo, cujo

títular era denominado Presidente do Estado. O título de Governador só seria adotado após a revolução de 1930.

Eloy Chaves, importante empresário e político paulista, exerceu o cargo de 1913 a 1918, durante os Governos de Rodrigues Alves e Altino Arantes. A foto ao lado registra o momento em que, acompanhado pelo Coronel Antonio Baptista da Luz, Comandante-Geral da milícia paulista, e por outros Oficiais do Comando, o ilustre visitante ingressava no pátio do Hospital, que tinha entrada pela rua Guilherme Maw, no bairro da Luz, em São Paulo. Médicos são vistos envergando aventais e casquetes então utilizados.

O Hospital permaneceu nesse local até 1978, quando se transferiu para o Barro Branco. O que restou de suas antigas instalações é hoje ocupado por outros Órgãos da Polícia Militar.



Dr. Eloy Chaves chega ao Hospital, então localizado no bairro da Luz

EM CIMA DA HORA DE FECHAMENTO DA EDIÇÃO MUDANÇAS NA DIRETÓRIA E NO CONSELHO

Por força do disposto em decreto estadual, somente poderão ser admitidas como consignatárias as entidades cujas diretorias sejam compostas por servidores públicos civis e militares, em atividade ou não. A medida envolve diretamente os descontos em folha das contribuições dos associados, procedimento de que não se pode abrir mão.

Essa determinação exigiu que membros de nossa diretoria renunciassem a seus cargos. Assim é que o Engº José D'Elia e o dr. Antonio Carlos Forte, respectivamente presidente da diretoria e diretor técnico, afastaram-se, cedendo seus lugares ao vice-presidente, Coronel PM Mário Fausto Rodrigues Pinho, a ser empossado em assembleia próxima, ocasião em que será nomeado o novo diretor técnico.

Paralelamente, por motivos de ordem pessoal, o dr. Hercílio Ramos também pediu seu afastamento do cargo de presidente do Conselho Deliberativo, devendo ser substituído pelo conselheiro mais antigo do atual CD, a ser definido em breve.

Cabe-nos agradecer àqueles companheiros, que ora se afastam, pelos valiosos serviços prestados à PRÓ-PM desde sua criação, sempre com muita dedicação e competência.

SABE O QUE FAZ DA UNISANT'ANNA UMA INSTITUIÇÃO DIFERENCIADA? NOSSAS PARCERIAS!

Por isso, a Pró-PM em parceria com a UniSant'Anna traz benefícios exclusivos para seus associados, **com bolsas de estudo de 50% no primeiro semestre letivo do curso e até 30% nos semestres seguintes.**

**PROCESSO
SELETIVO
2015**

Inscrições Abertas



LOCALIZAÇÕES
Privilegiadas.

Unidade Santana
Ao lado do metrô Portuguesa-Tietê

Unidade Aricanduva
Dentro do Shopping Aricanduva

UniSant'Anna
80 anos de dedicação ao ensino e à cultura



 parcerias.sp@unisantanna.br

 unisantanna.br

 11 2175-8000

ANUNCIE CONOSCO!

Divulgue seu trabalho em nossas páginas! Entre em contato com a nossa equipe de Marketing e conheça diversas opções de parceria.

Sueli Vidal | (11) 98136-6723 | suelimvidal@gmail.com



Novas bicicletas ergométricas e esteiras foram entregues ao CRPM

GEISA/DIVPRO-PM

PRONTA ENTREGA

Em 2015, PRÓ-PM fornece mais de dez tipos de equipamentos ao Centro de Reabilitação (CRPM)

Por Geisa D'avo

Todos os anos, a equipe do Centro de Reabilitação da Polícia Militar (CRPM) faz um levantamento minucioso de seus equipamentos. O objetivo é verificar quais destes aparelhos estão em boas condições e quais poderiam ou deveriam ser trocados. Em 2015, por exemplo, as bicicletas ergométricas disponíveis para tratamento no Órgão alcançaram cinco anos de uso e entraram para a segunda lista. “Esses aparelhos são utilizados por nossos pacientes cinco dias por semana, 12 horas por dia. Isso faz com que o desgaste aconteça mais rapidamente do que o normal e, por isso, avaliamos que a troca ficaria mais barata do que o custo de manutenção”, explica a Tenente Coronel PM Soraya Corrêa Alvarez, Chefe do CRPM.

Solicitar novas bicicletas à Diretoria de Saúde da Polícia Militar e ao Governo do Estado seria o próximo passo, mas, dada a grande quantidade de pedidos por eles atendida, seria grande a chance de que a troca acabasse postergada ou inviabilizada. Porém, nas mãos da PRÓ-PM, o desejo virou realidade: no mês de julho de 2015, foram entregues 12 novas bicicletas ergométricas horizontais eletromagnéticas ao CRPM em substituição às antigas.

Mais tecnologia

Esse foi apenas um dos 11 itens solicitados pelo CRPM à PRÓ-PM e prontamente atendidos (veja box). Além de garantir a troca ou reposição de seis tipos de equipamentos indispensáveis, cinco outras compras trarão importantes novidades ao tratamento dos pacientes. A bicicleta para membros superiores, bem como a plataforma vibratória vertical e o estetoscópio top

de linha, por exemplo, serão especialmente proveitosos para os cadeirantes, paraplégicos e tetraplégicos.

“O primeiro equipamento possibilita aos pacientes que estão nestas condições realizarem atividades aeróbias, o que é de extrema importância para a sua saúde. Por sua vez, a plataforma foi solicitada após comprovações científicas de que, a partir das vibrações emitidas, não só a musculatura ganha, mas também a atividade neurológica acaba beneficiada – já que o cérebro é ativado durante a atividade, ainda que o paciente não sinta os membros inferiores. O estetoscópio melhorará a precisão da ausculta cardiovascular, um processo que costuma se tornar mais difícil entre pacientes cadeirantes”, explica a Chefe do CRPM.

A autoclave, utilizada para a esterilização de equipamentos, bem como o novo software de nutrição darão mais autonomia à equipe médica do Órgão. “Estávamos realizando algumas esterilizações no HPM e, agora, poderemos fazê-las aqui mesmo, com mais agilidade. Quanto ao software, vale dizer que continuávamos utilizando um programa ultrapassado, ainda da década de 1990. Com essa novidade, poderemos, inclusive, elaborar a dieta enteral com muito mais facilidade e qualidade”, conclui a Ten Cel PM Soraya.

O CRPM pediu, a PRÓ-PM atendeu!

Veja, a seguir, a lista de equipamentos fornecidas pela PRÓ-PM ao Centro de Reabilitação desde o início do ano.

- 01 Autoclave Cristófoli 21 litros digital
 - 01 Bicicleta para Membros Superiores Matrix krankcycle – Johnsinn
 - 01 Software de Nutrição Dietwin Plus
 - 06 Esteiras Elétrica Movement RT350MG2 Sac
 - 12 Bicicletas Ergométricas Horizontal Eletromagnética
 - 01 Plataforma Vibratória Vertical Residencial Treo V209
 - 01 Estetoscópio LITTMANN Cardiológico III – 3M
 - 05 Aparelhos de Ondas Curtas para Fisioterapias Diatermed
 - 01 Balança Antropométrica 2098 PP – 200 Hg x 50 g Toledo
 - 05 aparelhos de Ultrassom para Fisioterapia – Sonomed IV
 - 08 Aparelhos de Eletroestimulação Tensmed IV – Tens Digital 4 canais
- Total investido: R\$ 183.845,10**



CUIDADO **CONSTANTE**

Você sabia que os acidentes de trânsito, principalmente envolvendo motocicletas, são as principais causas dos traumas entre Policiais Militares? Descubra, agora, por que a divisão ortopédica é tão requisitada no Centro Médico – e como a PRÓ-PM tem ajudado a mantê-la em pleno funcionamento

Por Geisa D'avo

De um lado, doenças crônicas como lombalgias e hérnias de disco. De outro, traumas normalmente decorrentes de acidentes de trânsito. Para qualquer um dos casos, muito comuns entre Policiais Militares, a mesma solução: buscar tratamento na divisão ortopédica do Centro Médico da PM. Não por acaso, trata-se de uma das especialidades mais procuradas – logo, uma das mais sobrecarregadas – do Órgão de Saúde.

Os números comprovam essa realidade. De acordo com dados oficiais, a Instituição realiza cerca de 18 mil atendimentos ortopédicos ambulatoriais e seis mil emergências todos os anos. Além disso, mais mil cirurgias e outras 12 mil avaliações periciais complementam o quadro. Isso sem falar nos quase 2.400 exames de ressonância magnética solicitados pelos médicos e executados fora da Entidade – boa parte deles custeados pela PRÓ-PM.

“Atendemos tanto a pacientes ativos quanto inativos da Polícia Militar. As doenças crônicas apresentadas por eles costu-

A ORTOPEIDIA EM NÚMEROS

A cada ano, o Centro Médico realiza:

18.000

atendimentos ortopédicos ambulatoriais

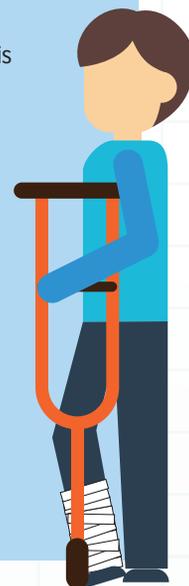
6 mil atendimentos
emergenciais

2 mil cirurgias

12 mil avaliações
periciais

2.400

exames de ressonância magnética





BATE-PAPO

mam decorrer de fatores como vícios posturais, obesidade, esforços de repetição, sedentarismo e envelhecimento. Já os traumas, em sua maioria, ocorrem por acidentes de trânsito, principalmente fora do horário de serviço”, afirma o Tenente Coronel PM Sérgio Martins, Chefe do Centro Médico.

Os incidentes com motocicletas são a causa principal dos traumas ortopédicos, seguidos pelas batidas envolvendo automóveis. “É importante observar que, durante os deslocamentos em viaturas de duas ou mais rodas, o Policial Militar segue os procedimentos operacionais e raramente se acidenta. A única exceção se dá em relação ao cinto de segurança que, por razões culturais, o PM resiste em utilizar durante o patrulhamento. Existe, inclusive, uma campanha para mudar essa cultura. É também necessária uma forte conscientização visando à condução segura de motocicletas”, reitera o Chefe do Centro Médico.

Excelência no atendimento

Para dar conta de uma demanda tão grande na ortopedia, várias frentes do Centro Médico têm trabalhado em conjunto. Implementado para avaliar os padrões quantitativos e qualitativos dos atendimentos, um sistema de gestão indica, todos os meses, se há correções a serem realizadas. Por sua vez, a divisão de finanças fica responsável pela reposição de materiais e medicamentos – atendendo às demandas com agilidade e com base no melhor custo/benefício. Embora nem sempre disponha dos recursos necessários, o Comando da Polícia Militar também cumpre sua parte e tem se empenhado para adquirir e fornecer ao HPM os melhores e mais modernos equipamentos disponíveis no mercado.

A equipe médica, por fim, atualmente composta por profissionais formados nas melhores universidades do País, está efetivamente comprometida com a atualização constante. “Todos os nossos profissionais possuem títulos de residência médica reconhecidos pela Sociedade Brasileira de Ortopedia e pelo Conselho Federal de Medicina. Inúmeros ainda possuem títulos de doutorado pelas melhores faculdades de São Paulo. Eles frequentemente acompanham congressos nacionais e internacionais para aprofundar o conhecimento”, assegura o Ten Cel PM Sérgio Martins.

O esforço em todas as frentes minimiza, mas não resolve em definitivo o principal problema enfrentado pelo Órgão de Saúde: a falta de médicos. “De um total de 268 Oficiais previstos para o nosso quadro de profissionais, contamos com apenas 200. Essa é uma proporção pior que a enfrentada pela população brasileira quando necessita de um atendimento no Sistema Único de Saúde (SUS)”, afirma o Chefe do Centro Médico.

Com o objetivo de auxiliar o Centro Médico – em especial, a divisão ortopédica –, a PRÓ-PM mantém um anestesista contratado e alocado na Instituição desde o ano passado. De lá para cá, o profissional já realizou cerca de 400 procedimentos. “Foi uma contribuição de extrema importância para nossos pacientes”, conclui o Ten Cel PM Sérgio Martins. Veja, a seguir, a entrevista concedida pelo Chefe do Centro Cirúrgico à nossa equipe de reportagem.

Veja, abaixo, a entrevista concedida pelo Chefe do Centro Cirúrgico, Tenente Coronel PM Sérgio Martins, à “REVISTA PRÓ-PM”.



REVISTA PRÓ-PM: Hoje, quantos médicos compõem a divisão ortopédica?

Ten Cel PM Sérgio Martins: Temos cerca de dez profissionais nesta divisão, mas deveria ser pelo menos o dobro.

Por falta de concursos para Oficiais Médicos, nosso quadro está bastante defasado. Essa é a causa das longas filas de espera. Na ortopedia, por exemplo, é preciso aguardar por 90 dias para as consultas ambulatoriais. Esperamos que os responsáveis se sensibilizem com esta situação.

REVISTA PRÓ-PM: Ao longo dos últimos anos, de que forma a PRÓ-PM contribuiu para melhorar a divisão ortopédica?

Ten Cel PM Sérgio Martins: A PRÓ-PM tem sido uma importante aliada do Centro Médico e, principalmente, do Policial Militar no que tange ao seu atendimento de saúde. A Entidade adquire importantes equipamentos médicos para nosso Hospital, assim como paga por uma enorme quantidade de caros exames solicitados por nossos médicos e realizados fora do HPM. Contribui também contratando profissionais que dão suporte às nossas atividades. Podemos afirmar que esta é uma parceria muito importante para nós. Quero externar, nesta entrevista, nosso agradecimento. Esperamos que esta parceria continue por muitos anos!

De olho no problema!

Veja, abaixo, três dicas essenciais para quem deseja prevenir doenças ortopédicas:

• Evite o sedentarismo

A prática de atividades físicas adequadas e orientadas fortalece o sistema musculoesquelético;

• Fique atento à postura corporal

Atenção especial à região lombar (costas): procure levantar pesos com a coluna protegida;

• Mantenha a condução segura de seu automóvel ou motocicleta

Dentro ou fora do horário de trabalho, esteja sempre muito atento. Lembre-se do capacete e do cinto de segurança.

PARA O BEM DE TODOS

Coordenador da Equoterapia no Regimento de Polícia Montada (RPMon) 9 de Julho, o Capitão PM Syllas Jadach foi à Itália com o apoio da PRÓ-PM para participar de um curso de especialização

Por Geisa D'avo

No mês de abril de 2015, o Capitão PM Syllas Jadach Oliveira Lima embarcou para Milão, na Itália. Na bagagem, levava apenas um objetivo: aprofundar seu conhecimento teórico e prático na área da reabilitação equestre, mais conhecida como Equoterapia. Coordenador desta atividade no Regimento de Polícia Montada (RPMon) 9 de Julho há cerca de cinco anos, o Policial Militar contou com a ajuda da PRÓ-PM, que custeou integralmente sua inscrição num curso realizado pela ANIRE (*Associazione Nazionale Italiana di Riabilitazione Equestre*) e ministrado pela neuropediatra Danielle Citterio, mundialmente reconhecida como uma das principais especialistas no assunto.

De volta ao Regimento já no mês seguinte, o Capitão PM não demorou a compartilhar tudo o que havia aprendido com seus colegas de equipe – composta por cerca de 20 voluntários e mais cinco Policiais Militares. Os maiores beneficiados, claro, são os próprios pacientes atendidos pela Equoterapia.

“Recebemos cerca de 70 pessoas por semana. Entre os ganhos, o trabalho que desenvolvemos proporciona melhora do equilíbrio, ajuste do tônus muscular, bem como o aumento dos estímulos proprioceptivos. No entanto, como se trata de uma atividade relativamente nova no Brasil [a Associação Nacional de Equoterapia foi fundada em 1989], temos ainda pouca bibliografia ou pesquisas nesta área. Por isso, a minha viagem foi de extrema importância para garantir que esses pacientes tenham atendimento com qualidade e respaldo técnico e científico crescentes”, explicou o Capitão PM Syllas.

Oferecida desde 1993, a Equoterapia acontece diariamente e gratuitamente nas dependências do RPMon. Por lá, passam crianças e adolescentes portadores de síndrome de down, paralisia cerebral, autismo, entre outras deficiências. Todas as quartas-feiras, no entanto, são reservadas exclusivamente ao atendimento de profissionais vinculados à Associação dos Policiais Militares Deficientes Físicos do Estado de São Paulo (APMDFESP), bem como aos seus familiares. Por sua vez, às sextas-feiras, o local recebe apenas pacientes em tratamento no Centro de Reabilitação da Polícia Militar (CRPM).



Pacientes são portadores de síndrome de down, autismo, entre outras deficiências

FOTOS: CARO PINGARICIA DE MOURA



RPMon é uma das instituições brasileiras mais bem preparadas para a Equoterapia

Nobreza do cavalo melhorando vidas

Antes de assumir a coordenação deste trabalho, o Capitão PM Syllas conta que nem sequer imaginava realizá-lo. Porém, bastou perceber o quão gratificante eram os resultados para que se apaixonasse pela atividade. “Quando assumi essa função na terapia, comecei a fazer cursos e comprei diversos livros para poder estudar e me especializar. Desde o ano passado queria me inscrever neste treinamento na Itália, mas não tinha condições de pagá-lo. Com a ajuda do Tenente Coronel PM Alberto Sardilli, Comandante do RPMon, consegui liberação da Corporação para que pudesse viajar e, também por intermédio dele, obtive o apoio da PRÓ-PM”, disse o Capitão PM.

“A Equoterapia, como costumamos dizer no Regimento, é a nobreza do cavalo melhorando vidas. Os avanços apresentados pelos pacientes com esse tratamento, seja no aspecto físico, intelectual ou emocional, são nítidos. Desde que começamos a atender Policiais Militares, percebemos ainda o quanto nossos profissionais ficam



Capitão PM Syllas Jadach: “queremos garantir que nossos pacientes tenham atendimento com qualidade e respaldo técnico e científico crescentes”

A Equoterapia proporciona melhora do equilíbrio, ajuste do tônus muscular, bem como o aumento dos estímulos proprioceptivos

felizes em poder ajudar uns aos outros. Por isso, a oportunidade que foi oferecida ao Capitão PM Syllas é de tamanha importância. É uma satisfação muito grande poder contar com a PRÓ-PM para uma iniciativa como essa”, declarou o Comandante do RPMon.

Atualmente, o RPMon é uma das instituições brasileiras mais bem preparadas para oferecer a Equoterapia. Além de sediar cursos e encontros técnicos para Policiais Militares, a unidade também ministra treinamentos para civis – o que a torna um polo difusor desta doutrina.

Inscriva-se!

Qualquer pessoa pode se inscrever gratuitamente na Equoterapia aplicada no RPMon. É importante lembrar, no entanto, que há fila de espera para civis e Policiais Militares que estão em plenas condições de saúde. Já os associados à APMDFESP, bem como seus familiares, têm atendimento garantido às quartas-feiras. Da mesma forma, pacientes em tratamento no CRPM podem ser atendidos às sextas-feiras, desde que haja prescrição médica. Para mais informações, escreva para: equoterapia@policiamilitar.sp.gov.br ou acesse www.equoterapiaregimento9dejulho.org.



Major PM Valdira Ferreira de Lima

é psicóloga, especialista em intervenções breves para dependências pela Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP) e especialista em Gestão de Segurança Pública pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC).



Para falar com a profissional, escreva para: valdiralima@yahoo.com.br

SESSENTA ANOS DE HISTÓRIA

Em 12 de maio de 1955 nascia, no Estado de SP, a 1ª polícia feminina do Brasil. Nós, mulheres, não viemos a passeio, nem tão pouco para perfumar quartéis

Gostaria de pedir licença aos leitores, principalmente aos que me acompanham e que preferem que eu escreva sobre relacionamentos, casamentos, amor etc., porque, neste momento, gostaria de render uma homenagem à mulher Policial.

Há sessenta anos foi criada a polícia feminina graças à garra e coragem de treze mulheres que sonhavam em contribuir de forma diferenciada com a sociedade. O trabalho inicial consistia em tarefas assistenciais, de proximidade com a população, de acolhimento e interação. Eram mulheres fortes sem, contudo, perder a ternura. Sem me perder na História, penso que daí também já surgia a polícia comunitária.

Segundo Romanos, 12,7-8, "Se o seu dom é servir, sirva; se é ensinar, ensine; se é dar ânimo, que assim faça; se é contribuir, que contribua generosamente".

A mulher na Instituição, no tempo e espaço, encontra-se aqui representada por sua maioria. Afinal são sessenta anos, mas muito mais a amadurecer, não por falta de vontade própria, mas por alguns paradigmas que precisam se romper.

Essência feminina

Quebra de paradigmas e criatividade caminham juntas. Os paradigmas são normas orientadoras de um grupo que estabelecem limites e que determinam como um indivíduo deve agir dentro desses limites. A Polícia Militar, analisada como um espaço organizacional de interação social, pode ser considerada uma espécie de "gueto" masculino. Transpor essa condição sem, contudo, se apegar a discursos meramente feministas é de fato um grande avanço.

Devemos saudar essas nobres oficiais por terem aberto esse caminho. Caminho, esse, escolhido por muitas mulheres, entre

as quais me incluo. Costumo dizer que a Polícia é como um casamento: com amor já é difícil e sem amor é impossível.

Nesse processo todo, queríamos mais e cabe enaltecer outras jovens desbravadoras da primeira turma do Curso de Formação de Oficiais. No início, muitos homens não sabiam como lidar com essa nova situação e, como não havia um manual de instrução, ora eram hostilizadas, ora eram "poupadas". E nessa construção e aprendizado, já se foram anos de histórias que ficaram guardadas na memória de cada uma dessas pioneiras e também das outras turmas que vieram depois.

Vários recursos internos foram sendo testados, novas habilidades adquiridas e ampliou-se a percepção de que se pode muito mais, de que há uma elasticidade intelectual e física capaz de nos surpreender. O importante é sabermos que não viemos a passeio, nem tão pouco para perfumar quartéis. Emprestamos à Instituição o que há de melhor na essência feminina: sensibilidade, empatia, garra, intuição e força.

Comando humanizado

A mulher, por si só, é uma mediadora de conflitos. Há um treinamento contínuo para isso, o que contribui para a qualidade das relações interpessoais. Sabemos que podemos muito mais. Não há que se comparar a constituição física entre os gêneros.

Se não podemos carregar uma mesa toda, podemos carregar uma parcela dela. A mulher humaniza a imagem Corporativa, sem estereótipos de fragilidade. Isso é perceptível em várias áreas de atuação. Não é preciso gritar para demonstrar força, não é preciso se masculinizar em razão da escolha de uma profissão tipicamente masculina.

Comandamos com o "coração" e de forma humanizada. O respeito e a credibilidade são construídos ao longo da carreira. Existem problemas? Com certeza os de relacionamentos entre gêneros, machismo, os de comportamentos inadequados, posturas, assédios de todas as ordens, mas esses serão pautas para outros textos.

Parabéns pelo que foi construído até aqui às mães, guerreiras, profissionais, esposas, mediadoras e tantos outros papéis embutidos em cada mulher Policial Militar. Desejo muita luz em seus caminhos e que o Grande Arquiteto do Universo prepare uma mulher para o Comando da nossa Instituição.

TOQUE PARA LÁ DE ESPECIAL

Voluntárias no Centro de Reabilitação da Polícia Militar (CRPM), as massoterapeutas Maria Cristina Feitoza e Terezinha Bernardo da Silva têm obtido excelentes resultados

Por Geisa D'avo

Muito difundida e praticada no Oriente, a massoterapia está cada vez mais disseminada também em terras ocidentais. Mas, por aqui, muita gente ainda desconhece os benefícios dessa técnica e tem a impressão de que se trata de uma simples massagem. De fato, a pressão dos dedos sobre a musculatura, ainda que realizada intuitivamente por uma pessoa qualquer, pode ajudar a aliviar o estresse e proporcionar a sensação de relaxamento. Imagine, então, o que acontece quando essa mesma ação é realizada por um profissional com profundo conhecimento sobre o funcionamento do corpo humano?

Bem, essa é a experiência pela qual têm passado muitos dos pacientes tratados e dos profissionais alocados no Centro de Reabilitação da Polícia Militar (CRPM) nos últimos meses. Graças às massoterapeutas Maria Cristina Feitoza e Terezinha Bernardo da Silva, voluntárias da Instituição, eles ganharam a oportunidade de recorrer ao tratamento – que, com frequência, vem associado ao atendimento fisioterápico. O resultado, de acordo com as próprias profissionais, tem sido surpreendente.

“Muitos deles nunca tinham recebido uma massagem e, depois de algum tempo, relatam que nem sequer imaginavam o quanto um toque poderia fazer a diferença. Temos atendido todos os tipos de indicações e, com isso, ajudamos a diminuir a fila de espera por acompanhamento fisioterápico, bem como o tempo de recupe-

ração dos pacientes. Casos simples, como contraturas ou lesões musculares mais leves, antes eram encaminhadas diretamente aos fisioterapeutas e, agora, podem ser tratados diretamente conosco”, afirmam as profissionais.

Conhecimento levado a sério

Maria Cristina e Terezinha Bernardo chegaram ao CRPM quase por acaso. Ainda como graduandas no curso de massoterapia, procuraram o Órgão da PM em busca de vagas de estágio e por lá ficaram. No início de 2015, formadas, decidiram continuar como voluntárias e encontraram, na PRÓ-PM, a porta de acesso para dar continuidade ao trabalho.

“Gostamos do ambiente e fomos muito bem acolhidas aqui. Sentimos prazer em proporcionar tamanho bem-estar a todos aqueles a quem atendemos, em observar a mudança na postura e no semblante de cada um após a massagem. Isso nos traz uma felicidade interna indescritível!”, dizem.

A alegria com que desempenham o trabalho está, mesmo, estampada no rosto das profissionais. Mas, basta questioná-las sobre a importância de serem graduadas como massoterapeutas, para que o sorriso constante dê lugar à seriedade. “Temos prática com diversas técnicas ligadas ao equilíbrio do corpo e à saúde, e a graduação ratificou e ampliou nosso conhecimento. Hoje, temos absoluta certeza de quão importante é saber identificar para tratar adequadamente qualquer indicação



Em macas ou em cadeiras específicas para *quickmassage*, as massoterapeutas Maria Cristina e Terezinha Bernardo atendem aos pacientes e profissionais do CRPM



FOTOS: GEISA D'AVO/CRPM

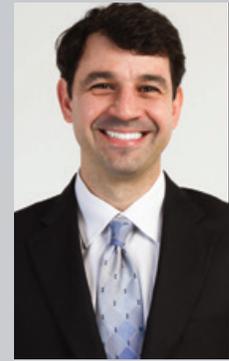
relacionada aos ossos ou à musculatura e do quão perigoso é submeter-se a um profissional que não esteja devidamente capacitado”.

Pelos corredores e salas do CRPM, as histórias daqueles que já foram atendidos confirmam: as massoterapeutas sabem mesmo o que estão fazendo. Um paciente, por exemplo, com indicação cirúrgica para lombalgia, acabou tratado e recuperado após algumas sessões de massoterapia. Casos de hipertensão arterial, hérnia de disco e de inflamações no nervo ciático também foram amenizados pelas mãos das profissionais.

Facilitador da entrada de Maria Cristina e Terezinha Bernardo como voluntárias, o Sargento PM Luiz Evandro Borges, fisioterapeuta do CRPM, reconhece a importância do trabalho: “A presença delas ajudou a desafogar o atendimento fisioterápico de lesões crônicas, além de servir como prevenção para os Policiais que atuam na parte administrativa”.

QUE FRIA!

O inverno chegou e, junto com ele, uma série de doenças que ameaçam nosso bem-estar. Veja, a seguir, o que fazer para evitá-las



Fonte: Daniel Gentil é Doutor em Medicina pela Universidade Federal de São Paulo (Escola Paulista de Medicina) e tem MBA em Gestão da Saúde pelo IBMEC/SP.

Asma, bronquite, dor de garganta, dor de ouvido, resfriado, gripe, rinite, sinusite... Ufa! Só de pensar nessas doenças, você já deve ter se lembrado de quão perigoso (ou, no mínimo, ameaçador) o inverno pode ser. Isso acontece porque as baixas temperaturas típicas dessa estação diminuem a umidade do ar, colaborando para o surgimento de problemas, principalmente os respiratórios. Além disso, por causa do frio, todo mundo prefere ficar em ambientes fechados e quentinhos, o que propicia a proliferação de vírus e bactérias.

Tudo isso, somado ao aumento da poluição – característica também comum nesta época do ano –, tende a impactar diretamente a nossa capacidade de respirar, o que pode desencadear cada uma das doenças listadas no início da matéria. Acompanhe, a seguir, as dicas de Daniel Gentil, Doutor em Medicina pela Universidade Federal de São Paulo, para fugir dessas frias!

1. Hidrate-se

Tome bastante água, mesmo sem sentir sede. Isso garantirá a hidratação do seu organismo.

2. Atenção à higiene

Cuide diariamente da limpeza dos ambientes que você frequenta, principalmente o quarto. E lembre-se de higienizar lugares que às vezes passam despercebidos, como embaixo da cama ou as prateleiras.

3. Elimine tudo que possa acumular pó

Quem sofre de problemas respiratórios deve manter distância de tudo que possa acumular pó, como livros, tapetes, carpetes e cortinas. Além disso, sempre que possível, abra portas e janelas para permitir a circulação de ar.

4. Cuidado com as roupas

Acostume-se a guardar casacos e as roupas cujos tecidos acumulam ácaros em sacos plásticos e, antes de usá-los, lave e, se possível, seque ao sol.

5. Prefira produtos antialérgicos

Use cobertores, colchões e fronhas feitos com materiais antialérgicos e, se possível, encape-os com plásticos.

6. Não durma com o aquecedor ligado

Evite deixar o aquecedor ligado enquanto dorme, já que estes aparelhos ressecam o ar. Se não houver outra opção, uma boa forma de utilizá-los é sempre ter, no mesmo ambiente, uma bacia ou toalha molhada.

7. Evite contato direto com animais

O pelo dos animais de estimação pode ser um fator desencadeador de problemas respiratórios. Se este é o seu caso, procure deixar seu bichinho de estimação nas áreas externas das casas ou na área de serviço dos apartamentos.

8. Atenção com a alimentação

Evite alimentos com muitos corantes e condimentos, como ketchup e refrigeran-

tes. Também procure consumir em menor quantidade o leite e seus derivados. A lactose presente nestes alimentos pode causar refluxo e, conseqüentemente, irritar o sistema respiratório.

9. Vacine-se contra a gripe

A vacina contra gripe é uma grande aliada na diminuição da gravidade das doenças pulmonares. Ela também reduz, comprovadamente, o número de novos casos da doença em populações que foram vacinadas, principalmente idosos e crianças com a imunidade comprometida.

10. Tenha um médico de confiança

Consulte-se regularmente com um profissional que tenha acesso ao seu histórico médico e características pessoais. De posse destas informações ele poderá oferecer orientações precisas e individuais para evitar crises e impedir que os problemas respiratórios agravem seu estado de saúde ao longo da vida.

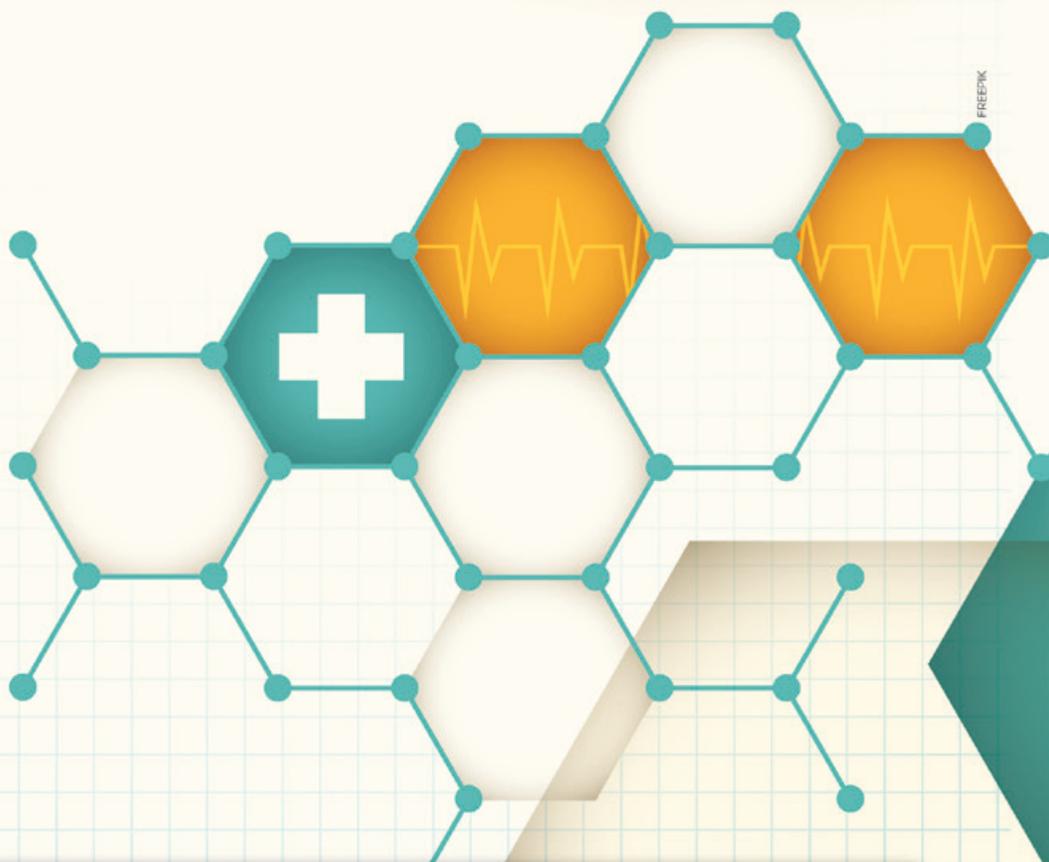
POLICIAL MILITAR, SEU PAPEL É ZELAR PELA SEGURANÇA DE TODOS; O NOSSO É ZELAR POR SUA SAÚDE E SEGURANÇA

Há 15 anos, a **PRÓ-PM** foi fundada para garantir a excelência do atendimento médico oferecido ao Policial Militar. Com a colaboração de cada associado, a Instituição sem fins lucrativos tem conseguido arrecadar fundos para investir na aquisição de materiais e equipamentos de última geração.



ENTIDADES BENEFICIADAS DIRETAMENTE PELA PRÓ-PM:

- HOSPITAL DA POLÍCIA MILITAR
- CENTRO DE REABILITAÇÃO
- UNIDADES INTEGRADAS DE SAÚDE DA CAPITAL E DO INTERIOR
- CENTRO ODONTOLÓGICO
- SETOR DE PSICOLOGIA DO CENTRO DE APOIO SOCIAL



**SUA PEQUENA CONTRIBUIÇÃO
GARANTE GRANDES BENEFÍCIOS**

saiba mais em: www.propm.org.br



ASSOCIAÇÃO BENEFICENTE PRÓ-SAÚDE POLICIAL MILITAR DO ESTADO DE SÃO PAULO PRÓ-PM

AUTORIZAÇÃO PARA DESCONTO EM FOLHA DE PAGAMENTO

CADASTRO DO ASSOCIADO

RE	POSTO	NOME	
ENDEREÇO (Avenida, Rua, Número, Complemento)			BAIRRO
CPF		E-MAIL	
CIDADE	CEP	FONE:	OPM
ASSINALE COM UM (X) DE ACORDO COM SUA POSIÇÃO OU GRADUAÇÃO ATUAL			
<input type="checkbox"/> R\$ 4,13 Aluno-Oficial, Cabo, Soldado	<input type="checkbox"/> R\$ 6,20 Subtenente, Sargento	<input type="checkbox"/> R\$ 9,65 Capitão, Tenente, Aspirante Oficial	<input type="checkbox"/> R\$ 13,78 Oficial Superior

AUTORIZO a PMESP e a SPPREV a implantar e/ou alterar em folha de pagamento a consignação acima sob o código 097182-0 - Associação Beneficente Pró-Saúde Policial Militar do Estado de São Paulo - PRÓ-PM.

Em ____ / ____ / 20 ____

ASSINATURA DO ASSOCIADO



CARTA-RESPOSTA
NÃO É NECESSÁRIO SELAR

O SELO SERÁ PAGO POR:
Associação Beneficente Pró-Saúde Policial-Militar do Estado de São Paulo

AC SANTANA
CEP 02013-999 - São Paulo - SP

VIAJE COM CVC

NA CVC, MOMENTOS QUE VALEM MUITO CUSTAM POUCO.

publicis

OFERTAS ESPECIAIS PAGANDO EM ATÉ 10X SEM JUROS.

PORTO SEGURO

5 dias – Saídas diárias

Inclui passagem aérea, transporte aeroporto/hotel/aeroporto e hospedagem com café da manhã no Hotel Casablanca Porto Seguro.

A PARTIR DE
10X SEM JUROS **59**, REAIS

À vista R\$ 590.

SALVADOR

5 dias – Saídas diárias

Inclui passagem aérea, transporte aeroporto/hotel/aeroporto e hospedagem com café da manhã no Hotel Sol Plaza Sleep.

A PARTIR DE
10X SEM JUROS **79**, REAIS

À vista R\$ 790.

NATAL

8 dias – Saídas diárias

Inclui passagem aérea, transporte aeroporto/hotel/aeroporto, hospedagem com café da manhã no Hotel Aram Residence e passeio em Natal.

A PARTIR DE
10X SEM JUROS **119**, REAIS

À vista R\$ 1.190.

RIO DE JANEIRO

2 dias – Saídas diárias

Inclui passagem aérea e hospedagem com café da manhã no Hotel Pouso Real.

A PARTIR DE
10X SEM JUROS **37**, REAIS

À vista R\$ 370.

FOZ DO IGUAÇU

4 dias – Saídas diárias

Inclui passagem aérea, transporte aeroporto/hotel/aeroporto, hospedagem com café da manhã no Hotel Mirante e passeio pela cidade.

A PARTIR DE
10X SEM JUROS **69**, REAIS

À vista R\$ 690.

MACEIÓ

8 dias – Saídas diárias

Inclui passagem aérea, transporte aeroporto/hotel/aeroporto, hospedagem com café da manhã no Hotel Lagoa Mar e passeio pela cidade.

A PARTIR DE
10X SEM JUROS **119**, REAIS

À vista R\$ 1.190.

FORTALEZA

8 dias – Saídas diárias

Inclui passagem aérea, transporte aeroporto/hotel/aeroporto, hospedagem com café da manhã na Pousada Bellomar e passeio pela cidade.

A PARTIR DE
10X SEM JUROS **99**, REAIS

À vista R\$ 990.

CALDAS NOVAS

4 dias – Saídas diárias

Inclui passagem aérea, transporte aeroporto/hotel/aeroporto, hospedagem com café da manhã no Hotel Hot Star Plaza e passeio pela cidade.

A PARTIR DE
10X SEM JUROS **69**, REAIS

À vista R\$ 690.

VITÓRIA

3 dias – Saídas diárias

Inclui passagem aérea e hospedagem com café da manhã no Hotel Slaviero Slim Alice Vitória.

A PARTIR DE
10X SEM JUROS **49**, REAIS

À vista R\$ 490.

CVC NOVA CANTAREIRA.....(11) 2691-9398

AV. ÁGUAS DE SÃO PEDRO, Nº53 – LOJA 7 – ESQUINA COM AV. NOVA CANTAREIRA

Prezado cliente: preços por pessoa, com hospedagem em apartamento duplo, com saídas de São Paulo. Preços, datas de saída e condições de pagamento sujeitos a reajuste e disponibilidade devido ao fechamento publicitário 22/7/2015. Condições para pagamento: parcelamento 0+10 vezes sem juros no cartão de crédito ou 1+9 no boleto bancário. Sujeito a aprovação de crédito. Preços para saídas: Porto Seguro 20 e 27/setembro; Salvador 16/setembro; Natal 23, 24 e 25/setembro; Maceió 19 e 20/setembro; Fortaleza 26/setembro; Foz do Iguaçu 21/outubro; Caldas Novas 24/setembro; Rio de Janeiro 5 e 12/setembro; Vitória 11/setembro. Taxas de embarque cobradas pelos aeroportos não estão incluídas nos preços e deverão ser pagas por todos os passageiros. Ofertas de lugares limitadas e reservas sujeitas a confirmação.

CVC

sempreComVC

cvc.com.br

Sinta-se em casa



Atendimento personalizado, amplas acomodações e preço atraente, fazem da **CASA DE APOIO HORTÊNCIA D'ASTI DE LIMA** sua melhor opção de hospedagem na Capital.

Está localizada em local estratégico, entre as estações do metrô Tiradentes e Armênia, pertinho da Caixa Beneficente e da sede da União das Pensionistas.



Casa de Apoio

HORTÊNCIA D'ASTI DE LIMA

Rua Alfredo Maia, 349 - Luz - São Paulo

Reservas: (11) 3311-4020