

revista

PRÓ-PM

saúde • benefícios • assistência



Ano 12 | Edição 42 | MAR-ABR 2015

Objetivos alinhados

Comando-Geral e PRÓ-PM:
Cel PM Ricardo Gambaroni
reforça parceria e garante
apoio ao trabalho da Instituição

15 ANOS DE LUTAS E CONQUISTAS

Novos equipamentos, contratações e treinamentos: saiba como a PRÓ-PM tem contribuído com os Órgãos de Saúde da Polícia Militar; em 2014, investimento foi superior a R\$ 1 milhão

Daron

Aparelhos Auditivos

Ouça os sons da vida!



CIC (Microcanal)



ITC (Intracanal)



MiniRite (Microretro-auricular)



A Daron do Brasil e a PRÓ-PM cuidam de quem cuida de São Paulo

Descontos de até 15% para associados

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
Tel 1: (13) 3474-3038 Tel 2: (13) 98128-0822

www.darondobrasil.com.br

QUE TAL DIVULGAR O TRABALHO DA SUA EMPRESA OU INSTITUIÇÃO EM NOSSAS PÁGINAS?



Na "Revista PRÓ-PM", você tem o espaço de que precisa para se comunicar com o Policial Militar. Fale com a nossa equipe de Marketing e descubra como é fácil divulgar seus serviços em nossas publicações. Lembre-se: esse cantinho pode ser seu!

MARKETING – PRÓ-PM

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

**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**

Dr. Antonio Carlos Forte

DIRETOR VICE-PRESIDENTE

José D'ellia Filho

DIRETOR ADMINISTRATIVO

Cel PM José Carlos Bononi

DIRETOR DE COMUNICAÇÃO SOCIAL

Cel PM Mario Fausto Rodrigues Pinho

DIRETOR FINANCEIRO

Cel PM Waldir dos Santos

DIRETOR JURÍDICO

Cel PM Milton Cardoso Ferreira de Souza

DIRETOR TÉCNICO

Cel Med PM Luiz Toshimitsu Horita

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 Irló 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; Dr. Antonio Américo Barbosa de Oliveira; Cel PM Álvaro Batista Camilo; Marcelo Drügg; Barreto Vianna; Edison Ferreira da Silva; Professor Doutor Carlos Sérgio Chiattonne; Dr. Newton de Oliveira; Dr. Gilberto Carlos Leifert; Dr. José Roberto Ferraro; Maj PM Nair Dolores Grella 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 Agninaldo Nobre de Melo

MEMBROS

Secretário: Ten Cel PM Wanderley V. de Oliveira
Relator: Sr. Francinett Vidigal Junior
1º Suplente: Cel PM Raimundo Dourado
2º 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

Maj PM Valdíra Ferreira de Lima; Centro Odontológico; Hospital da Polícia Militar; Centro Médico; Centro de Reabilitação; UIS CPA/M-8

NA SAÚDE E NA DOENÇA

Em 2014, a PRÓ-PM comemorou seu 15º aniversário. A nossa trajetória, como bem reforça a capa desta edição, tem sido marcada por lutas e conquistas contínuas. Quando a Instituição nasceu, ainda sem sede e com um quadro enxuto de colaboradores, tinha por objetivo essencialmente evitar o sucateamento dos Órgãos de Saúde que atendem ao Policial Militar. Mais que isso, buscava efetivamente melhorar e modernizar essas Entidades que cumprem tão bem o papel de resguardar vidas.

Era, de fato, uma missão muito nobre, porém ainda carente de quem nela acreditasse ou por ela brigasse. Aos poucos, reunimos os primeiros associados. E, depois deles, passamos a receber mais e mais adesões. Quanto maior a arrecadação, maior se tornou nosso potencial de investir em aparelhagens, materiais e contratações. Quanto maior nosso potencial, maior nossa certeza de que estávamos e estamos cumprindo com o nosso objetivo.

Ao completar 15 anos de existência, a PRÓ-PM, representada por sua Diretoria, olha para trás com alegria e satisfação. Muito já foi feito até aqui para garantir que vocês, Policiais Militares, tenham tudo de que necessitam na saúde e na doença. Mas também sabemos que ainda há muito a ser feito.

A nova Diretoria da PRÓ-PM será composta em breve, mas, antes mesmo dessa definição, todos sabemos que o trabalho não pode parar. Para este ano, buscaremos ampliar ainda mais nosso quadro de associados, de forma que possamos arrecadar mais para investir mais.

A reformulação das nossas ferramentas de comunicação, notícia que você acompanha nesta edição, foi o primeiro passo para que possamos estreitar o relacionamento com a família Policial Militar. Além dessa matéria, nas próximas páginas você vai saber como foi o encontro com o Comando-Geral e terá a oportunidade de conhecer melhor o nosso trabalho, bem como alguns dos profissionais que atuam ao nosso lado.

Desejamos a você uma boa leitura!

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!



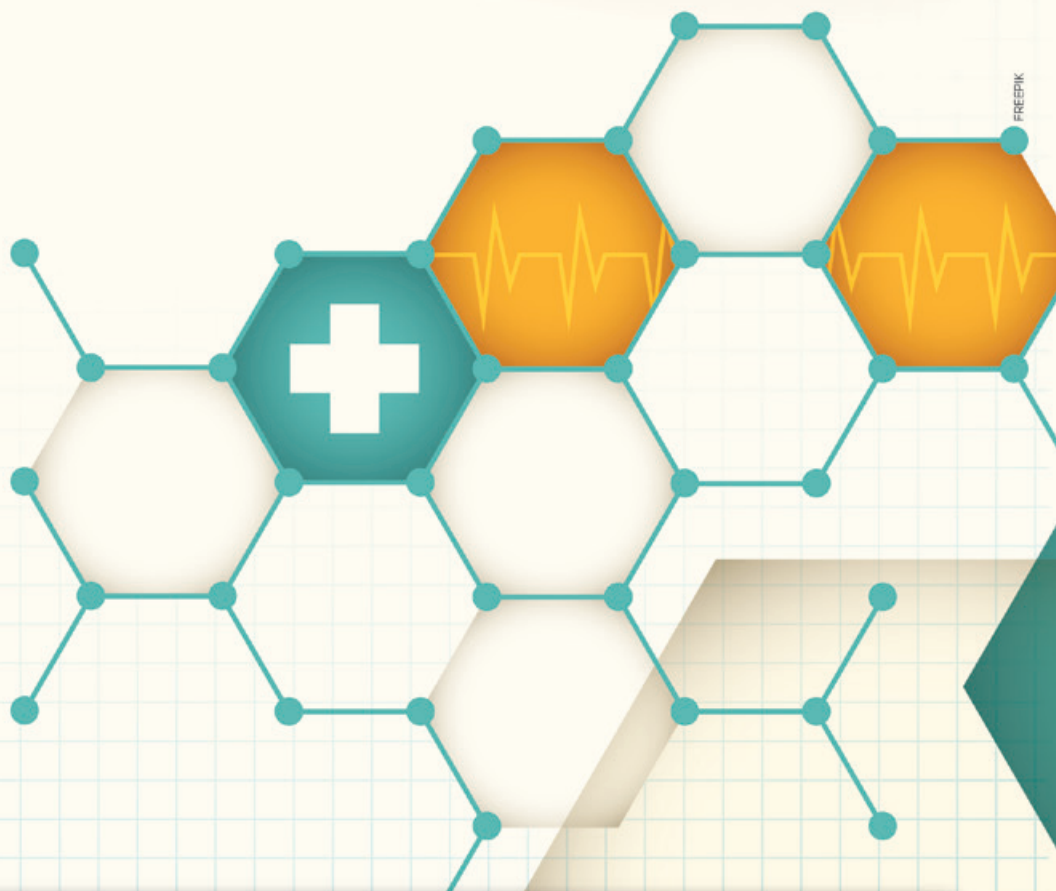
POLICIAL MILITAR, SEU PAPEL É ZELAR PELA SEGURANÇA DE TODOS; O NOSSO É ZELAR POR SUA SAÚDE E SEGURANÇA

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

MAR - ABR 2015



09



10



17

06

EM AÇÃO

Veja quais foram as primeiras entregas e ações da PRÓ-PM em 2015

07

MINHA HISTÓRIA

Atendido pelo CRPM, o 2º Sgt PM Osvaldo Pereira Rosa Junior recuperou a capacidade de andar

08

DESTAQUE

Mais informação: site e revista da PRÓ-PM foram reformulados. Acompanhe!

09

ESPECIAL

Comando-Geral da PM se reúne com a Diretoria da PRÓ-PM para alinhar objetivos

10

CAPA

Confira o depoimento de quem tem visto, de perto, o importante trabalho da PRÓ-PM

13

PAPO CABEÇA

Autoestima em falta? Descubra por que valorizar a si mesmo é tão importante

14

BEM-ESTAR

Você sabia que o bom humor acontece por um processo químico? Confira!

16

MEMÓRIA

Saiba como a Força Pública contribuiu para combater a Gripe Espanhola em 1918

17

NOSSA GENTE

O anestesista Gilberto Sadala, contratado pela PRÓ-PM, conta sua experiência no HPM

PRÓ-PM entrega equipamentos no C Odont e no DAS/QG

A PRÓ-PM iniciou 2015 com força total. No último dia 10 de fevereiro, a Instituição, representada por seu Diretor Financeiro, o Coronel PM Waldir dos Santos, esteve no Centro Odontológico (C Odont) e também na Unidade Integrada de Saúde do Departamento de Suporte Administrativo do Comando-Geral (DSA/QG) para realizar as primeiras entregas de equipamentos do ano.

Ao Centro Odontológico, foram doados um compressor, um aparelho de radiografia, três kits acadêmicos, cinco canetas de alta rotação, sete fotopolimerizadores, dois amalgamadores, dois localizadores apical, uma seladora, uma mini incubadora e dois motores endodônticos. Adquiridos para atender a uma demanda apresentada pela Entidade, esses produtos possibilitarão aos especialistas que realizem o tratamento e o acompanhamento odontológico com mais agilidade e qualidade.

Por sua vez, o DAS do Comando-Geral recebeu três canetas de alta rotação, um fotopolimerizador e uma mini incubadora. A solicitação para a compra desses equipamentos havia sido apresentada à Diretoria da PRÓ-PM, que submeteu o pedido à análise e o atendeu rapidamente. Fique de olho nas próximas edições da “Revista PRÓ-PM” e descubra como sua colaboração beneficia diretamente a todos os Órgãos de Saúde da Polícia Militar!

DOUTORAÇÃO



Canetas de alta rotação foram doadas para atender demanda de ambas as Entidades



CENTRO MÉDICO/CONTINGÊNCIA



Hidratação facial e outros tratamentos estéticos foram disponibilizados para as colaboradoras

PRÓ-PM homenageia colaboradoras do HPM no Dia Internacional da Mulher

Uma ação para lá de especial homenageou a todas as colaboradoras alocadas no Centro Médico. Nos dias 09, 10 e 11 de março de 2015, a Entidade comemorou o Dia Internacional da Mulher e, como não poderia deixar de ser, recebeu total apoio da área de Marketing da PRÓ-PM.

Com a ajuda de empresas parceiras, como o Spa Urbano Toninha Nunes, a Instituição ofereceu tratamentos estéticos gratuitos para as profissionais do HPM e ainda distribuiu vouchers a serem utilizados no SPA. Uma cesta de produtos da marca Toninha Nunes e outra, com chocolates Munik, foram sorteadas entre as participantes.

Na entrada do evento, um banner preparado pela PRÓ-PM dizia: “toda mulher é uma fada que vive entre fantasia e realidade, trazendo aos que a rodeiam vida, beleza, amor e liberdade”.

CADA PASSO, UMA VITÓRIA



CRPM: assim como o 2º Sgt PM, outros dois mil Policiais Militares são atendidos todos os anos pela Entidade

Ferido durante uma ocorrência, o 2º Sgt PM Osvaldo Pereira Rosa Junior recebeu tratamento no Centro de Reabilitação e, hoje, afirma: “aprendi a andar de novo”

Por Geisa D’avo

No dia 06 de dezembro de 2013, a vida do 2º Sargento PM Osvaldo Pereira Rosa Junior mudou por completo. Chamado para auxiliar numa perseguição a uma motocicleta, o Policial posicionou sua viatura de forma a bloquear a passagem do suspeito. Porém, na tentativa de escapar, o piloto perdeu o controle do veículo, que acabou por atingir o 2º Sgt PM. Socorrido imediatamente, ele chegou ao hospital com ambas as pernas bastante lesionadas.

“Fiquei em coma por 13 dias. Nesse período, meus rins e pulmões pararam de funcionar e, aos poucos, voltaram. Fui transferido para o Hospital da Polícia Militar (HPM) e, lá, fui informado de que a minha perna direita havia começado a necrosar, o que tornaria necessária a amputação”, conta o PM. “No começo, foi muito difícil. A gente pensa que o mundo desabou”.

“Disseram que eu teria uma vida normal e, graças a Deus, é assim que vivo hoje”

‘Hoje, você está pronto’

Muito abalado com os acontecimentos, ainda no HPM, o Policial recebeu a visita dos profissionais do Centro de Reabilitação (CRPM). Ouviu, da equipe, que teria acesso a todo o tratamento necessário para que recuperasse as funções e pudesse viver tranquilamente. E, de fato, a promessa se cumpriu.

Cada etapa do acompanhamento médico foi pensada para que o 2º Sgt PM conseguisse reabilitar a perna esquerda e, também, pudesse se adaptar à prótese inserida em substituição à perna direita. Com três sessões semanais de fisioterapia, o Policial começou a apresentar melhora rápida e efetiva.

Durante a jornada, uma lembrança marcante não sai da cabeça de Osvaldo. “Depois que minha perna esquerda começou a ficar mais forte, o fisioterapeuta disse: ‘Hoje, você está pronto e vai ficar em pé novamente’. Fui para a sessão e consegui! A sensação foi muito boa. De lá para cá, aprendi a andar de novo”.

Apoio indispensável

Liberado do tratamento em outubro do ano passado, o Policial, que é casado e tem uma filha de nove anos, acredita que o apoio de sua família e do CRPM fizeram muita diferença. “A amputação me deixou abatido, mas a atenção que recebi da equipe médica foi muito importante. Disseram que eu teria uma vida normal e, graças a Deus, é assim que vivo hoje. Vou para todo lado, dirijo, faço de tudo. Minha filha, no começo, ficou muito chateada, mas, agora, eu brinco com ela, levo para a escola, mostro que ficou tudo bem”, conta.

Assim como o 2º Sgt PM, cerca de dois mil Policiais Militares – veteranos ou ativos, feridos dentro ou fora do horário de trabalho – são atendidos todos os anos pelo CRPM. Fundada há dez anos, a Entidade conta com o apoio total da PRÓ-PM para dar continuidade às suas atividades.

DE CARA NOVA

Com site e revista renovados, PRÓ-PM estreita comunicação com Policiais Militares e reforça transparência

No último dia 23 de fevereiro, a PRÓ-PM lançou oficialmente seu novo site. O endereço continua o mesmo (www.propm.org.br), mas a estrutura e a aparência foram completamente renovadas com o objetivo de tornar o acesso mais intuitivo e dinâmico. A partir das mudanças, ficou mais fácil compreender a importância do trabalho desenvolvido pela Instituição, bem como acompanhar de perto todas as novidades e investimentos realizados – já que, agora, o conteúdo é atualizado constantemente.

“No ano passado, decidimos que estava na hora de rever nosso plano de comunicação para que pudessemos ficar ainda mais próximos dos nossos associados e, também, de todos os Policiais Militares que pretendem aderir à PRÓ-PM”, explica o Coronel PM Mario Fausto Rodrigues Pinho, Diretor de Comunicação da Instituição.

No novo site, é possível conhecer a história e o estatuto da PRÓ-PM, bem como conferir quais são

e como funcionam as Entidades por ela beneficiadas. Depoimentos de voluntários e de outros profissionais que integram a equipe também estão disponíveis. Além disso, matérias e reportagens sobre qualidade de vida e bem-estar são publicadas periodicamente no endereço. Por fim, os visitantes ainda têm a oportunidade de acessar edições antigas da “Revista PRÓ-PM”, enviar dúvidas e sugestões e imprimir o formulário de adesão.

De cara nova

Outra novidade concebida pela Diretoria para 2015 foi a reformulação do projeto gráfico dessa publicação que você, leitor, tem em mãos nesse momento. A “Revista PRÓ-PM” passou por importantes mudanças e, agora, está com o visual mais leve e fluido. O conteúdo também ficou diferente: além de matérias relacionadas à Instituição, reportagens especiais com temas diversos e textos que versam especificamente sobre hábitos de vida mais saudáveis têm espaço garantido.

Destaque para a coluna “Memória” (veja na página anterior), de autoria do jornalista e Coronel PM Geraldo de Menezes que, desde julho de 2014, colabora com a Diretoria de Comunicação Social da PRÓ-PM. Nesta seção, o Coronel, que também é Editor-Chefe da publicação, abordará curiosidades e momentos marcantes da história da Polícia Militar do Estado de São Paulo.

Vale lembrar que todas essas novidades estão plenamente alinhadas com um importante objetivo da PRÓ-PM. Ao renovar as ferramentas de comunicação, ela torna ainda mais evidente seu comprometimento com a transparência administrativa, o que colabora para que o Ministério da Justiça (MJ) reconheça a PRÓ-PM como Organização da Sociedade Civil de Interesse Público (OSCIP) – solicitação protocolada junto ao órgão no ano passado.

Assim que obtiver o título, a PRÓ-PM terá maior facilidade, agilidade e confiabilidade nas negociações de novas parcerias e convênios com entidades públicas federais, estaduais e municipais. Da mesma forma, poderá usufruir de doações realizadas por empresas da iniciativa privada por meio dos mecanismos do Imposto de Renda.

Antes e depois

Veja o que mudou nas ferramentas de comunicação da PRÓ-PM.

site



ANTES



DEPOIS

Nova versão do site (à dir.) estreou no fim de fevereiro e ficou mais intuitiva e dinâmica em relação ao modelo anterior

revista



ANTES



DEPOIS

Com novo projeto gráfico (à dir.), “Revista PRÓ-PM” está mais leve e fluida

PARCERIA CONSOLIDADA

Associado à PRÓ-PM, o Cmt-Geral Cel PM Ricardo Gambaroni recebeu a Diretoria da Instituição no mês de fevereiro e reafirmou a importância do trabalho conjunto

Ainda não existem pesquisas ou estudos consolidados capazes de apontar com precisão as doenças e enfermidades mais comuns entre os Policiais Militares. No entanto, um aspecto tem chamado a atenção da Diretoria de Saúde: via de regra, ao ingressar na Corporação, esses profissionais apresentam índices físicos e condições de saúde acima da média em relação à população brasileira; porém, ao longo da carreira, acabam por se deparar com uma realidade exatamente oposta. Obesidade, problemas cardiovasculares e diabetes são exemplos das dificuldades que se manifestam com o passar do tempo. A preocupação com os aspectos diferenciados que comprometem a qualidade de vida da família Policial Militar foi um dos temas debatidos durante o encontro entre a Diretoria da PRÓ-PM e o Comando-Geral da PM do Estado de São Paulo, realizado no último dia 11 de fevereiro de 2015.

Na ocasião, o Coronel PM Ricardo Gambaroni, designado Comandante-Geral no início do ano e associado desde a sua fundação, falou sobre a importância de atender e tratar adequadamente aos Policiais Militares tendo em vista justamente as ameaças inerentes à profissão. “Nossa população está exposta a riscos distintos em relação ao cidadão comum; isso, por si só, já é suficiente para que tenha acompanhamento médico específico. Queremos fazer o melhor pela saúde do Policial Militar e a PRÓ-PM é uma grande parceira nesse sentido”, afirmou o Cel PM Gambaroni.

O encontro foi agendado para que a PRÓ-PM pudesse apresentar oficialmente o trabalho que tem desenvolvido em prol do sistema de saúde Policial Militar, bem como para alinhar objetivos e solicitar o apoio do Comando-Geral. Diretor de Comunicação da PRÓ-PM, o Coronel PM Mario Fausto Rodrigues Pinho aproveitou a oportunidade para reforçar a longevidade do serviço prestado pela Instituição.

“Nossa Entidade trabalha continuamente para suprir, com agilidade e tecnologia, as eventuais deficiências relacionadas à área de saúde. Os investimentos feitos pela PRÓ-PM têm sido de fundamental importância para que o sistema de atendimento médico disponível ao Policial Militar tenha infraestrutura da melhor qualidade”, disse o Cel PM Pinho.

Também presente ao encontro, o Subcomandante e Chefe do Estado-Maior Cel PM Francisco Alberto Aires Mesquita falou ainda sobre a importância do planejamento conjunto



Diretoria da PRÓ-PM e Comando-Geral reforçam parceria durante reunião

“Nossa população está exposta a riscos distintos em relação ao cidadão comum”, afirmou o Comandante-Geral

entre a Diretoria de Saúde e a PRÓ-PM. “Estamos trabalhando para identificar os verdadeiros gargalos do atendimento médico prestado na Corporação de forma que possamos estabelecer quais investimentos são prioritários; assim, conseguiremos otimizar a ajuda oferecida pela PRÓ-PM”, afirmou o Cel PM Mesquita. Ao final da reunião, o Coronel PM Ieros Aradzenka, Chefe de Gabinete do Comando-Geral, concluiu: “Lembro-me de quando a Instituição nasceu e, hoje, tenho muita alegria e satisfação em saber que a PRÓ-PM é uma iniciativa que deu certo”.

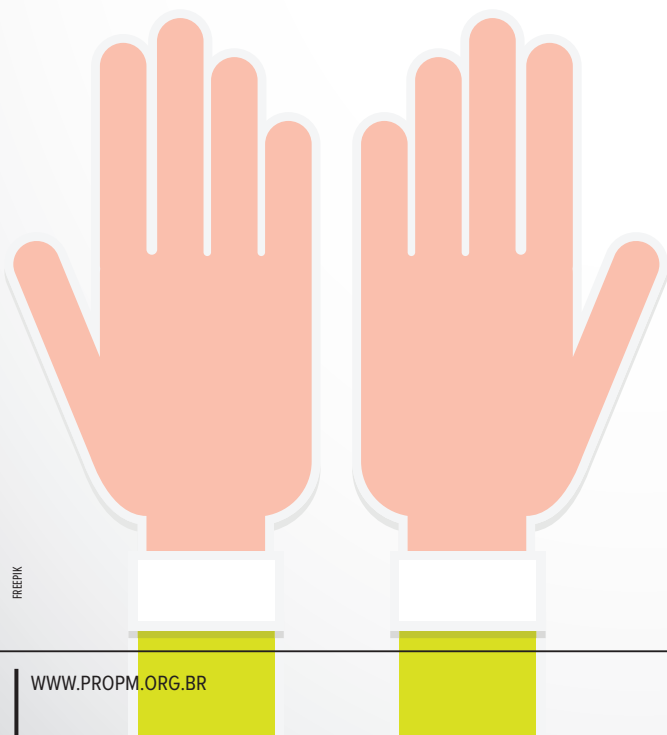
Além do Cel PM Pinho, a PRÓ-PM foi representada no encontro pelo Dr. Antonio Carlos Forte (Diretor Presidente), José D’Elia Filho (Diretor Vice-Presidente), Coronel PM Waldir dos Santos (Diretor Financeiro), Coronel PM Milton Cardoso Ferreira de Souza (Diretor Jurídico), Coronel PM José Carlos Bononi (Diretor Administrativo) e Coronel PM Antonio Bernardes de Souza (Gerente Administrativo).



VOCÊ **AJUDA**, ELES **AGRADECEM!**

Em 15 anos de trabalho, a PRÓ-PM tem se dedicado a atender demandas pontuais e emergenciais dos Órgãos de Saúde da Polícia Militar; veja o depoimento dos profissionais que atuam nessas Entidades e descubra por que eles são gratos aos associados

Por Geisa D'avo



Que você faria com R\$ 4,13? Para responder a essa pergunta, vale a pena usar a imaginação. Um cafezinho, um lanche ou a edição do jornal do dia, por exemplo, saem mais ou menos por essa quantia. De qualquer forma, um gasto tão pequeno passaria quase despercebido no seu orçamento, não é mesmo? Acredite: para a PRÓ-PM, esse valor – correspondente à contribuição mensal mínima solicitada aos associados – faz toda a diferença.

Só no ano passado, a Instituição, que não tem fins lucrativos, arrecadou e investiu mais de R\$ 1 milhão na infraestrutura dos Órgãos de Saúde da Polícia Militar. O balanço final, submetido a auditoria independente, será apresentado em Assembleia Geral nos próximos dias. Porém, os números prévios já indicam resultados bastante positivos.

Ao longo de 2014, ano em que comemorou seu 15º aniversário, a PRÓ-PM comprou e entregou nada menos que cinco Motores Reciproc, cinco Conjuntos Odontológicos, 14 Fotopolimerizadores, 9 Autoclaves, 13 Mochos, quatro Aparelhos de Ultrassom e 15 Canetas de Alta Rotação. A negociação de descontos no momento da aquisição desses e de outros equipamentos, como microscópios, carros-maca, mesas e arcos cirúrgicos, trouxe uma economia de quase 15% em relação ao gasto inicialmente previsto.

Ao todo, 25 Unidades Integradas de Saúde da Capital e do Interior do Estado de São Paulo foram diretamente beneficiadas com a chegada dos itens adquiridos. Além disso, a PRÓ-PM patrocinou 80% do valor de quatro cursos de especialização voltados a profissionais da área médica que atuam nos Órgãos de Saúde da PM. Por fim, o Centro de Apoio Social recebeu investimento total de R\$ 212.745 – revertidos à contratação de uma equipe de psicólogos que lá atua.

Arrecadar para investir

Todo esse trabalho tem sido de fundamental importância para garantir a qualidade do sistema de saúde oferecido à família Policial Militar. Embora também tenham o respaldo do Governo do Estado, o Hospital da Polícia Militar, o Centro de Reabilitação, o Centro Odontológico, as Unidades Integradas de Saúde e o Centro de Apoio Social apresentam demandas pontuais e emergenciais – as quais exigiriam tempo e alguma burocracia para serem atendidas pelas vias governamentais.

É aí que entra a PRÓ-PM: em contato direto com a Diretoria de Saúde, a Instituição recebe as solicitações do que se faz necessário em cada Entidade, define prioridades e, en-

tão, custeava as aquisições, contratações e treinamentos conforme o solicitado. Esse processo, evidentemente, é acompanhado de perto pelos membros da Diretoria, que definem a estratégia a ser adotada para cada investimento.

Não à toa, a seriedade e transparência nas negociações são marcas registradas da PRÓ-PM – que conta com a ajuda dos Policiais Militares para engrossar sua principal fonte de arrecadação. Por conta disso, depois de sete anos sem reajustes, em setembro de 2014, o valor de contribuição dos associados à PRÓ-PM passou por alterações. A quantia mínima, até então afixada em R\$ 3, subiu para R\$ 4,13, enquanto a máxima, antes estipulada em R\$ 10, mudou para R\$ 13,78.

O número crescente de adesões é prova do reconhecimento do esforço e dedicação da Instituição. Em dezembro de 2009, o quadro associativo era composto por 47.606 contribuintes. Ao fim de 2014, a PRÓ-PM somava 53.690 associados – crescimento de quase 13% em apenas cinco anos.

Em 15 anos, a Instituição consolidou uma história de lutas e conquistas. A seguir, você confere o que dizem os profissionais alocados nos Órgãos de Saúde da PM sobre esse trabalho conjunto, que tem garantido a modernização do sistema médico disponível a todos os homens e mulheres da Corporação.

Unidade Integrada de Saúde do CPA/M-8

Major Médico PM Luiz Fernando Adde
Chefe da UIS

“ A Unidade Integrada de Saúde do CPA/M-8 atende a 15 municípios da região de Osasco. Ao todo, cerca de 4.300 Policiais Militares estão diretamente vinculados a esse Comando – o que gera uma demanda consideravelmente grande para a nossa UIS.

Há cerca de um ano, vislumbramos a possibilidade de reformá-la e expandi-la. Queríamos oferecer atendimentos mais complexos. Hoje, isso se tornou realidade. Temos espaço, equipamentos e profissionais para realizar mais consultas, bem como pequenos procedimentos ambulatoriais.

Com a ajuda da PRÓ-PM, pudemos modernizar e aprimorar o atendimento odontológico. A Instituição nos forneceu um equipamento de radiografia, que possibilitou o diagnóstico mais preciso das condições apresentadas por cada paciente. Antes, sem o aparelho, precisávamos encaminhá-los ao Centro Odontológico. Agora, de acordo com a complexidade do problema, já conseguimos tratá-los da forma adequada e na mesma hora. A PRÓ-PM foi essencial para que alcançássemos o nosso objetivo. ”



Aparelho de radiografia melhorou diagnósticos e tratamentos

Centro Médico

Tenente Coronel Médico PM Sérgio da Silva Martins
Chefe Interino do CM



Investimentos da PRÓ-PM ajudaram a modernizar parque tecnológico do Centro Médico

“ O Centro Médico é o Órgão responsável por receber e tratar de todos os Policiais Militares do Estado. Por mês, seis mil consultas são realizadas em nosso ambulatório e outros quatro mil atendimentos acontecem no Pronto Socorro. Nesse mesmo período, o Centro Cirúrgico dá conta de operar cerca de 200 pacientes. A isso tudo somam-se outros procedimentos como endoscopias, radiografias e tomografias, totalizando uma média de 30 mil exames laboratoriais mensais.

Como se vê, a demanda é imensa e parceiros como a PRÓ-PM são primordiais para que possamos atendê-la. Desde que a Instituição foi fundada, temos absoluta certeza de que a família Policial Militar foi muito beneficiada. Isso porque, com essa ajuda, conseguimos renovar e modernizar nosso parque tecnológico.

Recebemos, da PRÓ-PM, investimentos direcionados a todas as especialidades: anestesia, dermatologia, cardiologia, oftalmologia, entre outras. Para 2015, já apresentamos a nossa previsão do que será necessário em termos de compras e equipamentos. Esperamos contar com o apoio da Instituição para dar continuidade a esse importante trabalho! ”

Centro Odontológico

**Tenente Coronel Dentista PM
Edson Chammas**
Chefe do C Odont



Radiografia digital agilizou atendimentos

“O Centro Odontológico oferece aos Policiais Militares todas as especialidades, das mais simples às mais complexas. Entre praças e oficiais, nossa equipe conta com 173 profissionais. Estou alocado nessa Entidade há 35 anos e, desde que a PRÓ-PM passou a colaborar com nosso trabalho, tivemos um salto tecnológico muito grande. Pelas vias normais do Tesouro do Estado, teria sido bem mais difícil conseguir alguns dos equipamentos de grande complexidade dos quais dispomos hoje, todos fornecidos pela PRÓ-PM.

Quatro anos atrás, por exemplo, a Instituição custeou a aquisição de um aparelho de radiografia digital. Por meio dele, os nossos especialistas conseguem acessar os exames ao mesmo tempo e de qualquer computador, o que tem contribuído muito para a qualidade e a agilidade do tratamento. Além disso, o aparelho reduziu o impacto ambiental, já que dispensou a revelação do Raio-X, feita com produtos poluentes.

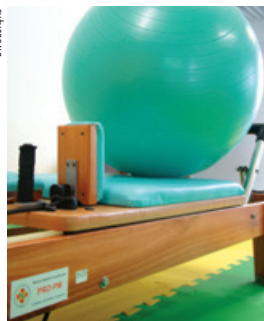
Também com a ajuda da PRÓ-PM, já realizamos cirurgias microscópicas e outros procedimentos bastante modernos. Temos sido prontamente atendidos pela Instituição e esperamos contar, cada vez mais, com esse apoio indispensável.”

Centro de Reabilitação da Polícia Militar

Major PM Soraya Corrêa Alvarez
Subchefe do CRPM

“Dez anos atrás, quando começamos o trabalho no Centro de Reabilitação da Polícia Militar, não tínhamos apoio governamental suficiente para adquirir todos os equipamentos de que precisávamos. Já naquele momento, a PRÓ-PM se mostrou uma parceira incrível porque financiou diversos aparelhos fundamentais aos tratamentos que oferecemos.

Hoje, a Instituição tem nos ajudado essencialmente com o custeio de cursos e especializações voltados aos nossos profissionais. Em 2014, por exemplo, a PRÓ-PM patrocinou um Curso de Reabilitação Esportiva de lesões no joelho, um método que se mostrou muito eficaz também para o tratamento de Policiais Militares. Após o treinamento, nossa equipe conseguiu reduzir em até 40% o tempo de recuperação de alguns pacientes. Todo o conhecimento absorvido neste curso foi e será muito útil, já que as lesões de joelho e coluna são as mais comuns no CRPM.



Curso reduziu em até 40% tempo de recuperação de pacientes

“O nosso quartel tem alma. Olhamos sempre além do paciente com o objetivo de garantir a eficiência do tratamento multidisciplinar. A PRÓ-PM é, até hoje, uma das nossas maiores parceiras nessa batalha.”

Centro de Apoio Social

Major PM Valdira Lima
Chefe Interina do CAS

“O Centro de Apoio Social é responsável pelo atendimento social e psicológico da Polícia Militar do Estado de São Paulo. O acompanhamento psicológico, especificamente, é realizado na sede e nos Núcleos de Atendimento Psicossociais distribuídos pela Grande São Paulo e no Interior.

A parceria com a PRÓ-PM, a quem somos muito gratos, existe há cinco anos e é de extrema importância para o desenvolvimento das nossas atividades. Isso porque, desde 2010, a Instituição nos apoia com a contratação de cinco psicólogas civis. Essa ajuda faz toda a diferença já que não temos condições de atender à crescente demanda por acompanhamento psicológico, que é extremamente diferenciada e necessária.

Não é possível quantificar em números o valor desse trabalho, mas é possível afirmar que, a partir dele, beneficiamos diretamente a todos os Policiais que procuram o nosso Centro. Só em 2014, foram realizados 7.632 atendimentos pelo CAS e 12.223 pelos Núcleos de Atendimento Psicossociais.”



Psicólogas contratadas pela PRÓ-PM fazem a diferença



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

“EU FAÇO O QUE EU QUERO!” E VOCÊ?

A falta de autoestima pode prejudicar os relacionamentos e fazer com que fiquemos submissos às vontades alheias

Parafraseando uma amiga a quem admiro muito, começo esse bate-papo com uma das frases mais recorrentes em nossas conversas atuais: “eu faço o que eu quero”. Essa expressão está por todos os cantos, afinal, dá vida a um comportamento de maturidade e torna as pessoas mais livres em seus posicionamentos.

Porém, acho importante dizer que “fazer o que se quer” não é tão fácil assim. Principalmente porque somos treinados desde pequenos a fazermos justamente o que os outros querem que façamos – e isso é reforçado o tempo todo no decorrer das nossas vidas. A verdade é que essa relação de submissão à vontade alheia permeia a nossa vivência desde a infância até a fase adulta, seja no relacionamento com nossos pais, maridos (ou esposas), amigos, chefes ou colegas de trabalho.

Submeter-se, segundo o dicionário, quer dizer “*acatar ordens, privar de sua liberdade, tornar dependente*”. Ou seja: a relação de submissão nada mais é que uma relação de poder em que alguém “*priva de liberdade*” ou “*torna dependente*” um outro alguém. Pensem no peso dessas palavras. Pergunto, então: por que será que nos permitimos vivenciar e permanecer nessas relações?

Como anda a sua autoestima?

Muitas vezes nos deixamos conduzir pelo outro por comodismo, por não termos sido treinados ou, ainda, por falta de conhecimento, assertividade e coragem (aquela que vem do coração), entre tantas outras possíveis razões. Mas permitam-me apontar um aspecto que talvez seja a raiz de toda e qualquer submissão: a falta de autoestima.

É de extrema importância entendermos essa questão por que, a partir daí, se processam várias crenças que carregamos durante a vida. A autoestima refere-se às opiniões que nutrimos sobre nós mesmos e ao valor que acreditamos ter enquanto pessoas. Se ela está em falta, isso acaba por interferir negativamente nas nossas relações interpessoais.

As pessoas com pouca ou nenhuma autoestima rotulam-se negativamente, não se validam e ainda atribuem ao destino, ao acaso e à sorte os acontecimentos bons e positivos que se dão em suas vidas.

Embora nossa cultura nos ensine a procurar a aprovação dos outros, é importante nos validarmos e trabalharmos com essa voz crítica que insiste em nos derrubar. Necessário se faz identificarmos, em nós, qualidades e possibilidades de melhorias. E para que esse caminho seja, de fato, libertador, é preciso aprender a lidar com as emoções negativas, com a crítica dos outros e com os próprios erros de forma construtiva.

Quero lembrar que, para nos posicionarmos de forma assertiva e, enfim, fazermos o que realmente queremos, precisamos treinar a autoavaliação e autoaceitação – o que requer desconstruir e reconstruir a autoimagem que internalizamos ao longo da vida.

É necessário redescobrir a criança interior e deixá-la fluir, brincar, soltar-se para fazer o que se quer. A tarefa não é fácil, mas é possível, pelo menos em relação às suas vontades pessoais. Já se perguntou se você faz o que realmente quer? Comece, aos poucos, a fazer suas vontades naquilo que dependa só de você. Para nós, o mantra atual é: “Eu faço o que quero”.

Muita luz em seus caminhos!

BOM HUMOR NA CABEÇA!

Mais que um estado de espírito, o bem-estar, a alegria e a felicidade são também decorrentes de um processo químico que acontece em nosso organismo. Confira!

Por Geisa D'avo

Uns preferem ler, outros viajar e outros gostam mesmo é de dançar. Seja como for, o fato é que cada um de nós tem suas próprias fontes de prazer, aqueles programas que nos enchem de alegria e plenitude. Mas, por mais individuais que sejam nossas preferências, o bem-estar proporcionado por essas atividades é comum a todos nós. Ou seja: se você não vive sem cozinhar, enquanto a sua esposa ou marido adora assistir à televisão, por exemplo, essas diferentes tarefas desencadeiam um mesmo processo químico e biológico no cérebro de ambos e, então, trazem o mesmo tipo de satisfação.

Para entender melhor como isso acontece, basta lembrar um pouquinho das aulas de biologia. No cérebro há um complexo circuito de comunicação formado por uma quantidade incontável de neurônios. Como estão separados por pequenas fendas, os neurônios se conectam entre si com a ajuda dos neurotransmissores – substâncias produzidas e liberadas no cérebro que, entre outras coisas, regulam o nosso humor.

Por isso, sempre que você se sentir alegre, disposto, tranquilo ou relaxado, pode apostar: os neurotransmissores relacionados a essas sensações (como a serotonina, a dopamina, a noradrenalina e a endorfina) estão a pleno vapor dentro do chamado sistema límbico, região do cérebro que atua como gerenciadora das emoções e dos comportamentos sociais.

Evidentemente, por mais estimulado que esteja, o sistema límbico não é o único responsável pela sensação de bem-estar. Ou seja: nenhum neurotransmissor, sozinho, dá conta de produzir alegria ou satisfação, por exemplo. É necessário que haja um conjunto de fatores externos e internos compatível com essas emoções positivas para que tais substâncias entrem em ação.

A alimentação e o estilo de vida, claro, pesam nessa conta. A prática regular de atividades físicas combinada a um cardápio equilibrado são essenciais para que o nosso organismo produza a “química” da felicidade. Veja, a seguir, algumas dicas para manter o seu cérebro sempre bem-humorado!



CORRIDA

pelo prazer



A prática regular de atividades físicas promove benefícios que vão além do aspecto físico. Isso porque, sempre que nos exercitamos, o cérebro passa a liberar diversos neurotransmissores associados ao bom humor, em especial a endorfina. Essa substância tem vasto efeito positivo para o nosso organismo já que promove bem-estar, proporciona relaxamento e, ainda, melhora o sono e o desempenho sexual.

Outros neurotransmissores, como a serotonina e a noradrenalina, também são sintetizados pelo cérebro quando praticamos esportes. Ambos são essenciais à prevenção dos chamados distúrbios de humor, como a depressão e a ansiedade.

Dica: para estimular a liberação desses neurotransmissores a partir das atividades físicas, o ideal é investir em exercícios aeróbicos. Correr ou caminhar por cerca de 45 minutos, três vezes por semana, por exemplo, dão aquele gás ao bom humor.



PAIXÃO

À FLOR DA PELE

Se você já se apaixonou, sabe bem como esse sentimento parece indescritível. Mas, para a ciência, já é possível explicá-lo detalhadamente – pelo menos do ponto de vista biológico. De acordo com estudos, quando nos apaixonamos, ficamos essencialmente sob o comando do sistema límbico, gerenciador das nossas emoções, que passa a liberar altas doses de dopamina, endorfina e noradrenalina. É por isso que, ao sentir paixão, todo mundo fica mais sensível: a liberação desses neurotransmissores faz com que estejamos mais suscetíveis a demonstrar emoções.

CARDÁPIO DA

felicidade



Manter uma dieta equilibrada e variada também é decisivo para quem quer manter o alto astral. Alimentos como leite, ovos e leguminosas são fontes de triptofano e tirosina, aminoácidos essenciais à produção de serotonina e de noradrenalina, respectivamente. Mesmo o grupo dos tão temidos carboidratos colabora diretamente para o bom humor, já que também participa como precursor da síntese de serotonina. E a lista não para por aí.

Frutas e verduras são fontes de potássio, um mineral que ajuda a dar mais disposição ao organismo. Nos peixes, principalmente nos provenientes de águas frias (como o salmão, o atum e a sardinha), está o ômega-3, uma gordura essencial à modulação do humor. Já a carne vermelha é fonte de vitamina B12, nutriente que tem sido bastante associado à prevenção de quadros de depressão.





1918

Nos Estados Unidos, hospital improvisado recebia pacientes diagnosticados com a gripe

Fale com o autor

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



ARQUIVO PESSOAL

GRIFE ESPANHOLA E A FORÇA PÚBLICA

A epidemia que se alastrou por todo o mundo durante o ano de 1918 também atingiu o Brasil, onde foi enfrentada com a ajuda dos homens da Força Pública

Por Cel PM Geraldo de Menezes Gomes

O ano de 1918 foi marcado pela ocorrência de uma pandemia de gripe que dizimou milhões de pessoas em todo o mundo, a chamada ‘gripe espanhola’. O Brasil registrou número impressionante de vítimas. No município de São Paulo, muitas pessoas foram mobilizadas para os trabalhos de socorro aos doentes. A então Força Pública esteve em ambos os lados do triste acontecimento. Enquanto perdia muitos de seus homens, atingidos pela moléstia, parte de seu pessoal esteve empenhado em atividades de atendimento da população vitimada. Na época eram precárias as condições sanitárias do País, além de inexistirem medicamentos mais eficazes para debelar o mal, como os antibióticos, que só surgiram mais de 20 anos depois. Para se ter uma ideia da gravidade do problema, basta ver este pequeno registro de arquivo da época:

“(...) No dia 29 de outubro, o número de enterramentos ascendeu a 87 e chegou a cerca de 300 enterros por dia no auge da epidemia, sendo que a média normal anterior de enterramentos no ano de 1917 era de 27 enterros por dia, a média durante a epidemia foi de 178,6 enterramentos por dia”. (Relatório Oficial nº 477, APESP, Arquivo Privado Washington Luís)

A Ordem do Dia nº 19, de 23/1/1919, do Quartel General, publicou autorização do Secretário da Justiça e Segurança Pública, então uma pasta única, para o Comandante-Geral elogiar ofi-

ciais, inferiores, praças e práticos de farmácia da Corporação “pelos relevantes serviços que prestaram durante a última epidemia [SIC] de gripe”. Em publicação posterior da mesma natureza, o mal foi descrito como pandemia.

Ordens do dia correspondiam aos atuais boletins gerais, que publicam todas as alterações importantes da vida administrativa da Polícia Militar. As de 1919, quase cem anos passados, registraram muitos falecimentos decorrentes da tristemente famosa gripe, apontando como causas pneumonia gripal ou pleuropneumonia gripal. Chama a atenção, igualmente, o número de óbitos causados regularmente por tuberculose pulmonar e por febre tifoide, moléstias indicativas do mau quadro sanitário nacional da época.

De se notar, por curioso, o óbito de um sargento, constante da OD nº 12, de 15/1/1919, tendo como causa o “amolecimento cerebral”. Cabe aos médicos identificar o problema em termos atuais. A leigos pode sugerir a origem de antiga expressão popular, quando se atribui a alguém que não está bem da cabeça a condição de ter o “miolo mole”.

Segundo dados existentes na literatura especializada, registraram-se no Brasil aproximadamente 300 mil mortes relacionadas à pandemia. No cômputo mundial a gripe vitimou perto de 20 milhões de pessoas, cerca de 1,5% de toda a população da época.



AROUND PESSOAL

Médico anestesista foi contratado pela PRÓ-PM há cerca de um ano

O DECOLAR DA CIRURGIA

Contratado pela PRÓ-PM para atuar no HPM, o anestesista Gilberto Sadala compara seu trabalho ao pilotar de um avião: “você precisa estar atento a tudo o que acontece o tempo todo”

Por Geisa D’avo

Há cerca de um ano, o Hospital da Polícia Militar (HPM) passava por um momento delicado. De um lado, a fila de pacientes à espera de cirurgias, especialmente ortopédicas, aumentava consideravelmente; de outro, a falta de um quadro maior de médicos anestesistas impossibilitava o agendamento e a realização de mais intervenções. Foi então que a PRÓ-PM ofereceu ajuda à nossa casa de saúde e viabilizou a contratação do Dr. Gilberto Sadala Mendes.

Desde que chegou, o médico anestesista já participou de uma série de procedimentos eletivos e emergenciais. Além de ter colaborado efetivamente para a redução do tempo de espera por cirurgias nos joelhos e na coluna – algumas das principais demandas do HPM –, também auxiliou em intervenções gerais, urológicas, vasculares e oftalmológicas. A variedade de procedimentos em que atua, explica o Dr. Sadala, faz parte da rotina de sua especialidade.

“É um ambiente muito bom para se trabalhar”

Dr. Gilberto Sadala

“A anestesia é uma área muito completa porque interfere nos diversos aparelhos do organismo. Todos os órgãos são afetados por ela. É por isso que o anestesista deve ter um profundo conhecimento da fisiologia do corpo. Além disso, ele sempre necessita de uma visão geral do quadro de cada paciente para definir como procederá naquele caso em específico”, explica o médico.

De fato, pouca gente sabe, mas a participação do anestesista vai muito além das salas de cirurgias. Antes e depois da intervenção, os médicos dessa especialidade monitoram todos os aspectos das condições clínicas apresentadas por aqueles que vão passar ou já foram submetidos à operação. Também é papel deles acompanharem a recuperação pós-cirúrgica até que os pacientes sejam liberados de volta para casa.

“Hoje, a anestesia é um procedimento estável e seguro, mas também muito dinâmico. É possível compará-la com o decolar e pousar de um avião: quando o voo ou a cirurgia têm início, trata-se de um momento delicado que requer muita atenção. Depois, você acompanha para garantir a estabilidade. É preciso monitorar tudo o que acontece o tempo todo”, afirma o profissional do HPM.

Quase por acaso

Antes de se tornar anestesista, o Dr. Sadala buscava se especializar na área cardiovascular. Porém, no meio do caminho descobriu sua verdadeira paixão: “Entrei na cirurgia cardíaca por acaso e, em um dos estágios, tive aulas de anestesia; decidi que era aquilo o que queria fazer”.

Foi por acaso também que ingressou no HPM. Morador da Zona Norte de São Paulo, mesma região em que o Hospital está instalado, passava por ele com alguma frequência. Nem poderia imaginar que, um dia, faria parte do quadro de médicos nele alocados.

Hoje, enxerga com bons olhos a estrutura do Hospital: “Os profissionais têm uma qualidade técnica excelente. É um ambiente muito bom para se trabalhar. Além disso, temos muita liberdade para dialogar com a Direção. Isso traz muita segurança para os médicos e para os pacientes”. Seja sobre a anestesia ou sobre a Instituição Militar, o médico tem uma mesma opinião: “Só me arrependo de não tê-las conhecido antes”.

DOBRE AQUI E COLE - COLOQUE EM QUALQUER CAIXA DO CORREIO (não precisa selar)



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 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

DOBRE
AQUI

DOBRE
AQUI

Atendimento Interdisciplinar e Humanizado

Para a Cruz Azul,
compreender o ser
humano em sua totalidade
no presente é garantir
Saúde e Educação
com mais qualidade e
excelência no futuro.



www.craz.com.br

Saúde

Administração
Complexo Hospitalar Cambuci
Av. Lins de Vasconcelos, 356
São Paulo - SP
(11) 3348-4000

Educação

Administração
Colégio da Polícia Militar
Av. Cruzeiro do Sul, 400
Canindé - São Paulo - SP
(11) 3324-9600

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