

REVISTA

ACMOR



CARTA DO PRESIDENTE
CHEGAMOS A UMA NOVA ERA
NA GESTÃO DOS CONDOMÍNIOS

SUSTENTABILIDADE
CONSCIENTIZAÇÃO É A CHAVE
PARA A SUSTENTABILIDADE
EM CONDOMÍNIOS

ACESSIBILIDADE
MOBILIDADE E ACESSIBILIDADE
NOS CONDOMÍNIOS

CLÍNICA

Nara Marques

**BEM-ESTAR
BELEZA &
SAÚDE**

www.clinicanaramarques.com.br

SUMÁRIO

04 EDITORIAL

06 ACESSIBILIDADE

Mobilidade e acessibilidade nos condomínios

08 SUSTENTABILIDADE

Conscientização é chave para a sustentabilidade em condomínios

10 GESTÃO DE PESSOAS

Pessoas: o coração do seu condomínio

12 INTEGRAÇÃO

Espaço compartilhado: uma tendência nos condomínios

14 SEGURANÇA

Como evitar brechas para assaltos, furtos e arrastões



ASSOCIAÇÃO DE CONDOMÍNIOS COMERCIAIS
E RESIDENCIAIS DO MUNICÍPIO DE OSASCO E REGIÃO

Expediente

Editor Chefe: João Pereira Lima | **Coordenação Geral e Projeto Gráfico:** Ricardo Bravo | [bravocomunica \(www.bravocomunica.com.br\)](http://bravocomunica.com.br)
Os dados e conceitos emitidos nos artigos publicados são de responsabilidade exclusiva dos autores, não refletindo necessariamente a opinião da ACMOR.

Correspondência: A/C: Redação da Revista ACMOR | Av. dos Autonomistas, 896 - C.J. 1210 sala 02 - Vila Yara - Osasco - SP - CEP 06020-010
Telefone: (11) 98855-7117 | E-mail: (Assessoria de Comunicação) bravocomunica@bravocomunica.com.br

ACMOR - Associação de Condomínios Comerciais e Residenciais do Município de Osasco e Região

Presidente: João Pereira Lima | **Vice-Presidente:** João Candal de Lima | **Secretário:** Lau Alencar

Tesoureiro: José Roberto Ramos | **Conselheiros:** Laudemir Lino de Alencar / Marcos Antonio Faria / Roberto Cardozo

www.acmor.org.br



Fala Presidente!

Entrevista com o Presidente da Associação dos Condomínios ACMOR

Em entrevista, o presidente da Associação dos Condomínios, João Pereira Lima, fala sobre o trabalho realizado e quais são as principais metas à frente da Associação.

“Estamos dispostos a atender empresas, condomínios e projetos atuantes no município de Osasco e região. Temos o compromisso de fazer um trabalho que facilite o intercâmbio de síndicos com os órgãos públicos, capacitação do síndico, promover ações que proporcionem economia aos condomínios, moradores e unir síndicos, condomínios e empresas que prestam serviços para condomínios. Acreditamos em uma gestão sólida e profissional”.

O que é a ACMOR?

A ACMOR (Associação dos Condomínios Comerciais e Residenciais do Município de Osasco e Região), está localizada no município de Osasco. Criada em 2018, a ACMOR é uma entidade sem fins lucrativos, sem caráter político partidário ou religioso.

Por que ela foi criada?

Temos como meta organizar os condomínios associados como um grupo representativo na comunidade em que participam; promover a valorização de síndicos, moradores e funcionários de condomínios;

Quais são as ações já realizadas?

A discussão sobre a implantação da Associação teve início entre os anos de 2006 e 2007, e de lá pra cá conseguimos alcançar algumas conquistas; através do Poder Legislativo a implantação de leis no município, dentre elas, lei que institui o dia do Síndico, comemorado anualmente no dia 30 de novembro; Dia do zelador, no dia 11 de fevereiro; indicação para o executivo através da secretaria de Meio Ambiente para disponibilização de mudas de árvores para os condomínios interessados em ajudar na arborização da cidade.

Um outro ponto importante foi o nosso 1º encontro do síndico em 2007, onde levamos palestras e a expedição de certificados para todos os participantes.

Também indicamos para o legislativo a destinação de emenda parlamentar para o executivo no valor de R\$125 mil reais para reforma e estruturação da Van itinerante de Educação Ambiental e Bem-estar Animal, da secretaria de Meio Ambiente de Osasco. Projeto que visa promover a sensibilização ambiental nos condomínios e bairros do município, com a distribuição de cartilhas ambientais, mudas de plantas nativas e frutíferas.

Acho importante frisar que associação sempre esteve ao lado do seguimento apoiando e promovendo o desenvolvimento e a construção do conhecimento com responsabilidade. E o trabalho que teve início no ano de 2006, pretende continuar com mais inovação para o mercado condominial.

Quais são as principais atividades da ACMOR?

- Promover o ideal do cooperativismo entre os condomínios associados;
- Promover atividades que proporcionem economia aos condomínios e moradores, através de parcerias com fornecedores de produtos ou serviços;
- Promover cursos de qualificação aos síndicos e funcionários dos condomínios associados com fornecedores, através de palestras e eventos inerentes ao condomínio;
- Promover a integração entre os síndicos;
- Orientar e apoiar os síndicos nas suas tomadas de decisões;
- Promover eventos e ações sociais dirigidas aos síndicos, moradores e funcionários de condomínios;
- Apoiar as causas sociais que busquem a melhoria da qualidade de vida e meio ambiente na comunidade;
- Organizar e conduzir ações judiciais e extrajudiciais conjuntas, a fim de defender os interesses comuns dos condomínios associados;
- Valorizar os bons prestadores de serviços e fornecedores.

Importante salientar em que acreditamos como Associação, por isso, trabalhamos alinhados com nossa Missão, Visão e Valores.

Missão

Representar com excelência os condomínios comerciais e residenciais; buscar constantemente o desenvolvimento dos profissionais através de cursos de capacitação profissional, palestras informativas, congressos, workshops, promovendo conhecimento e gerando oportunidade profissional.

Proporcionar suporte técnico, dando representatividade e fortalecimento aos síndicos associados.

Visão

Auxiliar condomínios, promover a construção do conhecimento, da inovação e contribuir para uma cidade mais próspera e sustentável

Valores

Ética, transparência, construção do conhecimento, valorização e respeito aos síndicos do mercado condominial, comprometimento, disponibilidade para aprender e ensinar, responsabilidade, integridade, inovação e sustentabilidade.

Quero convidar todos os empresários, condomínios, síndicos e comerciantes de nossa cidade e região para associarem-se à ACMOR.



Um forte abraço!

Assista também nossa entrevista pelo Youtube:



https://www.youtube.com/watch?v=fRSs_Qn-W7I



A photograph of a person sitting in a yellow wheelchair on a paved surface. The person is wearing a grey long-sleeved shirt, brown pants, and white sneakers. They are holding the large rear wheel of the wheelchair. The background is slightly blurred, showing some greenery and a paved area.

Mobilidade e acessibilidade nos condomínios: um passo em direção à igualdade

Por: Lau Alencar

Secretário Municipal de Transportes e Mobilidade Urbana de
Osasco, e Presidente do Conselho Deliberativo da ACMOR

Nos últimos anos, a preocupação com a mobilidade e acessibilidade tem ganhado destaque em diferentes espaços, incluindo os condomínios. A busca por recursos que ofereçam condições igualitárias a todos, independentemente de suas necessidades especiais, tem se tornado uma demanda cada vez mais presente. Neste contexto, é importante discutirmos a adequação dos espaços condominiais, a legislação relacionada ao tema e as responsabilidades dos síndicos no processo de garantir o bem-estar de todos os condôminos.

A importância da acessibilidade nos condomínios: um condomínio é um ambiente compartilhado por pessoas com diferentes habilidades e necessidades. Portanto, é fundamental que todos os espaços sejam adaptados para garantir o direito de ir e vir de todos os condôminos, incluindo aqueles com mobilidade reduzida ou outras limitações. Além disso, proporcionar um ambiente acessível contribui para o bem-estar e a qualidade de vida de todos os moradores, independentemente de suas características individuais.

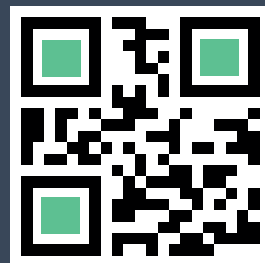
Legislação e normas técnicas de acessibilidade: no Brasil, existem leis e normas que estabelecem as diretrizes para a acessibilidade em diferentes tipos de edificações, incluindo os condomínios. A Lei Brasileira de Inclusão (Lei nº 13.146/2015), que garante o direito à acessibilidade em todos os espaços de uso coletivo, sendo responsabilidade dos condomínios se adequarem a essas exigências. Além disso, a Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT) possui a norma NBR 9050, que estabelece critérios para a adequação dos espaços com relação à acessibilidade.

Responsabilidades dos síndicos: compete ao síndico a gestão do condomínio e a garantia do cumprimento das normas de acessibilidade. Dentre as responsabilidades do síndico estão: a realização de obras e reformas necessárias para tornar os espaços acessíveis, a manutenção e conservação adequada das áreas comuns, a disponibilização de sinalizações táteis e visuais, a instalação de rampas e corrimãos, entre outras medidas. É importante destacar que o síndico deve consultar um profissional habilitado para adequar o condomínio às normas de acessibilidade.

Bem-estar dos condôminos, incluindo as Pessoas com Deficiência (PCD): um ambiente acessível e inclusivo não beneficia apenas as pessoas com deficiência, mas também todos os moradores do condomínio. A eliminação de barreiras arquitetônicas e a implementação de recursos que facilitem a circulação e o uso dos espaços promovem a autonomia, a inclusão e o bem-estar de todos. É essencial promover a conscientização e o respeito pela diversidade, garantindo a igualdade de oportunidades e uma convivência harmoniosa entre os condôminos.

A mobilidade e acessibilidade nos condomínios são questões fundamentais para promover a igualdade de direitos e a inclusão social. Adequar os espaços às necessidades de todos os moradores não é apenas uma obrigação legal, mas também uma busca por um ambiente mais justo e acolhedor. Os síndicos desempenham um papel crucial nesse processo, sendo responsáveis por garantir que o condomínio esteja de acordo com as normas de acessibilidade. Assim, podemos construir condomínios mais inclusivos, que valorizem a diversidade e ofereçam condições igualitárias a todos os condôminos.

ACESSE NOSSO SITE
www.acmor.org.br





Conscientização é chave para a sustentabilidade em condomínios

Incentivar a sustentabilidade em espaços de convivência como condomínios requer um trabalho de conscientização, além de um debate maduro e informativo. Por ser um assunto que levanta muitas objeções e também múltiplas sugestões, é necessário ter em mente que iniciativas nessa direção exigem esforços para mudar hábitos quando as novas medidas forem colocadas em prática, sendo fundamental articular propostas individuais e coletivas para alcançar soluções que de fato façam a diferença.

Discutir e estabelecer o uso consciente da água, além de ser uma das medidas mais importantes em termos de custos, impacta diretamente na sustentabilidade de um recurso tão essencial. Em relatório divulgado em 2019, a ONU projetou que três bilhões de pessoas sofrerão com escassez hídrica em 2025. Devemos lembrar que fenômenos naturais como estiagem e crises hídricas são adversidades enfrentadas na nossa realidade.

Diante disso, uma das primeiras soluções pensadas para os condomínios é a reutilização de águas das chuvas. Os prédios mais novos já possuem sistemas para captação e reuso. Para os edifícios mais antigos, a adaptação dessas ferramentas é viável, com instalações de sistemas de reserva e purificação. Fazer essa adaptação gera um gasto inicial, mas a utilização da água para limpeza, rega de plantas e enchimento de piscinas certamente trarão economias futuras. Inclusive, a evaporação pode ser evitada em piscinas com o uso de mantas térmicas modernas.

Outra medida importante no condomínio é a leitura e monitoramento diário do relógio d'água. Se houver aumento além dos padrões ou um vazamento, poderá ser rapidamente identificado e resolvido, evitando o desperdício. Os condomínios também podem substituir as descargas das áreas comuns pelas novas válvulas que limitam o fluxo hídrico entre três e seis litros.

Os moradores também podem adotar medidas de responsáveis, como não tomar banhos mais longos do que o necessário, fechar a torneira ao escovar os dentes, se barbear ou na hora de lavar a louça, assim como ficar atentos a possíveis vazamentos. Propostas que sejam comuns a todos podem ser feitas ao síndico, em assembleia geral ou comunicado

oficial.

Ao lado do uso da água, uma ação sustentável que merece destaque é a redução de consumo da energia elétrica. Soluções sofisticadas como painéis solares e fotovoltaicos têm surgido como oferta para condomínios para a geração de energia e fornecimento de aquecimento para as unidades. O aquecimento a gás, por exemplo, tem muito mais impacto negativo para o meio ambiental. Entretanto, apesar de os painéis estarem mais viáveis economicamente, ainda são caros para alguns condomínios.

Nesse caso, focar na iluminação é uma medida acessível e redutora de custos de energia elétrica. Campanhas internas e de manutenção preventiva são simples e têm retornos positivos e num curto prazo para moradores e condomínio. Também é recomendável que toda área comum tenha sensor de presença, para evitar desperdício. A troca das lâmpadas por opções de LED é viável e econômica, além da durabilidade e melhor iluminação.

O terceiro pilar, mas não menos importante, é o descarte correto do lixo e a coleta seletiva. Para condomínios preocupados com o funcionamento da reciclagem, deve-se ficar atento aos locais de coleta seletiva ou entrar em contato com as prefeituras que dispõem desse serviço. Internamente, os síndicos podem instalar pontos de coleta de lixo eletrônico e encaminhar às empresas que descartam corretamente, assim como medicamentos, capsulas de café e tampinhas plásticas, que são recolhidos e descartados por diferentes empresas.

Incentivar iniciativas sustentáveis nos condomínios e entre os moradores, mesmo com pequenas premiações como uma cesta de café da manhã, mobilizam adultos e crianças e ajudam a trazer ideias diferentes para a administração do empreendimento, além de ser uma estratégia agradável. No período mais recente que tivemos do isolamento social, certamente trouxe mais reflexão sobre o bem-estar e a saúde. Na vida em condomínio, é possível transformar pensamento em prática, levando em consideração ao mesmo tempo o meio ambiente e a melhor gestão de recursos.

Fonte: Conscientização é chave para a sustentabilidade em condomínios (infrafm.com.br)



Pessoas: o coração do seu condomínio!

Conheça 4 fundamentos básicos para gestão de pessoas no condomínio

A gestão de pessoas no condomínio é um dos aspectos essenciais para o sucesso de uma administração. É preciso lidar corretamente com os profissionais de serviços gerais, com os seguranças e com as equipes de manutenção. Inclusive, é indispensável ter um bom relacionamento com os condôminos, pois tudo isso favorece a atuação do síndico.

Para ter sucesso na tarefa, é crucial executar as boas práticas. Então, nada melhor que conhecer os pilares de um contato de qualidade com os diversos indivíduos.

A seguir, confira 4 fundamentos da gestão de pessoas no condomínio e saiba como aplicar essas boas práticas.

1. Mantenha a boa comunicação

Ter um diálogo de qualidade faz com que o processo aconteça da melhor maneira. Por isso, é importante abrir e utilizar os canais de comunicação. Mais que falar, é fundamental saber ouvir, para reconhecer demandas dos condôminos ou dos funcionários, por exemplo.

O síndico também deve entender como comunicar problemas e dar notícias ruins. Se uma reforma de emergência será necessária e vai impactar a taxa condominial, o lugar certo para discutir isso é em uma assembleia extraordinária. Se um funcionário tiver que ser dispensado, é fundamental praticar a empatia. Desse modo, a comunicação acontece sem ruídos e passa a ser especialmente efetiva.

2. Priorize a transparência

Para uma boa gestão de pessoas do condomínio, é essencial entender que o papel de síndico envolve a vida de muita gente. Qualquer modificação nos valores impacta a vida financeira dos condôminos, por exemplo. De um jeito semelhante, mudanças na equipe alteram as condições dos profissionais.

Para não assumir uma posição autoritária e questionável, é fundamental priorizar a transparência. Justifique todas as decisões, apresente as informações pertinentes e não deixe de prestar contas. Isso evita que as pessoas tenham dúvidas sobre a sua conduta, o que poderia atrapalhar a qualidade do relacionamento.

3. Incentive a participação

Como dito, a comunicação é uma via de mão dupla e deve ser aproveitada como tal. Portanto, não basta ser um síndico que fala muito, mas que não ouve. É preciso entender os anseios das pessoas para que a gestão seja efetiva e inclusiva. É, até mesmo, um jeito de aumentar a satisfação com o processo.

O ideal é buscar sugestões e demandas dos condôminos, bem como reclamações e exigências específicas. Por parte dos funcionários, compreenda como é o clima de trabalho e o que poderia ser diferente. Ainda que nem tudo possa ser atendido ao mesmo tempo, a participação já traz resultados positivos. Além disso, é um jeito de ter um direcionamento de atuação.

4. Aproveite o poder da tecnologia

Para cuidar de diversas tarefas do condomínio, a tecnologia é muito bem-vinda. Com a comunicação e gestão de pessoas, não é diferente. Ao adotar um bom aplicativo, por exemplo, é possível ter total integração e aproveitar um desempenho adequado.

Por meio do recurso, é possível, entre outras coisas, armazenar contratos, fazer fluxos de caixa e realizar balancetes. Isso ajuda a prestar contas e torna a atuação muito mais transparente.

Também possibilita a comunicar com grupos específicos de condôminos ou o envio de notificações para diversas ações, como a chegada de convidados ou encomendas. Para melhorar, permite acompanhar os profissionais contratados e favorece o compartilhamento de informações. Na prática, é uma ótima ferramenta para tornar o gerenciamento especialmente profissional.

Portanto, realizar a gestão de pessoas no condomínio é essencial para alcançar bons resultados. Com essas práticas, é possível ter uma atuação melhor e ainda ajuda a evitar diversos problemas.

Uma dica extra é: faça treinamentos e ofereça palestras aos moradores e profissionais sobre temas que ajudem a melhorar o relacionamento.

Por: Ricardo Bravo

Consultor em Comunicação e
Desenvolvimento Humano
ricardobravo.com.br



Imagem de Freepik

Espaço compartilhado: uma tendência nos condomínios

Tendo em vista mais comodidade no dia a dia, diversos condomínios novos proporcionam espaço compartilhado em suas dependências. Basicamente, essa tendência está cada vez mais inserida no setor imobiliário por conta da praticidade e integração dos moradores.

Já pensou quão interesse seria morar em um condomínio com ambientes como coworking e lavanderia coletiva? Assim, você consegue economizar e espaço e, até mesmo, morar em imóveis mais compactos. Saiba mais sobre essa novidade do mercado e suas vantagens!

Conheça detalhes sobre alguns dos ambientes compartilhados dos novos empreendimentos

Um condomínio compartilhado dispõe de diversos ambientes que promovem maior integração e praticidade aos moradores. Conheça um pouco sobre cada espaço:

- **espaço fitness:** geralmente equipado com aparelhos de ginástica e musculação, o morador não necessariamente precisará gastar com academia particular;
- **coworking:** espaço com infraestrutura de escritório pensado principalmente em pessoas que trabalham em casa;
- **lavanderia:** hoje em dia, alguns apartamentos novos não possuem área de serviço justamente por conta das lavanderias compartilhadas. Com isso, é possível economizar espaço com máquina de lavar e tanque;
- **espaço gourmet:** semelhante ao salão de festas, nele os moradores podem organizar confraternizações com total comodidade e conforto,
- **horta:** alguns condomínios possibilitam a criação

de hortas destinadas ao cultivo de plantas e hortaliças por todos os moradores.

• **espaço Pet:** o universo pet tem ganhado cada vez mais espaço entre as famílias brasileiras. E não é para menos. Como não se encantar com a doçura de um gatinho ou com as travessuras de um cãozinho? Os pets são como membros da família e isso tem feito com que cada vez mais espaços sejam adaptados para que eles possam conviver conosco, como uma área reservada para os pets.

Vantagens proporcionadas pelos espaços compartilhados

A principal vantagem dos serviços compartilhados em condomínio diz respeito à praticidade oferecida aos moradores. Basicamente, é muito mais tranquilo ter uma academia instalada dentro do empreendimento do que se deslocar até uma pelo bairro, por exemplo.

Outro benefício diz respeito a uma economia colaborativa em condomínios, em que os moradores não terão gastos individuais com alguns equipamentos. Por exemplo: você terá menos gastos com água caso passe a usar a lavanderia coletiva e não mais a área de serviço do imóvel.

O bom relacionamento com os demais condôminos do prédio é outro benefício proporcionado por esses ambientes. Com uma melhor interação social, é possível ter melhor bem-estar e qualidade de vida na propriedade.

Se formos analisar, os gastos que você teria com academia, lavanderia e buffet externo, dificilmente seriam menores do que o valor de condomínio pago mensalmente. Isso porque, mesmo alugando os espaços compartilhados do condomínio, será possível economizar.

Fonte: appmeuimovel.com





Como evitar brechas para assaltos, furtos e arrastões

Algumas dicas de como evitar brechas para assaltos, furtos e arrastões, pois a afirmação de que morar em condomínio é mais seguro, infelizmente, já não é tão certa assim.

Segundo levantamento do Sistema de Informações Criminais (Infocrim), de janeiro a junho de 2022, o número de furtos e roubos a condomínios chegou a 2.494; um número alarmante! Outros indicadores como a Secretaria de Segurança Pública e Sindicato dos Condomínios, também, confirmam um aumento destes crimes.

Os edifícios residenciais, principalmente, localizados em bairros nobres são alvos constantes de crimes.

Equipes de segurança nas entradas de garagem e portões principais são vistos com regularidade nos prédios residenciais, e vigilantes à paisana fazem ronda nos comerciais.

Compradores de imóveis analisam a questão da proteção com maior profundidade. Circuitos de câmeras e alarmes não estão sendo suficientes. Os ladrões estão inovando e temos que ficar atentos a novos golpes.

Quais as brechas para assaltos, furtos e arrastões que existem? De que forma podemos impedir as ações destes saqueadores? Afinal, as câmeras deixaram de intimidá-los.

Os porteiros sabem quais são suas funções?

Além de uma criteriosa escolha para a portaria, a empresa contratada, deve apresentar um treinamento adequado para sua função

O síndico pode contribuir, da mesma forma, orientando de forma específica as situações que acontecem dentro daquela realidade.

Devemos ter normas de segurança?

Sem normas de segurança, o condomínio fica com uma deficiência visual. Se os colaboradores e moradores não entenderem e agirem quanto aos seus deveres de prudência, pouco vai adiantar ter equipamentos e alta tecnologia.

Cuidado com os aplicativos de locação. A administração deve tomar os cuidados necessários antes da

liberação ao interior do prédio.

Um outro exemplo é manter as portas fechadas das unidades. O pouco movimento no andar não significa que não há “interessados”.

Crie uma cartilha, assim os riscos serão minimizados e todos se sentirão mais seguros.

Falando em tecnologia...

O síndico deve fazer um bom investimento nesta área. Dispositivos modernos desencorajam os maus-caracteres. Nas portas, se possível, tenha um sistema de acesso por senhas, tokens, impressão digital ou biometria. Procure se informar sobre o conceito do Condomínio Inteligente.

Evite assaltos e furtos

Geralmente vão atuar em duplas ou sozinhos. Os prédios mais vulneráveis, são os mais procurados para a finalidade de assaltos e furtos. A tática inicial é se passar por um morador ou familiar.

Não facilite! Treine seus funcionários, crie dificuldades técnicas e humanas e mantenha seu prédio bem iluminado.

Golpes mais atuais

A “lábria” e a persuasão são os fatores mais usados para adentrar ao condomínio. Veja outras situações:

- se passar por falso convidado;
- jovens vestindo roupas “de marca”;
- alguém pedindo ajuda porque foi assaltado;
- falso oficial de justiça, policial ou advogado;
- entradas de carros semelhantes aos dos moradores;
- pedir para o porteiro ajudá-lo com uma entrega pesada;
- mulheres atraentes que dizem ser amiga da família;
- o ladrão “pega carona” com o morador falando ao celular;
- falsa gestante que tem um mal súbito bem em frente à portaria;
- carro do bandido entrando junto com o carro do morador na garagem.

Percebeu quantos elementos devem ser considerados na hora da proteção?



ASSOCIAÇÃO DE CONDOMÍNIOS COMERCIAIS
E RESIDENCIAIS DO MUNICÍPIO DE OSASCO E REGIÃO



A MAIOR ASSOCIAÇÃO DE CONDOMÍNIOS DE OSASCO E REGIÃO

ASSOCIE-SE



(11) 98855-7117

acmor.org.br

INSPIRE, ATRAIA, ENGAJE.

**FAÇA A DIFERENÇA
NO SEU CONDOMÍNIO,
NA SOCIEDADE E NA
VIDA DAS PESSOAS.**



**ACESSE E
TRANSFORME-SE**



ricardobravo.com.br