

Após 22 anos restrita à capital paulista e às cidades próximas, em novembro a Prevent Senior começou a oferecer planos de saúde no Rio de Janeiro

A [Revista Exame](#) conta que são 9 horas da manhã de uma quarta-feira de novembro. Cerca de 50 idosos malham em um salão dentro do Allianz Parque, o estádio do Palmeiras, na zona oeste de São Paulo. Os exercícios exigem agilidade, coordenação motora e fôlego. 'Precisei de uma cirurgia no joelho e o médico me recomendou exercícios. Comecei e não parei mais. Perdi peso, fiz amigos, isto aqui é meu remédio', diz a aposentada Maria Aparecida dos Santos Watanabe, de 73 anos. Só neste ano, ela participou de 46 corridas.

[Leia aqui na íntegra.](#)

Fonte: SindSegSP, em 05.12.2019