



PRÓ-PM

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

Ano 8 - número 31 - Janeiro/Fevereiro de 2012

PRÓ-PM ADQUIRE
KIT DE TESTES
NEUROPSICOLÓGICOS
PARA O CAS

SUA
SOLIDARIEDADE
CUSTA MENOS
QUE UMA CERVEJA
POR MÊS

JÁ SOMOS
52.779
ASSOCIADOS

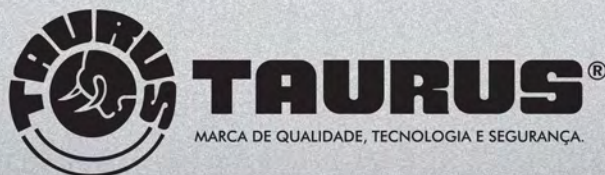
questão de
escolha

Por que este homem enfrenta viagem de 1.000 quilômetros, toda semana, só para cortar cabelo e barba de quem está internado no HPM?

É PELA SUA SEGURANÇA QUE A TAURUS ESTÁ SEMPRE INOVANDO.



Desde a sua fundação, em 1939, a Taurus sempre acreditou que é possível oferecer mais qualidade e confiabilidade em equipamentos de segurança. Hoje exportamos para mais de sessenta países, temos produtos premiados nos mercados mais exigentes do planeta e geramos empregos e desenvolvimento para a economia nacional. Tudo isso foi conquistado com um forte e constante investimento no que importa mais para nós: a sua segurança. É assim, com muito trabalho e dedicação, que renovamos o nosso compromisso com o Brasil todos os dias.



www.taurus.com.br



DIRETORIA 2009/2012

- Dr. Antonio Carlos Forte**
Diretor Presidente
- José D'Elia Filho**
Diretor Vice-Presidente
- Cel PM Waldir dos Santos**
Diretor Administrativo
- Cel PM Mario Fausto Rodrigues Pinho**
Diretor de Comunicação Social
- Cel PM José Carlos Bononi**
Diretor Financeiro
- Ten Cel PM Arthur Cordeiro das Neves**
Diretor Jurídico
- Ten Cel Med PM Luiz Toshimitsu Horita**
Diretor Técnico

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

- Hercílio Ramos**
Presidente
- Cel PM Alvaro Batista Camilo
- Cel PM Danilo Antão Fernandes
- Cel PM Osni Sérgio Sabbatini
- Cel Med PM José Carlos Queiroz
- Cel PM Carlos Botelho Lourenço
- Cel PM Airtón Alves da Silva
- Ten Cel PM Renato Pereira Conceição
- Ten Cel PM Edson de Oliveira Silva
- Ten Cel PM Silvío José de Souza
- Cel PM Wilton Isipon
- Cel PM Roberto Allegretti
- Cel PM José Roberto Martins Marques
- Cel PM Carlos Alberto de Camargo
- Ten Cel Med PM José Henrique de Andrade Villa
- Cap Fem PM Nair Dolores Grela Caliguere
- 2º Ten PM Irio Trindade de Jesus
- 2º Ten PM Dirceu Cardoso Gonçalves
- 3º Sgt PM Sidnei Amaral de Souza
- Cb PM Antonio Carlos do Amaral Duca
- Cb PM Ronaldo de Moura Andrade
- Sd PM Airtón Belmiro da Silva
- Dr. José Osmar de Medina Abreu Pestana
- Dr. Newton de Oliveira
- Dr. José Roberto Ferraro
- Dr. Rubens Belfort Mattos Júnior
- Dr. Francinett Vidigal Júnior
- Dr. José Manoel de Camargo Teixeira
- Fauze Jundi Khaznadar
- Antonio Américo Barbosa de Oliveira

CONSELHO FISCAL

- Cel PM Carlos Alberto Gonçalves Peixoto**
Presidente
- Cel PM João Francisco Giurni da Rocha
- Cap PM José Lourenço Tomaz
- Maj PM Alexandre de Felice
- Maj PM Américo Massaki Higuti

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

Jornalista responsável
Sílvio Forato - MTb 21.106

Produção geral
Mídia Empresarial Comunicações Ltda

Correspondências
Rua Alfredo Pujol, 285 - cj. 53 - São Paulo
Telefone: 2281-3288

www.propm.org.br - propm@uol.com.br



Consciente de sua responsabilidade ambiental e social, a PRÓ-PM utiliza papel com certificado FSC (Forest Stewardship Council) para impressão desta revista. A Certificação FSC indica que este papel foi produzido com madeira de florestas cujo manejo é considerado social, ambiental e economicamente adequado. Impressa na Prol Editora Gráfica Ltda.



Um gesto de amor

Esta é a primeira edição do ano de nossa revista, e vem recheada de inovações. A principal delas está na capa, que remete ao conteúdo, mostrando o jeito de ser e de viver de uma pessoa que se dedica verdadeiramente ao próximo, às vezes sacrificando mais do que seu tempo nessa missão. Nesta primeira edição, falamos do “senhor Bernardo”, como é mais

A PRÓ-PM não tem custo com a produção e a distribuição desta revista. Ela é sustentada pelas mensagens publicitárias de nossos parceiros.

conhecido nos corredores do HPM, o barbeiro de todos os que lá estão, internados. Nas próximas edições você conhecerá outros personagens que vivem intensamente a palavra “solidariedade”. Aceitamos indicações. Se você conhece alguém que se comporta assim, em qualquer lugar do nosso Estado, entre em contato conosco.

Fomos além nas inovações e estamos implantando outras ferramentas de comunicação. Remodelamos nosso site (www.propm.org.br), vamos trabalhar com banners nos grandes comandos, com “newsletter” para

comandantes, e com cartazes que serão afixados no celotex de todas as unidades. Nossa revista trará, em todas as edições, a ficha de filiação a nossa entidade. Basta preencher e colocar em qualquer caixa de correio.

Faço um agradecimento especial a todos os nossos parceiros, que, por meio de anúncios publicitários, possibilitam à PRÓ-PM produzir esta revista sem qualquer custo. Obrigado.

Cel PM Mario Fausto Rodrigues Pinho
Diretor de Comunicação Social

www.propm.org.br



Acesse o site e conheça mais sobre as atividades que desenvolvemos em prol da saúde do Policial Militar

TABELA DE DESCONTO

Al Of, Cb e Sd	R\$ 3,45
Subten e Sgt	R\$ 5,17
Cap, Ten e Asp Of	R\$ 8,05
Oficiais Superiores	R\$ 11,50

**Valdira Ferreira de Lima**

Cap PM / Psicóloga

Especialista em intervenções breves para dependências pela UNIFESP e especialista em Gestão de Segurança Pública pela PUC.

valdiralima@yahoo.com.br

Fofoca faz mal

Um dia desses estava refletindo sobre o quanto a vida de muita gente por aí deve ser desinteressante. Quanto mais desinteressante é “nossa” vida, mais nos interessamos em falar da vida dos outros. Observem ao redor e verifiquem quanto tempo é “gasto” comentando-se a vida alheia. E, o mais interessante nisso tudo, é que o enfoque é sempre nas questões negativas.

Olhamos através das nossas lentes e nos sentimos impulsionados a julgar, comentar e condenar, muitas vezes, a vida das pessoas. Vocês conseguem perceber quanto tempo e energia são consumidos diariamente com esse propósito? Isto é tão verdadeiro que, se já não bastasse falar da vida dos que nos cercam, ainda há os “reality show” a serem comentados nas rodas de amigos, diariamente.

Tendemos a julgar a vida dos outros e criticar sem saber as motivações de tais comportamentos. Cada um deveria se ocupar de falar das suas próprias sombras, da sua própria luz, dos seus interesses, das suas motivações, da sua missão (aos que sabem a que vieram), das impressões que tiveram do último livro lido, dos ensinamentos dos filmes assistidos, do estilo musical preferido, do quanto é bom contemplar a natureza, do quanto é bom amar e ser amado, do quanto é bacana ter um emprego, uma família, bons amigos, um canto para morar, uma religião ou algo em que acreditar. O quanto é maravilhoso abrir os olhos e agradecer tudo o que a vida nos proporciona, **tudo**, exatamente **tudo**, inclusive os obstáculos que nos servem como experiências únicas que devem ser aceitas e vivenciadas da melhor forma que pudermos.

Observem em vocês, ao encontrarem algum conhecido ou amigo, quanto tempo depois do “tudo bem” a conversa irá “girar” em torno dos comentários negativos a respeito da instituição em que trabalham, do chefe, dos relacionamentos das outras pessoas, dos políticos corruptos etc. E o mais interessante nisso tudo é que as pessoas sentem prazer em saber dos segredos mais íntimos, por que o “fulano”, o “sicrano”, a “fulana que saiu com o sicrano” e assim por diante. E haja propagação!

E aí cabe uma pergunta: o que agregam em “nossas” vidas tais comentários? Ocupamo-nos muitas vezes da vida alheia por nos sentirmos impotentes diante das nossas próprias vidas. Nesse contexto, tornamo-nos especialistas, consultores e opinadores com direito a termos certeza de que faríamos diferente se fôssemos o “outro”.

O caminho que escolho, mesmo quando me sinto tentada a tecer algum comentário, é o de olhar para as pessoas como indivíduos vivendo suas próprias histórias, seus próprios enredos, uns mais leves outros mais pesados. Afinal, cada um deve escrever sua própria história e arcar de alguma forma com ela. E quando alguém vem fazer algum comentário negativo, solto logo a pergunta: o que você tem para me falar de bom sobre essa pessoa?

Aprendi a me blindar de comentários e energias que não me fazem bem. Isso, contudo, não me impede de ser alvo de algum comentário, mas por ora não me preocupo, uma vez que quem vive minha vida sou eu mesma. É impressionante como as pessoas invadem a privacidade alheia. Tenho aprendido muito com o silêncio; e em respeito às outras pessoas, prefiro me calar a ser mais uma “palpiteira”. Se não encontro algo positivo para falar, calo-me.

A fofoca pode interferir negativamente na vida de todos nós. Da próxima vez que for falar de alguém, pense bem... ou melhor, fale de si mesmo.



Associação dos Funcionários Públicos Usuários de Telefonia Móvel Corporativa

A ATECORP PROPORCIONA ECONOMIA E COMODIDADE NAS LIGAÇÕES VIA RÁDIO E CELULARES PARA MAIS DE **28 mil** ASSOCIADOS

Planos celulares com preços
abaixo de mercado;

Adesão mesmo com restrição
(mediante análise).

**FAÇA PARTE
DESTE GRUPO
VOCÊ TAMBÉM!**

nextel
Rádio ilimitado a **R\$ 69,00**

Claro
Aparelho gratuito
Tarifa Zero ATECORP Claro
100 minutos
a partir de **R\$ 44,90**

vivo
Rádio ilimitado
Tarifa Zero ATECORP VIVO
Aparelho gratuito
100 minutos **por R\$ 77,00**

Av. Queiroz Filho, 455 - Pq. da Lapa - SP

www.atecorp.com.br

|| **3534.7850**

Comunicação da PRÓ-PM vai trabalhar com novas mídias este ano

Novo projeto editorial da revista, site novo, banners, cartazes, carta-resposta, celotex... novas mídias já estão no ar para manter o associado bem informado

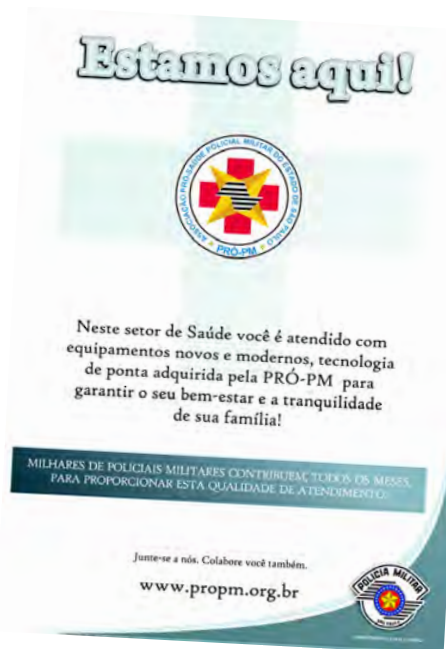
No início deste ano, a Diretoria Executiva da PRÓ-PM aprovou o Plano de Comunicação 2012 que estava sendo elaborado pela Diretoria de Comunicação Social desde o final do ano passado. Novas mídias já estão no ar, tanto para manter o associado bem informado como para conscientizar os não-associados a cercar fileiras com a PRÓ-PM.

Duas peças de comunicação já “antigas” foram reformuladas. Esta Revista passa a dar destaque ao trabalho de voluntários que doam muito de seu tempo, talento e força para quem está doente, internado ou não, em situação de extrema fragilidade. Estamos estreando com o trabalho de Luiz Antonio Bernardes e da família do soldado Nilton Francisco Freitas Santos. Esperamos que os exemplos que serão mostrados aqui possam tocar o coração de todos.

Outra peça antiga que passou por grande reformulação, do desenho ao conteúdo, é o site. Em www.propm.org.br o associado poderá ter acesso às realizações da PRÓ-PM assim que os fatos ocorrerem. Depois, nesta Revista, serão publicados mais detalhes e repercussão. O novo site permite a inscrição de novos associados com o simples preenchimento de uma ficha. Tudo muito simples e rápido.

Banners

Desde o final do ano passado, devidamente autorizada pelo Comando Geral da Polícia Militar, a PRÓ-PM vem afixando um banner nos locais onde há equipamentos adquiridos por ela. Assim tem sido feito nas UIS e nos centros Médico,



Banner que está em todos os locais onde a PRÓ-PM mantém equipamentos e materiais

Odontológico e de Reabilitação. Agora, os usuários desses serviços ficam sabendo que seu tratamento vem sendo realizado com sucesso graças, também, aos milhares de associados da PRÓ-PM.

Essas peças de forte impacto visual e leitura rápida serão utilizadas em mais três frentes. Banners serão enviados a todos os CPA e CPI, além de outros locais de grande afluxo de pessoas, chamando a atenção para o trabalho da PRÓ-PM. Outro tipo de banner são o “Informe ao Comandante” e o “Celotex PRÓ-PM”. O primeiro terá caráter mais administrativo; o segundo, destaque para as entregas de equipamentos e materiais.

Carta-resposta

Circula nesta edição a ficha de inscrição

de novos associados. Trata-se de um apelo aos não associados a aderir, contribuindo para melhorar o atendimento nos vários órgãos de apoio à saúde da PMESP. Ao novo associado basta apenas recortar a página da revista, preencher a ficha, dobrar e colocar em qualquer caixa de Correio. Não é necessário selar.

Com os novos canais de captação de associados, a PRÓ-PM espera atingir os que, apesar de querer contribuir, não tinham meios pelos quais se inscrever.

Agradecimentos

O Plano de Comunicação 2012 parte da premissa básica que vem norteando o comportamento da Diretoria de Comunicação Social desde que começou a publicar esta revista: todas as despesas devem ser custeadas por patrocinadores.

É o que vem sendo feito há anos. Para 2012, já fechamos todos os contratos com nossos parceiros, de modo que são eles, por meio de anúncios publicitários, que tornam possível a divulgação do trabalho realizado pela PRÓ-PM.

Agradecemos, especialmente, ao Comando Geral e aos comandantes de CPA, CPI, CPM, Bombeiros, Policiamento Rodoviário e Ambiental pelo inestimável apoio ao trabalho da Comunicação Social da PRÓ-PM, notadamente na distribuição desta revista e na afixação de banners e cartazes em todas as unidades sob sua jurisdição. Agradecemos, também, especialmente, aos componentes do Centro de Comunicação Social da Polícia Militar, o CComSoc, que não têm medido esforços para nos ajudar.

Oswaldo D'Asti de Lima
Advogado



Policia! Militar: o Estado forma, o cidadão paga e o empresãrio usa

A formação do policial militar tem um elevado custo para o Estado, que busca recursos atravẽs de pesados impostos carreados aos cidadãos. Por isso, essa mão de obra qualificada deve ser aplicada de forma planejada, visando à relação custo-benefício. Quando o policial militar, em vez de prestar seus serviços ao Estado, em prol da segurançã dos cidadãos, vende seus conhecimentos ao empresãrio, a preçõ vil, desvirtua o escopo de empregar essa mão de obra qualificada em benefício da segurançã pùblica, com sãrios prejuĩzos para o Estado formador, para o contribuinte que paga pela sua formação mas não recebe a contrapartida em segurançã, e para o prõprio policial militar que, em troca de um pagamento pífio, abre mão de suas garantias, de seus direitos, sujeitando-se a tornar-se invãlido ou mesmo morrer, em condições que se caracterizam à margem da proteção legal, gerando sãrias dificuldades para si e para sua família.

Em boa hora o atual Comandante Geral da Polícia Militar, Coronel Álvaro Batista Camilo, colocando em prãtica sua políticã de valorização do policial militar, enquanto profissional e enquanto ser humano, aloca um contingente, formado pelo princípio do voluntariado, em horãrio de folga, em atividade estipendiada pela Prefeitura do Município de São Paulo. Com isso, esse serviçõ, prestado pelo policial militar, em segurançã pùblica, representa um plus na contraprestação do Estado ao contribuinte, ao tempo em que enseja ao profissional melhorar o seu padrão de vida em atividade oficial, que o coloca sob o manto da lei, garantindo, para si e para sua família, proteção no caso do infortúnio de uma invalidez ou morte.

Mas não se diga que a má utilização desse patrimõnio representado pela tropa da Polícia Militar se restringe às praças, posto que tambẽm atinge o oficialato. Precoçemente afastado das atividades para as quais foi sendo gradativamente formado, por meio de cursos e ao longo de anos de prãtica, para oferecer o melhor de si, é ejetado para prestar seus serviços alhures. Autêntica malversação do dinheiro pùblico. Numa época em que o mundo volta-se para a reavaliação dos parãmetros para fixação, no

tempo, da capacidade laborativa do ser humano, mister se faz que o mesmo se dê nas hostes do Estado, e mais especificamente, no caso, no âmbito da Polícia Militar.

Até quando o policial pode exercer funções para as quais foi forjado ao longo de sua carreira? Sem embargo da renovação dos quadros, urge que o Estado promova um maior e melhor aproveitamento de seu pessoal. A matéria envolve aspectos financeiros, de segurançã e sociais, dentre outros. Parece não constituir exagero a assertiva no sentido de o tomador dos serviços do policial militar, seja este ativo ou inativo, experimenta verdadeiro enriquecimento ilícito, não somente em desfavor do profissional mas em prejuĩzo do contribuinte, que constata uma segurançã privada prestada por profissionais que foram

O que se diria se o Estado encostasse uma caríssima aeronave, em perfeitas condições de operação, para ser utilizada em outras finalidades alheias ao interesse pùblico?

formados com recursos do Erário. Urge que o Estado cuide melhor da aplicação desse verdadeiro patrimõnio.

O que se diria se o Estado encostasse precocemente uma caríssima aeronave incorporada ao patrimõnio pùblico, por tãrmino do prazo estipulado, não pelo fabricante, para o seu uso, ensejando que a mesma, em perfeitas condições de operação seja utilizada para finalidades alheias ao interesse pùblico? Certamente constituiria um escândalo e seriam adotadas providências. Ao revés, o que se diz de um oficial que, apõs completar sua formação e incorporar experiẽcia de anos na função de comando e planejamento, vivendo vinte e quatro horas por dia inserido no ambiente da segurançã pùblica, em perfeitas condições de saùde, ao atingir a plena maturidade em sua carreira, com ampla aprovação de sua atuação, é afastado de suas funções para prestar seus serviços, altamente qualificados, à empresa privada? O contribuinte pergunta.

PRÓ-PM contempla duas UIS e o CAS com materiais e equipamentos

CPI/2 (Campinas) e CPA/M-2 receberam equipamentos odontológicos. Para o CAS foi entregue um kit de testes neuropsicológicos.

Na última entrega de materiais e equipamentos do ano passado, realizada no dia 30 de dezembro, a PRÓ-PM contemplou a UIS do CPA/M-2, localizado no bairro do Aeroporto, em São Paulo, com um localizador apical e um motor rotatório endodôntico. Esses são equipamentos importantíssimos para a redução do tempo de atendimento, que cai de uma sessão para poucos minutos. Com esta nova tecnologia, os dentistas do M-2 poderão aumentar o número de atendimentos. Do efetivo de 2.200 policiais militares, 320 deles, em média, passam pela UIS todo mês.

Outra UIS também contemplada com equipamentos PRÓ-PM foi a do CPI/2, cuja sede fica em Campinas, a 92 quilômetros da Capital. Para lá foram três consultórios odontológicos completos para atender os 3.586 policiais militares que compõem seu efetivo. O Comandante, Cel PM Walter Gomes Mota, dirigiu ofício à PRÓ-PM agradecendo pelo apoio e ressaltando que os equipamentos “facilitarão o atendimento e proporcionarão mais conforto aos policiais atendidos” na Unidade.



Acima, à esquerda, a Ten Dent PM Silvia (M-2) e o Ten Cel PM Arthur Cordeiro das Neves (diretor-jurídico da PRÓ-PM). Acima, o Maj Pm Eduardo da Silva Almeida e a Sd PM Ângela, do CAS, com o diretor-administrativo da PRÓ-PM Cel PM Waldir dos Santos. E, ao lado, um dos consultórios odontológicos do CPI/2.

Testes de neuropsiquiatria

A Sgt PM Adna Santos Neto e a Sd PM Rosângela Francisca da Silva Penha, do CAS (Centro de Apoio Social) psicológicas especializadas em neuropsicologia, já estão utilizando o kit de testes neuropsicológicos adquiridos pela PRÓ-PM e entregues em janeiro. Por meio desses

testes, os psicólogos avaliam a função cognitiva (atenção, concentração, memória e funções executivas) de pacientes que sofreram traumatismo encefálico ou são portadores de doenças degenerativas.

Normalmente, para concluir o diagnóstico e encaminhar o tratamento, o médico psiquiatra do CMed ou particular solicita os testes em todos os pacientes que sofreram trauma de cabeça. Esses testes são realizados pelo CAS, agora com material fornecido pela PRÓ-PM.



Comandante-geral Cel Camilo condecora o Cel Pinho (acima) e o Cel Bernardes

APMBB homenageia diretor e gerente da PRÓ-PM



O diretor de Comunicação Social Cel PM Mario Fausto Rodrigues Pinho, e o gerente da PRÓ-PM Cel PM Antonio Bernardes de Souza foram homenageados pela Academia de Polícia Militar do Barro Branco com a “Medalha do Centenário”. A cerimônia foi realizada no dia 27 de dezembro. O Comandante-geral Cel PM Álvaro Batista Camilo condecorou nossos colaboradores.

SÉRIE TACTICAL CBC

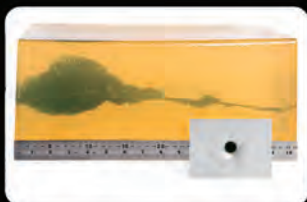
Law Enforcement Ammunition

Pautada no compromisso com a Segurança Pública do país, a CBC lança seu portfólio especial de produtos policiais: a Série Tactical CBC.

As munições Série Tactical CBC possuem alto desempenho, impermeabilização total por verniz selante e soluções específicas para os diversos cenários policiais.



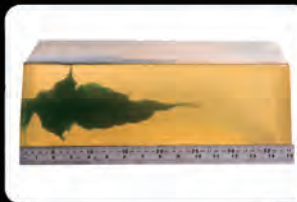
Munições Tactical Copper Bullet e Gold Hex APROVADAS PELO PROTOCOLO TÉCNICO POLICIAL



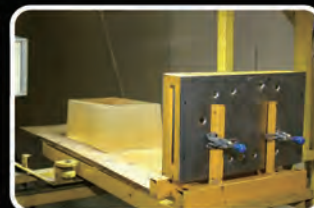
Resultado do disparo em Gelatina Balística através de duas Chapas de aço automotivo.



Disparo em Gelatina Balística através de parabrisa de automóvel (Vidro Laminado).



Resultado do disparo em Gelatina Balística Nua (sem anteparos).



Disparo em Gelatina Balística através de duas Chapas de aço automotivo.

Com o compromisso em atender com eficácia as missões de operação das Polícias, oferecendo aos policiais brasileiros o que há de melhor em termos de munição, a CBC desenvolveu o Protocolo Técnico Policial, inspirado no consagrado Protocolo do FBI, adequado à realidade de nosso país.



Nós fazemos o melhor para você

Há 32 anos trabalhamos pela melhoria da qualidade de vida das pensionistas de policiais militares do Estado de São Paulo. Agora, estendemos nosso leque de benefícios também a você, policial militar. Tudo de que dispomos está a sua disposição. Conte com a gente!

UNIÃO DAS PENSIONISTAS DE POLICIAIS MILITARES
RUA DR. RODRIGO DE BARROS, 97
FONE: (11) 3311-4020

Exemplar da autobiografia de D. Hortencia será enviada a todas as unidades PM

Em março a União começará a enviar a todas as unidades da Polícia Militar um exemplar da autobiografia da fundadora da entidade, D. Hortencia D'Asti de Lima, lançada no dia 31 de janeiro, um ano após seu falecimento.

Em "Memórias", ela conta sua vida, desde a infância no bairro do Cambuci, em São Paulo, passada em companhia de hoje expoentes da política paulista como o Coronel Edson Ferrarini, deputado estadual, e o ex-deputado João Brasil Vita. D. Hortencia também fala da construção da União das Pensionistas, de seu relacionamento com comandantes-gerais e superintendentes da CBPM, e de todos os amigos que fez durante seus 88 anos de vida, dentre eles o vice-presidente da República, Michel Temer.



INAUGURAÇÃO EM ABRIL

■ suítes (quarto com banheiro privativo), inclusive para portadores de necessidades especiais ■ elevador ■ sala de estar ■ salão de jogos ■ internet ■ pertinho do Metrô.

PERTINHO DO QG, DA CBPM, DA CAPELANIA DE SANTO EXPEDITO, DO C ODONT...



LAR DAS PENSIONISTAS PRAIA GRANDE

■ quartos novinhos em folha com capacidade para acomodar até cinco pessoas da mesma família. A diária compreende hospedagem e café da manhã.



SALÃO SOCIAL SÃO PAULO

■ 2 ambientes, elevador, palco, banheiros, cozinha, área de serviço. Estrutura completa para sua festa de aniversário, casamento, batizado, confraternizações...



Um barbeiro com a barba (e todo o resto) de molho

O que poderia fazer você viajar mil quilômetros, toda semana, só para cortar cabelo e barba de quem está internado num hospital?

Certamente todos os homens que já ficaram internados no Hospital da Polícia Militar por mais de uma semana conhecem o sargento aposentado Luiz Antonio Bernardes. É que ele está na ala de internação toda semana, às quintas-feiras, chova ou faça sol, de tesoura e máquina em punho, percorrendo os quartos para prestar serviço de... barbeiro! Ele corta cabelos, aparas barbas e bigodes, conversa, deixa todo mundo bonito. Às vezes nem almoça, tantos são os que estão a sua espera. “Eu nem vejo o tempo passar; para mim aquilo não é trabalho, é uma oportunidade que tenho para retribuir o que recebo da vida”, explica.

Na metade do ano retrasado, ele foi obrigado a fixar residência em Getulina, a 500 quilômetros da Capital, e todos da PRÓ-PM pensaram que teriam de procurar outro barbeiro. Não mesmo! Na quarta-feira à noite o “senhor Bernardo”, como é conhecido, tomava um ônibus em Getulina e amanhecia em São Paulo. Ia direto para o HPM, onde passava o dia. À noite,

a viagem de retorno. Nunca cobrou um centavo pelo serviço; nunca pediu ajuda sequer para pagar a passagem de ônibus.

Hoje, o barbeiro da PRÓ-PM está de molho, depois de passar por uma cirurgia de grande porte, e sua rotina resume-se a ajudar a esposa, dona Lurdes, a cuidar do irmão que tem problemas de saúde, e a dar carinho a um pé de acerola que ele plantou nos fundos da casa e que começa a dar os primeiros frutos. “Mas volto ao Grupo de Voluntários da PRÓ-PM assim que o médico liberar”, garante. Se deixou de trabalhar, por isso? Só os dias em que ficou internado. Lá em Getulina ele é voluntário do Grupo de Combate ao Câncer, associação que dá assistência material aos doentes necessitados, hoje com 26 famílias no cadastro. Na cidade, o barbeiro tem meia dúzia de clientes assíduos, gente que já ultrapassou a barreira dos 80 anos, alguns doentes. Nem mesmo nesses dias de convalescência lhe dão sossego. Ali, já cortou cabelo, aparou barba e bigode até de defunto.

Piloto

Foi brincando que descobriu a habilidade com a tesoura. Muito tempo atrás, quando tinha lá seus 17 anos, morando na mesma fazenda em que nascera, em Getulina, pegava a tesoura da mãe e cortava o cabelo dos amigos. Era uma época de grandes necessidades. “Fui calçar sapato só com 15 anos”, conta. Buscando novos horizontes, trabalhou de graça numa oficina mecânica durante meses para aprender tudo sobre motores de caminhão, disciplina obrigatória na prova para tirar a carteira de motorista. Tempos depois, na Força Pública, foi este esforço que lhe permitiu ser motorista de viatura.

Estava com 22 anos quando foi aprovado para a Escola de Formação de Soldados, e entrou para o pelotão de 30 alunos que ficou sete meses em aulas em São Caetano do Sul. Formado, estava no serviço de trânsito quando surgiu a oportunidade de pilotar viaturas. No dia 10 de setembro de 1963, na 3ª Cia do 10º BPM/M sediado em Santo André, deu a primeira partida no motor de um fusquinha laranja e preto. Até o dia 23 de abril de 1992, nunca fez outra coisa na Polícia Militar que não fosse dirigir viatura. “Dirigi até carro de preso”, conta. Sempre trabalhou na região do ABC. Quando se aposentou, trabalhou quatro anos como motorista de caminhão e mais 11 anos como caravanista entregando carros no Centro-Sul do país.

Trabalhando no ABC e morando em São João Clímaco, o que nosso barbeiro fazia nos finais de semana? Armado de máquina de cortar, tesoura e pente, percorria a vizinhança para cortar cabelo, aparar barba... Ficava sabendo de uma pessoa doente, acamada, é para lá que ia. Assim, com propaganda boca-a-boca, foi aumentando a freguesia. Durante seis longos anos, viajou a São Roque toda semana para ajudar um primo doente, acamado. “Eu não sei...”, tenta explicar, tenho um fracasso por doentes, crianças e idosos, sinto-me impelido a ajudar.”

Acidente

No carnaval de 2006, ao ajudar um vizinho que estava sendo vítima de bandidos num trote sobre sequestro, levou um tombo e arrebentou o joelho direito, o que lhe rendeu quatro pinos e a notícia, depois da cirurgia, de que só voltaria a andar dois anos depois. Em pouco mais de um ano estava recuperado! Foi nessa ocasião que conheceu o HPM – do qual só ouvira falar – e o grupo de voluntários ao qual ele viria a se juntar para sempre. Assim que se recuperou, passou a marcar ponto na ala de internação, sempre com sua maleta e apetrechos de barbeiro, elevando o moral de quem está ali, na cama, louco para ganhar as ruas novamente.

O que não faltou na vida do nosso barbeiro foram desafios. Primeiro para sobreviver numa época de extrema pobreza e falta de oportunidades. Depois, contar com a simpatia de estranhos, vencer preconceitos e arrumar um lugar ao sol, como

na época em que foi mecânico, trabalhando de graça só para aprender sobre motores e passar no exame de motorista. Estudou como um louco, ele que só tinha o quarto ano de grupo, para conseguir aprovação na Escola de Formação de Soldados da Força Pública. Como um louco, também, foi que estudou para fazer ginásio e colégio (hoje, ensino fundamental e médio), passar por tudo isso, vencer um vestibular e obter o título de Bacharel em Direito pela Universidade de Mogi das Cruzes.

Desafio maior ainda enfrentou com o falecimento da esposa, com apenas 31 anos, deixando-o no mundo com quatro filhos para criar, o mais velho com 14 anos, a caçula com seis.



Lucro

Dizer que nada disso abala nosso barbeiro é mentira. Abala, sim, como abalaria qualquer um. Mas ele se recupera e segue em frente garantindo que está no lucro. Foi policial militar durante três décadas, construiu uma família, lista um patrimônio com duas residências, ajuda todos os que cruzam seu caminho fazendo aquilo que sabe, cortar cabelo, barba e bigode. “Para quem viveu numa pindaíba danada e só foi calçar sapato aos 15 anos, está bom, não está?”, pergunta, no rosto um sorriso largo de fazer inveja.

PM precisa de atividade física regrada

É o que conclui temporário do 36º BPM/I em TCC de curso de Fisioterapia

Em Trabalho de Conclusão de Curso submetido ao Centro Universitário Hermínio Ometto, da Universidade de Araras (SP), a fisioterapeuta Thais Cristina Delfino, soldado temporário da 2ª Cia do 36º BPM/I, avaliou a qualidade de vida relacionada à saúde (QVRS), postura, pressão arterial, índice de massa corpórea, circunferência abdominal, índice cintura quadril e flexibilidade dos policiais militares da cidade de Araras.

Nesse estudo foi possível observar diferença significativa na associação entre dominância lateral e inclinação corporal, na QVRS, flexibilidade e ICQ, concluindo pela importância da prática de atividade física forma regrada e controlada pelos PM, principalmente pensando nos benefícios físicos e mentais, buscando melhor qualidade de vida.

O estudo completo está disponível em www.propm.org.br/saúde.

Exigência

De acordo com o estudo, o PM, no seu dia a dia, depara com situações que exigem dele destreza tanto psicológica quanto física. Muitas vezes esse desempenho é prejudicado pela falta de adaptações físicas apresentando-se como obesidade, hipertensão arterial, dores e cansaço físico ou emocional, trazendo para a instituição inúmeras baixas médicas, e, ao profissional, a incapacidade.

A prática de atividade física regular aumenta a capacidade de trabalho físico, diminui a gordura corporal, aumenta o tecido corporal magro e a densidade óssea, assim como reduz os índices de doença cardíaca coronariana (DCC), diabetes mellitus, hipertensão arterial e o câncer. Também está associada a maior longevidade com consequente melhoria na



qualidade de vida e capacidade de trabalho e de lazer.

Para a Sd Thaís, pode-se discutir atividade física sob aspecto dos benefícios de saúde e de condicionamento. Neste caso, os verdadeiramente heróis da rua passam por situações que exigem deles condicionamento físico de atletas. Tanto quanto o físico, o psicológico também é exigido e colocado à prova o tempo todo, e esta interdependência faz com que os PM necessitem de boa qualidade de vida.

Avaliação

Os dados obtidos da avaliação postural

foram tratados estatisticamente: 51% dos PM apresentaram inclinação corporal com deslocamento anteriorizado à esquerda; 25% apresentaram inclinação corporal com deslocamento anteriorizado à direita; 18% com inclinação corporal com deslocamento próximo ao centro de gravidade; 5% inclinação corporal com deslocamento posteriorizado à esquerda e 1% deslocamento posteriorizado à direita.

A prevalência de desvios posturais para o lado esquerdo pode ser considerada como uma consequência fisiológica associado à postura corporal adotada pelos PM em seu cotidiano, em funções de seus hábitos de vida, das exigências de suas atividades de vida diária, dos equipamentos utilizados, além do possível uso inadequado da mecânica corporal.

Os músculos efetores do movimento são, em situações de desequilíbrio, produtores de deformidades esqueléticas. Há certa relação com o lado dominante considerando que o armamento utilizado encontra-se ao lado de dominância dos PM, onde há concentração do maior peso, e por assim usarem de apoio para o membro de dominância durante todo o trabalho ou pelo fato de estarem sempre em atenção e alerta para possível utilização.

Conclusão

A QVRS, flexibilidade e ICQ apresentaram-se aquém dos padrões de normalidade, evidenciando a importância da prática de atividade física pelos PM estudados. Projetos voltados à melhoria na qualidade de vida destes profissionais são de extrema importância, já que deveriam ser comparados a atletas, pois tem o seu físico e psicológico colocados à prova durante toda a vida como PM.

SOLIDARIEDADE TEM PREÇO!

E custa muito menos que uma cerveja por mês, por exemplo!

**Aluno-Oficial, Cabo e Soldado = R\$ 3,45. Subtenente e Sargento = R\$ 5,17.
Capitão, Tenente e Aspirante-a-Oficial = R\$ 8,05. Oficial Superior = R\$ 11,50.**

Preencha a ficha abaixo, recorte esta página, dobre nos locais indicados, cole e
deposite em qualquer caixa do Correio. Não é preciso selar.

DOBRE
AQUI

Pronto! Bem-vindo! A partir deste instante você é mais um, policial militar consciente e solidário, que poderá, com este simples gesto e esta pequena contribuição mensal, salvar a vida de um de nossos irmãos de farda.

Sempre é tempo de se modificar porque a vida é um eterno aprendizado...



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)			BAIRRO	
CIDADE	CEP	FONE RESID.	CELULAR	E-MAIL

DOBRE
AQUI

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



A evolução do colete balístico

O CSM/AM, sempre em busca da excelência na prestação de serviços e da qualidade, procura da melhor forma possível amparar as decisões do Comando da Instituição para prover nosso profissional de segurança pública. Um dos itens necessários para nosso policial poder defender a sociedade é a proteção, principalmente a proporcionada pelos coletes balísticos

Os coletes balísticos na Polícia Militar têm evoluído juntamente com a tecnologia da indústria de defesa. Na década de 70, existiam coletes de aço escamado com mais de 8 kg e completamente rígidos, os quais foram substituídos por outros, similares, de cerâmica, com idêntico peso. Na verdade, muitas vezes era errôneo chamá-los de coletes, pois eram aventais, com proteção frontal somente, com um péssimo ajuste, parca proteção e grande desgaste do usuário. Muitos desses “coletes” eram inspirados em modelos usados por tripulantes de bombardeiros do Exército dos Estados Unidos, na 2ª Guerra Mundial, que serviam para protegê-los de estilhaços de obuses da artilharia anti-aérea. Muitos desses coletes (e “aventais”) ficaram à disposição até o final da década de 1980.

Atualmente contamos com coletes nos mais diversos materiais (como aramida, polietileno e compostos dos mesmos), com constantes evoluções tanto das fibras quanto das tramas, que têm dado origem a coletes cada vez mais leves e flexíveis, o que reflete em conforto, mobilidade e proteção. Seguindo a norma em vigor (NIJ 0101-04) em território nacional, nossa Instituição utiliza painéis com nível II de proteção (testados destrutivamente com disparos em calibre 9 mm Para e 357 Magnum), índice adequado não somente para a maioria das ameaças como compatível com o clima (como sugerido na norma).

Necessário citar, inicialmente, um binômio: mobilidade X proteção. Blindagens mais capazes (e também mais pesadas) restringem a mobilidade do operador de segurança pública e causam maior desgaste físico. Normalmente, coletes com maiores níveis de proteção (que recebem, inclusive, painéis adicionais rígidos), são utilizados pontualmente por equipes de ações/operações especiais, durante espaço de tempo menor que aqueles utilizados em turno completo de serviço, por equipes de patrulhamento territorial.

A prática tem demonstrado que o ser humano, **instinti-**

vamente, quando em confronto armado, raramente efetua disparos no colete balístico, quando seu oponente está usando o mesmo de forma ostensiva. Foram analisadas diversas ocorrências, muitas delas veiculadas na mídia leiga, em que operadores foram alvejados (particularmente) nos membros inferiores, quando era visível sua proteção balística externa, principalmente quando esta contrasta com a vestimenta.

Diante deste fato, o Comando da Instituição sabiamente determinou estudos para que os coletes balísticos fossem utilizados de forma dissimulada.

Neste ponto, torna-se imprescindível uma interrupção para esclarecer que a modelagem dos coletes hoje em uso na Instituição, para privilegiar o conforto, são cortados **para uso dissimulado**, ou seja, por dentro da gandola, sendo usado, fora da melhor doutrina, por cima do fardamento. Quando falamos *fora da melhor doutrina*, citamos o fato de que quanto mais aderido ao corpo estiver o colete mais efetivo ele se torna na dissipação da energia do disparo, amenizando assim o trauma que o usuário irá sofrer.

Para que o colete fosse utilizado de forma dissimulada, a PMESP, sempre a vanguarda, desenvolveu juntamente com o que existe de mais moderno uma capa externa para o colete balístico que transmitisse o maior conforto possível ao usuário. Esta tecnologia envolve tecido com capacidade de controle térmico, mantendo o corpo o mais fresco possível quando a temperatura externa for muito elevada, e evitar a perda de calor se a temperatura externa for muito baixa. Esta posição mostrou-se tão acertada que atualmente **8 Estados da Federação tem copiado as especificações técnicas utilizadas pelo Estado de São Paulo.**

Infelizmente, proteção também significa o relativo desconforto causado de levar, junto ao corpo, mais um item (com seu volume, peso e ajuste). Claro, não se compara com o material que muitos de nossos policiais mais antigos chegaram a utilizar em operações especiais e ações antimotim (os “aventais” de cerâmica/metal) ou, pior ainda, quando não havia nada para proteger sua integridade. De qualquer forma, hoje se tem o melhor material possível à disposição dos nossos policiais. Haverá evolução ou melhora na qualidade? Claro que sim! Por isso que a equipe dos CSM/AM trabalha. Sempre na busca da qualidade!

Procure mais informações na Homepage do CSM/AM

“Nós, Policiais Militares sob a proteção de Deus, estamos compromissados com a Defesa da Vida, da Integridade Física e da Dignidade da Pessoa Humana.”



Revezamento

Três pessoas da família do soldado Nilton Francisco Freitas dos Santos vivem em revezamento desde o dia 5 de outubro do ano passado. Eram oito da manhã quando a moto em que ele estava derrapou, jogando-o contra um veículo estacionado. A pancada foi tão forte que do veículo ele foi em direção ao muro. Nas pernas, o que tinha de osso foi partido ao meio. Socorrido ao Hospital de Urgência de Guarulhos, só no final da tarde pousou no HPM para uma cirurgia de emergência.

Tudo parecia bem, o soldado Nilton conversava, brincava que dali a poucos dias estaria de novo no 15º BPM/M, ROCAM de Guarulhos. Suas férias tinham chegado ao fim, ele deveria se apresentar no dia seguinte ao acidente. Que nada! De repente, começou a passar mal, sofreu uma embolia pulmonar, que mais tarde evoluiu para uma embolia cerebral. Ficou em coma vários dias, saiu do hospital em estado vegetativo. Hoje, não fala, não anda, não coordena os movimentos das mãos.

O irmão Rogério, agente de trânsito; a cunhada Renata, professora de educação infantil; e a esposa Daniela, auxiliar de enfermagem, revezam-se para amparar este estudante de terceiro ano de Direito cujo futuro foi adiado por uma fatalidade.

Rogério faz a parte que exige músculos, como mudar móveis de lugar, carregar e acompanhar o irmão ao CRPM, onde faz fisioterapia. Renata fica no plantão da manhã, já que dá aulas no período da tarde. Daniela, que trabalha dia sim, dia não, dedica-se ao marido o dia todo quando está em casa.

Nada tem sido fácil para o trio. Rogério e Renata saíram da própria casa e foram morar na casa da mãe dela, cedendo o lugar para Nilton e Daniela. O sobrado em que moravam não serve de abrigo a uma pessoa acamada, sem movimentos, que precisa de cuidados constantes e, sobretudo, tem de ser levada ao HPM para consulta médica uma vez por mês, e ao CRPM três vezes por semana para as sessões de fisioterapia. Fisioterapia, aliás, que tem sido uma bênção: é graças a ela que o soldado Nilton já consegue manter a cabeça ereta, mostra que está ganhando força nos músculos ao apertar a mão das visitas, fica em pé sem tremer, e ensaia os primeiros passos, sempre amparado pelo irmão Rogério.

Para os três, a recompensa por tanto trabalho e dedicação é ver os pequenos progressos do paciente. As fileiras de pinos que sustentam as tíbias e as fíbulas serão retiradas logo. Ele dá sinais de que entende o que estão lhe falando. Alimenta-se como se não estivesse doente. E, principalmente, continua ali, com a família que o ama. Dependente de tudo, mas vivo.



CREDIAFAM

A AFAM criou novo benefício. Parte da mensalidade dos associados é depositada na CREDIAFAM todos os meses formando uma espécie de poupança individual.

ASSOCIADO AFAM PARTICIPE. VEJA REGRAS ABAIXO:

1. O valor em nome de cada associado será variável mês a mês e levará em conta o resultado financeiro da Entidade e o número de associados optantes na seguinte conformidade:
 - 1.1 Valor Global: até o limite de 20% (vinte por cento) do resultado financeiro líquido positivo, apurado no balancete da AFAM do mês anterior;
 - 1.2. Valor Individual: até o limite de 50% (cinquenta por cento) do valor de contribuição do associado no mês anterior.
2. Para a definição do Valor Individual, serão considerados os associados optantes em cada categoria associativa (A, B, C e D) e em cada plano (individual e familiar). O resultado será um percentual único aplicado a cada valor de contribuição que não poderá ultrapassar a 50% (cinquenta por cento) desse valor.
3. Todo associado optante poderá consultar o extrato de sua conta diretamente junto à CREDIAFAM.
4. Em caso de pendência financeira (inadimplência) parcial ou total para com a AFAM, FARMAFAM, AFAM EDUCACIONAL ou CREDIAFAM, nenhum valor será depositado na conta do associado, enquanto persistir essa situação.
5. Não haverá qualquer contrapartida obrigatória para o associado optante. A capitalização na forma exposta será feita sem qualquer custo adicional.
6. O preenchimento do formulário de opção é obrigatório, mesmo para aqueles que já sejam cooperados da CREDIAFAM, dispensando-se, nestes casos, apenas a apresentação de documentos pessoais.
7. No momento da opção, o associado poderá indicar outra pessoa para efetuar eventual resgate em seu nome, em situações que o impeçam de fazê-lo.
8. O crédito na conta de cada associado será feito todo dia 20 de cada mês, a contar do mês de agosto de 2011.

MAIS
INFORMAÇÕES:

CREDIAFAM
E-mail: crediafam@afam.com.br | telefone: (11) 3328.1505



FARMAFAM

MT/AFAM

Mais do que uma drogaria, uma nova opção
para você cuidar da sua saúde, beleza e
bem-estar.

A loja também está mais
bonita e moderna
Agora estamos atendendo
Policial Militar
não associado com
**descontos também
especiais.**

Vale conhecer e passar a
dica aos seus amigos.



FARMAFAM
DROGARIAS

A farmácia da família

www.afam.com.br

Mais + Vinculados + AFAM

