



# PRÓ-PM

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

**A UNIÃO DE TODOS POR UMA NOBRE  
CAUSA É O BEM MAIS PRECIOSO  
DE UMA GRANDE ORGANIZAÇÃO**

**REFERÊNCIA EM TODO O BRASIL  
O CRPM TEM COMO PALAVRA  
DE ORDEM A HUMANIZAÇÃO**



TENENTE MÉDICO PM OFTALMO  
MARCELO CAVALCANTE COSTA

**Centro de Reabilitação da Polícia Militar**

- FISIATRIA
- FONOAUDIOLOGIA
- PSICOLOGIA
- TRATAMENTO INTERDISCIPLINAR
- ENFERMAGEM
- NUTRIÇÃO
- CONDICIONAMENTO FÍSICO
- TERAPIA OCUPACIONAL
- GRUPO DE AMPUTADOS





# PRÓ-PM

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



A PRÓ-PM atua diretamente junto ao Hospital da Polícia Militar, ao Centro Odontológico, às Unidades Integradas de Saúde da Capital e do Interior, ao Setor de Psicologia do Centro de Apoio Social e ao Centro de Reabilitação da Polícia Militar.

Seus recursos são destinados a aquisição de modernos equipamentos visando maior eficácia no tratamento e na recuperação de seus usuários.

## SUA COLABORAÇÃO É FUNDAMENTAL PARA NÓS COM ELA VAMOS ATENDER AINDA MAIS PESSOAS

Investimentos em equipamentos para maior agilidade na reabilitação do policial militar e sua capacitação de trabalho.



## VISITE HOJE NOSSO NOVO PORTAL

Estamos adequando todas as informações sobre a PRÓ-PM em um novo portal ainda mais prático e fácil de usar. Contamos com maior acessibilidade, páginas mais rápidas para carregar e utilizando qualquer navegador disponível no mercado.

[www.propm.org.br](http://www.propm.org.br)



Para Anunciar Conosco  
REVISTA OU SITE

(11) 2281-3288



REVISTA - PRÓ-PM EDIÇÃO 39

RUA ALFREDO PUJOL, 285 - C.J.53 - 5 ANDAR

SÃO PAULO - TEL.: (11) 2281-3288

SITE: [www.propm.org.br](http://www.propm.org.br)

Email: [contato@propm.org.br](mailto:contato@propm.org.br)

REDAÇÃO: [redacao@propm.org.br](mailto:redacao@propm.org.br)

Publicidade: [marketing@propm.org.br](mailto:marketing@propm.org.br)

#### DIRETORIA

##### DIRETOR PRESIDENTE

DR. ANTONIO CARLOS FORTE

##### Diretor Vice-Presidente

JOSÉ DELIA FILHO

##### Diretor Administrativo

CEL. PM JOSÉ CARLOS BONINI

##### Diretor de Comunicação Social

CEL. PM MÁRIO FAUSTO RODRIGUES PINHO

##### Diretor Financeiro

CEL. PM WALDIR DOS SANTOS

##### Diretor Jurídico

CEL. PM MILTON CARDOSO FERREIRA DE SOUZA

##### Diretor Técnico

TEN. CEL. MED. PM LUZ TOSHIMITSU HORITA

#### CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

##### Presidente

HERCÍLIO RAMOS

##### Membros

CEL. PM BENEDITO ROBERTO MEIRA

CEL. PM LEONIDAS PANTALÃO DE SANTANA

CEL. PM ALDI ANASTÁCIO FELIX

CEL. MED. PM JOSÉ CARLOS QUEIROZ

CEL. PM FRANCISCO ROBERTO AIRES MESQUITA

CEL. PM JOSÉ MAURÍCIO WESSHAUPT PEREZ

TEN. CEL. PM RENATO PEREIRA CONCEIÇÃO

TEN. CEL. PM EDSON DE OLIVEIRA SILVA

CEL. PM WILTON ISIPON

2º TEN. PM IRIO TRINDADE DE JESUS

CB. PM ANTONIO CARLOS DO AMARAL DUCA

CEL. PM ROBERTO ALLEGRETTI

TEN. CEL. PM PAULO REZENDE DE OLIVEIRA

SD. PM AIRTON BELMIRO DA SILVA

3º SGT. PM SIDNEY AMARAL DE SOUZA

DR. JOSÉ CGMAR DE MEDINA ABREU PESTANA

DR. JOSÉ MANOEL DE CAMARGO TEIXEIRA

DR. RUBENS BELFORT MATTOS JUNIOR

TEN. CEL. MED. PM JOSÉ HENRIQUE DE ANDRADE VILLA

DR. ANTONIO AMÉRICO BARBOSA DE OLIVEIRA

PROF. DR. CARLOS SÉRGIO CHATTONI

DR. NEWTON DE OLIVEIRA

DR. GILBERTO CARLOS LEBFERT

DR. JOSÉ ROBERTO FERREIRO

CB. PM RONALDO DE MOURA ANDRADE

CAP. PM NAIR DOLORES GRIELA CALIGIERE

2º TEN. PM DIRCELI CARDOSO GONÇALVES

#### CONSELHO FISCAL

##### Presidente

TENENTE CORONEL. PM AGUIINALDO NOBRE DE MELO

##### Membros

SECRETÁRIO: MAJOR PM WANDERLEY VIESSIMO DE OLIVEIRA

RELATOR: SENHOR FRANCINETT VIOGAL JUNIOR

1º SUPLENTE: CORONEL. PM RAIMUNDO ALVES DOURADO

2º SUPLENTE: TENENTE CORONEL. PM REYNALDO PRIEL NETO



Editor Responsável:

Dalton Patriota

Direção de Arte - Editoração - Fotografia:

PHD-Estúdio e Criação

Colaboradores:

Hospital da Polícia Militar - Centro Médico

Centro de Reabilitação - Centro Odontológico - Tiradentes

# EDITORIAL

Esta edição foi elaborada especialmente para destacar o trabalho dos profissionais que desempenham um grande papel no Centro de Reabilitação, em conjunto com o Centro Médico.

Colocando em primeiro lugar a humanização, esses especialistas são extremamente importantes para a recuperação dos pacientes. Dedicados ao máximo, procuram utilizar cada ferramenta disponível nos Centros para reabilitar completamente o policial militar, além de aplicar, paralelamente, tratamentos de prevenção.

E esse trabalho não seria tão eficiente sem a ajuda da PRÓ-PM, que apoia a especialização dos profissionais; investe em cursos; compra equipamentos e garante a sua manutenção. Tudo isso para que o policial receba o melhor de cada uma das habilidades oferecidas.

Associe-se. Contribua com a PRÓ-PM. Sua participação é fundamental.

Boa Leitura!

# DOAÇÃO

A PRÓ-PM recebeu da Gráfica Imprensa da Fé, dos proprietários Jair Oliveira e Mauro Terengui, uma importante doação de livros de diversas categorias e estilos. Todo o material foi destinado ao acervo literário da Polícia Militar e suas unidades.



Da esq. p/ dir.: Cel. PM Mário Fausto Pinho; Ten. Cel. PM Ignácio; Prof. Vilas Boas e Sr. Mauro Terengui.

# VOCÊ SABIA QUE...

o setor de saúde recebe apoio beneficente?

As receitas decorrentes de doações e contribuições são destinadas integralmente pela Associação Beneficente PRÓ-SAÚDE do Policial Militar do Estado de São Paulo (PRÓ-PM) para:

Centro de Apoio Social;  
Cursos; Psicólogos; Palestras e Seminários;  
Centro Médico;  
Material Médico Clínico Hospitalar;  
Radiologia; Ortoclínica; Oftalmologia;  
Diagnóstico por Imagem;  
Divisão de Farmácia e  
Material Farmacêutico;  
Centro Odontológico e  
Material Odontológico;  
Manutenção e Reparos;  
Centro de Reabilitação;  
Materiais para Fisioterapia;

## **Você sabia que...**

em 1997, o Centro Farmacêutico do Centro Médico lançou o livro 'Memento Farmacêutico'? Com mais de 90 descrições de produtos, a publicação era usada para a fabricação dos medicamentos utilizados pelos policiais militares.

## **Você sabia que...**

maus hábitos podem ocasionar lesões irreversíveis ao globo ocular?

O malefício do cigarro é um deles. Quanto mais se fuma, maior é a chance de desenvolver catarata, glaucoma e degeneração macular relacionada à idade. Essas doenças são consideradas as maiores causadoras de cegueira no mundo.

A visão é um dos sentidos mais importantes no processo de comunicação do ser humano. Cuide bem dela!

# SUMÁRIO



## **Fale com a Major**

PRÓ-PM transformando números em histórias de vida

**pág 5**



## **Oftalmologia**

Recuperação após cirurgia é relatada pelo Ten Med PM Dr. Marcelo Costa Cavalcante e pelo Cel PM Márcio Antonio Visconti

**pág 6**



## **Semana da Enfermagem**

Homenagem aos profissionais da área da saúde

**pág 7 a 9**



## **Capa: Centro de Reabilitação**

Referência em todo o Brasil, o CRPM recebe cerca de 300 pacientes todos os dias

**pág 12 a 16**



## **PRÓ-PM apoia tratamento**

Cabo PM Euvanda Rodrigues conta sua história de recuperação

**pág 17**



## **Dica de Alimentação**

Confira sugestões simples para prevenção e tratamento de doenças

**pág 18**

# PRÓ-PM, um ato de solidariedade...

Eu diria que não é apenas um ato de solidariedade, mas são vários atos, que muitas vezes não chegam ao conhecimento das pessoas.

São atos de amor que transformam vidas diariamente e passam despercebidas.

Por uma quantia muito pequena é possível se ajudar e também ajudar a outras pessoas.

O valor que se cobra para associar-se à PRÓ-PM é tão pequeno que não nos cabe nem comentar.

Quem me conhece sabe que não sou de tentar "fazer a cabeça" das pessoas, nem tão pouco gosto de ser convencida, sem que haja uma boa motivação. A sensibilização ainda é o melhor caminho para atingir o meu coração.

Não sou adepta a termos várias associações representativas, pois sempre defendi a ideia de termos uma única associação, forte e estruturada que defendesse aos interesses de todos os policiais militares, e nesse sentido penso que deveríamos rever a quantas estamos vinculados e o que cada uma oferece.

Pelo que parece, as "ofertas" são muito semelhantes e não vejo muita criatividade.

A preocupação com a saúde do policial militar é algo que me interessa particularmente, como no caso específico da saúde mental, que é por assim "dizer" "o bem estar biopsico-social e espiritual do ser humano".

Nesse aspecto, o que estiver ao meu alcance para possibilitar uma melhoria na qualidade de vida dos policiais militares eu o farei; e é fato que não se consegue nada sozinho. O trabalho de equipe é fundamental, assim como as boas parcerias para a concretização de novos projetos.

A forma de prestação de contas deveria ser relatada de uma forma diferente para que as pessoas pudessem observar de forma humanizada o trabalho que é desenvolvido.

Atualmente, a prestação de contas se concentra em números e mais números, relatórios, aquisições de materiais, equipamentos, pagamentos a psicólogos e investimentos etc...

Sei que é importante sabermos para onde vai o investimento mensal que nos é descontado, mas como sou da área de humanas, quero ver os números transformados em histórias de vida.

Que o trabalho é maravilhoso e existe, não há como negar, mas é possível transformar números em fatos; em histórias de vida; em melhoria na qualidade de vida das pessoas; em reabilitação;

em melhoria das condições de quem dá e recebe atendimentos; em sorrisos bonitos e em melhoria da saúde mental dos policiais militares.

Quando o olhar se torna mais humano, expandimos nossa consciência para o que é de fato importante e podemos perceber que é possível fazermos muitas "coisas" com o pouco de cada um.

Por exemplo, se olharmos de forma humana o equipamento do dentista adquirido pela PRÓ-PM, podemos enxergar que um sorriso será melhorado e que o paciente sairá de lá em melhores condições, mais feliz e etc.

Quando um policial militar é atendido por um psicólogo e tem sua condição de vida melhorada, não percebemos o quanto é investido para o pagamento desse profissional. É preciso ver além, ver com o coração.

Façamos esse exercício com outros equipamentos ou contratações, pois esse é o enxergar além do concreto, esse é o enxergar humanizado.

É importante pensarmos que, mesmo não necessitando desses atendimentos, podemos ajudar muitas pessoas. Além disso, nós mesmos podemos utilizá-los quando necessário.

Com certeza não nos damos conta de que alguns atendimentos só são possíveis pelo desdobramento e pela contribuição da PRÓ-PM, porque não questionamos de onde vêm determinados equipamentos ou a contratação de médicos e psicólogos civis. Queremos apenas ser atendidos nas mais diversas necessidades.

E quando não somos, "gritamos aos quatro ventos" - o que de fato não está errado. Já fui mal atendida e não tive dúvidas de reclamar a quem de direito, mas também costumo elogiar e reforçar positivamente os bons atendimentos.

Façamos a nossa parte, vamos nos incluir nesse processo de melhoria contínua; sejamos solidários, vamos participar e contribuir da melhor forma que pudermos com essa Associação.

A contribuição cabe no seu bolso, suas ideias cabem no coração da PRÓ-PM.

Major Valdira Ferreira de Lima  
Psicóloga e Especialista  
em Intervenções Breves para  
Dependências pela UNIFESP e Gestão  
de Segurança Pública pela PUC.

**Fale com a Major**

valdiralima@yahoo.com.br



# SEMANA DA ENFERMAGEM

*Em parceria com o Centro Médico, a PRÓ-PM presta sua homenagem e valoriza ainda mais o trabalho dos profissionais da área da saúde*

*Major Tiepo faz com muita satisfação a abertura do evento*



**A** Semana da Enfermagem é um encontro promovido pelo Hospital Militar, em parceria com a PRÓ-PM, para homenagear todos os profissionais da área de enfermagem e demais convidados que procuram contribuir para uma melhor qualidade de vida da população.

O evento contou com a presença dos gestores do Hospital Militar; dos Con-

selheiros da PRÓ-PM; dos enfermeiros e auxiliares do Hospital Militar; do corpo de voluntários e ainda da presença de dois convidados que, com sua arte e sabedoria, acrescentaram muita qualidade a essa celebração.

**“SEMPRE É TEMPO DE  
SE MODIFICAR PORQUE  
A VIDA É UM ETERNO  
APRENDIZADO”  
PRÓ-PM**

Equipe de  
Enfermagem do  
Pronto Socorro  
do Centro  
Médico



Fotografia - PhD - Estúdio

**Sou muito grato por contar com amigos que fiz durante o tempo de trabalho que exerci na corporação e a PRÓ-PM pelo trabalho executado em prol dos Policiais Militares do Estado de So Paulo.**

“Meu problema de saúde foi com a minha visão. Comecei a sentir algumas dores de cabeça, que passavam e voltavam. Conversando com um amigo militar, ele comentou sobre o trabalho que a PRÓ-PM exercia, em parceria com o Centro Médico do Hospital Militar, inclusive sobre a redução da fila dos problemas causados pela catarata. A meta era acabar com a fila. Procurei me informar melhor e marquei consulta. Chegando lá, fui muito bem recebido pelos atendentes, que me encaminharam até sala do Tenente Médico PM Oftalmo Dr. Marcelo Cavalcante Costa. Examinado, foi diagnosticado uma rotura da retina”, conta o Cel Márcio Antonio Visconti.

**Na maioria dos casos, a rotura de retina aparece sem sintoma. Ela pode ser decorrente do descolamento de vítreo. O vítreo é uma substância gelatinosa e transparente que preenche a parte interna do olho, que se encontra em contato com a superfície da retina. Esse descolamento do vítreo, ou seja, a separação do vítreo da retina, pode se decorrente da idade (acima de 50 anos), miopia, trauma ocular e cirurgia de catarata.**

**Muita vezes aparece sem sintoma, mas os principais sintomas de descolamento do vítreo são: moscas volantes ou floaters e**

**flashes de luz.**

**O descolamento do vítreo, apesar do incômodo causado pelas moscas volantes, geralmente é benigno e não necessita de tratamento. Todos os pacientes com esses sintomas devem ser examinado por um oftalmologista. Quando ocorre descolamento do vítreo, o risco de roturas na retina é de aproximadamente 15% (1 em cada 6 pacientes).**



Tenente Médico PM Oftalmo  
Marcelo Cavalcante Costa

**Hoje, depois da cirurgia, estou recuperado graças ao doutor e a PRÓ-PM.**

**Nesse caso, as roturas de retina devem ser tratadas o mais rapidamente possível com laser (fotocoagulação) para diminuir o risco de descolamento da retina que poderá levar a cegueira.**

**O tratamento pode ser feito no Centro Médico do Hospital da Polícia Militar. A equipe de oftalmologia examina a fundo o paciente e tem condições de detectar doenças assintomáticas.**

“No meu caso, precisava ur-

gentemente de uma cirurgia em uma de minhas vistas, fato este que poderia chegar a perder a visão. Fiquei um pouco apreensivo por se tratar dos olhos; por ter que fazer esta cirurgia rapidamente. Eu não tinha a ciência dos fatos e acho que com saúde nunca se brinca. Fiz a cirurgia e estou bem graças à PRÓ-PM e ao meu amigo, pela indicação.

A partir de um bate papo entre amigos, conheci o trabalho da associação, que é maravilhoso, sem sombra de dúvida! Ela trabalha para o bem estar do policial militar, sendo ele da reserva ou da ativa, independente do cargo exercido. Todos nós e

vemos fazer parte deste excelente trabalho - eu faço a minha, contribuo”, relata Cel Visconti.



Coronel Márcio Antonio Visconti



Abertura Semana da Enfermagem

Convidado pelo Hospital Militar, o psicólogo Walter Alves de Souza, especializado em Psicologia Social e Bioenergética, ministrou uma palestra sobre a importância dos enfermeiros em todas as fases do atendimento e enfatizou sua grande importância para o paciente e seus familiares.

Psicólogo Walter Alves de Souza - Semana da Enfermagem



A palestra foi bastante interativa e proporcionou a participação efetiva dos enfermeiros presentes, por meio de depoimentos sobre as dificuldades e a luta da profissão. Também citaram a alegria e o amor que têm pela profissão que escolheram.

Ao término de sua apresentação, Walter aplicou atividades corporais e dinâmicas de grupo, incluindo técnicas de total relaxamento. Os participantes aprenderam as técnicas e sugeriram que o evento ocorresse mais vezes durante o ano.





Vale citar também a belíssima apresentação da atriz Mel Carrera, convidada da PRÓ-PM para alegrar o evento. Com sua personagem, a Dona Graciosa Karcia, ela encantou a todos com suas palavras de amor e respeito à profissão de enfermagem e ressaltou ainda mais a importância do corpo de enfermeiros em todos os procedimentos de recuperação e atendimento de um hospital.



*Absoluta em alegrar, sempre com carinho a atriz Mel Carrera compondo sua personagem "Dona Graciosa".*

Na ocasião, ela apresentou o espetáculo 'Vivências' e procurou retratar as semelhanças e as diferenças do enfermeiro com as tantas outras profissões existentes no mercado. Falou da necessidade do paciente e seus familiares terem um enfermeiro na rotina diária de sua recuperação, tudo com muita sutileza e com um tipo refinado de humor.



*Sargento PM Ivonete faz suas considerações finais do evento*

## **A união de todos por uma nobre causa é o bem mais precioso de uma grande organização**

Os participantes foram recepcionados com um coffee break oferecido pela PRÓ-PM e, ao final dos dois dias de palestras, receberam brindes especiais como agradecimento à adesão ao evento.



A PRÓ-PM parabeneza a todos os enfermeiros, técnicos enfermagem e auxiliares pelo seu dia e ao Hospital Militar que, por meio do seu trabalho e empenho de seus gestores e organizadores responsáveis pelo evento, o SubTenente Medrano e a Sargento Ivonete, tornaram tudo isso possível.

A associação também agradece aos convidados presentes, aos palestrantes e aos seus colaboradores, que entendem que eventos como esse fortalecem o relacionamento entre as pessoas, proporcionando uma discussão saudável sobre uma maior humanidade no atendimento, aumentando a autoestima de quem cuida de pacientes e em muitos casos, dos familiares.



**As voluntárias**



**Uma lembrança**



# NITRO ADVANCED

Descubra a nova Nitro Advanced, a carabina CBC que reúne design marcante, segurança, conforto e alta performance em velocidade e precisão.

Surpreenda-se com os detalhes que fazem a diferença, como a coronha thumbhole com almofada regulável, cano com acabamento sobreinjetado em polímero, muzzle break e o gatilho especial com regulagem de força e de curso.



Coronha Thumbhole com almofada com regulagem de altura.



Sistema de segurança que impede o disparo com o cano aberto.



Aparelho de pontaria com fibra óptica, massa de mira e túnel de proteção removíveis.



Soleira de elastômero com tecnologia Tube.



Grip Antiderrapante.



Gatilho com regulagem de curso e força (trigger pull) e trava de segurança ambidestra acoplada.



Cano com acabamento sobreinjetado. Protege contra a oxidação.



Muzzle Break.



## Mola de Ação "Gás Ram" – Pistão de Nitrogênio:

- Força de engatilhamento constante.
- Menor recuo e ruído no disparo.
- Maior vida útil, conforto e precisão.

- Calibre 4,5 mm (.177): Cód. 10008986
- Calibre 5,5 mm (.22): Cód. 10008629

Carabina de Pressão não é arma de fogo, portanto não necessita de registro para compra.

Venda permitida a maiores de 18 anos.



# CENTRO DE REABILITAÇÃO DA POLÍCIA MILITAR



**Referência em todo o Brasil, o CRPM tem como palavra de ordem a humanização, recebe 300 pacientes por dia e tem estrutura para realizar qualquer tipo de tratamento.**



Direita para esquerda:  
Fisioterapeuta do Setor Neurológico  
Alison Pinheiro de Oliveira  
Fisioterapeuta Responsável  
pelo Grupo de Amputados  
Mozart Goulart de Lima Junior  
Fisioterapeuta do Setor Neurológico  
Paulo Henrique Pignatari

A bandeira do comandante hasteada indicava a presença do Ten Cel PM Daniel Cesar no Centro de Reabilitação da Polícia Militar. Ele subiu a rampa de acesso dos carros a pé, ao lado de um paciente cadeirante que havia chegado do interior de São Paulo há apenas dois dias. Como de costume, o Ten Cel PM Daniel apresentou as alas ao recém chegado e tem acompanhando de perto a sua recuperação.

Essa é a principal característica do Centro de Reabilitação da Polícia Militar – a humanização. “Fui muito bem recebido pela equipe daqui, desde os recepcionistas até o comando. Não teria acesso a um tratamento de qualidade como esse no interior”, afirma o Sd PM Alex Carlos, o novo paciente.

Alex e sua companheira chegaram ao CRPM com muitas dúvidas, expectativas e totalmente focados no tratamento de recuperação. Ele foi ferido por arma de fogo em uma tentativa de assalto em maio, passou por hospitais do interior e agora se dedica integralmente ao





# Muito além da reabilitação

programa oferecido pela unidade. Diariamente, passa por sessões de fisioterapia, psicologia e outras especialidades concentradas no CRPM.

A equipe médica realizou diversos exames em Alex para estruturar sua reabilitação. "Consigo perceber o empenho dos profissionais com o meu caso. Além disso, existe uma preocupação em tratar o paciente como ser humano", ressalta o soldado.

Criado em 2004 para atender à necessidade de assistência diferenciada ao policial militar que sofreu algum tipo de lesão ortopédica e/ou neurológica, hoje a unidade recebe cerca de 300 pacientes diariamente.

Oferece programas de reabilitação para que o policial tenha condições físicas e emocionais de retornar à atividade profissional ou adaptar-se a uma nova condição corporal, incluindo a aquisição de independência, além da recuperação da autoestima e do convívio social.

O setor mais requisitado é o de Fisioterapia Ortopédica, que oferece um primeiro atendimento aos policiais que chegam com



Tratamento de Pilates



Alex profissional ferido em cumprimento do dever em tratamento



Centro de Fisioterapia

sensibilidade à dor ou necessidades relacionadas a fases pré e pós-operatória.

Em sua grande maioria, o tratamento é feito em mais de uma especialidade. Os pacientes comparecem, normalmente, de duas a três vezes por semana, dependendo da indicação clínica. Em alguns casos, como os neurológicos ou em fase pré e pós-operatória, o tratamento é mais intensivo e até mesmo diário, visando à melhora da lesão ou do preparo.

Paralelamente às atividades diárias do Centro de Reabilitação da Polícia Militar, o comando tem uma preocupação especial quanto à prevenção. Por conta disso, tem havido uma maior difusão de informações preventivas em palestras realizadas no Centro e também nas instalações dos quartéis, em especial nos Batalhões de Área, com ênfase nos cuidados para evitar os principais tipos de lesões que resultam na reabilitação.

Todos os policiais militares do estado de São Paulo podem ser atendidos pelo CRPM, mesmo os da reserva e os que se feriram fora do horário de trabalho. Para iniciar o tratamento de reabilitação, é necessário o encaminhamento do paciente por alguma das UIS (Unidades Integradas de Saúde) ou pelo HPM, que normalmente realizam o atendimento primário.



“A composição do quadro de funcionários por policiais militares é um fator que facilita a adesão ao tratamento porque o paciente se sente em casa. Ele troca experiência com outros policiais e isso ajuda na superação das dificuldades e ainda aumenta o empenho pessoal”, afirma o Ten Cel PM Daniel Cesar.

O prédio do **CRPM** tem dois andares e está dividido em três grandes alas de tratamento: Fisioterapia Ortopédica, Fisioterapia Neurológica e Condicionamento Físico. Todos os ambientes foram arquitetados para facilitar a mobilidade dos visitantes a acessibilidade começa no estacionamento, onde quase todas as vagas são destinadas aos portadores de necessidades especiais.

Na entrada, cadeiras de rodas estão disponíveis aos pacientes para a locomoção interna e as portas e acessos são largos, facilitando a passagem de cadeiras de rodas e pacientes com andadores ou muletas

de apoio. Em todas as alas há rampas de acesso e banheiros adaptados, além de bebedouros e telefones públicos com altura adequada.

Quem não tem como se deslocar até a unidade conta com o serviço de assistência social, ou seja, usam viaturas do batalhão mais próximo de onde reside ou é transportado pelo Serviço de Atendimento Especial, o Atende.

Hoje, não há nenhum caso de reabilitação que o Centro não consiga atender. Com uma infraestrutura bem completa e equipe profissional capacitada e motivada, o CRPM é referência em todo o Brasil.

O Centro de Reabilitação da Polícia Militar é dividido em setores de atendimento, subdivididos em:

#### **Fisiatria (consultórios médicos)**

- Fisioterapia de reabilitação
- Ortopedia (individual ou em grupos de estabilização de coluna vertebral e joelhos);
- Pulmonar (individual ou em grupo de reabilitação pulmonar e ainda a realiza-



Sala de espera dos consultórios do Centro de Reabilitação



Fisioterapeuta Responsável pelo Grupo de Amputados  
Mazart Goulart de Lima Junior



Nutricionista Cabo PM Maria Inês

ção de testes de função pulmonar em apoio ao C Med);

- Hidroterapia;
- Neurologia (grande, incapacitados e amputados);
- Paralisia facial;
- Incontinência urinária;
- RPG (Reeducação Postural Global);
- Pilates por fisioterapeuta

### **Condicionamento físico de reabilitação**

- Exercícios físicos de reabilitação (individual ou em grupos de sobrepeso, cardiopulmonar, osteoartrose, joelho, coluna e veteranos);
- Pilates por educador físico

### **Terapia ocupacional**

- Atividades sensoriomotoras de reabilitação (neste

contexto entra o emprego da sala de AVD - Atividades da Vida Diária).

### **Enfermagem**

- Estomaterapia;
- Apoio à área médica nas aplicações de toxina botulínica e ácido hialurônico;
- Medição de Pressão Arterial e Índice Glicêmico.

### **Nutrição**

A abordagem nutricional auxilia a recuperação dos pacientes em reabilitação, já que o excesso de peso tem um importante papel no aparecimento das manifestações clínicas e na evolução do quadro do paciente.

A nutrição adequada exerce um papel fundamental

na promoção da saúde e na redução dos fatores de risco para o desenvolvimento de doenças.

### **Fonoaudiologia**

- Atendimento de reabilitação (com ênfase na deglutição, voz, linguagem, fala, paralisia facial, motricidade oral e comunicação gráfica);
- Exames de audiometria e avaliação da capacidade de deglutição, voz, linguagem, fala, paralisia facial, motricidade oral e comunicação gráfica.

### **Psicologia**

- Atendimento clínico com enfoque biopsicossocial, observando as funções cognitivas, afetivas e emocionais, visando à tomada de consciência e reabilitação.

Além dos setores técnicos, o CRPM tem a área administrativa, que trata da rotina da Unidade, dos projetos e cursos de atualização profissional.

### **Tratamento interdisciplinar**

Ao chegarem ao Centro de Reabilitação da Polícia Militar, os pacientes passam por uma avaliação médica para definir o melhor tratamento a seguir, de acordo com o quadro apresentado. Em sua grande maioria, são aplicados tratamentos interdisciplinares para acelerar a reabilitação.

Na ala de Fisioterapia Ortopédica, por exemplo,

estão disponíveis boxes com aparelhagem completa. As macas têm uma altura padronizada, apoios de cabeça e colchonetes para manter o policial em posição de extensão total, evitando forçar as articulações. Também estão dispostos turbilhões de água fria e quente; e salas de Reeducação Postural Global (RPG).

O Centro conta ainda com aparelhos de Ultrassom (USO), usado como antiinflamatório; Neuroestimulação Elétrica Transcutânea (Tens), indicada para dores agudas e crônicas, desde processos inflamatórios traumáticos até sequelas de processos infecciosos; e terapia por microondas, com calor profundo que atinge gordura, tendão e músculos.

Além disso, está equipado para oferecer a terapia por diatermia por Ondas Curtas (OC), aplicação terapêutica de correntes alternadas de alta frequência para aquecer os tecidos por conversão; e o laser.

A Hidroterapia foi agregada em 2005. Esse tratamento aquático ajuda os pacientes a realizarem os exercícios mais facilmente, já que o peso corporal fica reduzido na água e a reabilitação acontece mais rapidamente. A piscina aquecida oferece diferentes tipos de exercícios que são realizados com a ajuda de equipamentos adaptados.

Todas as sessões são acompanhadas por fisioterapeuta especializado.

Com ajuda da PRÓ-PM, o CRPM conta com um equipamento importado, que possibilita a terapia por suspensão. O moderno aparelho prende o paciente pelo tronco, braços e quadril e o suspende, deixando-o de pé. O aparelho é de extrema importância para a reabilitação, uma vez que a terapia de suspensão possibilita uma descarga do peso, estimula o tronco, o quadril e abdômen, além de trabalhar a nova consciência corporal e a adaptação a uma nova condição do corpo.

A equipe do CRPM busca constantemente atualização e aprendizado de novas técnicas para melhorar a qualidade do atendimento. Isso torna a unidade referência em sua área.

### **Grupo de Amputados**

Em 2009, a partir de uma demanda reprimida, foi criado o Grupo de Amputados. Usando como exemplo o trabalho realizado pelo Hospital das Clínicas, o fisioterapeuta Mozart Goulart de Lima Junior, responsável do Grupo de Amputados, colocou em prática a ideia de atender especificamente os pacientes com problemas mais graves. "Antes do Grupo, os amputados eram atendidos na fisioterapia ortopédica de forma mais generalizada.

Agora, atendemos cada um deles separadamente, com hora marcada, e um profissional dedica uma hora ou mais a cada paciente", diz Mozart.

O que mudou também foi o tempo para o recebimento de uma prótese. Uma parceria do CRPM com o HC permite que os fisioterapeutas tirem a medida do policial no Centro e o encaminhem para o recebimento da prótese no parceiro, reduzindo o tempo de espera de um ano para dois meses, em média. "Essa parceria foi de extrema importância porque potencializou o tratamento feito aqui. Agora, o paciente recebe alta quando está totalmente adaptado à prótese, quando consegue andar, subir e descer escadas sem nenhuma dificuldade", completa Mozart. Em média, o tratamento tem duração de seis meses.

### **CURIOSIDADE**

**EM 15 DE ABRIL DE 2009, O CENTRO DE REABILITAÇÃO DA POLÍCIA MILITAR PASSA A SER CHAMADO 3º SGT JEFFERSON EDUARDO PATRIOTA DOS SANTOS (CRPM 3º SGT PM JEFFERSON) EM HOMENAGEM AO PM, MORTO EM 2008.**

**DEFENSOR DAS CAUSAS DOS POLICIAIS, O SGT JEFFERSON LUTOU PARA GARANTIR BENEFÍCIOS PARA OS COMPANHEIROS EM TODA A SUA JORNADA MILITAR. FOI UM DOS FUNDADORES DA APMDFESP.**







# BUFFET

## Algazarra



**ELEGÂNCIA,  
TRADIÇÃO  
REQUINTE**

Iniciado há 25 anos pela família Visconti em São Paulo, o Grupo Algazarra atua com determinação e personalidade, referência em buffets e eventos.

Cardápio personalizado conforme a satisfação do cliente.

Uma infraestrutura que realiza um atendimento em nossas instalações ou no local de sua escolha: Residências, Chácaras e Salões na grande São Paulo.

**Nossos Espaços:**

Atuamos nos cinco salões para eventos adultos do Clube Esperia e nas dependências para festas infantis no Algazarra Eco Kids.

- Ambiente agradável
- Fácil acesso • Estacionamento gratuito
- Segurança • Excelente gastronomia
- Atendimento personalizado

Faça-nos uma visita ou acesse:  
[www.algazarra.com.br](http://www.algazarra.com.br)



Unidade - Espéria Santana  
Av. Santos Dumont, 1313  
Fone: (11) 2221-5660

Unidade Infantil - Eco Kids  
Av. Santos Dumont, 1313  
Fone: (11) 2221-5908

# DICAS

## Nutricionista



**Cabo PM Maria  
Inês Coutinho**

**Centro de  
Reabilitação**

O profissional de Nutrição está em diversos segmentos buscando prevenir e tratar doenças e promovendo qualidade de vida.

Segundo o Conselho Federal de Nutricionistas, este profissional é capacitado para atuar na segurança alimentar e na atenção dietética. Ele estuda as necessidades nutricionais de indivíduos ou grupos para promoção, manutenção e recuperação da saúde.

No Centro de Reabilitação da Polícia Militar (CRPM) não é diferente. Seu papel é atuar em conjunto com os profissionais de fisioterapia, condicionamento físico, psicologia e demais colegas, auxiliando na recuperação dos pacientes. O nutricionista acompanha os policiais com sobrepeso, com alterações em exames laboratoriais (colesterol, triglicérides etc...), com deficiências nutricionais (anemia, etc ...).

**Seguem dicas de saúde :**

- Fazer o consumo de pelo menos uma fruta, 40 minutos antes de qualquer atividade física;
- Fazer pequenas refeições a cada 3 horas (preferência frutas);
- Evitar consumir frituras;
- Evitar consumir refrigerantes;
- Reduzir o sal das refeições (abusar dos temperos naturais, como cebola e alho);
- Consumir pelo menos dois litros de água por dia.



**AGENDE UMA PALESTRA  
COM O PROFESSOR**

**JOÃO VILAS BOAS**

Mais de 30.000 policiais militares já assistiram às palestras motivacionais do professor, escritor, teólogo e palestrante da PRÓ-PM João Vilas Boas.



**PARA AGENDAR PALESTRAS COM JOÃO VILAS BOAS**  
**Ligue para a PRÓ-PM: (11) 2281-3288**  
[vbconsultoria@hotmail.com](mailto:vbconsultoria@hotmail.com)



# Associação dos Funcionários Públicos Usuários de Telefonia Móvel Corporativa



## Internet Ilimitada

- 100 Minutos **Locais para Fixo ou Qualquer Operadora**
- (0,25 minuto excedente)
- Fale Grátis com seu Grupo



R\$ **59,00** / mês



NOKIA  
LUMIA 520

**Grátis: Smartphone**

# nextel

## Rádio + SMS Ilimitado



R\$ **74,00** / mês

Adesão mesmo com Restrição - Entrega Imediata

Av. Queiroz Filho, 455 - Pq. da Lapa - SP - Fone: (11) 3534-7850



**SALÃO SOCIAL**  
**UNIÃO DAS PENSIONISTAS**

# Sinta-se em casa

Atendimento personalizado, amplas acomodações e preço atraente fazem da

**CASA DE APOIO**  
**HORTENCIA D'ASTI DE LIMA**

sua melhor opção de hospedagem na Capital.

Está em local estratégico, entre duas Estações do Metrô (Tiradentes e Armênia), pertinho da CBPM e da Sede da União das Pensionistas.

**CASA DE APOIO**  
**HORTENCIA D'ASTI DE LIMA**

Rua Alfredo Maia, 349 - Luz - São Paulo  
Central de Reservas: (11)3311-4020

# O LOCAL IDEAL PARA SUAS FESTAS

*Confraternizações de Fim de Ano,  
Casamentos, Batizados, Bailes...*

Capacidade para 150 pessoas, dois ambientes, palco, elevador, quatro banheiros, cozinha e área livre.

O Salão Social da União das Pensionistas está à disposição da família policial-militar para realização de festas, eventos, comemorações, casamentos e batizados com Segurança total.

**O melhor preço do mercado!**

**RUA DR. RODRIGO DE BARROS, 97**  
**LUZ - SÃO PAULO - FONE: (11) 3311-4020**

