



PRÓ-PM

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

UIS

Mauá e Santos

Mais de 42 mil Atendimentos

Major Chammas

Centro Odontológico

Depoimento

Soldado Fábio

CRPM

Dicas e Prevenção

Campanha Doar é Legal

Centro Médico

Major Valdira





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. Contaremos com maior acessibilidade, páginas mais rápidas para carregar e utilizando qualquer navegador disponível no mercado.

Contaremos também com uma Área Restrita onde o associado poderá ler notícias internas, balancetes, chamados, fotos e muito mais !!!

Acesse:
www.propm.org.br





REVISTA - PRÓ-PM EDIÇÃO 41
 RUA ALFREDO PUJOL, 285
 CJ.53 - 5 ANDAR-SÃO PAULO
 TEL.: (11) 2281-3288
 SITE: www.propm.org.br
 Email: contato@propm.org.br
 REDAÇÃO: redacao@propm.org.br
 Publicidade: marketing@propm.org.br

DIRETORIA

Diretor Presidente

DR. ANTONIO CARLOS FORTE

Diretor Vice-Presidente

JOSÉ D'ELIA FILHO

Diretor Administrativo

CEL PM JOSÉ CARLOS BONONI

Diretor de Comunicação Social

CEL PM MARIO FAUSTO RODRIGUES PINHO

Diretor Financeiro

CEL PM WALDIR DOS SANTOS

Diretor Jurídico

CEL PM MILTON CARDOSO FERREIRA DE SOUZA

Diretor Técnico

CEL MED PM LUIZ TOSHIMITSU HORITA

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Presidente

HERCÍLIO RAMOS

Membros

CEL PM BENEDITO ROBERTO MEIRA

CEL PM LEÔNIDAS PANTALEÃO DE SANTANA

CEL PM AUDI ANASTÁCIO FELIX

CEL MED PM ROBERTO RODRIGUES JUNIOR

CEL PM FRANCISCO ROBERTO AIRES MESQUITA

CEL PM JOSÉ MAURÍCIO WEISSHAUPT PEREZ

TEN CEL PM JOSÉ EDUARDO BEXIGA

TEN CEL PM ALEXANDRE AUGUSTO CAMPOS DE SOUZA

CEL PM WILTON ISIPON

2º TEN PM IRIO TRINDADE DE JESUS

CB PM ANTONIO CARLOS DO AMARAL DUCA

CEL PM ROBERTO ALLEGRETTI

CEL PM MARCOS ROBERTO CHAVES DA SILVA

SD PM AIRTON BELMIRO DA SILVA

3º SGT PM SIDNEY AMARAL DE SOUZA

DR JOSÉ OSMAR DE MEDINA ABREU PESTANA

DR ANTONIO AMÉRICO BARBOSA DE OLIVEIRA

CORONEL PM ÁLVARO BATISTA CAMILO

MARCELO DRÜGG BARRETO VIANNA

EDISON FERREIRA DA SILVA

PROF DR CARLOS SÉRGIO CHIATTONE

DR NEWTON DE OLIVEIRA

DR GILBERTO CARLOS LEIFERT

DR JOSÉ ROBERTO FERRARO

CB PM RONALDO DE MOURA ANDRADE

MAJ PM NAIR DÓLORES GRELA CALIGUIERE

2º TEN PM DIRCEU CARDOSO GONÇALVES

CONSELHO FISCAL

Presidente

CEL PM AGUINALDO NOBRE DE MELO

SECRETÁRIO: MAJOR PM WANDERLEY VIRÍSSIMO DE OLIVEIRA

RELATOR: FRANCINETT VIDIGAL JUNIOR

1º SUPLENTE: CEL PM RAIMUNDO ALVES DOURADO

2º SUPLENTE: CEL PM REYNALDO PRIEL NETO

Editor Responsável:

Dalton Patriota

Direção de Arte - Edição e Fotografia:

PHD-Estúdio e Criação

Colaboradores:

Hospital da Polícia Militar

Centro Médico

Centro de Reabilitação

Centro Odontológico - Tiradentes



Editorial

O que podemos fazer para melhorar nosso ambiente de trabalho? Podemos começar pelo atendimento, sabemos que não é fácil para ninguém ter que deixar alguém aguardando, por isso vamos procurar melhorar nosso atendimento para maior satisfação dos nossos clientes internos (vocês) e os externos. Esta deve ser uma preocupação de todos, pois acontecem na rotina de trabalho de cada um, se cada membro da equipe fizer a sua parte e pensar no coletivo, você poderá mudar um pouco do conceito que se espera de cada um.

Vamos abordar vários temas para ampliar este elo entre os nossos valorosos Policiais Militares e a PRÓ-PM. Esta Instituição precisa muito desta cooperação mútua, para atuarmos em conjunto com os nossos parceiros, disponibilizando benefícios e práticas saudáveis para a nossa corporação. Não basta disponibilizar, temos que divulgar os benefícios e facilitar o seu acesso, assim vamos crescer juntos e se fortalecer cada vez mais, por isso contamos com vocês.

Nesta edição o Tenente Dent PM Luís Costa Carneiro e a Tenente Dent Flávia França, falam do trabalho realizado em conjunto com a PRÓ-PM, nas UIS de Mauá e Santos. O Chefe interino Major Dent PM Chammas do Centro Odontológico da Polícia Militar do Estado de São Paulo nos relata algumas áreas atuantes da PRÓ-PM. O Depoimento do Soldado Fábio e mais dicas de má postura com a equipe de fisioterapeutas do CRPM e ainda a importância da "CAMPANHA DOAR É LEGAL", do Centro Médico.

Nosso trabalho se completa quando chega até você informações importantes para a sua Saúde e realização do seu trabalho.

Boa Leitura!

Sumário

VC SABIA...

Curiosidadespág 04

Fale com a Major PM

O podemos fazer para melhorar nosso ambiente de trabalho.

.....pág 7 a 8

Tenente PM Major Chammas

Ch Interino do C Odont.

.....pág 8 a 9

Tenente Dentista PM

Luís Carlos Carneiro

UIS Mauápág 10 a 11

Tenente Dentista PM

Flávia França

UIS Santospág 12 a 13

Centro de Reabilitação

Dicas e prevenção

CRPMpág 16 a 19

Que Água você Bebe

Profº. Gelson da Silva Ribeiro
 Biólogo/Diretor do Ana Clin Laboratório
 de Análises Médicas

.....pág 21 a 23





VOCÊ SABIA QUE...



VOCÊ SABIA QUE...

VOCÊ SABIA QUE...
VOCÊ SABIA QUE...
VOCÊ SABIA QUE...

Licitação

Disputa entre os proponentes, em leilão, hasta pública, partilha judicial, ou concorrência administrativa, para alienação ou adjudicação ao autor da melhor proposta.

Processo licitatório

É composto de diversos procedimentos que devem ser efetuados com base nos princípios definidos no Art.37 3 da Constituição Federal, a saber, a legalidade, a impessoalidade, a moralidade, a publicidade e a eficiência, com o intuito de proporcionar à Administração a aquisição, a venda ou uma prestação de serviço de forma vantajosa, ou seja, menos onerosa e com melhor qualidade possível e isonomia aos membros. Isto acontece utilizando-se um sistema de comparação de orçamentos chamado de "propostas das empresas". As empresas devem atender às especificações legais necessárias, todas constantes do edital ou carta convite. A empresa que oferecer maiores vantagens será a escolhida para o fornecimento do produto ou do serviço, para aquisição de bens alienados pela administração ou para atuar nos regimes de concessão ou permissão em relação a serviço.

PRÓ-PM

Procedimento este que também ocorre na PRÓ-PM, mas o processo é bem mais rápido, porque o objetivo nosso é atender a estas necessidades dos Centros: Médico; Odontológico e Reabilitação, sabemos desta importância e do equipamento ou itens que agregam para uma melhoria no tratamento do Policial Militar. Por isso contamos com um conselho de administração e fiscal que se reúnem

para tratar de assuntos pertinentes a compra de materiais. Quando falamos em saúde do policial militar, o que pretendemos é sempre valorizar a vida de uma maneira mais ampla, para que possamos estender á uma qualidade de vida melhor e saudável para nossos valorosos POLICIAIS MILITARES.

Equipamentos e Manutenção

O Estatuto Social da PRÓ-PM prioriza a aquisição de equipamentos para o Órgão da Saúde do Policial Militar, mediante a solicitação do mesmo e de acordo com as especificações referidas. Por outro lado, é obrigação das "UGES" vinculadas a seus órgãos colocar em carga esses equipamentos adquiridos pela PRÓ-PM e prever recursos orçamentários para a sua manutenção.

Que a PRÓ-PM destinou este o ano passado mais de 2 milhões em investimentos para a melhoria em atendimento no: Centro Médico, Centro Odontológico, Centro de Reabilitação, Centro de Apoio Social, Unidades Integradas de Saúde.

A PRÓ-PM obtém parcerias:

AFAM - Associados e familiares tem descontos nos cursos oferecidos desde 2006. Como também fornecimentos materiais de higiene pessoal, material de apoio para o trabalho do Corpo de Voluntários da PRÓ-PM.

Laboratório Panizza e Farmácia

PHITOSHOP - Desconto de 20% (vinte por cento) em produtos e aviamentos de receitas de fórmulas de manipulação.

Site: www.panizza.com.br



VOCÊ SABIA QUE...



O Desembargador Álvaro Lazzarini ingressou na APMBB (então CFA da Força Pública) e fez carreira até 1º Tenente, quando foi aprovado no concurso para a Magistratura Estadual. É autor de vários escritos em defesa da Corporação e presidiu a Assembleia que criou a PRO-PM- Associação Beneficente PRÓ-SAÚDE Policial Militar do Estado de São Paulo.



ÁLVARO LAZZARINI IN MEMORIAN

Existem pessoas que nos transmitem uma sensação de higidez, vigor físico e mental, de tamanha saúde física e espiritual, que não se consegue imaginar que pereçam um dia. Álvaro Lazzarini cultivou os seus talentos e investiu em sua formação integral desde sempre. Adentrou à Polícia Militar e absorveu as características que fazem da milícia um padrão ético: disciplina e hierarquia, civismo, amor à Pátria. Manteve-se afeiçoado aos princípios que observou em sua carreira Magistratura, onde se destacou pela retidão. Foi um padrão de juiz, numa carreira que precisava tanto de bons exemplos, numa era de flexibilização que chega a desnaturar o perfil de um agente estatal e de permissividade que faz confundir o pluralismo com a agonia dos valores essenciais a uma República.

Cuidou do corpo. Era um atleta. Praticava exercícios físicos, fazia equitação. Não tinha vícios. Sua imagem era a de um ser humano inteiramente saudável. Por dentro e naquilo que transmitia externamente.

Aprimorou-se na ciência jurídica, foi criativo na exploração de novas sendas no Direito Administrativo. Produziu obra consistente. Defendeu-a de forma combativa. Coragem era um atributo que integrava a sua personalidade. Ofereceu-se para as mais relevantes funções que um juiz pode exercer dentro de sua instituição. Logrou êxitos, soube absorver derrotas. Preservou a identidade ilibada, a coerência, a consciência do dever cumprido.

Na dimensão pessoal, era um

homem pleno de ternura. Sua família foi destinatária de um amor incondicional. Tinha imenso orgulho de sua prole. Foi marido amantíssimo. Sempre manteve o culto a Heidi Alves Lazzarini, mesmo quando encontrou Marta a sua companheira dos últimos anos.

A Providência, que o não poupou do sofrimento, ofereceu algumas alegrias. O reconhecimento de seus pares. Participar da promoção de seu primogênito Alexander ao cargo de desembargador do mesmo Tribunal de Justiça a que serviu com devotamento heroico. Até mesmo vibrar com a eleição de um conterrâneo à presidência da tribunal, meta que tangenciou, mas não logrou obter.

Era amigo leal, solidário, generoso, fraterno. A Magistratura ainda não se deu conta do alcance da perda sofrida. Mas Álvaro Lazzarini continuará a viver na memória da instituição, enquanto houver interesse em se reverenciar paradigmas de juízes. Enquanto houver alguém disposto a saber o que deve ser um verdadeiro homem. O que é um homem consagrado às mais nobres causas. O que significa um homem livre nas suas opções, no talento, no espírito e na forças espiritual. Seu exemplo será a cada dia mais necessário, quando se assiste ao espetáculo de tantas consideradas boas cabeças se entregarem dominadas por outros interesses, perecíveis e imediatos, neste estágio melancólico em que a ética naufraga e a decência agoniza.

Por José Renato Nalini Presidente do Tribunal de Justiça do Estado de São Paulo.





Major PM 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

O QUE PODEMOS FAZER PARA MELHORAR **“NOSSO” AMBIENTE DE TRABALHO...**

Se nos reportarmos ao sentido filosófico da palavra trabalho, conseguimos atingir a proporção negativa a que ele se refere, “aquilo que fatiga ou provoca dor”. Se pensarmos que passamos mais horas das nossas vidas em nossos trabalhos e se levarmos esse sentimento de fadiga e dor, poderemos adoecer.

Em contrapartida, se tivermos prazer em realizarmos de forma produtiva as missões que nos cabem, poderemos nos desenvolver como pessoas e como profissionais.

Quando nos referimos às questões de trabalho, essas nem sempre estão ligadas a questões prazerosas e, como tudo na vida, há o lado bom e o lado ruim, mesmo quando escolhemos a profissão por vocação.

Imaginem então, quando essas escolhas estão pautadas em outras circunstâncias, como muitas vezes acontecem, tais como estabilidade, falta de oportunidade, “era o que tinha para hoje”, por imposição da família, entre outras “forças ocultas”, aí a dificuldade é maior.

Deve haver um sentido maior do que apenas olhar o trabalho como um meio de sobrevivência.

Assim como há pessoas que não tem ambiente em suas próprias casas, há os que sofrem desse mal em seus locais de trabalho, quer pelo desprazer em razão das atividades desempenhadas, quer pelo relacionamento interpessoal precário.

Podemos melhorar essa condição e minimizarmos os aspectos negativos.

É importante termos em mente que não viemos ao mundo para sofrer, nem para causar sofrimento.

Nesse sentido, há muitas relações envolvidas no contexto profissional, relações de amizade, relações de subordinação, ou em alguns casos, ambas.

É preciso estar atento para que não haja conflito dos papéis exercidos e que eles estejam bem claros.

Cabe ao chefe ser um facilitador dessas relações, com a finalidade de extrair o melhor do seu subordinado, ou impulsioná-lo a desenvolver habilidades que ainda não emergiram.

Cabe ao chefe reconhecer as limitações de seus subordinados, assim como cabe aos subordinados o empenho para transpor suas limitações, e vestir de fato a “camisa” da empresa, com

comprometimento e força de vontade.

É necessário que todos nesse ambiente aceitem e compreendam as diferenças.

Que exercitem o respeito a diversidade de pontos de vistas.

Que todos estejam comprometidos com a cultura da gratidão e reconheçam o que está sendo produzido.

Que saíamos um pouco do lugar da crítica e busquemos reforçar os aspectos positivos das “batalhas diárias”.

Que quando estivermos no ambiente de trabalho, o foco seja para a produtividade.

Que saibamos o quanto somos importantes na engrenagem de qualquer processo e por mais simples que seja a função que exercemos, ela faz parte do todo.

Que sejamos conscientes de que não somos máquinas e de que temos que equilibrar a vida familiar com a vida profissional e nos esforçar para que não haja conflitos nessas esferas a ponto de “uma” influenciar a “outra”.

É preciso que nos apropriemos de um espaço de reflexão para que saibamos o queremos e de que forma podemos contribuir para a melhoria contínua no ambiente de trabalho.

Trabalhar em equipe nem sempre é fácil, mas quando temos metas e propósitos a serem atingidos e todos estão conscientes do caminho a ser trilhado tudo fica mais fácil.

As equipes são heterogêneas, assim como as crenças pessoais, os objetivos de vida e ascensão na carreira, uns querem mais, outros menos, uns almejam “status”, outros reconhecimento,

outros aumento de salário, e assim por diante...

É o mais importante, cada um é único nesse Universo, e todos podem contribuir de alguma forma.

No ambiente de trabalho, é preciso que se preserve a individualidade e que se evite julgar ou falar mal das pessoas, se não pudermos ser honestos, que sejamos ao menos respeitosos, se não tivermos abertura para expor nossas opiniões e críticas, que possamos nos posicionar da forma mais adequada sem entrarmos em conflitos desnecessários.

A ética deve permear todas as relações no trabalho.

Por fim, cuide da organização, do seu ambiente de trabalho no contexto mais amplo.

Cuide de sua postura profissional e pessoal, cuide do seu aperfeiçoamento constante, cuide para que você se torne, cada vez mais, uma pessoa interessante e com propostas criativas.

Cuide-se individualmente e expanda o que há de melhor em você a todos os que convivem diariamente ao seu lado.

Caso seu trabalho esteja causando mais sofrimento que prazer, repense sua conduta, repense suas escolhas e deixe emergir a coragem, “aquela” que vem do coração e mude a rota de sua vida, nunca é tarde para recomeçarmos o projeto de vida, mas temos que estar minimamente envolvidos de forma prazerosa nas tarefas que nos “roubam” a maior parte do tempo. Pensem nisso.

Muita luz em seus caminhos.

Major PM Valdira Ferreira Lima

Centro Odontológico ***Ações que visam a*** ***um bom atendimento***

Chefe Interino Major PM Dentista Chammas



O Centro Odontológico da Polícia Militar do Estado de São Paulo é o órgão de apoio responsável pelo atendimento especializado dos policiais militares, tanto ativos como veteranos, servindo como referência a todas as UIS odontológicas do Estado, para onde são encaminhados pacientes que necessitam de atenção de média e alta complexidade. O Centro atualmente atende todas as especialidades da odontologia moderna, incluindo a Implantodontia, Laserterapia, Cirurgia e Traumatologia buco maxilo faciais, Periodontia, Ortodontia, Prótese, Endodontia, Radiologia, Dentística.

Com certeza, o grande diferencial do Centro Odontológico é sua equipe de profissionais, contando com grande número de Doutores, Mestres e especialistas nas mais diversas áreas, sendo muitos deles professores universitários. Não bastando sua formação e capacitação, todos os profissio-

ais estão empenhados no acolhimento e no atendimento de excelência oferecido aos policiais militares que procuram esse Centro, o que o torna

As ações de saúde do Centro Odontológico compreendem: Implantodontia, Dor-Oro Facial, Ortodontia, Prótese, Cirurgia Buco-Maxilo Facial, Endodontia e Periodontia.

uma unidade policial militar muito bem avaliada por seus frequentadores.

A evolução técnica da Odontologia está associada à evolução dos equipamentos à disposição dos profissionais da saúde bucal. Para desenvolver a Odontologia moderna é indispensável o emprego de equipamentos com tecnologia

avançada e com recursos cada vez mais sofisticados. É nesse ponto que reside a importância da PRÓ-PM para o trabalho cada vez mais aprimorado de nossos Oficiais Dentistas. A agilidade na aquisição de equipamentos de última geração e alta tecnologia e a possibilidade de escolha dos recursos tecnológicos apropriados para o trabalho que se pretende desenvolver são os diferenciais que tornam a PRÓ-PM o parceiro ideal e indispensável dos policiais militares e do Centro Odontológico.

Aparelhos como microscópio cirúrgico e clínico, scanner para digitalização de radiografias, motores específicos para implante, instrumentos rotatórios para endodontia, lasers terapêuticos e cirúrgicos são alguns dos exemplos de equipamentos adquiridos pela PRÓ-PM e que são fundamentais para o desenvolvimento de serviços de alta qualidade desenvolvidos no Centro Od-



Major PM Dent Gilberto e
Major PM Dent Chammas Chefe
Interino do Centro Odontológico

Sala com o mais
modernos equipamentos



Ambientes
climatizados



Capitão PM
Dentista Naufel



Excelente
atendimento



odontológico. Além disso, a renovação dos consultórios do Centro também foi possível graças à colaboração da PRÓ-PM. Outra frente em que a PRÓ-PM participou muito foi atualização dos equipamentos das UIS odontológicas, tanto na capital e região metropolitana como no interior.

O Centro Odontológico da Polícia Militar do Estado de São Paulo é um exemplo de como as coisas podem funcionar.

A parceria entre o Centro Odontológico e a PRÓ-PM já rendeu muitos frutos, e esperamos poder contar cada vez mais com essa parceria, aproximando-nos cada vez mais da PRÓ-PM, sendo o foco principal dessa atuação conjunta a saúde do policial militar, por quem todos devemos trabalhar e nos empenhar.

Unidade Integrada da Saúde Odontológica de Mauá do 30º BPM/M Inaugurada em Setembro de 2000 Mais de 12 mil atendimentos

Luis Carlos Carneiro

1º TEN DENT PM - CH UIS Odont

Os policiais atendidos por essa UIS sem exceção, elogiam tanto as instalações, a modernidade dos equipamentos e o próprio atendimento. Consideram que economizam diretamente o dinheiro que seria empregado em um tratamento odontológico particular.

A PRÓ-PM foi de muita importância para atualizar nossos equipamentos e repará-los. “Fizemos uma documentação à essa instituição fundamentando a necessidade de atualização técnica e pelo desgaste normal de anos de uso dos equipamentos. A PRÓ-PM foi bastante solícita e adquiriu exatamente os equipamentos solicitados em função da qualidade técnica, promovendo maior produtividade e satisfação da tropa pelo melhor

serviço prestado” afirma Luis Carlos Carneiro.

A PRÓ-PM beneficiou esta UIS pela renovação dos equipamentos: Cadeira Odontológica, Mocho Odont., Raios-X Odont, Amalgamador, Fotopolimerizador e Negatoscópio Odontológico.

Havendo uma maior necessidade por falta de algum material ou item a unidade reporta-se ao Centro Odontológico para que os auxilie no processo. Com relação aos equipamentos e sua manutenção Luis Carlos Carneiro sugere, que a PRÓ-PM tenha contato com a equipe de pronta manutenção dos equipamentos odontológicos. Isso poderia evitar solução de continuidade nos atendimentos¹.
Av. Capitão João, 398
Mauá - 30º BPM/M
Tels.: 4555 1010 / 3838

¹ Vide VC SABIA - Equipamento e Manutenção





Da esquerda para direita, Auxiliar da UIS Sgt PM Fernando e 1º Ten Dent PM - CH UIS Odont Luis Carlos Carneiro





30 mil atendidos

Tenente PM Dent Flávia França



Uma entidade que cresce junto com você. Á PRÓ-PM, neste início de ano foi bem recebida na Unidade Integrada de Saúde de Santos por seus comandantes **Cel PM Ricardo Ferreira de Jesus Comandante do CPI-6** e **Major PM Marcelo de Oliveira Cardoso Comandante do 6BPMI em conjunto com P5** nos permitiram o acesso a UIS para a satisfação do nosso trabalho exercido.





Equipamentos em 8 anos

Unidade Integrada da Saúde Odontológica de Santos 6º BPMI

A Tenente Dentista PM Flávia França trabalha na Unidade Integrada de Saúde (UIS) desde 2005, sendo assim, conheceu a PRÓ-PM no período que exerceu o cargo no Centro Odontológico. Neste período que se transferiu para o CPI-6, obteve a informação de como foi o contato para a solicitação dos equipamentos que foi através de outro oficial. Todo o material foi entregue de acordo com a necessidade da época, como a bomba a vácuo, e equipamento de profilaxia, a cadeira e equipo eram muito antigos, quebravam com frequência.

Aproximadamente esta Unidade atendeu neste período em que trabalha cerca 4000 pacientes por ano, ou seja, cerca de 32000 mil policiais militares em 8 anos. Diz que a relação dos pacientes com esta UIS é excelente, pois estão

sempre prontos a atendê-los da melhor maneira possível e não tem ciência de descontentamento.

“Sugere que antes de comprar o equipamento, entrem em contato com a UIS que será beneficiada, e se possível colha informações quanto a representante da marca comercial que fornecerá assistência técnica sempre que for necessário, pois tem muitos problemas a esse respeito” afirma a Tenente PM Flávia França¹.



¹ Vide VC SABIA - Equipamento e Manutenção

Paciente Soldado Fábio internado no HPM aproximadamente há 10 meses

Entrevista com o médico responsável Ten PM Maurício Morita Cirurgião Ortopédico

Revista PRÓ-PM: Como foi que o paciente Fábio chegou ao hospital?

Ten PM Maurício Morita: Em minha avaliação ortopédica inicial, paciente relatou uma fratura de fêmur esquerda após ser alvejado há 10 anos, e que dessa vez ele acabou tendo uma queda e fraturado novamente o fêmur, continuando com os procedimentos, pedi uma radiografia para analisar melhor o caso do paciente.

Revista PRÓ-PM: Como foi esta avaliação?

Ten PM Maurício Morita: Avaliação da radiografia demonstrou uma fratura entre as placas e os parafusos, uma fratura extremamente grave, complexa e um desafio pessoal pra mim. O procedimento cirúrgico realizado foi a retirada do material de síntese já implantado e a colocação de uma haste intramedular. Mas pela qualidade óssea, pelo porte cirúrgico e pela gravidade da fratura existia uma grande possibilidade de insucesso e até o risco de vida.

Revista PRÓ-PM: Como foi a realização da cirurgia?

Ten PM Maurício Morita: Graças ao empenho da equipe da ortopedia do Centro Médico e da equipe do centro cirúrgico e da enfermagem do Hospital da Polícia Militar conseguimos realizar essa cirurgia com sucesso. Fábio resistiu a mais um grande desafio.

Revista PRÓ-PM: E pós cirurgia?

Ten PM Maurício Morita: A cirurgia foi apenas o início do tratamento. Ainda restou para nosso paciente a missão de reabilitar o membro operado e tomar os devidos cuidados para que tudo desse certo.

Revista PRÓ-PM: Quais os cuidados que o paciente e a família deveriam tomar?

Ten PM Maurício Morita: Nesse momento observei a importância do apoio físico e emocional da família, dos amigos e da equipe de fisioterapia e das Voluntárias da PRÓ-PM que prestam um trabalho inigualável para com todos os pacientes do HPM sem-

pre dando atenção e carinho sem exceção para com o Fábio.

Revista PRÓ-PM: E hoje como está o paciente Fábio?
Ten PM Maurício Morita: Atualmente Fábio ainda está em reabilitação. Graças a “Deus” conseguimos consolidar a fratura. Porém ainda há muito o que ser feito. Parabéns ao paciente e seus amigos e familiares, a equipe de ortopedia do HPM e a equipe de reabilitação do CRPM como também as Voluntárias da PRÓ-PM.



Em agradecimento deixo aqui meu depoimento Soldado Fábio

Venho por meio deste documento deixar meus agradecimentos e depoimento de elogio aos Srs. Oficiais Médicos Militares cujo os nomes são: Tenente PM Cirurgião Ortopedia Mauricio Morita e Tenente PM Oftalmo Marcelo Costa Cavalcante, de bons serviços prestados ou seja um agradecimento para estes médicos na área de Ortopedia e Oftalmologia, aonde foi prestado um atendimento de excelência a minha pessoa. Trata-se de um Policial Militar desta Corporação do Estado de São Paulo, onde sofreu um acidente grave, ficando com seqüelas onde o ocasionado a enfermidade em tela se tratava de fratura exposta, e o respeitoso registro deste profissional na área da Medicina e o Conselho de Medicina do Estado de São Paulo Médico, devem usar como exemplo e se espelhar dessa atitude destes profissionais médicos. Essa total dedicação

deste Profissional não deixou momento algum de eximir socorros preparatórios, bem como sempre demonstrando uma razão de força Espiritual, e uma excelente técnica profissional passando a este enfermo e aos familiares o lado humano conhecedor da área, tendo em vista que demonstrou não o lado de maioridade, ou seja a patente que se engloba em seu Registro Militar e sim um Médico que serve como exemplo a toda área da Medicina o Ser Humano, que possa a ser demonstrado aos outros profissionais que o grau de conhecimento, pois e de maior valor que o Estado de São Paulo, deveria apoiar e incentivar e agraciar em motivação este Oficial Médico , bem como faz jus o seu juramento médico que todos decoram em sua formatura, para demonstrar em seu dia a dia em sua vida Profissional.

Deixo declarado, ainda que me encontro em tratamento médico onde em minhas consultas de retorno, percebo que suas atitudes e de experiências médicas esse Oficial Médico demonstra a esse enfermo a calorosa humanidade e nunca desprezando e sempre aconselhando, sabendo ainda que minha gravidade serve como exemplo para a Medicina ou melhor serve como exemplo para as pessoas que dizem que sofrem com um pequeno ferimento e sim sabendo que cada tipo de gravidade e diferente e sim quero falar que a minha gravidade e de extrema gravidade. Alegando ainda que esse quadro de funcionários de médicos do Centro Médico são de muita responsabilidade, e cada um destes demonstram a sua função onde deste Comandante até o Soldado Temporário todos demonstram a sua educação e clarezas e sim um agradecimento especial a Major Daniele Cristina Oliveira de Freitas, onde acompanha tudo dentro do Centro Médico Militar onde venho a declarar que essa Oficial demonstra a total responsabilidade e conhecimentos

profissionais e a sua calorosa atenção e educação aos pacientes, digo educação porque onde demonstrou que seu grau de patente e merecedor de seus méritos de conhecimentos de total profissionalismo, onde tudo isso demonstra a ser uma pessoa de grandeza educação familiar. Alego ainda que mesmo com dores, cheguei ao Hospital Militar com um estágio de gravidade de extrema dores e de imediato teve apoio de seus colegas e a calorosa atenção e respeito das voluntárias da PRÓ-PM.

Em relação ao Tenente Médico Oftalmo PM Marcelo Costa Cavalcanti, estava em um procedimento normal, passando por sua avaliação constou um preocupação com a minha pressão de olho, que estava com um grau de 31. Onde de imediato medicou-me e solicitou um exame mais detalhado em minha vista e providenciando meu retorno o mais rápido possível. Em minha nova consulta com o Tenente PM Marcelo Costa Cavalcanti constatou a gravidade de glaucoma em uma de minhas vistas e prontamente já marcando a minha cirurgia.

Deixo meus verdadeiros sinceros agradecimentos a todo esse grupo e de total agradecimento a esse Oficial Comandante deste Hospital Militar, deixando com toda atenção ao respeitoso Grupo PRÓ-PM, que esses profissionais demonstram ao Profissional Militar, valores de vitória e sempre fazendo seu serviço com total perfeição onde fazem o impossível e o possível para agradar a família do Policial e até mesmo fazendo o Policial se sentir valorizado, e que dentro deste grupo PRÓ-PM existem grandiosos profissionais e como por exemplo o Sr. Dalton Patriota, um profissional de grandiosa educação.

Nada mais, declaro e sim apenas meus respeitosos agradecimentos a todos esses citados nomes e profissionais e um especial agradecimento á “DEUS”.



CRPM

Dicas e prevenção



Equipe de Fisioterapia período da manhã

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 realiza 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.

MÁ POSTURA
FATORES
DESENCADEANTES
POSIÇÃO ESTÁTICA
POR LONGOS
PERIODOS
VÍCIOS POSTURAIIS
SOBRECARGA
DE TRABALHO
SEDENTARISMO
SOBREPESO

por Fisioterapeuta AILSON PINHEIRO DE OLIVEIRA
Fonte - Tegael SA - 2004

HORRORES NO AMBIENTE DE TRABALHO



POSIÇÃO ERRADA

- 1-Pescoço virado para olhar para o monitor
- 2-Monitor mal posicionado
- 3-Teclado mal posicionado
- 4-Costas não apoiadas no encosto da cadeira
- 5-Pés não apoiados no chão
- 6-Mouse longe causando força no ombro

Usuários de Computadores – Conselhos Ergonômicos
Ergonomia: Estuda a interação física entre as pessoas e o seu trabalho – adaptando este último, o equipamento e o ambiente de trabalho ao trabalhador.



POSIÇÃO CORRETA

- 1-Cabeça levantada
- 2-Monitor à altura dos olhos e braços distanciados
- 3-Mãos alinhadas com o antebraço
- 4-Costas eretas e apoiadas
- 5-Pés firmes no descanso de pés
- 6-Material de referência bem posicionado



EXERCÍCIOS N

Um dos maiores fatores de risco é a postura estática.

Despanda de, pelo menos, 5 minutos por hora “longe” do seu computador.

Execute exercícios ou movimentos de alongamento periodicamente.

As fotos ao lado mostram alguns dos movimentos de alongamento que podemos executar no escritório:

1- Exercícios com as mãos:

Feche firmemente a mão contra o pulso e abra , esticando os dedos.

Repita 3 vezes.

2- Exercícios para costas e ombros:

Levante-se, com as costas direitas, coloque a mão direita no seu ombro esquerdo e mova a cabeça para trás suavemente.

Repita o exercício para o ombro direito.

3- Exercícios para cabeça e pescoço:

Movimente a cabeça da esquerda para a direita e novamente para a esquerda.

Movimente a cabeça de trás para a frente.



O ESCRITÓRIO



CENTRO MÉDICO REALIZA CAMPANHA DOAR É LEGAL



Da esquerda para direita
Diretor de Saúde Cel PM Roberto, Cel PM Maria e Cel PM Camilo.

O Centro Médico em fevereiro de 2014, promoveu a campanha “Doar é Legal”.

O evento foi um sucesso e contou com a participação de voluntários, dentre eles Policiais Militares de diversas Unidades e civis.

Os hemocentros responsáveis pelas coletas foram a Associação Beneficente Colsan, Santa Casa de São Paulo e Fundação Pró-Sangue.

A campanha é uma iniciativa institucional da Polícia Militar do Estado de São Paulo e tem como madrinha a 1ª dama do Estado, Sra.Lú Alckmin.

O Centro de Comunicação Social (CComSoc) realiza esta campanha desde 06 de maio de 2011 e já soma mais de 2.000 doadores.

Acompanhe esta campanha na página da Intranet e venha ser um doador voluntário.





ÁGUA, O ELIXIR DA JUVENTUDE

*Prof. Gelson da Silva Ribeiro
Biólogo/Diretor do Ana Clin Laboratório de Análises Médicas. E-mail. gelsonrib@hotmail.com*

Fonte natural para boa saúde e uma estética perfeita. O desperdício e desatenção das pessoas em relação à escassez de água no planeta está fazendo com que esse produto natural e indispensável à vida entre em escassez, paulatinamente. Daqui há alguns anos, a população terá de comprá-la para saciar suas necessidades básicas. Na busca do famoso elixir da juventude, manutenção estética e o bom funcionamento físico-químico do corpo, as pessoas procuram produtos artificiais, remédios, fórmulas, sem ao menos imaginar que o uso e a ingestão adequados da água propicia um bom funcionamento

do organismo, rejuvenescendo células, prevenindo uma série de doenças e combatendo até celulites – o maior vilão na vida da mulher moderna. Posto isto, devemos tomar algumas precauções quanto aos tipos de água disponíveis, e que, na maioria das vezes, não temos conhecimentos. Na natureza encontramos diversos tipos, umas boas para o consumo, outras prejudiciais à saúde, dependendo dos elementos que ela contém. Apesar de imprescindível à vida e indispensável ao corpo humano, nem todas as águas possuem características naturais e saudáveis.

QUE ÁGUA VOCÊ BEBE?



**UM ADULTO PERDE CERCA
DE 1,5 L DE ÁGUA POR DIA.
A ÁGUA AJUDA A
CONTROLAR O APETITE.
A ÁGUA É A MELHOR E MAIS
BARATA BEBIDA QUE EXISTE!
A NATUREZA NÃO PRODUZ
DUAS ÁGUAS NATURAIS COM
A MESMA COMPOSIÇÃO
QUÍMICA.**

ALGUNS TIPOS DE ÁGUAS:

ÁGUA POTÁVEL: é a água boa para beber, que passa por tratamentos que eliminam quaisquer tipos de impurezas, é incolor (transparente) e sem cheiro, isenta de micro-organismos causadores de doenças.

ÁGUA POLUÍDA: é a água que perdeu suas características naturais pela presença de substâncias que alteraram sua limpidez, cor e sabor, deixando-a desagradável e imprópria para o consumo.

ÁGUA CONTAMINADA: nociva à saúde, esta água pode conter bactérias, vírus, parasitas ou toxinas que podem causar doenças, a contaminação pode ser invisível aos olhos e imperceptível ao paladar.

ÁGUA SERVIDA: é a água que já foi usada e se tornou suja e/ou contaminada (esgoto).

ÁGUA DOCE: água de rios, lagos, riachos e fontes.

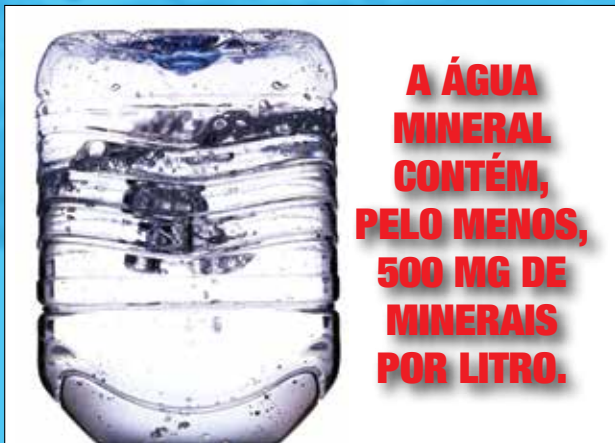
ÁGUA SALGADA: é a água do mar, que contém vários sais dissolvidos.

ÁGUA DESTILADA: constituída unicamente de hidrogênio e oxigênio, é purificada por evaporação que remove seus minerais.

ÁGUA MINERAL: são aquelas provenientes de fontes naturais ou artificiais, que possuem características físico-químicas que as diferem das águas comuns, existem outras definições baseadas em tipos de águas minerais que não se enquadram nesse critério.

A ÁGUA PREVINE A CELULITE E DEIXA A PELE MAIS BONITA.

INGERIDA EM QUANTIDADE ADEQUADA, A ÁGUA MELHORA A CIRCULAÇÃO SANGUÍNEA, PREVENINDO A CELULITE.



TIPOS DE ÁGUA MINERAL:

ÁGUA BICARBONATADA OU ALCALINA: a quantidade de bicarbonato de sódio é superior a 600 mg/L, combate a acidez estomacal e auxilia a digestão.

ÁGUA CARBÔNICA: possui dióxido de carbono é indicada na hidratação da pele.

ÁGUA CÁLCICA: possui 0,048 g de

bicarbonato de cálcio por litro. Ajuda a fortalecer ossos e dentes.

ÁGUA CLORETADA: contém por litro, no mínimo, 0,5 g de cloretos. Indicada para pacientes com distúrbios gastrintestinais.

ÁGUA FERRUGINOSA: com cerca de 0,005 g de sais de ferro, auxilia no combate à anemia, parasitoses, alergias além de estimular o apetite.

ÁGUA FLUORETADA: a quantidade de fluoreto é superior a 1 mg/L, é importante para a saúde dos dentes e ossos.

ÁGUA GASEIFICADA: normalmente enriquecida com dióxido de carbono artificialmente, não é necessário acrescentar de sais minerais, embora existam fontes naturais de águas gaseificadas, grande parte desse gás se perde no envazamento, para se beber uma água naturalmente gaseificada, é preciso beber direto da fonte.

ÁGUA MAGNESIANA: com quantidade de magnésio superior a 50 mg/L, é utilizada para auxiliar o funcionamento do estômago e do intestino.

ÁGUA OLIGOMINERAL: possui diversos elementos em sua composição, como: sódio, cloro, alumínio, magnésio, lítio todos em pequenas e equilibradas doses, auxilia no combate a intoxicações hepáticas, inflamações urinárias, estafa e higienização da pele.

ÁGUA RADIOATIVA: possui radônio, estimula o metabolismo e age no sistema digestório.

ÁGUA SALOBRA: é levemente salgada e não forma espuma com sabão.

ÁGUA SÓDICA: a quantidade de sódio é superior a 200 mg/L, deve ser ingerida em pequenas quantidades, pois o sódio quando ingerido em grande quantidade pode provocar inchaço. É indicada para banhos em caso de problemas reumáticos.

ÁGUA SULFATADA: a quantidade de sulfatos é superior a 200 mg/L, é indicada como anti-inflamatório e antitóxico.

ÁGUA SULFOROSA: tem, no mínimo, 0,001 g de sais de enxofre, é indicada para banhos, alivia a artrite e eczemas.

ÁGUA TERMAL: possui uma temperatura maior que a do ambiente, muito utilizada para tratar certas doenças da pele.

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



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

AUTORIZAÇÃO PARA DESCONTO EM FOLHA DE PAGAMENTO

CADASTRO DO ASSOCIADO			
RE	POSTO	NOME	
ENDEREÇO (Avenida, Rua, Número, Complemento)			BAIRRO
CPF		E-MAIL	
CIDADE	CEP	FONE:	OPM
ASSINALE COM UM (X) DE ACORDO COM SUA POSIÇÃO OU GRADUAÇÃO ATUAL			
<input type="checkbox"/> R\$ 3,83 Aluno-Oficial Cabo, Soldado	<input type="checkbox"/> R\$ 5,74 Subtenente Sargento	<input type="checkbox"/> R\$ 8,94 Capitão, Tenente Aspirante a Oficial	<input type="checkbox"/> R\$ 12,76 Oficial Spuperior

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

REVISTA PRÓ-PM - 2013

Sempre é tempo de melhoras porque a vida é um eterno aprendizado...



CARTA-RESPOSTA

NÃO É NECESSÁRIO SELAR

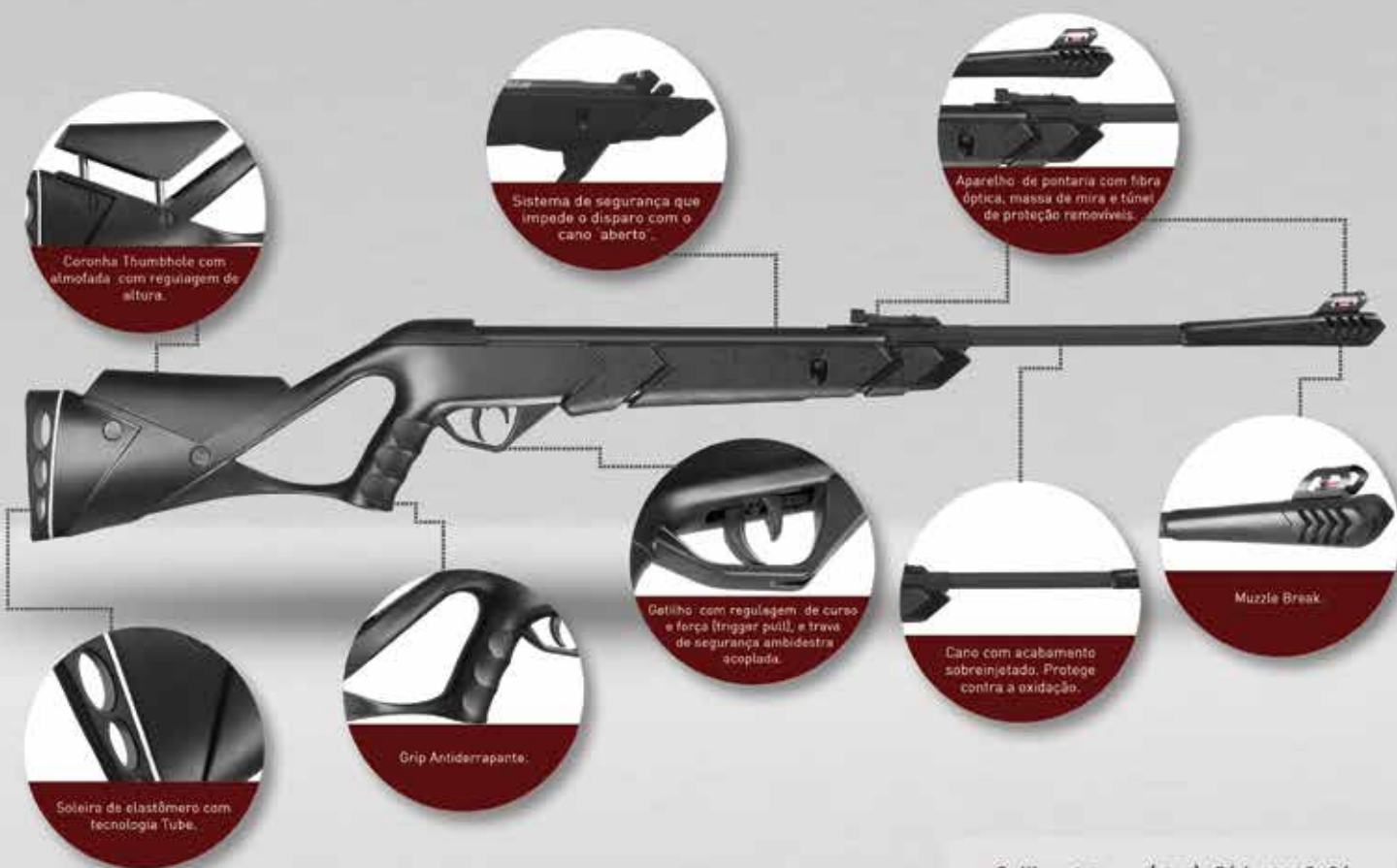
O SELO SERÁ PAGO POR:
Associação Beneficente Pró-Saúde Policial-Militar do Estado de São Paulo

AC SANTANA
CEP - 02013-999

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.



- Calibre 4,5 mm [.177]: Cód. 10008986
- Calibre 5,5 mm [.22]: Cód. 10008629



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

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

Carabina de Pressão não é arma de fogo, portanto não necessita de registro para compra. Venda permitida a maiores de 18 anos.



Para mais informações e onde comprar acesse: www.cbc.com.br/carabinas



Cada vez mais, a Segurança Pública exige produtos eficazes no atendimento das mais específicas necessidades de atuação.

É pautada nesta premissa que a CBC desenvolve seu completo portfólio de produtos para a Segurança Pública, composto por coletes balísticos, espingarda Pump Action calibre 12 e por amplas famílias de munições, com destaque para a Série Tactical, aprovada pelo Protocolo Técnico Policial.

O PROTOCOLO TÉCNICO POLICIAL

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

A SÉRIE TACTICAL CBC

Desenvolvidas em conjunto com as Forças Policiais brasileiras, as munições Tactical CBC possuem alto desempenho e soluções específicas para os diversos cenários policiais.

Garanta o sucesso de sua missão!



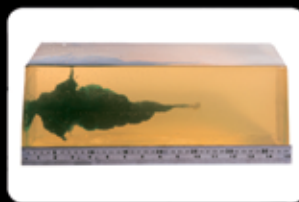
Munições Série Tactical Copper Bullet e Gold Hex
APROVADAS PELO PROTOCOLO TÉCNICO POLICIAL



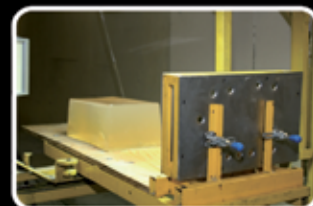
Resultado do disparo em Gelatina Balística através de duas Chapas de aço automotivo.



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.

Imagens Ilustrativas.

CBC. Indústria Estratégica de Defesa Nacional com atuação dual.



A CBC, Arsenal Nacional, possui 87 anos de história e permanente capacidade de mobilização a serviço das Forças Armadas brasileiras, para defesa da Soberania Nacional.

A CBC produz munições no estado da arte com tecnologia própria, voltadas à defesa, segurança, ao esporte e lazer. Entre os nossos clientes estão as Forças Armadas, instituições de Segurança Pública, empresas de segurança privada e praticantes da caça e tiro esportivos.

A atuação da CBC em aplicações duais, baseada nos mercados institucional, civil e nas exportações, fortalece nossa posição como Indústria Estratégica de Defesa e nos assegura competitividade e capacitação tecnológica para investimentos contínuos em pesquisa, desenvolvimento e inovação.



CONFIABILIDADE ATESTADA POR MAIS DE 130 PAÍSES, NOS CINCO CONTINENTES.

www.cbc.com.br



Sinta-se em casa



Atendimento personalizado, amplas acomodações e preço atraente fazem da
CASA DE APOIO HORTÊNCIA D'ASTI DE LIMA
sua melhor opção de hospedagem na Capital.

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



CASA DE APOIO HORTÊNCIA D'ASTI DE LIMA

Rua Alfredo Maia, 349 - Luz - São Paulo

Central de Reservas: (11) 3311-4020