

DESPEDIDA DE UM **GUERREIRO**

Um dos fundadores da PRÓ-PM, o Coronel PM Mario Fausto Rodrigues Pinho fez, da Entidade, seu propósito de vida – e se tornou um exemplo que jamais sairá de nossas memórias.





MAPFRE
SEGUROS
POLICIAL MILITAR

Apoio



FUNDAÇÃO
Hélio Lourenço Camilli

AGORA É POSSÍVEL VOCÊ TER UM BOM SEGURO DE VIDA AO ALCANCE DO SEU BOLSO



DIH

COBERTURAS

Apenas **R\$ 47,57 mensais**

Apenas **R\$ 76,27 mensais**

MORTE ACIDENTAL

R\$ 50.000,00

R\$ 100.000,00

INVALIDEZ PERMANENTE OU
PARCIAL POR ACIDENTE ATÉ:

R\$ 50.000,00

R\$ 100.000,00

OUTROS BENEFÍCIOS DO SEGURO



DIH

DIH - DIARIA DE INTERNAÇÃO HOSPITALAR EM CASOS DE ACIDENTES

Esta cobertura garante ao segurado o pagamento de indenização proporcional ao período da sua internação hospitalar em decorrência de acidente pessoal coberto, limitado ao número máximo de 10 diárias conforme estabelecido na apólice.

**Até R\$ 600,00
limitado a
10 diárias
por ano**



ENCANADOR

Problemas hidráulicos como vazamento em tubulações e dispositivos hidráulicos; torneiras, sifões, chuveiros, válvulas de descarga, registro entre outros.

**Até R\$ 150,00
limitado
2x ao ano**



CHAVEIRO PARA AUTOS
OU RESIDÊNCIA

Em caso de Evento Emergencial como perda, quebra, roubo ou furto, travamento involuntário das chaves, arrombamento, roubo ou furto da Residência assistida ou qualquer problema de funcionamento na fechadura que impeça o acesso.

**Até R\$ 250,00
limitado
2x ao ano**



GUINCHO

Reboque ou transporte do veículo assistido.

**Até R\$ 200,00
por evento,
3x ao ano**

INCLUSO:

ASSISTÊNCIA FUNERAL PARA O SEGURADO, CÔNJUGE E FILHOS ATÉ 21 ANOS

INFORMAÇÕES E ADESÃO: (11) 9 9980-6617 
www.projetoiversaudavel.com.br

ENDEREÇO:

Rua Alfredo Pujol, 285 – Cj. 53 – Santana (SP)
CEP: 02017-010 | Tel.: (11) 2959-9906
www.propm.org.br | propm@uol.com.br

DIRETORIA EXECUTIVA

DIRETOR PRESIDENTE

Coronel PM Américo Massaki Higuti

DIRETOR VICE-PRESIDENTE

Coronel PM Milton Cardoso Ferreira de Sousa

DIRETORA ADMINISTRATIVA

Coronel PM Claudia Barbosa Rigon Pereira

DIRETOR DE COMUNICAÇÃO SOCIAL

Coronel PM Luiz Eduardo Pesce de Arruda

DIRETOR FINANCEIRO

Coronel PM José Carlos Bononi

DIRETOR JURÍDICO

Tenente Coronel PM Luis Fernando Octaviano

DIRETOR TÉCNICO

Major Médica PM Sonia Chung

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

PRESIDENTE

Doutor Marcelo Drügg Barreto Vianna

MEMBROS

Cel PM Marcelo Vieira Salles; Cel PM Fernando Alencar Medeiros; Cel PM Mônica Puliti Dias Ferreira; Cel Médico PM Cezar Ângelo Galetti Júnior; Cel PM Sidney Mendes de Souza; Cel PM Jose do Carmo Garcia; Cel PM Leandro Gomes Santana; Ten Cel PM Marcelo Pereira Jorge; Ten Cel PM José Raposo de Faria Neto; Cel PM Reynaldo Pinheiro Silva; 2º Ten PM Irio Trindade de Jesus; Cb PM Antonio Carlos do Amaral Duca; Cel PM Roberto Allegretti; Cel PM Daniel César Simões Teixeira; Sd PM Ailton Belmiro da Silva; Cel PM José Maurício Weissaupt Perez; Cel PM Nilton Divino D'Addio; Dr. Marcelo Drügg Barreto Vianna; Dr. Edison Ferreira da Silva; Cel PM Alfredo Deak Júnior; Dr. Gilberto Carlos Leifert; Cel PM Reynaldo Priell Neto; Carolina Strobel; Maj PM Nair Dolores Grela Caliguere; 2º Ten PM Dirceu Cardoso Gonçalves; Maria Cecilia Montesino Campos; Raquel da Paixão Dias Pena; Janete Aparecida de Souza Silva; Cel PM Mario Fausto Rodrigues Pinho

CONSELHO FISCAL

PRESIDENTE

Ten Cel PM Wanderley Viríssimo de Oliveira

MEMBROS

Secretário: Maj PM Sandro Roberto Rondini
Relator: Maj PM Vladimir Goulart de Carvalho

SUPLENTE

Capitão PM Laudo Natel Insaluitis

REDAÇÃO

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

EDITOR-CHEFE

Coronel PM Luiz Eduardo Pesce de Arruda

JORNALISTA RESPONSÁVEL

Geisa D'avo

ASSESSOR DE COMUNICAÇÃO

Antonio Carlos Rodrigues Silva

PROJETO GRÁFICO E DIAGRAMAÇÃO

Ô Bureau | www.obureau.com.br

FOTO DE CAPA

Arquivo/Pró-PM

QUALQUER DIA, AMIGO, A GENTE VAI SE ENCONTRAR

No final de 2018, a PRÓ-PM completará 19 anos em atividade, marco que certamente emociona a todos aqueles que, de alguma forma e por qualquer período, tenham participado de sua história de lutas e conquistas. Pudera: nessas quase duas décadas, a Entidade angariou milhares de associados, arrecadou fundos e colaborou direta e decisivamente para que os Órgãos de Saúde da Polícia Militar dispusessem das condições necessárias para salvar mais e mais vidas. Mas nada disso teria sido possível não fosse o trabalho árduo e incansável do grupo de idealizadores da Entidade – em especial, o Coronel PM Mario Fausto Rodrigues Pinho.

Unanimidade entre seus irmãos de farda, o Coronel PM Pinho ficou conhecido por sua cordialidade, gentileza, dedicação e persistência. Aliás, conta-se que, não fosse sua personalidade assertiva, muito provavelmente a PRÓ-PM teria levado muito mais tempo para sair do papel (correndo-se o risco de que, na realidade, nunca tivesse alcançado tal feito).

A verdade é que o Coronel PM Pinho fez, do sucesso da Entidade, uma de suas principais e mais importantes missões de vida. Era fácil encontrá-lo em conversas entusiasmadas sobre as conquistas e desafios da PRÓ-PM. Mesmo enfraquecido pela doença que acabou por lhe tirar a vida, honrou suas funções dentro da instituição e defendeu o Centro Médico até o fim.

Aliás, paciente do Hospital da Polícia Militar (HPM), reiterou a qualidade dos serviços prestados pela unidade em carta publicada aqui mesmo, na “*Revista da PRÓ-PM*” – a qual, vale lembrar, foi uma das principais plataformas de seu trabalho enquanto Diretor de Comunicação Social e Diretor Presidente da Entidade: “*hoje, tenho a satisfação de dizer que todos nós podemos confiar no atendimento dado pelo nosso Centro Médico, prestigiar nossos profissionais e, a despeito das falhas e deficiências ocasionais, isso em nada desmerece a qualidade dos serviços prestados*”, declarou à 50ª edição da publicação.

Para nós, seus amigos e admiradores, é claro e evidente que o Coronel PM Pinho é insubstituível. Portanto, como retribuição a todo seu empenho, deveremos agora assumir a responsabilidade de dar continuidade ao seu legado.

Esta edição de nossa revista presta a devida e merecida homenagem a um de nossos fundadores e maiores defensores. Mas, mais que isso, convoca a todos os Policiais Militares do Estado de São Paulo: que sigamos o exemplo deste guerreiro! Que unamos nossas forças, que alimentemos nossas esperanças e que divulguemos, sempre e quando possível, a importância de contribuir com a PRÓ-PM. Esta será, sem sombra de dúvidas, a melhor maneira de honrar àquele que tanto lutou pelo nosso bem.

FALE COM A REDAÇÃO

Quer tirar dúvidas, sugerir matérias ou enviar comentários?

Entre em contato pelo telefone (11) 2959-9906. A sua opinião é sempre muito bem-vinda!





Em 2017, investimentos de
R\$ 340.000,00
em exames e cirurgias oftalmológicas

QUEM NÃO VIA O QUE A PRÓ-PM FAZ, AGORA PASSOU A VER

Muita gente não sabe que a PRÓ-PM já investiu milhões de reais para melhorar a qualidade dos serviços dos órgãos de saúde da PM. Só no ano passado, a nossa instituição beneficiou milhares de PMs, custeando cirurgias e exames oftalmológicos dentro e fora do HPM. Ainda é pouco. Mas se você ajudar com uma pequena quantia mensal, tudo melhora.

Solidariedade é o melhor remédio para a nossa saúde



Para saber mais e se juntar a nós, acesse:

www.propm.org.br

ABR - JUN 2018



06

SAÚDE

Boa notícia: a cura para a enxaqueca parece estar realmente próxima. Saiba mais

08

DESTAQUE

PRÓ-PM reajusta valores de contribuição; Comandante-Geral recebe Diretoria da Entidade

10

CAPA

PRÓ-PM agradece ao Coronel PM Mario Fausto Rodrigues Pinho, um de seus fundadores

14

PAPO CABEÇA

Uma surpreendente reflexão sobre o valor de pedalar: veja o artigo da Ten Cel PM Valdira Lima

16

CRÔNICA

Cel PM Geraldo de Menezes Gomes resgata a história do Cel PM Pinho, a quem presta homenagem

CHEGA DE DOR DE CABEÇA!

Considerada uma das doenças mais incapacitantes da atualidade, a enxaqueca é a queixa de quase 25% dos pacientes que procuram a neurologia do Hospital da Polícia Militar (HPM). Mas, segundo a ciência, finalmente a cura parece estar mais próxima que nunca

Por Geisa D'avo

Os números não poderiam ser mais alarmantes. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), cerca de 15% da população mundial sofre de enxaqueca. Só no Brasil, mais de 30 milhões de pessoas enfrentam o problema, que também afeta grande parte do efetivo da Polícia Militar do Estado de São Paulo – de acordo com o Dr. Mário Vicente Campos Guimarães, especialista do Centro Médico (CMed), “de 20 a 25% dos atendimentos realizados no ambulatório de neurologia do Hospital da Polícia Militar (HPM) são relacionados à enxaqueca”.

Não à toa, a OMS a coloca no ranking das dez doenças mais incapacitantes da atualidade, já que uma “simples” crise pode durar de quatro a (exaustivas) 72 horas e, pior, vir acompanhada de enjoos e vômitos. Para quem tem a sorte de não conhecer esta realidade, o Dr. Mário explica: “enxaqueca é uma cefaleia (ou dor de cabeça) primária, de origem vas-

cular, latejante e recorrente. Em geral, está associada a náuseas, fotofobia (sensibilidade à luz), fonofobia (sensibilidade ao som), osmofobia (sensibilidade aos cheiros) e cinetofobia (ou seja, tende a piorar com o movimento)”.

A medicina também já dispõe de outras informações sobre a doença, como os fatos de que costuma ter um forte componente hereditário e de que se manifesta três vezes mais em mulheres (especialmente as que estão em idade fértil) do que em homens – o que, acredita-se, tenha a ver com fatores hormonais. “Entre Policiais Militares, especificamente, observamos elevada incidência e prevalência de enxaqueca principalmente relacionada ao trabalho noturno, poucas horas de sono, períodos de jejum prolongado, estresse, alimentação inadequada e uso excessivo de cafeína”, relata o especialista do CMed.

Mas, mesmo com dados tão preocupantes, a enxaqueca permanece um mistério para a ciência em aspectos decisivos. Por exemplo: ainda não se sabe, ao certo, como a doença afeta a atividade cerebral. Nem se conhece um tratamento ou medicação 100% eficaz, ou seja, que possa ser administrado a qualquer paciente com chances reais de cura.

“Temos duas estratégias terapêuticas no combate à enxaqueca. A primeira é a profilaxia (prevenção), onde orientamos mudanças dietéticas, higiene do sono e hábitos de vida saudáveis. Em casos onde essas mudanças não são efetivas ou não produzem o resultado esperado, lançamos mão de medicamentos. Os principais são propranolol (um anti-hipertensivo), nortriptilina e amitriptilina (antidepressivos tricíclicos), e topiramato e divalproato (antiepilépticos). No combate à crise aguda, fazemos o tratamento abortivo (no sentido de abortar a crise), onde podem ser utilizados analgésicos como paracetamol, dipirona e anti-inflamatórios”, relata o Dr. Mário.

Cura possível

Recentemente, no entanto, uma nova droga batizada de “erenumabe” teve sua eficácia testada e comprovada no combate à enxaqueca e, o que é melhor, com pouquíssimos efeitos colaterais. A boa notícia vem de uma pesquisa realizada no Reino Unido com 955 pacientes. Depois de receberem a medicação, que é aplicada via injeção, 2/3 destes participantes

Entre Policiais Militares, observa-se maior incidência relacionada ao trabalho noturno, jejum prolongado, estresse, alimentação inadequada e uso excessivo de cafeína

apresentaram uma quantidade consideravelmente inferior de crises, que, além de tudo, também ficaram menos intensas.

“O erenumabe é uma promessa no tratamento da enxaqueca). Como todo medicamento, além dos testes clínicos aos quais foi submetido, precisamos adquirir experiência em seu manejo. Também devemos descobrir quais pacientes podem se beneficiar mais com o uso deste do que dos outros medicamentos que se encontram atualmente no mercado”, conclui o especialista do HPM.

Vale lembrar que, hoje, as medicações disponíveis para quem sofre de enxaqueca, especialmente a crônica, estão associadas a importantes efeitos colaterais, como déficit cognitivo, queda de cabelo, oscilações de peso e do humor. Até aqui, o “erenumabe” não foi relacionado a nenhum efeito adverso importante, mas a droga permanece em fase de testes. Caso continue demonstrando bons resultados, as chances são de que passe a ser comercializada já no próximo ano.

Sobre o especialista



ARQUIVO PESSOA

O Dr. Mário Vicente Campos Guimarães é graduado em medicina, completou sua residência em neurologia e sua especialização em neurocirurgia pela Beneficência Portuguesa de São Paulo, um dos hospitais mais referenciados do Brasil. Além disso, realizou uma *fellowship* em radiocirurgia numa das instituições de ensino mais renomadas do mundo, a Universidade de Harvard, nos Estados Unidos. Atualmente, é contratado pela PRÓ-PM para integrar o quadro de neurologia do Centro Médico da Polícia Militar.

Comandante-Geral da PM recebe Diretoria da PRÓ-PM

O Coronel PM Marcelo Viera Salles, Comandante-Geral da Polícia Militar, recebeu no dia 09 de agosto de 2018 a visita dos Diretores da PRÓ-PM no Quartel do Comando-Geral. Na oportunidade, o Cmt G destacou a importância da Entidade para o apoio ao sistema da saúde da Polícia Militar, pois teria séria dificuldade em melhor atender cada policial militar apenas com o orçamento do Estado.

Por isso, destacou o valor da solidariedade policial militar por meio da PRÓ-PM, que é um exemplo de como podemos, de forma organizada, ajudar os irmãos de farda, nos momentos de dor e de risco à sua saúde, ao complementar o que falta, como a contratação de pro-

fissionais de saúde (médicos, psicólogos e fonoaudiólogo), aquisição de equipamentos, prestação de apoio pela equipe de voluntários e fornecimentos de muitos exames de diagnóstico médico.

O sentido de amor ao próximo é bem aplicado, pois a PRÓ-PM, por meio do apoio ao sistema de saúde da Polícia Militar, atende a todos policiais militares, associados ou não. No âmbito da Polícia Militar, ressaltou alguns exemplos de medida visando à melhoria da saúde. Destacou, neste sentido, a ampliação dos serviços em recente concurso dos Oficiais do Quadro de Saúde, e a melhoria e reforma do Hospital da Polícia Militar. Além disso, tem interesse em desti-

nar mais serviços nessa área, por meio de enfermeiros e policiais militares que possam prestar seus serviços de acordo com as normas da DEJEM. Ao final, a Diretoria da PRÓ-PM agradeceu a presteza com que o Comando-Geral da Polícia Militar tratou de todos assuntos destinados à melhoria do apoio à saúde e parabenizou pelos avanços conquistados.

Diretoria da PRÓ-PM com Cmt G: Da esq. para dir.: Cel PM Milton, Maj Med PM Sonia, Cel PM Arruda, Cel PM Américo (Presidente da Entidade), Cel PM Salles (Cmt G da PM), Cel Med PM Galletti (Diretor de Saúde da PM), Cel PM Claudia e Cel PM Synesio



COM AUMENTO SALARIAL, PRÓ-PM REAJUSTA VALOR DA ARRECADAÇÃO E AUMENTA PODER DE COMPRA

Entidade também abriu conta corrente para receber doações e modificou ficha de inscrição; agora, associados podem definir com qual quantia desejam contribuir a cada mês

Em 2018, depois de quatro anos de espera, o Governo do Estado de São Paulo concedeu um aumento de 4% à Polícia Militar. Consequentemente, o valor mensal de contribuição à PRÓ-PM, que também estava congelado desde 2014, foi proporcionalmente reajustado (confira a tabela ao lado). “Trata-se de um acréscimo muito pequeno para nossos associados, mas, somados, esses centavos a mais farão uma diferença enorme ao poder de compra da Entidade”, afirma a Diretoria da PRÓ-PM, que, hoje, conta com mais de 53 mil contribuintes.

Também com objetivo de aumentar sua arrecadação, recentemente, a Entidade criou uma conta corrente exclusiva para doações: Banco do Brasil, Agência 386-7, Conta Corrente 90876-2 (para transferências, cadastre o CNPJ 03.554.496/0001-33). Por meio da iniciativa, associados e não-associados, bem como pessoas jurídicas (empresas) e pessoas físicas podem ajudar a PRÓ-PM sempre que desejarem e com a quantia que desejarem.

Complementando as medidas referentes à arrecadação, a Entidade modificou ainda sua ficha de inscrição (veja na página 18). Agora, os associados têm mais liberdade para definir se querem contribuir com valores diferentes dos padronizados pela Entidade para cada posto ou a a graduação (veja abaixo). “Com a mudança, já temos Policiais Militares colaborando com até R\$ 100 todos os meses”, contam os Diretores da PRÓ-PM.

	Quanto era	Quanto ficou
Aluno-Oficial, Cabo PM, Soldado PM	R\$ 4,13	R\$ 4,30
Subtenente PM e Sargento PM	R\$ 6,20	R\$ 6,45
Capitão PM, Tenente PM, Aspirante Oficial	R\$ 9,65	R\$ 10,04
Oficial Superior	R\$ 13,78	R\$ 14,32



SUA CONSULTA EM UM CLIQUE!

Agilize a marcação de consultas médicas pelo site da Cruz Azul.



Acesse o "Agendamento de consulta" no site www.cruzazulsp.com.br



Insira o número da carteirinha e a senha para login



Em "Novo agendamento", selecione: *Ambulatório, Especialidade, Médico, Data e Hora da consulta*



Clique em **AGENDAR** e pronto!

COMO OBTER O LOGIN E A SENHA* DO PACIENTE?

[CBPM]

No primeiro acesso, cadastre a senha diretamente no site.

[CRUZ AZUL SAÚDE]

Cadastre a senha pessoalmente nas Unidades de Saúde da Cruz Azul ou ligue para: (11) 3348-4497/9911.

AMBULATÓRIOS CRUZ AZUL

Água Fria - HPM

(11) 2206-4500

Bauru - CPI-4

(14) 3102-8400

Cambuci

(11) 3348-4000

Campinas

(19) 3772 2500

Guarulhos

(11) 2458-8810

Itaquera

(11) 2535-9600

Osasco

(11) 3607-8100

Santo Amaro - CPA/M-10

(11) 5695-4000

Santo André

(11) 4422-9600

São José dos Campos - CPI-1

(12) 3913-2517

São Vicente

(13) 3465-5500

* Cadastro disponível após o primeiro atendimento do paciente na Cruz Azul. Em atendimento às normas da Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS), o agendamento nos Ambulatórios Bauru e São José dos Campos é exclusivo para beneficiários da Caixa Beneficente da Polícia Militar (CBPM).

www.cruzazulsp.com.br

 **Cruzazuldesaopaulo**



O LEGADO DE UM GRANDE HOMEM

Um dos fundadores da PRÓ-PM, o Coronel PM Mario Fausto Rodrigues Pinho nos deixou no mês de julho; mas, certamente, sua personalidade cativante, gentil e cordial ficará eternizada em nossa memória

Por Geisa D'avo



Alguns chamariam de destino. Outros diriam que se trata de uma das mais belas e inspiradoras coincidências. Seja como for, há que se concordar: algo de divino aconteceu naquele mês de janeiro de 1960.

Tudo começou quando a jovem Norma, em temporada de férias com a família em São Vicente, decidiu almoçar na colônia do Clube dos Oficiais instalada na cidade litorânea. “Curiosamente, ninguém da minha família era Policial Militar, mas, mesmo assim, por decisão de meu pai, viramos sócios e frequentadores da colônia”, relembra. Ela não imaginava que, naquela situação tão cotidiana e corriqueira, conheceria Mario Fausto Rodrigues Pinho, então com apenas 19 anos e Aluno Oficial da Academia de Polícia Militar do Barro Branco (APMBB). “Foi paixão à primeira vista”, rememora emocionada.

Trocaram olhares e conversaram por algumas horas. Dias depois, estavam namorando. Os encontros regulares do casal aconteciam aos fins de semana, quando Pinho saía da casa de sua tia, no bairro do Tupyruvi, em São Paulo, e enfrentava uma longa jornada no transporte público até a Vila Pompéia, onde morava a amada. Construíram, aos poucos, uma sólida história de amor e se casaram em 1964. Completariam, portanto, 54 anos juntos. “Ele foi meu primeiro namorado. Dividimos a vida por muito tempo, então, estou sentindo muito a falta dele”, conta a Sra. Nora.

O Coronel PM Pinho, seu marido, faleceu no dia 10 de julho de 2018, aos 78 anos, depois de cumprir uma trajetória grandiosa e memorável na Polícia Militar do Estado de São Paulo. Entrou para a Força Pública em 1959, foi declarado Aspirante a Oficial em 1963, e promovido à patente maior da Corporação em 1988. Nesse período, entre outras funções, atuou como Sub-chefe do Estado Maior e Comandante do Corpo de Alunos da APMBB, duas das conquistas profissionais que mais gostava de exaltar.

Mas, sem sombra de dúvidas, ainda que tanto amasse o trabalho, sua grande paixão era a família. Pai de Thais e Ana Paula, e avô de Carolina, Lucas, Viviane e Juliana, foi sempre um agregador. Qualquer oportunidade que encontrava era motivo para convocar e reunir a família, debater assuntos importantes, ouvir, conversar e aconselhar. Com os netos, em especial, cumpriu os clichês esperados para os avôs: acompanhou, cuidou, torceu e ensinou.

“O que ele nos deixa como legado certamente será o carinho e a força. Era um grande marido, um grande pai, um grande avô e um grande sogro. Enfim, um grande homem, do qual sentiremos imensa saudade”, diz a Sra. Norma.



“Um grande marido, um grande pai, um grande avô e um grande sogro. Sentiremos imensa saudade”



Agregador: marido da Sra. Norma, pai de Thais e Ana Paula, e avô de Carolina, Lucas, Viviane e Juliana, o Cel PM Pinho adorava reunir-se com a família

Amor ao próximo

É impossível rememorar a trajetória do Cel PM Pinho sem mencionar a PRÓ-PM, Entidade a qual ajudou a fundar em 1999 e a qual defendeu até o fim da vida. Mesmo porque, durante mais de duas décadas, ele tomou, para si, a missão de conscientizar a seus irmãos de farda: “o Estado faz a sua parte, mas realmente não há recursos para atender a todas as demandas dos Órgãos de Saúde. É aí que entra a PRÓ-PM: ela atua para solucionar problemas e resolver deficiências que se fazem presentes nesses Órgãos. Quando nós damos uma pequena contribuição, esse dinheiro vai ser usado para amenizar a dor, o sofrimento ou a necessidade de algum companheiro nosso. O espírito da PRÓ-PM é simplesmente ajudar ao próximo”, declarou alguns anos atrás em entrevista ao professor João Vilas Boas, colaborador da PRÓ-PM.

Foi além do discurso e destacou-se como Diretor de Comunicação Social e, depois, Diretor Presidente da Entidade – cargo do qual somente se afastou quando já estava muito debilitado pela doença que lhe tirou a vida. Unanimidade entre todos que tiveram a oportunidade de conhecê-lo, o Coronel PM Pinho ficará guardado em nossas memórias e terá seu esforço honrado diariamente nas ações da PRÓ-PM. Isso é o que garantem alguns dos principais colaboradores da Entidade, que aproveitaram a oportunidade para prestar sua última homenagem.

“O Coronel PM Pinho foi um líder e idealizador na busca de soluções para o futuro. Sempre procurou formas de conceber e implementar mudanças inovadoras”, afirma o Doutor Marcelo Drügg Barreto Vianna, presidente do Conselho de Administração e um dos fundadores da PRÓ-PM.

“O que o Coronel PM Pinho nos deixa como legado é a importância do esforço voluntário para o bem da comunidade. Seja um Soldado ou um Coronel, está nas nossas mãos garantir que todos nossos irmãos tenham cuidado médico, odontológico ou psicológico no momento em que mais precisam”, declara o Coronel PM José Carlos Bononi, atual Diretor Financeiro.

“Ele acreditava que as pessoas são o bem principal de uma Corporação e que a saúde é o bem principal das pessoas”, complementa o Coronel PM Milton Cardoso Ferreira de Sousa, Diretor Vice-Presidente.

“O Coronel PM Pinho era um ser de luz, sereno, sério e agregador. Sou grata por ter tido a oportunidade de conhecê-lo”, afirma a Tenente-Coronel PM Valdira Ferreira de Lima, colaboradora da Entidade.

“Perdi um grande amigo e alguém a quem tenho profunda admiração. O Coronel PM Pinho é um exemplo de ser humano, alguém que dedicou muito de seu tempo e energia ajudar ao próximo, o que, por si só, é digno de todo reconhecimento e de quantas homenagens forem possíveis”, finaliza o Professor Vilas.

“Unanimidade, o Coronel PM Pinho ficará guardado em nossas memórias e terá seu esforço honrado diariamente nas ações da PRÓ-PM”



O Cel PM Pinho destacou-se como Diretor de Comunicação Social e, depois, como Diretor Presidente da Entidade

ARQUIVO PRÓ-PM



Só em 2017, investimentos de
R\$ 350.000,00
na compra de novos equipamentos

É NO BOCA A BOCA QUE O NOSSO TRABALHO É RECONHECIDO

Tem gente que vê a PRÓ-PM como plano de saúde ou gestor do HPM. Nem um, nem outro. Nossa missão é apoiar os órgãos de saúde da PM que sofrem com a escassez de recursos. Veja o caso do C ODONT que em 2017 recebeu cadeira nova de dentista, aparelho de RX, fotopolimerizador, laser odontológico, entre outras coisas. Ainda falta muito. Mas, se você ajudar com uma pequena quantia mensal, mais sorrisos na Corporação você vai ver.

Solidariedade é o melhor remédio para a nossa saúde



Para saber mais e se juntar a nós, acesse:

www.propm.org.br



Tenente-Coronel PM Valdira Ferreira de Lima

é psicóloga, especialista em intervenções breves para dependências pela Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP) e especialista em Gestão de Segurança Pública pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC).



Para falar com a profissional, escreva para: valdiralima@yahoo.com.br

“BORA PEDALÁ”

Passei a fazer parte de um grupo de ciclistas e a experiência me trouxe uma série de reflexões, entre elas a convicção de como foi importante ter sido ensinada a andar de bicicleta. Espero que goste!

Para começar, gostaria de compartilhar uma crença que sempre trago comigo: acredito que tudo o que emanamos equivale ao que nos retornará. Por isso, modéstia à parte, busco sempre entregar ao Universo o que há de melhor em mim (ou, pelo menos, tento), inclusive a minha gratidão.

Sou extremamente grata pelos seres humanos únicos que tive e tenho a oportunidade de conhecer e que fazem toda a diferença não só na minha vida, mas também na vida de outras pessoas. E é sobre isto que quero falar contigo hoje.

Tempos atrás, contei aqui, nesta mesma coluna, como foi a experiência de concluir a peregrinação até a cidade de Aparecida, no interior de São Paulo (para ler este conteúdo, acesse a edição nº 44 desta Revista no site da PRÓ-PM). Pois bem, um dos amigos que participou daquela jornada comigo, em certa ocasião, convidou-me também a fazer parte de um grupo no Facebook chamado “Bora Pedalá” – que, como o nome sugere, tinha a intenção de reunir ciclistas em potencial. Não demorou a surgir o primeiro convite: um passeio ciclístico até Ubatuba.

Topei na hora, levada pelo impulso que me é peculiar, sem nem me preocupar com os mais de 200 quilômetros que separam a capital da cidade litorânea. Conforme os dias passavam e o evento se aproximava, fui surpreendida pelo medo de não conseguir. Confesso que pensei em desistir até os 45 do segundo tempo, mas, como sou movida por desafios, enchi-me de coragem e fui!

E então, lá estava eu, com mais 18 pessoas – apenas três mulheres, contando comigo – no ponto de encontro combinado, o 1º pedágio da Rodovia Ayrton Senna. Além do amigo que havia “me colocado nessa”, não conhecia mais ninguém, mas fazer contatos nunca foi problema para mim.

Logo, comecei a sentir a vibração do grupo, a conhecer (e a me entrosar com) todos e a descobrir o quanto aquele grupo estava repleto de pessoas incríveis, do bem e com energia para láde positiva.

Momento de autodescobertas

A primeira constatação a que cheguei durante a experiência foi a de que os “Josés” da minha vida são mesmo abençoados e vêm ao mundo para unir, conduzir, agregar. A peregrinação até Aparecida já havia me presenteado com um “Zé”, um verdadeiro ser de luz; agora, o Grande Arquiteto do Universo me apresentava novamente com outro “Zé”, do “Bora Pedalá”, ser humano igualmente acolhedor, disponível e que, de certa forma, conduzia os demais integrantes do grupo.

Aos poucos, a sintonia daquelas 18 pessoas se consolidava. Tratava-se de um grupo coeso, ainda que alguns participantes tivessem melhor preparo físico. Cada qual seguia a seu ritmo e tempo, com suas reflexões, até que ficássemos todos juntos outra vez. O lema difuso entre todos parecia mesmo ser: “viemos ao mundo para nos divertir e não para competir”.

Ao longo da jornada, tive a oportunidade de descobrir o prazer de pedalar à noite, com o vento no rosto – algo que me trouxe uma incrível sensação de liberdade e, ao mesmo tempo, conectou-me com o meu “eu superior”. Ali, naquele momento, a atenção e o foco se tornaram absolutamente plenos, e a gratidão invadiu o meu coração. Foi então que comecei a compreender...

Olhar para trás

Creio que o ganho mais significativo daquela experiência, para mim, foi o quanto o ato de pedalar me levou de volta à infância, à fase em que começamos a construir nossa autoconfiança. Lembro, como se fosse hoje, das “aulas” de meu pai para me ensinar a andar de bicicleta. Se fecho os olhos, ainda consigo vê-lo segurar o selim e soltá-lo logo em seguida, até que eu fosse capaz de encontrar o meu próprio equilíbrio para pedalar. Não é incrível? Estar em movimento é o que nos faz estar em equilíbrio.

Lembro, também, da importância de todo aquele aprendizado, um momento único que nos mostra por que é preciso levantar após cada tombo; por que, em algumas situações, é melhor engolir o choro; e por que, em outras, é absolutamen-

te cabível (e necessário!) colocar para fora toda a nossa dor. Por fim, recordo-me da sensação de liberdade e de autoconfiança que me invadiram quando, enfim, aprendi o “segredo”; foi ali, talvez, que comecei a compreender o lema “balanço, mas não caio”.

Olhar para frente

E você, lembra como foi aprender a andar de bicicleta? Veja que metáfora interessante: de fato, é função paterna nos levar para o mundo. Olhar para trás e ver que “nosso pai” não está mais lá para nos segurar dá medo, mas é quando podemos nos apropriar da autoconfiança: mesmo sem esse carinho, a verdade é que nós somos capazes!

Por sua vez, o acolhimento é função materna; diante das nossas quedas, corremos para nossas mães, que ficaram com o papel de “curar” a nossa dor física e emocional. Graças a esse amparo, temos condições hoje, enquanto adultos, de oferecer cuidado semelhante.

Encerro, então, com a seguinte reflexão: as crianças de hoje nascem dedilhando seus aparelhos eletrônicos, fecham-se em seus quartos e têm suas privacidades respeitadas ao extremo. Como consequência, infelizmente, são ensinadas a olhar apenas para os seus próprios umbigos.

Cientes ou não dessa realidade, os pais estão abrindo mão de levar seus filhos para o mundo; as mães, por sua vez, estão perdendo a chance de amparar, acarinhar e prepará-los para a próxima jornada. Se este é o seu caso, se é isto que acontece com a sua família, quero lhe fazer este convite:

“Bora Pedalá?”

Muita luz em seus caminhos.



FREEMK

Aprender a andar de bicicleta mostra por que é importante levantar de cada tombo; que, às vezes, é melhor engolir o choro e, outras, é necessário mostrar a nossa dor



FOTOS: ARQUIVO PESSOAL

Cada qual seguia a seu ritmo e tempo, com suas reflexões, até que ficássemos todos juntos outra vez

Coronel PM Geraldo de Menezes Gomes

é jornalista e colaborador da PRÓ-PM



Para falar com o autor, escreva para: gdmgomes@gmail.com

CORONEL PM PINHO, MEU AMIGO

Pinho e eu tornamo-nos amigos. Estivemos juntos em alguns momentos da carreira e firmou-se a imagem que dele guardara; era dedicado, responsável, leal, justo

Conheci Mario Fausto Rodrigues Pinho quando eu iniciava o último ano da Escola de Oficiais e nela ingressou uma turma pequena de novos alunos, da qual ele fazia parte. Tivemos contato breve na Escola, dado pertencermos a turmas diferentes e voltadas a matérias e serviços bem distintos. Ainda assim, ele já se revelava elegante no trato e no trajar-se, além de muito sério e disciplinado no comportamento de modo geral.

A Polícia Militar tem a característica feliz de permitir que seus integrantes acompanhem, de alguma forma, a carreira dos companheiros. Assim, mesmo servindo em órgãos diferentes, sabe-se de suas vidas e de suas atuações no campo profissional. Atividades e serviços, ora nos aproximam, ora nos distanciam, e de alguma forma Pinho e eu tornamo-nos amigos. Estivemos juntos em alguns momentos da carreira e firmou-se a imagem que dele guardara; era dedicado, responsável, leal, justo.

Em 1999, como presidente da Associação dos Oficiais da Polícia Militar (AOPM), autorizei o uso de suas dependências para a cerimônia de fundação da PRÓ-PM. Claro, qualquer um o faria, mas menciono apenas pelo privilégio de tê-lo feito, participando indiretamente do feliz evento, que ocorreu sob a direção de Pinho.

Sob suas mãos e de sua equipe, a PRÓ-PM formou-se, cresceu em sua capacidade de apoiar a área de saúde da Polícia Militar, cresceu em número de associados, mercê da boa imagem que se difundiu junto à tropa e aos policiais beneficiados por melhor atendimento no campo médico, odontológico e psicológico. Pinho jogou em várias posições da Entidade, para usar a linguagem futebolística. Firme na defesa, ótimo no meio de campo e decisivo no ataque, ora como presidente da diretoria, ora como seu diretor. E vestiu a camisa até seus últimos dias.



“A história da PRÓ-PM não se escreverá sem a figura do Coronel PM Mario Fausto Rodrigues Pinho, sem dúvida, o seu grande mentor”

Tive a feliz oportunidade de trabalhar sob suas ordens e junto dele ao longo de três anos. Foi o melhor momento de nossa amizade. Pudemos nos aproximar e conhecer melhor um ao outro. Dividimos bons e maus momentos, dividimos preocupações, trocamos confidências. Fui testemunha da luta que desenvolveu contra a doença que o atingira havia algum tempo. Procurava mostrar-se sempre confiante, ainda que o tratamento oscilasse em resultados. Era admirável em sua coragem, pois sempre mantinha a atenção voltada para a PRÓ-PM, trazendo sugestões, ideias, soluções para os problemas administrativos. Afastou-se apenas quando sentiu que não estava mais produzindo o que desejava.

Não desço a aspectos estatísticos, financeiros e burocráticos de uma grande obra, mas a história da PRÓ-PM não se escreverá sem a figura do Coronel PM Mario Fausto Rodrigues Pinho, sem dúvida, o seu grande mentor.

Perdemos muitos de nós um grande amigo. Perdem a PRÓ-PM e a própria Polícia Militar um comandante digno e um dirigente exemplar.



Em 2017, investimentos de
R\$ 150.000,00
na contratação de anestesistas

DOAR NÃO DÓI

Imagine uma dor daquelas e quando você abre a gaveta descobre que o analgésico acabou. No caso do HPM, o que faltava era anestesista. Mas a dor não resiste à solidariedade. Graças as contribuições dos seus associados, a PRÓ-PM pôde contratar 2 anestesistas para o HPM. Essa é a nossa missão: ajudar os órgãos de saúde da PM a superar suas dificuldades. O desafio é árduo. Por isso, precisamos da sua ajuda. Contribua com uma pequena quantia mensal. Não vai fazer falta para você e certamente vai aliviar a dor de muita gente.

Solidariedade é o melhor remédio para a nossa saúde



Para saber mais e se juntar a nós, acesse:

www.propm.org.br

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
CIDADE	CEP	CEL/WHATSAPP	OPM	
CPF	DATA NASC.	E-MAIL		
ASSINALE COM UM (X) A SUA OPÇÃO				
☐ R\$ 4,30	☐ R\$ 6,45	☐ R\$ 10,04	☐ R\$ 14,32	☐ R\$ _____
Aluno-Oficial, Cabo, Soldado	Subtenente, Sargento	Capitão, Tenente, Aspirante Oficial	Oficial Superior	Outro valor

AUTORIZO a PMESP e a SPPREV 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 – São Paulo - SP



Só em 2017, investimentos de
R\$ 434.000,00
em exames de Ressonância Magnética

DENTRO OU FORA DO HOSPITAL, A PRÓ-PM FAZ O QUE PODE PARA AJUDAR O PM

Todo mundo sabe que exame de ressonância magnética custa caro. Tão caro que o governo ainda não conseguiu comprar um equipamento desse para o HPM. Enquanto isso, a PRÓ-PM faz o que pode para ajudar. Só no ano passado investiu quase meio milhão de reais no pagamento de exames de RM para nossos irmãos de farda, em clínicas parceiras. Essa é a nossa missão: tirar os órgãos de saúde da PM do sufoco. E se você ajudar, o sufoco um dia acaba. Contribua com uma pequena quantia mensal. Não vai fazer falta pra você e certamente vai ajudar muita gente.

Solidariedade é o melhor remédio para a nossa saúde



Para saber mais e se juntar a nós, acesse:

www.propm.org.br



Na nossa casa, você é sempre muito bem-vindo(a)!

Instalada na região central de São Paulo, a **Casa de Apoio Hortência D'Asti de Lima** é mantida pela UPPMESP e oferece atendimento preferencial a pensionistas e policiais militares. Hospede-se conosco; faça, da nossa casa, o seu lar!



SERVIÇO DE APOIO E TRANSPORTE

A UPPMESP oferece deslocamento para pensionistas com dificuldade de locomoção. Para mais informações, ligue: (11) 3311-4020.

CASA DE APOIO HORTÊNCIA D'ASTI DE LIMA

Rua Alfredo Maia, 349 - Luz - São Paulo - Reservas: (11) 2985-8076