SINDICATO DOS INVESTIGADORES DE POLÍCIA DO ESTADO DE SÃO PAULO
FUNDADO EM 09/07/74

SIPESP O JORNAL

SINDICATO DOS INVESTIGADORES DE POLÍCIA DO ESTADO DE SÃO PAULO

NOV-DEZ/2021 ANO XVII ED.118

O PIOR SALÁRIO DO BRASIL

Em mais um ano de luta, 2021 mostrou que a categoria está sozinha na busca pela valorização.

pág. 6

DIRETORIA EXECUTIVA
Presidente
JOAO BATISTA REBOUÇAS DA SILVA NETO

Vice-Presidente
MANUEL BORGES DE MIRANDA

Secretário Geral
PAULO AUGUSTO RIBEIRO MORATO ERICA

Secretário Geral Adjunto
VITOR PELLITO

Dir. Financeiro
VLADIMIR DINA CONVENTO

Dir. Financeiro Adjunto
APARECIDA REGINA LOUREIRO

Dir. Jurídico
MARIA HELENA TORRES

Dir. Jurídico Adjunto
JOÃO CARLOS PAVÃO DE PAIVA

Dir. de Patrimônio
MARCO ANTONIO CECOTI DOS SANTOS

Dir. de Patrimônio Adjunto
VILMA APARECIDA ROSA

Dir. Social
JOSÉ MÁRIO EVANGELISTA

Dir. Social Adjunto
JOSÉ ANTONIO DE FREITAS

Dir. de Esportes, Lazer e Cultura
ALCYR SOUZA REIS JUNIOR

Dir. de Esportes, Lazer e Cultura Adjunto
ROGÉRIO MIRANDA

Dir. de Relações Públicas e Sindicais
JOSÉ ELÍSIO DE SANT'ANNA

Dir. de Relações Públicas e Sind. Adjunto
AGNALDO LUZIA

Dir. do Interior
MAURICIO ROBERTO DO AMARAL

Dir. do Interior Adjunto
REINALDO FARIAS DE ASSIS

Dir. de Aposentados e Pensionistas
CECÍLIO FERREIRA VILELA

Dir. de Aposentados e Pensionistas Adjunto
NELSON DE SOUZA

CONSELHO FISCAL
Membros Efetivos

Presidente
LUIZ HENRIQUE DE OLIVEIRA

1º Vice Presidente
PAULO SERGIO KOTZENT

2º Vice Presidente
SALVADOR JOSÉ VIEIRA

Secretário
ROSALVO FRANCISCO MACHADO DOS SANTOS

1º Secretário Adjunto
CARLOS LUIZ BEZERRA

Membros Suplentes
Presidente
JORACI DE CAMPOS

1º Vice Presidente
JOAO SAMPAIO LOPES

2º Vice Presidente
PAULO DINIZ ALMEIDA LEITE

Secretário
EDUARDO PINTO FEIJÓ

1º Secretário Adjunto
LUIZ FERNANDO BRASILIENSE

Jornalista responsável: Nelson Ciolli - Mtb: 12.511
Redação e imprensa: Jessamy Kisberi - Mtb: 62.778/SP

JORNAL DO SIPESP
Circulação bimestral
Tiragem: 1.200 exemplares

LUTANDO, MAS SEMPRE EM FRENTE!

SOMOS FORTES.

2021 foi mais um ano atípico, reflexo ainda da pandemia de COVID-19 no mundo inteiro. Tivemos muitas perdas, que sempre serão lembradas por aqueles que aqui ficaram.

Nós seguimos na luta, enfrentando, diariamente, posicionamentos que denigrem nossa humanidade e especialmente nossa profissão.

A Polícia Civil de São Paulo tem estado à frente de manifestações para a conquista de direitos fundamentais.

Os policiais estão cansado de pedir que aqueles que passaram no concurso sejam empossados para que possam trabalhar imediatamente. Os servidores estão estafados e precisam de mais colegas para suprir as necessidades da PCSP.

Por conta disso, muitos estão desistindo da carreira. E só aumenta o déficit: atualmente, o déficit total é de 15 mil no efetivo do estado, segundo dados da associação obtidos com base em números oficiais via Lei de Acesso à Informação (LAI).

No mesmo sentido segue a questão salarial. A remuneração da categoria, de acordo com os dados de dezembro de 2020, era de R$ 10.382,48. A maior remuneração foi registrada em Mato Grosso, com R$ 24.451,11.

Além disso, caímos novamente nas promessas do nosso atual governo, nas mãos de João Doria. Em 2019, ele se comprometeu a investir na recomposição da categoria ao assumir o cargo.

No entanto, a real história é que ele mal recebe as nossas solicitações, demonstrando sua total falta de interesse e despreparo para o cargo que assumiu.

Os inúmeros programas de "benefícios" exaltados por este governo não se colocam no papel. Não vemos isso na nossa folha de pagamento, que não acompanha a economia atual, nem nas contratações ou aquisições de materiais, em nada!

Mesmo diante de tantos infortúnios, tantas injustiças, tantas lutas, nós não desistimos. Nós resistimos e persistimos, olhamos na mesma direção na busca por uma polícia ideal, pelo retorno do prestígio do nosso trabalho, mas essencialmente, pelo reconhecimento da nossa relevância para a sociedade paulista.

Os votos do Sindicato dos Investigadores de Polícia de São Paulo, em nome também dos nossos diretores, funcionários e colaboradores, são de que todos se mantenham firmes, em unidade, para a caminhada rumo a 2022, período em que esperamos uma nova realidade e um novo paradigma no nosso dia a dia.

Sejam felizes!

Feliz Natal e um Próspero Ano Novo,
João Batista Rebouças da Silva Neto
Presidente do SIPESP

"TEMOS QUE REEQUACIONAR O SISTEMA DE SEGURANÇA PÚBLICA", AFIRMA HADDAD

Com o objetivo de conhecer as propostas para a Polícia Civil, o presidente João Batista Rebouças da Silva Neto recebeu, no dia 16 de setembro, na sede do SIPESP, o pré-candidato ao governo do Estado de São Paulo, Sr. Fernando Haddad e o líder do Partido Trabalhista (PT), Paulo Reis.

A iniciativa é parte do projeto de atuação do SIPESP para estreitar relacionamentos com os candidatos a fim de garantir que a Polícia Civil seja uma das prioridades de gestão.

Reis foi o responsável por organizar a visita de Haddad ao Sindicato. “Insisti para que fizéssemos agora porque quando começa a campanha, é uma correria e não conseguimos. Essa é a maior categoria representativa da Polícia Civil de São Paulo e ele [Haddad] tem que se apropriar do sofrimento que a polícia de São Paulo está passando. Eu acompanho todo o governo tucano. Estou há 25 anos na PCSP e quatro na PM. Já são 28 anos do PSDB governando o estado de São Paulo. Infelizmente, São Paulo destruiu a polícia judiciária. Em todo esse tempo que o PSDB governa, a Polícia Civil foi deixada de lado”.

“Somos gratos pela presença de vocês aqui. A Polícia Civil precisa de apoio”, apontou Rebouças. O presidente do SIPESP aproveitou a oportunidade para apresentar as principais prerrogativas da categoria. "Há muitos anos estamos sendo prejudicados por conta das más administrações que deixaram de dar a atenção necessária para a nossa segurança pública”, lamentou.

PRINCIPAIS PRERROGATIVAS DA CATEGORIA

No documento entregue pelo presidente Rebouças e assinado por Haddad e por Reis, o SIPESP elencou a necessidade de remuneração compatível com o nível superior exigido por força da Lei Complementar 1.067/2008, já que atualmente a PCSP recebe como nível médio; a contratação imediata dos candidatos que passaram nos últimos concursos, de modo que atenue a defasagem de pessoal; condições dignas de trabalho; combate ao descaso e enfraquecimento remuneratório que estão passando os policiais aposentados e pensionistas, que sofrem com descontos descabidos de seus salários; e estabelecer um canal de diálogo permanente com os verdadeiros representantes da categoria.

“Tem bastante pedido. Mas eu vejo que vocês são vítimas de um crime, tendo que combater o crime”, lamentou Haddad. "Nós viemos aqui para ouvir vocês. Como vamos fazer um trabalho sem saber exatamente o que se deve fazer? Por quê o Estado mais rico da federação está nessa situação? Tem que ter uma explicação! Tenho certeza que vamos dialogar e ajudar a categoria, que foi sucateada, que foi destruída”.

Haddad também falou sobre várias questões preocupantes para a Polícia Civil e sobre o desequilíbrio da categoria. “Nós estamos treinando mal e sem foco para a segurança pública do cidadão. O sistema carcerário está inviável e não reflete o dia a dia do cidadão que continua se sentindo inseguro. Temos que reequacionar o sistema de segurança pública, que tem que passar por valorização profissional, investimento e inteligência.” destacou. “Temos que enfrentar a criminalidade da maneira adequada”.

De acordo com o candidato, as polícias (civil e militar) precisam ser valorizadas, serem preparadas – formativa e profissionalmente – e atuar de maneira combinada. “Acho que São Paulo pode liberar um projeto junto ao Congresso Nacional para que um governador progressista possa redesenhar um novo sistema de segurança pública e colocá-la em outro patamar”.

Por fim, Haddad disse querer saber qual a percepção da categoria para chegar, no ano que vem, com uma formação sólida do que tem que ser feito. “Esse é o intuito dessa reunião, além da aproximação necessária para uma parceria de confiança e amizade, preciso que me auxiliem a fazer um plano melhor para implementar com facilidade e confiança tudo o que precisamos para a Polícia de São Paulo”.

O SIPESP continua aberto a receber os demais pré-candidatos ao governo do Estado de São Paulo.

SIPESP SE REÚNE COM DEPUTADO CAMPOS MACHADO

Em mais uma oportunidade de angariar forças para lutar pelas prerrogativas da Polícia Civil, no dia 30 de setembro, o presidente do SIPESP, João Batista Rebouças da Silva Neto foi convidado para o gabinete do deputado Campos Machado (AVANTE). Também participou da reunião o presidente da Associação dos Investigadores de Polícia do Estado de São Paulo (AIPESP), Vanderlei Bailoni.

Na ocasião, Campos Machado falou com confiança da PEC 06/2020, que segundo ele, deve obter sucesso na ALESP.

Para Rebouças, a Proposta é mais uma mão para que não haja mais injustiças em meio à categoria.

O presidente do SIPESP citou problemas ligados ao reajuste salarial, contratação de novos policiais, etc. "Eu estou aqui para somar a nossa Polícia. Temos que entender, de uma vez por todas, que a Polícia é uma só. Nós temos que ter um tratamento mais digno e salário justo", ressaltou Rebouças. "Estou aberto para acompanhar e ouvir os deputados sobre as atuações em favor da Polícia Civil".

RECADASTRAMENTO OBRIGATÓRIO NA SPPREV

Em atendimento à Portaria SPPREV nº 157, de 25 de agosto de 2021, o recadastramento voltará a ser obrigatório para inativos e pensionistas civis e militares a partir da próxima quarta-feira, dia 1º de setembro. Após ter a obrigatoriedade suspensa em função da pandemia do Coronavírus, o procedimento voltará a ser exigido para continuidade do recebimento do benefício.
A exceção é para os beneficiários que fazem aniversário nos meses de janeiro a abril, que estão dispensados do recadastramento este ano e deverão efetuar o procedimento normalmente em 2022.

Com o objetivo de evitar aglomerações, foi determinado um calendário para recadastramento dos beneficiários, de acordo com o seu mês de aniversário, conforme mostra a tabela ao lado.

Inativos e pensionistas civis e militares que já se recadastraram este ano estão com a situação regularizada e não precisam repetir o procedimento em 2021.

O recadastramento pode ser realizado na sede e nos escritórios regionais da SPPREV, sendo necessário agendar por meio do Teleatendimento (0800 777 7738 – para ligações gratuitas de telefones fixos, e (11) 2810-7050 – para ligações tarifadas de celulares). O procedimento também pode ser efetuado em qualquer agência do Banco do Brasil, sem necessidade de agendamento.
No caso dos pensionistas universitários, o período para realização do procedimento corresponde aos meses de janeiro e julho.
A não realização do procedimento nos meses acima indicados para cada data de aniversário causará a suspensão do benefício até que a situação seja regularizada.

Os documentos necessários para o recadastramento são: documento oficial de identificação com foto; comprovante de inscrição no CPF/MF; e comprovante de residência atualizado, com validade máxima de 90 dias.

QUEM DEVERÁ SE RECADASTRAR

SETEMBRO	Aniversariantes de setembro, bem como aniversariantes de maio que ainda não se recadastraram em 2021.
OUTUBRO	Aniversariantes de outubro, bem como aniversariantes de junho que ainda não se recadastraram em 2021.
NOVEMBRO	Aniversariantes de novembro, bem como aniversariantes de julho que ainda não se recadastraram em 2021.
DEZEMBRO	Aniversariantes de dezembro, bem como aniversariantes de agosto que ainda não se recadastraram em 2021.

DORIA FAZ MAIS UM ATAQUE À CARREIRA DE SERVIDOR DO ESTADO!

Além das mudanças na forma de contratação, fim do reajuste anual adicional de insalubridade e impedimento do direito de greve, instrumento essencial para a classe trabalhadora estão entre as medidas do PLC 26

Tramitou em regime de urgência na Assembleia Legislativa de São Paulo o Projeto de Lei Complementar (PLC) 26, proposto pelo governo Doria, que acabará com direitos das trabalhadoras e dos trabalhadores que atuam no serviço público estadual. O PLC 26 foi votado na Alesp (Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo) e aprovado por 50 votos a 29.

Entre os ataques estão:

- a retirada da correção anual pelo IPC do adicional de insalubridade;
- O término do pagamento do adicional de insalubridade durante a licença-prêmio e falta abonada;
- O estabelecimento de critérios mais rígidos e menores valores para a concessão do abono de permanência, que ficará condicionado ao pagamento por 12 meses;
- A extensão da bonificação por resultados a todas as secretarias, baseada em produtividade, critério geral;
- A revogação da possibilidade do abono de falta, de modo que serão remunerados somente os dias efetivamente trabalhados, ressalvadas as situações previstas em lei;
- O fim do pagamento das licenças-prêmio na aposentadoria e falecimento;
- A criação da Corregedoria Geral do Estado, como órgão diretamente vinculado ao governador e extingue a Ouvidoria Geral do Estado;
- Greves passam a ser ilegais, acabando esse importante instrumento de negociação da classe trabalhadora entre outras maldades.

Durante a sessão, houve protestos de servidores do lado de fora da Alesp e também no plenário da Casa, de deputados de oposição ao governo paulista e contrários à proposta do governador.

"Cada vez mais o servidor perde força e é taxado como problema por esses representantes que tentam, a qualquer custo, defasar cada vez mais o trabalhador do Estado. O salário já está abaixo, sem reajuste, e agora querem reduzir ainda mais direitos essenciais. Chegamos a um ponto crítico em que, mais do que nunca, a categoria tem de concentrar os esforços para alcançar um objetivo em comum", afirma o presidente do SIPESP, João Batista Rebouças da Silva Neto.

"Como pode, por exemplo, um policial ficar sem insalubridade se mesmo em licença continua a se expor ao perigo?".

MUDANÇAS NO FUNCIONALISMO

O texto também altera a lei 1.093, de 16 de julho de 2009, que normatiza a contratação de funcionários temporários no estado de São Paulo, incluindo professores. A nova regra permite que o governo paulista contrate servidores temporário por motivos de calamidade pública ou de greve que "perdure por prazo não razoável" ou , ainda, que "seja considerada ilegal pela Justiça".

O projeto de Doria também muda as regras relacionadas a ausências ou falta no trabalho por parte dos servidores estaduais. Atualmente, os funcionários públicos de São Paulo têm direito a seis faltas abonadas por ano sem justificativa, mas, segundo o texto, elas serão extintas.

Outro item incluído na redação final é a emenda de autoria do deputado Delegado Olim (PP), que altera o artigo responsável pela criação da Controladoria Geral do Estado.

O texto do parlamentar afirma que a Polícia Civil possui regime administrativo-disciplinar próprio, não se encaixando nas especificidades da medida. Com isso, a categoria foi excluída da lista de órgãos que serão fiscalizados pela nova Controladoria.

Após a aprovação no plenário, o projeto passará pela Comissão de Constituição, Justiça e Redação para votar o texto final, antes da sanção do governador.

Até o fechamento desta edição, não houve qualquer novidade a respeito do assunto no ALESP ou nas páginas das redes sociais do Governo.

PCSP: O PIOR SALÁRIO DO BRASIL

Passeata unificada das polícias paulistas reuniu investigadores, escrivães, delegados, peritos da Polícia Técnico-Científica e oficiais, cabos, soldados e pensionistas da Polícia Militar.

No dia 15 de outubro, a Polícia Civil participou da manifestação unificada das polícias paulistas para reivindicar aumento salarial. O ato aconteceu em frente ao Quartel da Luz, na sede do batalhão das Rondas Ostensivas Tobias de Aguiar (Rota).

O SIPESP, representado pelo presidente João Batista Rebouças da Silva Neto, pela diretora jurídica Maria Helena Torres e pelo diretor Joraci de Campos, esteve presente em apoio à iniciativa, que visa a valorização da categoria, que enfrenta um sucateamento histórico.

"Temos que aparecer, nos manifestar, mostrar a força da nossa categoria para que consigamos alcançar nossos objetivos. Não adianta ficarmos reclamando se não estamos dispostos a lutar. Hoje o SIPESP veio para dizer que estamos presentes, que estamos lutando e que vamos persistir na resolução dos problemas pelos quais somos procurados diariamente – por associados ou não – para resolver", ressaltou Torres.

A LUTA PELO RECONHECIMENTO

A manifestação relembrou a campanha eleitoral do atual governador de São Paulo, João Doria, quando prometeu promover um reajuste nos salários dos policiais ao longo dos quatro anos de gestão e afirmou que a polícia seria uma das mais bem pagas do Brasil. Em 2019, Doria aplicou um reajuste de apenas 5% e, desde então, não houve mais qualquer aumento para a categoria.

Para o presidente do SIPESP, a polícia tem de fazer pressão também na Assembleia Legislativa. "Nós já tivemos reuniões com inúmeros deputados para obrigá-los a olhar para a nossa polícia. Nós temos nível superior, temos que ganhar como tal. Não podemos separar a polícia. A união tem que ser fortalecida por dentro, não ser segregada por Projetos de Lei, como já foi sugerido por algumas instituições. Queremos legitimidade e respeito pelas nossas condições de trabalho", afirmou Rebouças. "Me incomoda muito a Polícia Civil estar sendo dominada por interesses políticos, deixando de lado as verdadeiras prerrogativas".

Atualmente o déficit na Polícia Civil de São Paulo ultrapassou a barreira de 15 mil policiais. De janeiro de 2019 a setembro de 2021, a Polícia Civil paulista passou de um déficit de 13.5 mil para 15 mil. E em números absolutos, a carreira onde faltam mais profissionais é a de investigador, com déficit de 3.6 mil postos.

"O déficit na carreira de investigador de polícia é um problema real que estamos cientes e é uma pauta que somos lembrados diariamente por pessoas que estão aguardando a posse até hoje. É um desrespeito com quem espera e com quem tem de trabalhar em dobro para suprir a necessidade da Polícia Civil", alertou o presidente do SIPESP.

O QUE DIZ A SECRETARIA DE SEGURANÇA PÚBLICA

"A Secretaria da Segurança Pública, desde o início da atual gestão, tem adotado medidas para valorizar e reconhecer o trabalho dos policiais, bem como recompor o efetivo das instituições, impactado principalmente pela ausência de concursos em anos anteriores.

Desde 2019, mais de 2.2 mil policiais civis já foram contratados e estão atuando em todo o Estado. Além destes, outros 81 estão em formação na Academia de Polícia e, neste

mês, foi autorizada a contratação de mais 2.7 mil policiais civis.

Em respeito ao compromisso de recuperar os vencimentos dos agentes de segurança estaduais, ainda em 2019, o governo concedeu um reajuste salarial e estabeleceu um pacote de valorização profissional.

Paralelamente, ampliou em 50% o bônus por resultados. Somadas, essas iniciativas geraram um impacto de R$ 1,5 bilhão no orçamento estadual.

NOVAS MOBILIZAÇÕES

No dia 18 de novembro houve uma nova mobilização, nas imediações do Palácio dos Bandeirantes, sede do governo do estado, na Zona Sul da capital.

Nas faixas com as inscrições "Os policiais do estado de SP estão morrendo" e "Melhor polícia, com pior salário?" os policiais caminharam juntos pedindo, além do aumen - to salarial, uma solução para o déficit de servidores, que tem comprometido as atividades e a saúde das equipes.

Em mais uma nota se justificando, a Secretaria da Segurança Pública informou que acompanhou o ato convocado pelo deputado e que não houve registro de ocorrências.

"Em relação às críticas, a atual gestão esclarece que investe continuamente na melhoria da carreira policial e na valorização dos profissionais, com respeito à responsabilidade fiscal. O salário foi reajustado no primeiro ano de governo, ampliadas as bonificações e os benefícios às categorias. As unidades policiais estão sendo modernizadas, sendo que 90 já tiveram suas obras concluídas e outras 129 estão com os projetos em andamento. Atualmente, as polícias de São Paulo contam com os melhores equipamentos e as mais modernas tecnologias disponíveis no combate à crimi - nalidade, entre elas *bodycams*, drones, armas de incapacitação neuromuscular, fuzis, pistolas Glock e novas viaturas, incluindo 105 modelos blindados. São Paulo investiu também no combate aos crimes cibernéticos, com a criação de um departamento especializado.

O déficit apontado não tem lastro com a realidade.

O Plano de recomposição de efetivos implementado pela atual gestão já permitiu a contratação de mais de 10 mil policiais e autorizou a contratação de outros 8.339 profissionais, que contam com todo apoio e suporte psicológico para o exercício da atividade policial", diz a nota.

A categoria está unida na luta contra o descaso do governador João Dória e suas falácias sobre a Polícia Civil.

Participe das mobilizações. Mostre a força da nossa Polícia!

“QUANDO OFERECEMOS A ESCUTA, O ATO SE TRANSFORMA EM PALAVRAS”, AFIRMA A PSICÓLOGA DICÉLIA DE BARROS

Setembro Amarelo é o mês dedicado à prevenção do suicídio. Trata-se de uma campanha que teve início no Brasil em 2014 e que visa conscientizar as pessoas sobre o suicídio, bem como evitar o seu acontecimento.

No Brasil são registrados mais de 13 mil suicídios todos os anos e mais de 1 milhão no mundo. É uma triste realidade que registra cada vez mais casos, principalmente entre os jovens. Cerca de 96,8% dos casos de suicídio estavam relacionados a transtornos mentais. Em primeiro lugar está a depressão, seguida do transtorno bipolar e abuso de substâncias.

De acordo com a psicóloga Dra. Dicelia Lima Moreira de Barros, esta data foi declarada para lembrar as pessoas a importância de falar sobre suicídio. “Quando oferecemos a escuta, o ato se transforma em palavras, transferindo o impulso do ato para a linguagem. Não falar sobre suicídio pode ter um efeito tão devastador quanto falar de maneira inadequada. Segundo a OMS, 90% dos suicídios poderiam ser prevenidos”, afirmou a profissional. “E esse fato nos faz pensar que existe um preconceito histórico que está enraizado em nós, de que evitar falar pode prevenir; mas estudos recentes sobre índices de suicídios que só vem crescendo estão nos mostrando e provando o contrário”.

O SUICÍDIO ENTRE OS POLICIAIS

São Paulo e Rio de Janeiro lideram os números de notificações, com 15 e 13 suicídios consumados de profissionais de segurança pública registrados, respectivamente. Entretanto, ao comparar as taxas da Polícia Militar, que leva em conta o efetivo de cada estado, São Paulo e Rio de Janeiro aparecem na 5° e 6° posição no ranking, com 0,9 suicídios consumados notificados para cada 10 mil PMs. Alagoas lidera o ranking com taxa de 4,5, seguido do Piauí com 3,5 e Ceará com 2,77.

Segundo Barros, os policiais, na maioria das vezes, por lidarem com leis e regras, exercendo um papel de autoridade perante a sociedade, possuem ideias estruturantes dificultando e tornando esta busca de forma resistente, causando um agravamento na sua saúde física e mental.

"A convivência de fatores estressantes, situações de conflitos e violências ocasionam desequilíbrio emocional podendo levar com que se sintam cansados, agindo de forma impulsiva, sentindo-se culpados e angustiados. Um outro fator muito importante que é um potencial gerador de estresse e um dos motivos para procurarem a clínica é a dificuldade em superar as expectativas e demandas geradas através do papel exercido, causando frustrações. Tais aspectos, podem influenciar na vida social e familiar levado a um processo de afastamento e procura de relações fora de casa”, afirma a psicóloga.

Algumas queixas relatadas por policiais são: sensação de hesitação, raciocínio confuso, sintomas de estresse, ansiedades e fobias, comportamentos agressivos, falta de paciência.

Os policiais relacionam esses sintomas com o fato de não receberem apoio da corporação, com a falta de reconhecimento, a escala de trabalho exaustiva, o risco de vida, que causam uma recorrência de seus próprios traumas e dificuldades de lidar com as suas próprias questões; também trazem sentimentos de angústia e dores e muitas vezes citam que uma das saídas para se livrarem do sofrimento é suicídio.

QUANDO PROCURAR AJUDA

“É indicado que você procure um profissional quando perceber sintomas de medo, tristeza, ansiedade, depressão, raiva, angústia, desânimo, procrastinação, insônia e terror noturno”, ressalta a Dra. Dicelia. “Alterações como ‘suar frio’, ficar sempre em alerta com medo de algo, taquicardia ou palpitações no peito, tensão muscular, entre outras sensações de desconforto físico podem estar relacionadas com a ansiedade”.

Outros pontos ressaltados pela profissional são sinais de alerta por ajuda, é no caso de ter passado por situações traumáticas como morte na família, divórcio, desemprego. “A necessidade de procurar ajuda vai depender da maneira com que cada um vai lidar com isso, vai depender dos seus próprios recursos internos”, disse. A procura constante de válvulas de escape como abuso de álcool, uso de substâncias, e até a utilização da comida para compensação, é um grande alerta.

Além disso, os sintomas que nunca são diagnosticados, como dores de cabeça, de estômago, gripes e resfriados de repetição ou dores repentinas sem motivo aparente podem ser sinais de problemas emocionais não resolvidos. “Quando esses sintomas passam a ser recorrentes atrapalhando a sua rotina, pode ser um sinal de alerta para procurar ajuda profissional”, alerta.

RECEIO DE PROCURAR AJUDA? VEJA COMO PROCEDER

O receio de ir ao psicólogo é algo muito mais comum do que as pessoas imaginam, ainda mais entre os policiais. Na verdade, esse receio é compreensível, pois o ser humano tem dificuldades em aceitar que há algo de errado com suas emoções e, por isso, procurar ajuda profissional é um ato que exige coragem.

"Não se preocupe com os julgamentos. O trabalho do psicólogo não é julgar ou censurar você. A profissão exige que ele encare o mundo com os seus olhos e a partir do seu ponto de vista. Além disso, tudo que é discutido no consultório permanece sob absoluta confidencialidade. Ficar sem saber o que falar também é bem comum, mas temos as ferramentas adequadas e as coisas podem acontecer naturalmente.

Existe uma necessidade de mudança, e para que isso acabe, ignorar os problemas não os farão de- - saparecer. É necessário falar, para que essa fala possa tomar o lugar do ato", explica a psicóloga. "Ir ao psicólogo não é para 'loucos'. Se estamos com uma dor forte na barriga, aonde vamos? Ao médico! Mas e se a dor é uma grande tristeza? A quem recorremos? Ao psicólogo".

"Na Grécia Antiga, já era de conhecimento geral geral que se a mente vai mal, o corpo também vai. Cuidar da mente é cuidar da saúde. Portanto, não há nenhuma razão para que você continue sofrendo. Como dissemos acima, procurar ajuda é, antes de mais nada, uma demonstração de coragem e maturidade. Tudo bem buscar ajuda!", finalizou.

CONHEÇA A PSICÓLOGA

A Dra. Dicélia Lima Moreira de Barros oferece serviços de psicoterapia e psicanálise, trata de questões emocionais, mentais e psíquicas, que incluem desde tratamentos preventivos a outros mais profundos, prevenção do suicídio, transtornos de ansiedade, depressão, Transtorno Obsessivo Compulsivo (TOC), fobias abusos, traumas vividos na infância e outras síndromes ou doenças relacionadas ao emocional.

Também faz o acompanhamento de pessoas que estão em sofrimentos profundos, devido a perdas de vínculos afetivos, por morte ou separação de casais, através do acompanhamento de apoio e elaboração do luto, além de serviços e avaliações neuropsicológicas para transtornos de aprendizagem, avaliação de capacidades laborais, memória e etc.

Ela integra o rol de parceiros do SIPESP que oferecem serviços com desconto para os associados e familiares. Saiba mais no site do Sindicato!

A IMPORTÂNCIA DA MASSOTERAPIA PARA POLICIAIS CIVIS

Cuidado com a saúde é um tema frequentemente abordado pelo SIPESP por ser uma das atribuições da entidade. Com isso, o leque de benefícios oferecidos pelo Sindicato é extenso, justamente para poder oferecer os melhores serviços e atendimentos para os associados e seus familiares. Um deles é o atendimento com a massoterapeuta Deborah Sayuri Yamamoto, diretamente na sede do SIPESP.

De acordo com Sayuri, a massoterapia consiste em técnicas que soltam a tensão muscular que causam limitações de movimento e dores causadas por movimentos repetitivo e muito tempo na mesma postura, tratando também as patologias causadas pelos mesmos "encurtamentos musculares" como bursites, tendinites, enxaquecas tensionais, lombalgias, ciatalgias, cervicalgias e etc.

A MASSOTERAPIA PARA POLICIAIS

Sayuri, que exerce a massoterapia desde 2005 e atende no SIPESP há 7 anos, afirma que desde que iniciou os atendimentos aos policiais civis, constatou a diferença que a massoterapia faz para a classe. "É de extrema importância a manutenção do corpo para todos, mas especialmente para policiais que precisam de reflexo e raciocínio rápido, a massagem proporciona amplitude dos movimentos e liberação miofascial, favorecendo as terminações nervosas responsáveis pelo tato e coordenação motora, que contribuirá para uma ação mais rápida e precisa em momentos críticos em que esta classe atua", destaca a profissional.

Entre os problemas mais frequentes avaliados por Sayuri nos atendimentos aos policiais, as dores de cervicalgia e lombalgia são as principais.

"Normalmente são causadas por utilização do

equipamento pesado como colete, revólver e acessórios que envolvem a farda, além de ficarem muito tempo de pé, o que causa uma sobrecarga muscular", explica.

A massagem atua diretamente na causa desses problemas, tratando e precavendo maiores patologias que podem se agravar no caso de não tratamento desses quadros.

VARIEDADE DE TRATAMENTOS

A abordagem do problema é variada e exige técnicas diferenciadas. A profissional, além da massoterapia, também executa o SHIATSU (técnica japonesa que trabalha sobre meridianos de acupuntura proporcionando reequilíbrio energético e soltura muscular); a ANMÁ (técnica indiana que ajuda a relaxar e proporciona bem estar); a REFLEXOLOGIA (massagem nos pés e pernas e pernas do joelho pra baixo, dando ênfase na planta dos pés onde se encontram pontos reflexos do corpo, como órgãos e vísceras, que também ajuda também no retorno venoso e linfático ajudando a diminuir edemas e inchaço dos pés); e a VENTOSATERAPIA (aplicação de copinhos de sucção que é utilizada para auxiliar em dores mais críticas e crônica.). "Utilizo a técnica que mais se enquadra com o problema/dor que a pessoa sente", disse.

"Confesso que já perdi a conta de quantas pessoas já atendi pelo SIPESP. A procura é alta pelo atendimento". No entanto, como já frisado por Sayuri, o tratamento varia de acordo com a patologia e grau em que a dor se enquadra na pessoa, por isso a necessidade de uma pré-avaliação, onde é analisado o tipo de rotina e alimentação de cada um, uma forma de trazer respostas mais rápidas de acordo com o metabolismo que cada corpo reage.

Recomenda-se que, mesmo após o final do tratamento, o cliente dê continuidade à massagem com uma frequência menor para manutenção e evitar acúmulos de contraturas e encurtamentos musculares de uma forma preventiva a futuras patologias.

Os atendimentos duram em média 30 minutos. "Recomendo experimentar, pois o bem estar já é imediato, além de ajustar a força da pressão para quem tem mais sensibilidade a massagem também favorece a melhora da circulação sanguínea e pode ser feita apenas para relaxamento para quem tem mais receio", destacou Sayuri.

AGENDE SEU HORÁRIO!
Os atendimentos acontecem toda semana, às segundas e quintas-feiras, mediante agendamento pelo telefone do Sindicato (11) 3229-0430 ou diretamente com as recepcionistas Andrezza e Marli no horário de funcionamento do SIPESP, das 9h às 17h.

EM DEFESA DE POLICIAL APOSENTADO, SIPESP FAZ ATO DE DESAGRAVO

O Sindicato dos Investigadores se mobilizou para proteger os direitos de um policial aposentado da cidade de Cruzeiro, no interior paulista; nas redes sociais, policiais mostraram apoio ao colega que sofreu tratamento irregular em delegacia.

O Sindicato dos Investigadores de Polícia do Estado de São Paulo (SIPESP) protocolou, nesta quarta-feira, dia 10 de novembro de 2021, ofício à Corregedoria de Polícia Civil do Estado de São Paulo para que seja apurada notícia de irregularidade no tratamento dispensado a um sindicalizado em uma Delegacia de Polícia da cidade de Cruzeiro, em São Paulo.

Recebemos a denúncia por parte de um investigador de Polícia Civil aposentado, na qual são narradas diversas violações a direitos do cidadão, além de desrespeito às prerrogativas do investigador de polícia, envolvendo policiais militares e uma autoridade policial na citada Delegacia.

Segundo o declarante, as irregularidades iniciaram em sua residência, quando, assim que foi identificado como Policial Civil, foi covardemente algemado pelos militares e conduzido com truculência à delegacia sem a presença de uma autoridade policial como determina a Lei Estadual.

Infelizmente, a frequência com que esse tipo de denúncia envolvendo abusos contra a categoria tem sido relatada ao SIPESP é maior a cada dia, o que nos assusta enquanto legítimos representantes de classe operacional.

O SIPESP repudia qualquer tipo de arbitrariedade e não aceitará violação aos direitos dos policiais civis, em especial, da classe dos investigadores de polícia.

Quanto ao caso ocorrido recentemente no Vale do Paraíba, todas as providências cabíveis, dentro da área de atuação do Sindicato, estão sendo tomadas para que os fatos sejam devidamente apurados pela Corregedoria da Polícia Civil e Militar, para que os envolvidos sejam devidamente responsabilizados e para que casos como este não ocorram novamente.

DR. JOÃO BATISTA REBOUÇAS DA SILVA NETO
Presidente do SIPESP

ASSINE A NEWSLETTER DO SIPESP!

Quer acompanhar de pertinho as ações do Sindicato sem ter que buscar na internet, entrar no site ou acessar as redes sociais?

O SIPESP está com um novo sistema implantado de envio de e-mails, com atualizações constantes sobre a atuação e benefícios oferecidos aos associados.

Para começar a receber, acesse o site do SIPESP e digite seu e-mail na caixa de pop-up que aparece na tela inicial.

PRONTO!

Você já está apto a receber nossas atualizações. Cadastre-se!

Tenha acesso ao Einstein Conecta a Telemedicina do Hospital Israelita Albert Einstein: Videoconsultas com Clínico Geral e Pediatra 24 HORAS por dia 7 dias na semana

+ Check Up Anual
Incluso consulta médica & exames
Cobertura Nacional

Por apenas R$ 14,00

Ligue para 0800 002 0245 e fale com um consultor comercial informando seu código SIPESP para receber o preço promocional

BENEFÍCIOS SIPESP
FILIE-SE!

MAIS DE **60 MOTIVOS** PARA SE **JUNTAR** AO SINDICATO DA CATEGORIA!

- UNIVERSIDADE SÃO JUDAS
- UNIVERSIDADE ANHEMBI MORUMBI
- UNIVERSIDADE IBIRAPUERA
- UNIVERSIDADE PRESBITERIANA MACKENZIE
- UNISA – UNIVERSIDADE DE STO. AMARO
- WPÓS – Pós-Graduação a Distância
- UNINOVE
- UNICASTELO
- UNIP
- FMU
- UNIMESP – FIG
- FACULDADE E COLÉGIO DRUMOND
- COMPLEXO JURÍDICO – DAMÁSIO DE JESUS
- UNIVERSITÁRIO VESTIBULARES
- ESCOLA JOÃO XXIII
- CURSO ÊXITO
- FACULDADES HORIZONTE
- FAPPES
- FACULDADE ZUMBI DOS PALMARES
- IPOG – INSTITUTO DE PÓS GRADUAÇÃO

MÉDICOS E LABORATÓRIOS

- C.D.C. – CENTRO DE DIAGNÓSTICO COMPLEMENTAR
- CLÍNICO GERAL – DR. IDANIR MOMESSO NETO
- CLÍNICA ANGIO VASC PAULISTA
- CRYA MEDICINA DIAGNÓSTICA
- CENTRO MÉDICO BRESSER
- ENDOCRINOLOGIA
- .ANGIOLOGIA E CIRURGIA VASCULAR

PLANOS DE SAÚDE

- AMEPLAN
- UNIHOSP

FARMÁCIAS

- FARMA CONDE
- INTEGRITÁ FORMULAS
- DROGARIA 5ª AVENIDA

ODONTOLOGIA

- DR. IDANIR ANTÔNIO MOMESSO Jr.- adulto
- DRA. MARÍLIA MOMESSO (Odontopediatra)

PSICOLOGIA

- DRA. PALLOMA KELY DA SILVA
- DRA. TAMIRA QUINTO
- DRA.DICELIA LIMA MOREIRA DE BARROS

OFTALMOLOGIA

- ÓPTICAS VISÃO LUX
- CLINICA DE OLHOS BOA VISÃO
- CLÍNICA DE OLHOS SÃO DOMINGOS

PODOLOGIA

- SILVANA KISBERI

- HOTEL SÃO PAULO INN
- SHELTON INN HOTEL
- NORMANDIE DESIGN HOTEL
- NOBILIS EXPRESS
- SAN RAPHAEL HOTEIS
- SAN MICHEL HOTEIS
- HOTELLING INTERNATIONAL – POUSADAS E HOTÉIS
- RESIDENCIAL VERAMAR – BOIÇUCANGA
- CLUB DE FÉRIAS
- POUSADA VILLA HARMONIA
- COLÔNIA SIPESP - PRAIA GRANDE
- COLÔNIA SIPESP – PROMISSÃO
- MASSOTERAPIA – QUICK MASSAGE
- PARGOS CLUB DO BRASIL
- WET'N WILD – HOPI HARI
- PARQUE DA XUXA
- CURSO DE TIRO
- ESTANDE DE TIRO

Seguros - LUZZ PRIME – CORRETORA DE SEGUROS EM GERAL

Auto Center - RONDON DESPACHANTE

Jurídico - ASSISTÊNCIA JURÍDICA GRATUITA