



**POLÍCIA MILITAR DO ESTADO DE GOIAS
COMANDO DA ACADEMIA DE POLÍCIA MILITAR
DIRETORIA DE ENSINO E PESQUISA
ESPECIALIZAÇÃO EM POLÍCIA E SEGURANÇA PÚBLICA**



ARTHUR VIEIRA OLIVEIRA SANTOS

**A IMPORTÂNCIA DO TESTE DE APTIDÃO FÍSICA E DA ATIVIDADE FÍSICA
PARA POLICIAIS MILITARES EM GOIÂNIA-GO: UMA ANÁLISE DE IMPACTOS
NA SAÚDE E DESEMPENHO PROFISSIONAL**

GOIÂNIA-GO

2024

ARTHUR VIEIRA OLIVEIRA SANTOS

**A IMPORTÂNCIA DO TESTE DE APTIDÃO FÍSICA E DA ATIVIDADE FÍSICA
PARA POLICIAIS MILITARES EM GOIÂNIA-GO: UMA ANÁLISE DE IMPACTOS
NA SAÚDE E DESEMPENHO PROFISSIONAL**

Artigo Científico apresentado como exigência para conclusão da disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso da Pós-Graduação em Polícia e Segurança Pública pelo Comando da Academia de Polícia Militar de Goiás, sob a orientação do Prof. Esp. Rodrigo Batista dos Santos.

GOIÂNIA-GO

2024

**A IMPORTÂNCIA DO TESTE DE APTIDÃO FÍSICA E DA ATIVIDADE FÍSICA
PARA POLICIAIS MILITARES EM GOIÂNIA-GO: UMA ANÁLISE DE IMPACTOS
NA SAÚDE E DESEMPENHO PROFISSIONAL**

**THE IMPORTANCE OF PHYSICAL FITNESS TESTING AND PHYSICAL
ACTIVITY FOR MILITARY POLICE OFFICERS IN GOIÂNIA-GO: AN ANALYSIS
OF IMPACTS ON HEALTH AND PROFESSIONAL PERFORMANCE**

Arthur Vieira Oliveira Santos¹

Rodrigo Batista dos Santos²

Resumo

Este artigo aborda a relação entre a prática de atividade física, o desempenho profissional e a saúde dos policiais militares em Goiânia, Goiás. Foi investigada a percepção dos policiais em relação ao impacto da atividade física em seu trabalho e saúde, assim como a disponibilidade de estrutura para a prática de exercícios nas unidades policiais. O problema de pesquisa centrou-se na necessidade de compreender como a atividade física afeta o desempenho e a saúde dos policiais militares. Os objetivos geral e específico foram explorar a percepção dos policiais sobre o impacto da atividade física em seu desempenho profissional e saúde e avaliar a disponibilidade de estrutura para a prática de exercícios nas unidades policiais. A metodologia adotada incluiu uma abordagem mista, combinando pesquisa bibliográfica com coleta de dados de campo por meio de questionários aplicados via *Google Forms*. Os resultados revelaram uma forte percepção positiva dos policiais em relação aos benefícios da atividade física para seu desempenho profissional e saúde, bem como variações na disponibilidade de estrutura para a prática de exercícios nas unidades policiais. As considerações finais destacam a importância de promover uma cultura organizacional que valorize e apoie a prática regular de atividade física entre os policiais militares, visando melhorar sua saúde e desempenho profissional. Este estudo contribuiu para ampliar o entendimento sobre a importância da atividade física para os policiais militares, fornecendo insights valiosos para futuras iniciativas de promoção da saúde e bem-estar desses profissionais.

Palavras-chave: Atividade física; Policiais militares; Saúde.

Abstract

This article examines the relationship between physical activity, professional performance, and the health of military police officers in Goiânia, Goiás. It investigated officers' perceptions regarding the impact of physical activity on their work and health, as well as the availability of facilities for exercise within police units. The research problem focused on understanding how physical activity affects the performance and health of military police

¹ Aluno do Curso de Formação de Praças – 2ª Turma, Especialização em Polícia e Segurança Pública do Comando da Academia de Polícia Militar de Goiás, email: arthurvieira380@gmail.com. Telefone: (63) 98411-0899.

² Orientador. Professor da Especialização em Polícia e Segurança Pública do Comando da Academia de Polícia Militar. Especialista em Direito Penal e Processo Penal Polícia e Segurança Pública. Email: rodrigo1ldireito@gmail.com Telefone: (62) 98228-0808

officers. The general and specific objectives were to explore officers' perceptions of the impact of physical activity on their professional performance and health and to assess the availability of facilities for exercise within police units. The methodology adopted included a mixed approach, combining literature review with field data collection through questionnaires administered via Google Forms. The results revealed a strong positive perception among officers regarding the benefits of physical activity for their professional performance and health, as well as variations in the availability of facilities for exercise within police units. The final considerations emphasize the importance of promoting an organizational culture that values and supports regular physical activity among military police officers, aiming to improve their health and professional performance. This study contributed to expanding understanding of the importance of physical activity for military police officers, providing valuable insights for future initiatives promoting the health and well-being of these professionals.

Keywords or Palabras clave: Physical activity, Military police, Health.

1 INTRODUÇÃO

A garantia da segurança do público implica que os policiais desempenhem uma ampla gama de tarefas diariamente, abrangendo desde períodos prolongados de trabalho estacionário durante patrulhas motorizadas até momentos de intenso esforço físico durante ações de socorro, restrições ou prisões. Nesse contexto, a manutenção da aptidão física (ApF) torna-se crucial, não apenas para que os policiais cumpram efetivamente suas funções ocupacionais sem sentir fadiga, mas também para mitigar o risco de doenças associadas ao sedentarismo (Sookermany; Sand, 2019).

A busca pelo condicionamento físico, por meio da prática regular e sistematizada de exercícios, estabelece uma profunda conexão entre o serviço militar e o desenvolvimento da Educação Física ao longo da história. O Teste de Aptidão Física (TAF), além de sua função como um simples teste, tem o propósito de avaliar a aptidão física dos membros da Polícia Militar, permitindo que cada indivíduo, ao conhecer sua condição física, realize trabalhos direcionados para uma melhor qualidade de vida, tanto no ambiente de trabalho (Paraná, 2019).

No contexto militar, a melhoria na capacidade física de um profissional contribui significativamente para o aprimoramento de seu desempenho laboral, refletindo em aspectos operacionais como a prontidão, proporcionando melhores condições para enfrentar o estresse inerente ao serviço (Omena, 2011).

Para os Policiais Militares, é fundamental priorizar diariamente o desenvolvimento de seus atributos físicos não apenas para o desempenho eficaz de suas funções, mas também

para a manutenção de seu bem-estar geral. Conforme disposto no artigo 144 da Constituição da República Federativa do Brasil de 1988, os militares são obrigados a possuir excepcional prontidão técnica e física para cumprir seu mandato constitucional (Paraná, 2019).

Embora o trabalho de um policial seja tipicamente administrativo, há casos em que eles são confrontados com cenários de alto risco que exigem esforço físico significativo (Orr et al, 2018). Estas situações podem incluir lidar com indivíduos resistentes durante as apreensões, gerir multidões, executar operações de resgate, perseguir suspeitos a pé e envolver-se em altercações físicas. Durante esses momentos críticos, o policial deve possuir níveis adequados de força, potência, resistência muscular e capacidade cardiorrespiratória para realizar atividades como correr, puxar, segurar e saltar (Crawley et al., 2016).

Entretanto, mesmo com os benefícios evidentes, uma parcela considerável da população de policiais militares reduz seu treinamento físico ao longo do tempo. A diversidade nos níveis de condicionamento físico entre os policiais militares é uma realidade, apesar do reconhecimento da importância da resistência muscular para suportar o peso de equipamentos pesados, como munição e armamentos (Moura, 2015). Considerando o escopo das atividades desempenhadas, é essencial compreender que o trabalho demanda não apenas conhecimentos técnico-profissionais, mas também aptidão física correspondente para a execução eficiente dos serviços cotidianos.

A pesquisa em questão é de suma importância para a Polícia Militar de Goiás, preenchendo uma lacuna na compreensão da relação entre o TAF, a prática regular de atividade física e a saúde dos policiais militares. A falta de uma abordagem abrangente pode resultar em consequências adversas, afetando não apenas o desempenho operacional da corporação, mas também a saúde e qualidade de vida dos profissionais.

A ausência de estratégias para manter a saúde física pode contribuir para um ciclo de dificuldades, prejudicando a eficácia da força policial e, conseqüentemente, a segurança pública. Ao abordar essa lacuna, esta pesquisa busca oferecer dados práticos que podem orientar políticas de treinamento e saúde ocupacional, impactando positivamente tanto a instituição quanto a sociedade que ela serve.

A pesquisa se propõe a responder à seguinte problemática: como a prática regular de atividade física e os resultados do TAF influenciam na saúde e no desempenho dos policiais militares em Goiânia-GO? Dessa forma, o objetivo geral é analisar a importância do TAF e da prática regular de atividade física na vida profissional e na saúde de policiais militares em Goiânia-GO.

2 QUALIDADE DE VIDA RELACIONADA A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA

A Organização Mundial da Saúde (OMS, 1995) define qualidade de vida como a percepção que um indivíduo tem do seu lugar na sociedade, levando em conta os sistemas culturais e de valores dos quais faz parte, bem como seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações pessoais.

Segundo Camboim et al. (2017), o conceito de qualidade de vida em relação à saúde geral gira em torno da capacidade dos indivíduos de viverem livres de doenças e de superarem desafios associados às condições relacionadas às doenças. Os autores destacam que tanto os fatores físicos quanto os psicológicos podem impactar significativamente a qualidade de vida de um indivíduo no local de trabalho, ao mesmo tempo que criam condições favoráveis que contribuem para melhorar o desempenho e a produtividade quando geridos de forma eficaz.

De acordo com Ropke et al. (2017), o conceito de qualidade de vida pode assumir um caráter subjetivo moldado pelo ambiente em que os indivíduos vivem, trabalham e se envolvem em diversos aspectos da vida, incluindo fatores culturais, sociais e ocupacionais. Isso vai além dos fatores relacionados à saúde e abrange aspectos positivos e negativos, destacando a natureza multidimensional do conceito.

Em seu estudo, Camboim et al. (2017) explicam que o conceito de qualidade de vida abrange diversas dimensões que impactam o bem-estar geral dos indivíduos. Eles descrevem essas dimensões como físicas, sociais, psicológicas e espirituais. O aspecto físico engloba atividade funcional, força, fadiga, sono, repouso, dor e outros sintomas. O bem-estar social está associado ao afeto, prazer, trabalho, situação econômica e sofrimento familiar. O aspecto psicológico surge de experiências de medo, ansiedade, depressão e angústia, que muitas vezes acompanham certas doenças. Por último, o aspecto espiritual diz respeito a aspectos como esperança, incerteza sobre o futuro, religiosidade e resiliência interior.

Segundo Klein, Pereira e Lemos (2019), a noção de qualidade de vida no trabalho abrange diversos aspectos relativos às condições vivenciadas no ambiente de trabalho. Isso inclui elementos subjetivos como bem-estar geral, segurança física e mental, estabilidade social e saúde geral. Além disso, envolve reconhecer as próprias capacidades para executar tarefas com a máxima proficiência e administrar eficazmente a energia pessoal. O conceito de qualidade de vida no trabalho é abrangente e evolutivo, tornando difícil defini-lo de uma forma singular que englobe todos os seus elementos. Este desafio surge da sua natureza subjetiva e dos diversos contextos em que o conceito é aplicável.

A relação entre falta de atividade física e qualidade de vida é explorada por Camboim et al. (2017), que discutem como isso está ligado à adoção do sedentarismo. Isso, por sua vez, contribui diretamente para o desenvolvimento ou exacerbação de condições médicas como doenças coronárias e outras alterações cardiovasculares e metabólicas, que impactam significativamente a qualidade de vida dos indivíduos. Ropke et al. (2017) explicam que numerosos estudos têm focado em demonstrar o impacto positivo do exercício físico na qualidade de vida, comparando indivíduos com e sem doenças. A atividade física regular, conforme identificada por Brito et al. (2017), tem sido associada a diversos benefícios à saúde de quem a pratica.

Esses achados são ainda apoiados por Camboim et al. (2017), que enfatizam o papel crucial da atividade física na melhoria da qualidade de vida. Como resultado, é imperativo priorizar a implementação de estratégias e programas de saúde que promovam o bem-estar geral e medidas preventivas. As pessoas estão conscientes de que a prática de atividade física é crucial para promover a saúde geral e a longevidade, especialmente em ocupações fisicamente exigentes, como o trabalho da polícia militar. Ao praticar exercício físico regular, os indivíduos podem manter o seu bem-estar físico e mental, reduzindo o risco de doenças crônicas e preservando a capacidade funcional. Isso é especialmente importante porque atividades de trabalho extenuantes podem levar ao declínio da força física, tornando o corpo mais vulnerável ao desenvolvimento de doenças associadas.

Em seu estudo, Soares et al. (2019) destacam a importância da atividade física para policiais militares, citando diversas pesquisas que apoiam seu papel no tratamento e prevenção de doenças físicas e psicológicas, bem como na melhoria da qualidade de vida geral, por si só ou quando combinada com outros fatores de estilo de vida.

Como afirmam Brito et al. (2017), policiais militares e bombeiros militares pertencem a um grupo de trabalhadores dedicados a defender a segurança pública e a executar suas responsabilidades com a máxima eficiência e eficácia. Para cumprir estas funções, é imprescindível que possuam níveis de aptidão física superiores aos da população em geral. Isto é crucial para que desempenhem suas tarefas de maneira ideal. Portanto, é necessário que avaliem e estabeleçam conexões entre as variáveis associadas à aptidão física e seu impacto direto na saúde física e mental. Entende-se que quanto maior o nível de aptidão física exigido para o trabalho, mais proficientemente desempenharão suas funções e menos complicações de saúde encontrarão.

Segundo Ferreira, Dietrich e Pedro (2015), a adoção de um estilo de vida ativo desempenha um papel crucial na promoção do bem-estar geral e na melhoria da qualidade de

vida. Eles definem estilo de vida como um conjunto de comportamentos habituais que se manifestam em atitudes, valores e oportunidades na vida dos indivíduos. Sem dúvida, um estilo de vida ativo decorre diretamente da prática regular de atividade física, o que contribui enormemente para o cultivo de uma aptidão física ideal. Isso, por sua vez, serve como um fator fundamental na prevenção de doenças.

2.1 TAF E ApF NA ATIVIDADE POLICIAL

O Teste de Aptidão Física (TAF) é uma ferramenta crucial na avaliação da aptidão física dos policiais, desempenhando um papel fundamental na garantia de que esses profissionais estejam adequadamente preparados para as exigências físicas de suas funções cotidianas. Conforme destacado por Sookermany e Sand (2019), a variedade de tarefas enfrentadas por policiais, desde patrulhas motorizadas até ações de socorro e prisões, exige um nível significativo de aptidão física para garantir a eficácia no cumprimento de suas responsabilidades.

A conexão histórica entre o serviço militar e a Educação Física é evidenciada na busca constante pelo condicionamento físico por meio da prática regular de exercícios. Essa relação, conforme mencionado por Camboim et al. (2017) e Ropke et al. (2017), reforça a importância de manter a aptidão física como um elemento integrado ao treinamento e desenvolvimento profissional dos policiais, contribuindo não apenas para a eficiência operacional, mas também para a preservação da saúde desses profissionais.

A aptidão física é um fator determinante na capacidade de um policial enfrentar períodos prolongados de trabalho e situações de estresse físico. Como ressaltado por Omena (2011), a melhoria na capacidade física dos profissionais militares não apenas aprimora o desempenho operacional, mas também aumenta a prontidão para lidar com o estresse inerente ao serviço policial.

A relevância do TAF vai além de ser uma avaliação de aptidão física; é uma ferramenta direcionada para que cada policial conheça sua condição física específica. Essa individualização, como explicado por Camboim et al. (2017), permite a criação de programas de treinamento personalizados, visando áreas específicas de melhoria e contribuindo para uma melhor qualidade de vida tanto no ambiente profissional quanto no pessoal.

A falta de atividade física ao longo do tempo pode se tornar uma realidade entre os policiais, como alertado por Moura (2015). No entanto, a diversidade nos níveis de condicionamento físico entre esses profissionais destaca a necessidade de compreender que a

aptidão física é uma exigência não apenas para o desempenho eficiente das funções policiais, mas também para a promoção da saúde geral.

A pesquisa realizada em Goiânia-GO sobre a relação entre o TAF, a prática regular de atividade física e a saúde dos policiais militares, conforme sugerido por Brito et al. (2017) e Soares et al. (2019), preenche uma lacuna significativa na compreensão desses elementos. Essa pesquisa não apenas fornece uma base teórica sólida, mas também orienta estratégias práticas para melhorar a aptidão física e, por consequência, a eficácia e bem-estar dos policiais.

Em suma, o Teste de Aptidão Física e a manutenção da aptidão física são essenciais para as atividades diárias dos policiais, garantindo que estejam preparados para enfrentar os desafios físicos inerentes à profissão. A abordagem individualizada proporcionada pelo TAF e a compreensão da importância da aptidão física contribuem para a eficiência operacional e, simultaneamente, para a preservação da saúde desses profissionais dedicados.

3 METODOLOGIA

A metodologia deste estudo abrange tanto uma abordagem qualitativa quanto quantitativa, combinando pesquisa bibliográfica e coleta de dados de campo por meio da aplicação de um questionário via Google Forms. Inicialmente, a pesquisa bibliográfica foi conduzida para estabelecer uma base teórica sólida, explorando fontes já existentes sobre a relação entre o Teste de Aptidão Física (TAF), a aptidão física e a saúde dos policiais, conforme indicado por autores como Sookermany e Sand (2019), Camboim et al. (2017), Ropke et al. (2017) e outros já citados.

Em seguida, a pesquisa de campo foi realizada por meio da elaboração e aplicação de um questionário utilizando a plataforma *Google Forms*. O questionário foi desenvolvido com o intuito de coletar dados quantitativos sobre a percepção dos policiais em relação ao TAF, prática regular de atividade física e sua saúde geral. Foram abordados temas como a frequência de treinamento físico, a percepção de impacto do TAF nas atividades diárias, bem como questionamentos sobre o estado de saúde física e mental dos participantes.

A população-alvo desta pesquisa foi composta por policiais militares atuantes em Goiânia, Goiás. Considerando os dados disponíveis de 2018, que indicam aproximadamente 13.700 policiais militares ativos em todo o Estado de Goiás para uma população de 6.921.161 pessoas, a proporção é de 198 policiais militares para cada 100 mil habitantes goianos. Destes,

estima-se que cerca de 3.080 policiais militares estejam alocados na cidade de Goiânia, conforme a distribuição proporcional da força policial em relação à população geral do Estado. Esses números serviram como base para a seleção da amostra e definição do escopo da pesquisa de campo, garantindo uma representação adequada da população policial na capital goiana (Jornal Estado de Goiás, 2019).

A seleção da amostra foi realizada de forma aleatória, considerando a diversidade de funções e experiências dos participantes. A coleta de dados foi conduzida de maneira ética, respeitando os princípios de anonimato e confidencialidade. Os resultados obtidos por meio do questionário foram analisados quantitativamente, utilizando ferramentas estatísticas adequadas, e os dados qualitativos serão interpretados à luz da revisão bibliográfica.

Essa abordagem metodológica mista permitiu uma compreensão mais abrangente da relação entre o TAF, a aptidão física e a saúde dos policiais, integrando dados quantitativos para análises estatísticas e dados qualitativos para uma compreensão mais aprofundada das experiências individuais. Essa triangulação de métodos fortalece a validade e a confiabilidade dos resultados, contribuindo para uma pesquisa robusta e significativa.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Esses dados foram coletados como parte de uma pesquisa realizada recentemente, que teve como objetivo investigar diferentes aspectos relacionados a um determinado tema. No total, foram obtidas 221 respostas válidas dos participantes da pesquisa. Ao analisar o perfil demográfico dos respondentes, observamos que a maioria dos participantes se identificou como do sexo masculino, representando 145 das respostas, enquanto 71 respostas foram fornecidas por participantes do sexo feminino. Além disso, houve uma pequena proporção de participantes que optaram por não divulgar sua identidade de gênero, totalizando 5 respostas nessa categoria.

Em relação à faixa etária dos participantes, os dados revelam uma distribuição variada. A faixa etária mais representativa foi de 18 a 29 anos, com 106 respostas, indicando uma participação significativa dos mais jovens na pesquisa. Logo em seguida, a faixa etária de 30 a 39 anos também apresentou uma quantidade considerável de respostas, com um total de 58 participantes. Observou-se uma diminuição gradual no número de respostas à medida que a faixa etária avança, com 39 respostas na faixa de 40 a 49 anos, 14 respostas na faixa de 50 a 59 anos e apenas 4 respostas entre os participantes com mais de 60 anos de idade. Essa

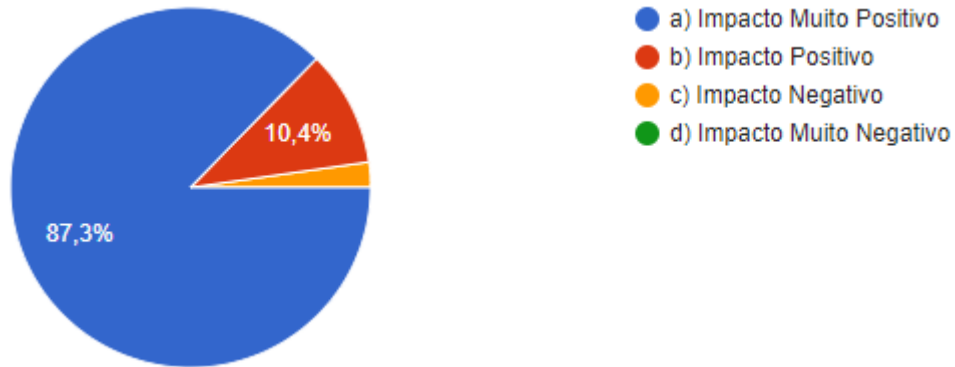
distribuição etária fornece uma visão abrangente da diversidade de idades dos participantes envolvidos na pesquisa.

A abordagem do bem-estar em termos de saúde, conforme destacado por Nieman (2011), enfatiza a importância da adoção de hábitos saudáveis para reduzir o risco de doenças prematuras, como osteoporose, arteriosclerose, obesidade, artrite, diabetes e hipertensão arterial. Muitas dessas condições podem ser prevenidas ou seus efeitos atenuados por meio da prática regular de atividade física, evitando assim a necessidade de tratamentos medicamentosos. Nesse contexto, a efetividade da Política Nacional de Promoção da Saúde se torna crucial, pois busca integrar diferentes diretrizes, como integralidade, equidade, responsabilidade sanitária, mobilização social e participação, entre outras, para promover o bem-estar da população (Brito et al., 2017).

Diante desse cenário, foi questionado aos participantes sobre o impacto da prática regular de atividade física no desempenho profissional dos policiais militares. Os resultados obtidos (gráfico 1) mostraram uma forte percepção positiva em relação a esse aspecto. A maioria expressou que a prática regular de atividade física tem um impacto muito positivo em seu desempenho profissional, totalizando 193 respostas. Isso sugere que os policiais reconhecem os benefícios diretos que a atividade física traz para o cumprimento de suas funções, como melhoria da resistência, capacidade de reação e habilidades motoras, além de contribuir para a saúde física e mental.

Além disso, 23 participantes destacaram que a prática regular de atividade física tem um impacto positivo, embora em menor proporção. Isso reforça a ideia de que mesmo uma atividade física moderada pode trazer benefícios significativos para o desempenho profissional dos policiais militares. Por outro lado, apenas uma pequena parcela dos participantes, representada por 5 respostas, indicou que a prática regular de atividade física tem um impacto negativo em seu desempenho profissional. Essa visão minoritária pode estar relacionada a possíveis lesões ou fadiga excessiva decorrentes da prática inadequada de atividades físicas.

Gráfico I - Impacto da Prática Regular de Atividade Física no Desempenho Profissional dos Policiais Militares

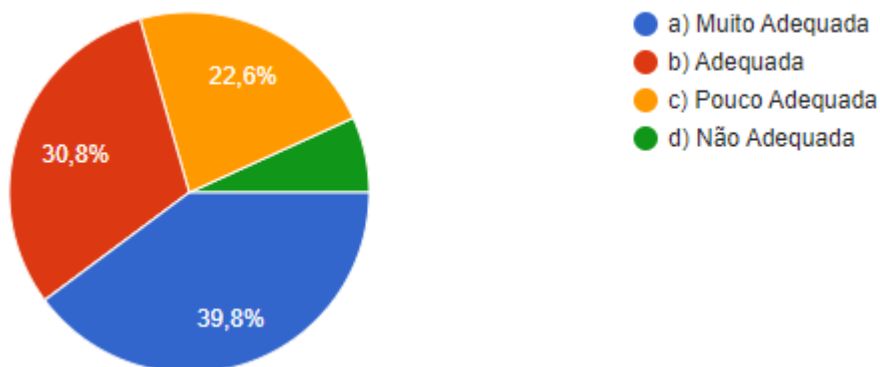


Fonte: Dados primários (2024)

Os resultados refletem uma percepção predominante entre os policiais militares de que a prática regular de atividade física é fundamental para o seu desempenho profissional, destacando a importância dessa abordagem para a promoção da saúde e do bem-estar no ambiente de trabalho.

A pesquisa também questionou os participantes sobre a disponibilidade de estrutura e espaços adequados para a prática de atividade física nas unidades policiais em Goiânia-GO (gráfico 2). Os resultados mostraram uma variedade de percepções sobre esse aspecto. Um total de 88 respostas indicaram que a disponibilidade de estrutura e espaços para a prática de atividade física é considerada muito adequada, enquanto 68 respostas classificaram como adequada. No entanto, uma parcela significativa dos participantes, representada por 50 respostas, considerou a disponibilidade como pouco adequada, e 15 respostas indicaram que a estrutura não é adequada.

Gráfico II - Disponibilidade de Estrutura e Espaços Adequados para a Prática de Atividade Física



Fonte: Dados primários (2024)

Esses resultados refletem um quadro diversificado em relação à infraestrutura disponível para a prática de atividade física dentro das unidades policiais em Goiânia-GO. Enquanto uma parte dos participantes percebe uma adequação satisfatória, outra parte expressa preocupações com a falta de infraestrutura adequada para a prática de atividade física.

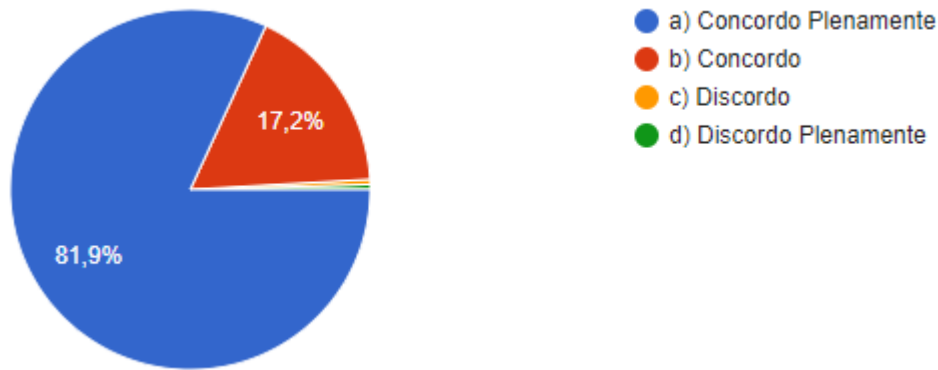
No contexto brasileiro, as Polícias Militares reconhecem a importância de manter seus profissionais em boas condições de saúde para melhor desempenho das diversas modalidades de policiamento, como patrulhamento a pé e motorizado. Como destacado por Vargas, Moleta e Pilatti (2013), isso se reflete na presença de diversos profissionais de saúde, como médicos, nutricionistas, psicólogos, enfermeiros e dentistas, no quadro funcional das instituições policiais, com o objetivo de cuidar da saúde integral dos policiais. Essa preocupação com a saúde dos profissionais ressalta a importância da disponibilidade de estrutura e espaços adequados para a prática de atividade física dentro das unidades policiais, contribuindo para o bem-estar e desempenho dos policiais militares.

A pergunta sobre a implementação de programas de treinamento físico personalizados surge como uma continuação natural da discussão sobre a importância da prática regular de atividade física e da disponibilidade de estrutura adequada nas unidades policiais. Com base nos resultados anteriores, que destacaram a percepção positiva dos policiais em relação aos benefícios da atividade física para o desempenho profissional e saúde geral, essa questão visa explorar uma possível solução para promover ainda mais o bem-estar dos policiais militares.

Os dados indicam uma forte tendência de concordância com a implementação de programas de treinamento físico personalizados. A maioria dos participantes expressou concordância plena (181 respostas) e concordância (38 respostas) com essa abordagem. Isso sugere que os policiais reconhecem o valor de programas de treinamento físico adaptados às suas necessidades individuais, como uma estratégia eficaz para melhorar sua saúde geral.

Apenas uma pequena proporção de participantes discordou da implementação de programas de treinamento físico personalizados (apenas 2 respostas). Essa divergência pode ser atribuída a diferentes perspectivas sobre a eficácia ou praticidade desses programas, ou até mesmo a preocupações específicas sobre sua implementação (gráfico 3).

Gráfico III – Importância da Implementação de Programas de Treinamento Físico Personalizados



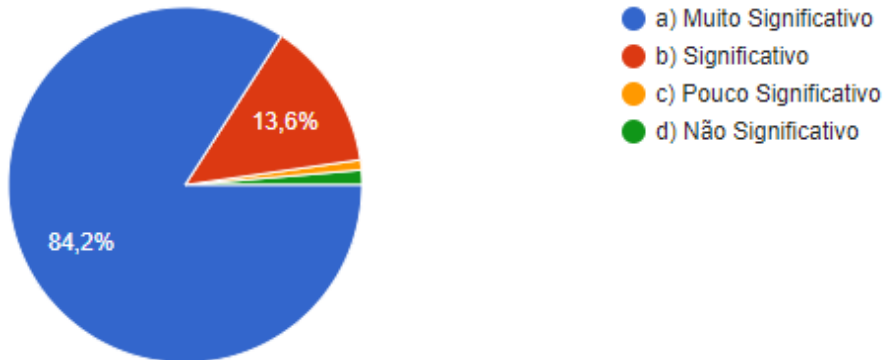
Fonte: Dados primários (2024)

A pergunta sobre o impacto do condicionamento físico na tomada de decisões e na capacidade de resposta em situações de emergência por parte dos policiais militares visa explorar a percepção dos participantes sobre a importância do preparo físico para o desempenho eficaz de suas funções. Os resultados indicam uma forte concordância com a significância desse aspecto (gráfico 4).

A maioria expressiva dos participantes (186 respostas) considerou o impacto do condicionamento físico como muito significativo, enquanto 30 participantes o classificaram como significativo. Isso reflete o reconhecimento generalizado entre os policiais militares sobre a relevância crucial do preparo físico para sua capacidade de tomar decisões rápidas e responder de maneira eficaz em situações de emergência.

Apenas uma pequena proporção de participantes indicou que o condicionamento físico tem um impacto pouco significativo (2 respostas) ou não significativo (3 respostas). Essas opiniões minoritárias podem ser atribuídas a diferentes perspectivas individuais ou experiências específicas dos participantes.

Gráfico IV - Impacto do Condicionamento Físico na Tomada de Decisões



Fonte: Dados primários (2024).

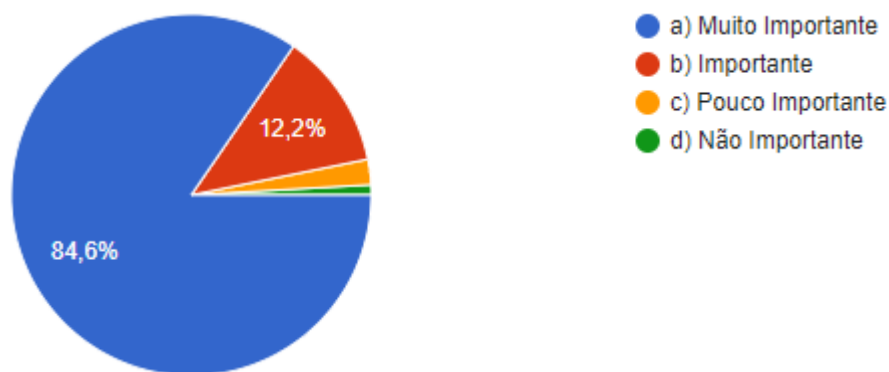
Fica evidente a importância de ressaltar o condicionamento físico na profissão policial militar. Como destacado por Azevedo (2016), os policiais militares enfrentam desafios físicos, psicológicos e cognitivos significativos em seu trabalho diário, o que aumenta a necessidade de manter um elevado índice de qualidade de vida e aptidão física. Portanto, a forte concordância dos participantes com a significância do condicionamento físico reflete a compreensão da importância fundamental desse aspecto para o desempenho eficaz das funções policiais militares, especialmente em situações de emergência.

A pergunta sobre a avaliação da importância do teste de aptidão física (TAF) para policiais militares em Goiânia-GO busca entender a percepção dos participantes sobre a relevância desse processo de avaliação física para a profissão policial militar (gráfico 5). Os resultados indicam uma forte concordância com a importância do TAF para a preparação e seleção dos profissionais.

A maioria expressiva dos participantes (187 respostas) considerou o TAF como muito importante, enquanto 27 participantes o classificaram como importante. Isso reflete o reconhecimento generalizado entre os policiais militares sobre a necessidade crucial do TAF para garantir que os profissionais estejam fisicamente aptos e preparados para desempenhar suas funções de forma eficaz e segura.

Apenas uma pequena proporção de participantes indicou que o TAF é pouco importante (5 respostas) ou não importante (2 respostas). Essas opiniões minoritárias podem ser atribuídas a diferentes perspectivas individuais, experiências específicas ou até mesmo a possíveis questionamentos sobre a eficácia do teste.

Gráfico V - Importância do Teste de Aptidão Física para Policiais Militares



Fonte: Dados Primários (2024)

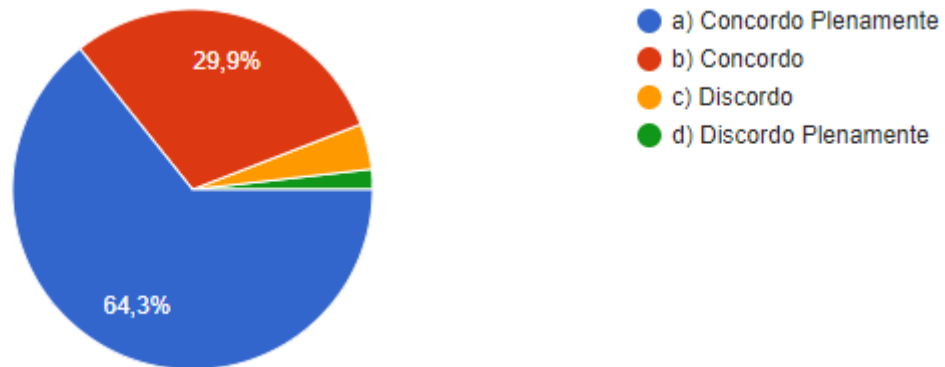
A contextualização desse resultado destaca a importância do TAF como um dos pré-requisitos fundamentais para ingresso na profissão de policial militar. Como mencionado por Azevedo (2016), o TAF é amplamente utilizado pelos estados brasileiros como parte do processo de seleção, visando avaliar a capacidade física dos candidatos. Além disso, conforme destacado por Rhea e Peterson (2015), os testes físicos são essenciais para identificar aspectos fisiológicos, prever o desempenho futuro e monitorar o progresso ao longo do tempo. Portanto, a forte concordância dos participantes com a importância do TAF reflete a compreensão da necessidade de garantir que os policiais militares estejam fisicamente aptos para enfrentar os desafios da profissão.

E na mesma linha de pensamento o gráfico 6 sobre a opinião dos participantes em relação à inclusão de testes de aptidão física periódicos como critério para promoções na carreira policial militar visa explorar a percepção dos profissionais sobre a relevância do condicionamento físico contínuo para o avanço na carreira. Os resultados indicam uma tendência significativa de concordância com essa prática.

A maioria expressiva dos participantes (142 respostas) concordou plenamente com a inclusão de testes de aptidão física periódicos como critério para promoções na carreira policial militar, enquanto 66 participantes concordaram. Isso sugere que a maioria dos policiais militares reconhece a importância de manter um bom condicionamento físico ao longo de sua carreira para garantir o desempenho eficaz de suas funções e o avanço profissional.

Por outro lado, uma parcela menor de participantes expressou discordância com essa prática, com 9 respostas indicando discordância e 4 respostas discordando plenamente. Essas opiniões podem refletir preocupações sobre a possível subjetividade na avaliação do condicionamento físico ou sobre os critérios de promoção baseados exclusivamente nesse aspecto.

Gráfico VI - Importância Inclusão de Testes de Aptidão Física Periódicos



Fonte: Dados Primários (2024).

O resultado do gráfico 6, destaca a importância da manutenção do condicionamento físico ao longo da carreira policial militar. Como profissão que demanda esforço físico e enfrentamento de situações de estresse, a inclusão de testes de aptidão física periódicos como critério para promoções pode garantir que os policiais estejam continuamente preparados para desempenhar suas funções com eficiência e segurança. Portanto, a concordância significativa dos participantes com essa prática reflete o reconhecimento da importância do condicionamento físico contínuo para o sucesso na carreira policial militar.

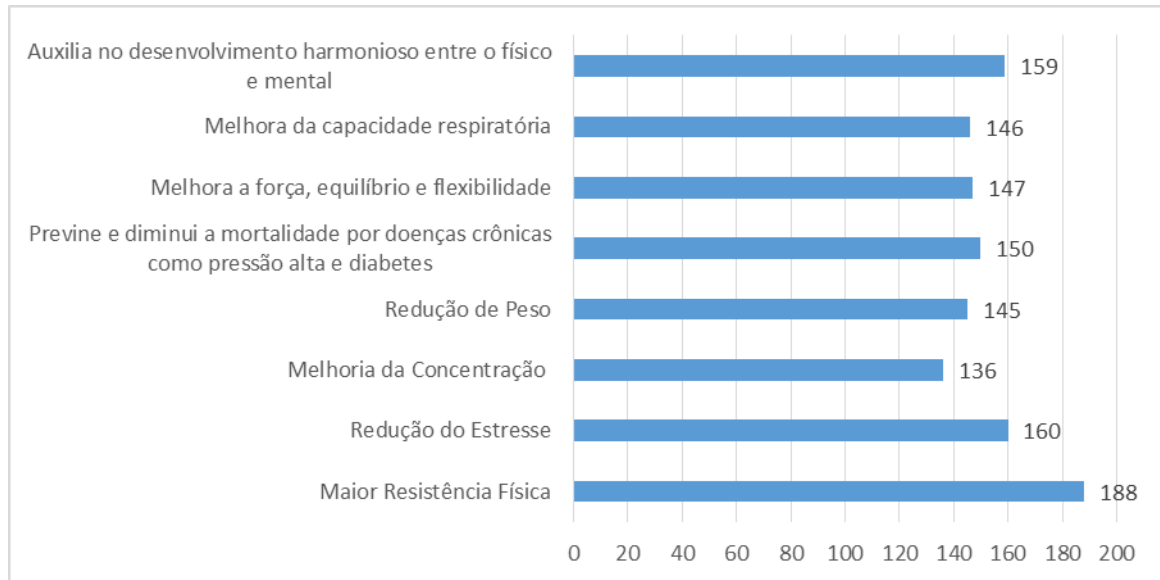
A pergunta sobre os principais benefícios da atividade física regular para os policiais militares em termos de saúde física e mental visa entender a percepção dos participantes sobre os aspectos positivos dessa prática para sua saúde e bem-estar. Os resultados revelam uma ampla gama de benefícios reconhecidos pelos policiais militares, conforme é visto no gráfico 7.

A maioria expressiva dos participantes destacou a importância da atividade física regular para a promoção da maior resistência física (188 respostas), redução do estresse (160 respostas) e melhoria da concentração (136 respostas). Esses resultados refletem a compreensão dos policiais militares sobre os benefícios diretos da atividade física para a melhoria de sua saúde física e mental, bem como para o desempenho de suas funções profissionais.

Outros benefícios reconhecidos incluem a redução de peso (145 respostas), prevenção e diminuição da mortalidade por doenças crônicas como pressão alta e diabetes (150 respostas), melhora da força, equilíbrio e flexibilidade (147 respostas), melhora da capacidade respiratória (146 respostas) e auxílio no desenvolvimento harmonioso entre o físico e mental (159 respostas). Esses resultados destacam a percepção dos policiais militares

sobre os impactos positivos abrangentes da atividade física regular em sua saúde e qualidade de vida.

Gráfico VII - Importância Inclusão de Testes de Aptidão Física Periódicos



Fonte: Dados primários (2024)

Os resultados destacam a importância da prática contínua de atividade física para os policiais militares, conforme observado por Barbosa (2012), Bernardo et al. (2016) e Santana e Silva (2018). Esses estudos destacam que a atividade física regular pode servir como uma estratégia eficaz para proteger a saúde dos policiais militares, reduzindo o risco de doenças cardiovasculares, metabólicas, ortopédicas, bem como o estresse, a depressão e a ansiedade. Portanto, os resultados do gráfico 7 refletem não apenas a percepção dos participantes, mas também evidências científicas sobre os benefícios significativos da atividade física para os policiais militares em termos de saúde física e mental.

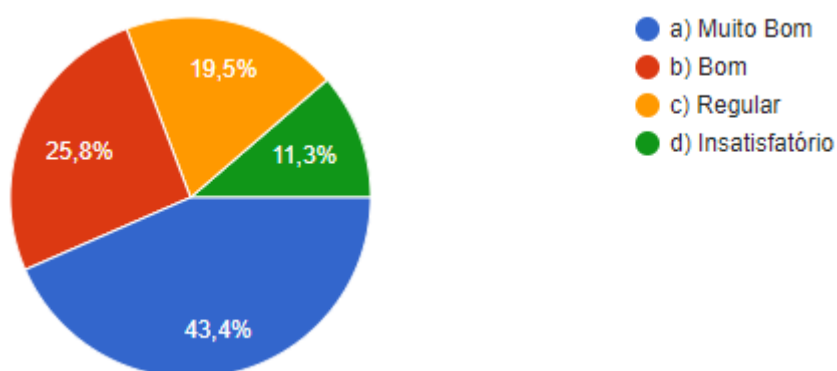
A última pergunta visa avaliar a percepção dos participantes sobre o suporte e incentivo institucional para a prática regular de atividade física por parte de seus superiores e lideranças nas unidades policiais em Goiânia-GO. Os resultados revelam uma variedade de opiniões sobre esse aspecto crucial para a promoção da saúde e bem-estar dos policiais militares, conforme a visto no gráfico 8.

A maior parte dos participantes avaliou positivamente o suporte e incentivo institucional, com 96 respostas classificando-o como "Muito Bom" e 57 respostas como "Bom". Esses resultados sugerem que uma parte significativa dos policiais militares

reconhece a existência de um ambiente institucional favorável à prática regular de atividade física, com superiores e lideranças que oferecem suporte e incentivo para essa prática.

No entanto, também houve participantes que expressaram opiniões menos favoráveis, com 43 respostas classificando o suporte e incentivo como "Regular" e 25 respostas como "Insatisfatório". Esses resultados indicam que há espaço para melhorias na maneira como o suporte e incentivo institucional são oferecidos nas unidades policiais, conforme percebido por alguns policiais militares.

Gráfico VIII – Suporte e Incentivo a Institucional a Prática Regular de Atividade Física



Fonte: Dados primários (2024)

Os resultados destacam a importância do papel das lideranças e superiores na promoção de uma cultura organizacional que valorize e apoie a prática regular de atividade física entre os policiais militares. Um suporte institucional sólido pode não apenas melhorar a saúde e o bem-estar dos profissionais, mas também contribuir para um melhor desempenho no cumprimento de suas funções.

Em suma, os resultados obtidos por meio das respostas dos participantes refletem a importância vital da atividade física regular para os policiais militares, não apenas em termos de saúde física e mental, mas também para o desempenho eficaz de suas funções profissionais. A variação nas percepções sobre o suporte institucional para essa prática destaca a necessidade de uma abordagem mais abrangente e consistente por parte das lideranças e superiores nas unidades policiais, a fim de garantir um ambiente que promova e incentive ativamente a atividade física entre os profissionais da área de segurança pública em Goiânia-GO.

Os dados fornecidos pelos participantes da pesquisa podem orientar iniciativas futuras destinadas a melhorar o suporte institucional para a prática de atividade física, bem como promover uma cultura organizacional que priorize o bem-estar e a saúde dos policiais

militares. Ao reconhecer e abordar as lacunas identificadas, é possível criar um ambiente mais saudável e produtivo para os profissionais da área de segurança pública, resultando em benefícios não apenas para eles individualmente, mas também para a comunidade que servem.

5 CONCLUSÃO

Neste trabalho, foi investigado a relação entre a prática de atividade física, o desempenho profissional e a saúde dos policiais militares em Goiânia, Goiás. Os resultados obtidos forneceram dados importantes sobre diversos aspectos relacionados a esse tema crucial.

Ficou evidente que a prática regular de atividade física é fundamental para o desempenho eficaz das funções policiais, com a maioria dos participantes reconhecendo os benefícios diretos dessa prática para sua resistência, capacidade de reação e saúde física e mental. No entanto, também observamos variações nas percepções sobre a disponibilidade de estrutura e espaços adequados para a prática de atividade física nas unidades policiais, destacando a necessidade de melhorias nessa área.

A implementação de programas de treinamento físico personalizados e a importância do condicionamento físico na tomada de decisões e na capacidade de resposta em situações de emergência foram amplamente reconhecidas pelos participantes, ressaltando a necessidade de abordagens individualizadas para o treinamento físico e sua integração nas práticas institucionais.

Além disso, o TAF foi percebido como um componente crucial para garantir a aptidão física dos policiais militares, tanto para ingresso na profissão quanto para promoções na carreira. Os participantes reconheceram os benefícios abrangentes da atividade física regular para sua saúde física e mental, destacando sua importância ao longo da carreira.

No entanto, também identificamos a necessidade de uma abordagem mais consistente por parte das lideranças e superiores nas unidades policiais para promover e incentivar ativamente a prática de atividade física entre os profissionais. Essa área pode ser explorada em futuras pesquisas, assim como o desenvolvimento de estratégias eficazes para melhorar o suporte institucional e a disponibilidade de recursos para a prática de atividade física nas unidades policiais.

Em suma, este estudo contribuiu para ampliar nosso entendimento sobre a importância da atividade física para os policiais militares, fornecendo dados valiosos para informar iniciativas futuras destinadas a promover a saúde e o bem-estar desses profissionais.

REFERÊNCIAS

- AZEVEDO E. M. de et al. Análise da qualidade de vida e do nível de atividade física dos policiais militares do Comando Geral da Polícia Militar de Mato Grosso para prevenção de doenças. **Revista de Administração do Sul do Pará (REASP)**, v. 3, n. 2, p. 14-31, maio-ago. 2016. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/329571388_Analise_da_Qualidade_de_Vida_e_do_Nivel_de_Atividade_Fisica_dos_Policiais_Militares_do_Comando_Geral_da_PMMT_para_p_revencao_de_doencas. Acesso em: 03 mar. 2024
- BARBOSA, Wélere G. **A Relação entre Aptidão Física e Percentual de Gordura Corporal em Militares**. Trabalho de Conclusão de Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Aberta do Brasil, Porto Nacional-TO: 2012
- BERNARDO, Valdeni M. et al. Atividade física de policiais: uma revisão sistemática. **Revista Cubana de Medicina Militar**. 2016; 45
- BRITO, Edineia de; OLIVEIRA, Murilo Rezende; GOMES, Tiago José Nardi; SANTOS, Vinicius Santos dos; DARONCO, Luciane Sanchotene Etchepare. **Aptidão física de policiais militares do batalhão de operações especiais da cidade de Santa Maria-RS**. Cinergis, Santa Cruz do Sul, v. 18, n. 4, p. 257-261, out./dez. 2017.
- CAMBOIM, Francisca Elidivânia de Farias; NÓBREGA, Marie Oliveira; DAVIM, Rejane Marie Barbosa; CAMBOIM, José Cleston Alves; NUNES, Rosa Martha Ventura; OLIVEIRA, Silvia Ximenes. Benefícios da atividade física na terceira idade para a qualidade de vida. **Rev enferm UFPE**, Recife, v. 11, n. 6, p. 2415-2422, jun. 2017.
- CRAWLEY, A. A.; SHERMAN, R. A.; CRAWLEY, W. R.; COSIO-LIMA, L. M. Physical fitness of police academy cadets. **Journal of Strength and Conditioning Research**. Vol. 30. Núm. 5. p. 1416-1424. 2016. <https://doi.org/10.1519/jsc.0000000000001229>
- FERREIRA, Joel Saraiva; DIETRICH, Sandra Helena Correia; PEDRO, Danielly Amado. Influência da prática de atividade física sobre a qualidade de vida de usuários do SUS. **Saúde Debate**, Rio de Janeiro, v. 39, n. 106, p. 792-801, jul. /set. 2015.
- KLEIN, Leander L.; PEREIRA, Breno A. D.; LEMOS, Ricardo B. Qualidade de vida no trabalho: Parâmetros e avaliação no serviço público. **Revista de Administração Mackenzie**, v.20, n. 3, p. 1-35, 2019.
- MOURA, T. I. **Epopéia de bravos guerreiros**. São Paulo. 2015
- NIEMAN, David C. **Exercício e saúde: teste e prescrição de exercício**. Tradução Rogério Ferraz, Fernando Gomes do Nascimento. Barueri, SP: Manole, 2011.
- OMENA, V. **Saúde do trabalhador**. São Paulo. 2011
- ORR, R.; DAWES, J. J.; POPE, R.; TERRY, J. Assessing differences in anthropometric and fitness characteristics between police academy cadets and incumbent officers. **Journal of Strength and Conditioning Research**. Vol.32. Núm. 9. p.2632-2641. 2018. <https://doi.org/10.1519/jsc.0000000000002328>

PARANÁ. **Casa Militar. Governo do Estado do Paraná.** A importância da atividade física para policiais militares. 2019. Disponível em: <<https://www.casamilitar.pr.gov.br/Noticia/importancia-da-atividade-fisica-para-policiais-militares#:~:text=O%20TAF%2C%20muito%20al%C3%A9m%20de,um%20requisito%20obrigat%C3%B3rio%20para%20ascens%C3%A3o>> Acesso em: 30 nov. 2023.

RHEA, Matthew R.; PETERSON, Mark D. Testes, análise de dados e conclusões. In: MILLER, Todd. **Guia para Avaliações e Condicionamento Físico.** 1ª ed. Manole, Barueri-SP: 2015

ROPKE, Lucilene Maria; SOUZA, Amanda Gouvea; BERTOZ, André Pinheiro de Magalhães; ADRIAZOLA, Manuel Martin; ORTOLAN, Erika Verusca Paiva; MARTINS, Regina Helena et al. Efeito da atividade física na qualidade do sono e qualidade de vida: revisão sistematizada. **Arch Health Invest.**, v. 6, n. 12, p. 561-566, 2017

SANTANA, Pedro Henrique; SILVA, Bruna D. de Souza. **A importância da atividade física para o policial.** Trabalho de Conclusão de Curso. Biblioteca Digital de Segurança Pública. Março de 2019.

SOARES, Deiveskan Serra; MELO, Cristina Carvalho de; SOARES, Josiane Lopes da Silva Serra; NOCE, Franco. Influence of physical activity on military police officers' burnout. **J. Phys. Educ.**, v. 30, p. 1-13, 2019.

SOOKERMANY A, SAND T. The physical fitness test discourse model. **Cogent Soc Sci**, 2019;5(1):1615241

VARGAS, L. M.; MOLETA, T.; PILATTI, L. A. Diferença da aptidão física relacionada ao desempenho entre soldados de elite e convencionais do Exército Brasileiro. **Conexões**, v. 11, n. 2, p. 148-167, 2013.

WHO. **Quality of Life assessment (WHOQOL): position paper from the World Health Organization.** Soc Sci Med., v. 1, n. 10, p. 1403-1409, 1995.

APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIMENTO

A IMPORTÂNCIA DO TESTE DE APTIDÃO FÍSICA E DA ATIVIDADE FÍSICA PARA POLICIAIS MILITARES EM GOIÂNIA-GO: UMA ANÁLISE DE IMPACTOS NA SAÚDE E DESEMPENHO PROFISSIONAL

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)

Este questionário é uma pesquisa sobre A IMPORTÂNCIA DO TESTE DE APTIDÃO FÍSICA E DA ATIVIDADE FÍSICA PARA POLICIAIS MILITARES EM GOIÂNIA-GO: UMA ANÁLISE DE IMPACTOS NA SAÚDE E DESEMPENHO PROFISSIONAL, isto é, a percepção subjetiva de pessoas ou comunidade em relação a importância do TAF e da atividade física na vida do policial, para garantir uma melhor qualidade de saúde e desempenho no trabalho do policial militar. Esta pesquisa faz parte do Programa de Pós-Graduação do Comando da Academia de Polícia Militar de Goiás. Contamos com sua participação em responder o questionário e com a divulgação junto aos familiares, amigos e vizinhos. Garantimos o sigilo e a privacidade de sua participação e de seus dados durante todas as fases da pesquisa e posteriormente na divulgação científica. Sua resposta continuará anônima. Sua participação no estudo é voluntária. Caso não queira participar, fique à vontade. Desde já agradecemos!!!

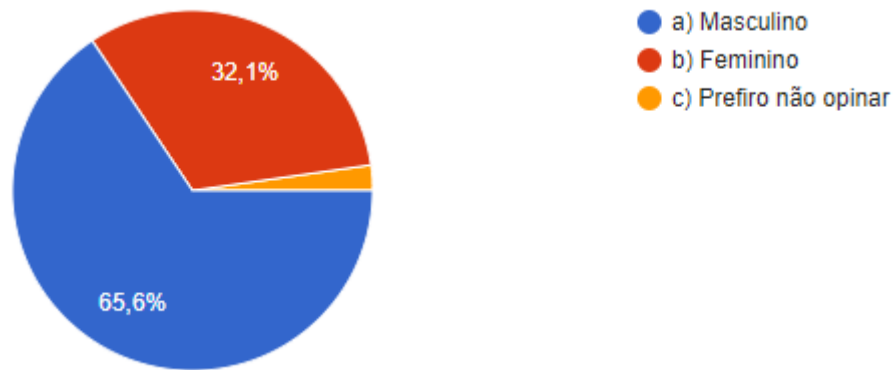
Pesquisador: Arthur Vieira Oliveira Santos

Orientador: Rodrigo Batista dos Santos

APÊNDICE B – QUESTIONÁRIO E RESPOSTAS

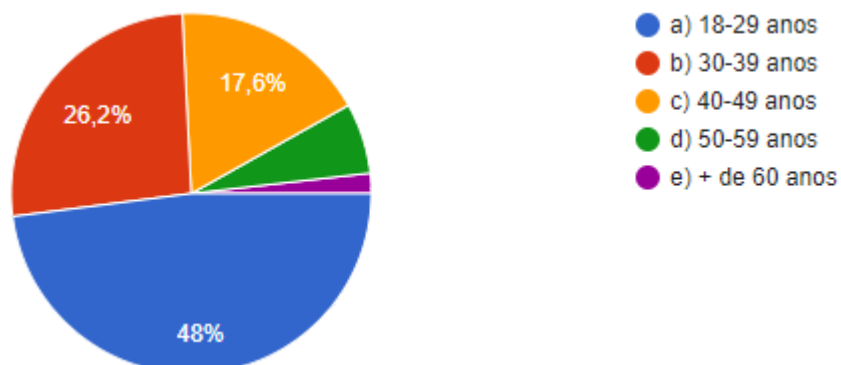
1. Sexo:

- a) Masculino
- b) Feminino
- c) Prefiro não opinar



2. Faixa Etária:

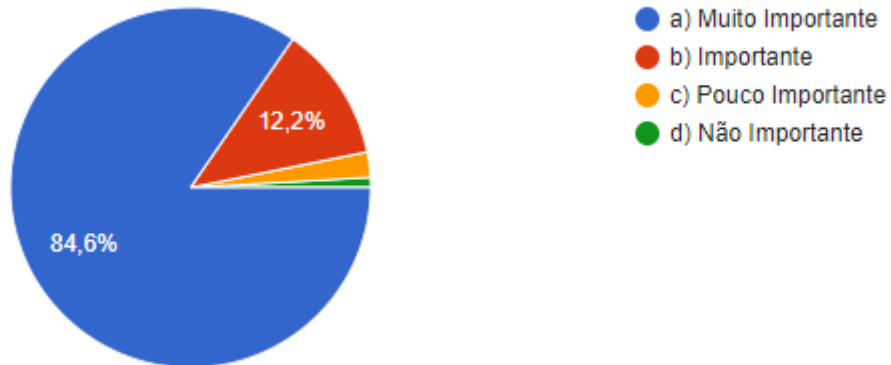
- a) 18-29 anos
- b) 30-39 anos
- c) 40-49 anos
- d) 50-59 anos
- e) + de 60 anos



3. Como você avalia a importância do teste de aptidão física para policiais militares em Goiânia-GO?

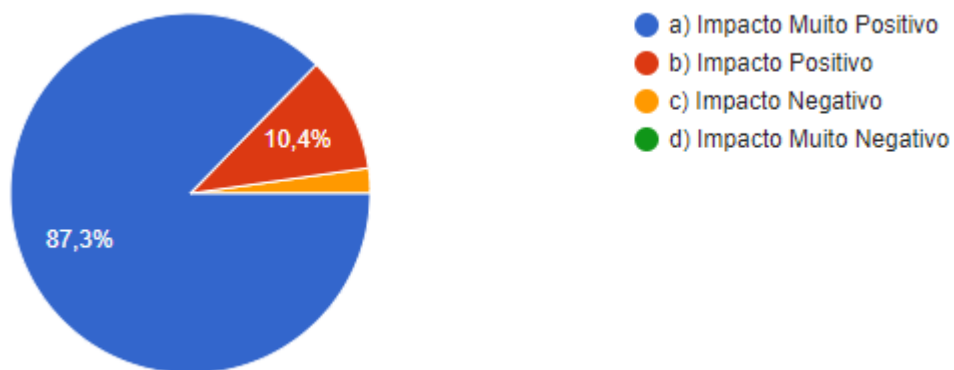
- a) Muito Importante

- b) Importante
- c) Pouco Importante
- d) Não Importante



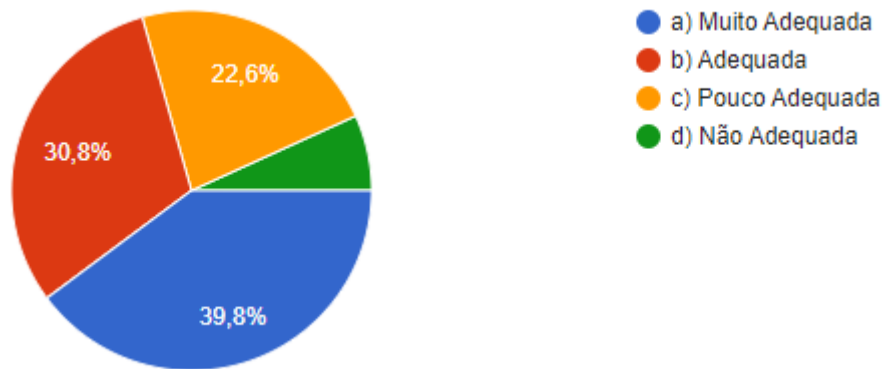
4. Na sua opinião, como a prática regular de atividade física impacta no desempenho profissional dos policiais militares?

- a) Impacto Muito Positivo
- b) Impacto Positivo
- c) Impacto Negativo
- d) Impacto Muito Negativo



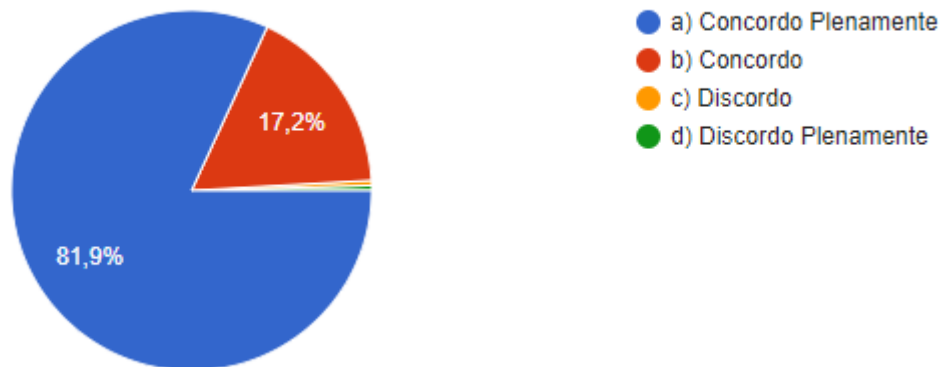
5. Em relação à disponibilidade de estrutura e espaços adequados para a prática de atividade física nas unidades policiais em Goiânia-GO, como você avalia?

- a) Muito Adequada
- b) Adequada
- c) Pouco Adequada
- d) Não Adequada



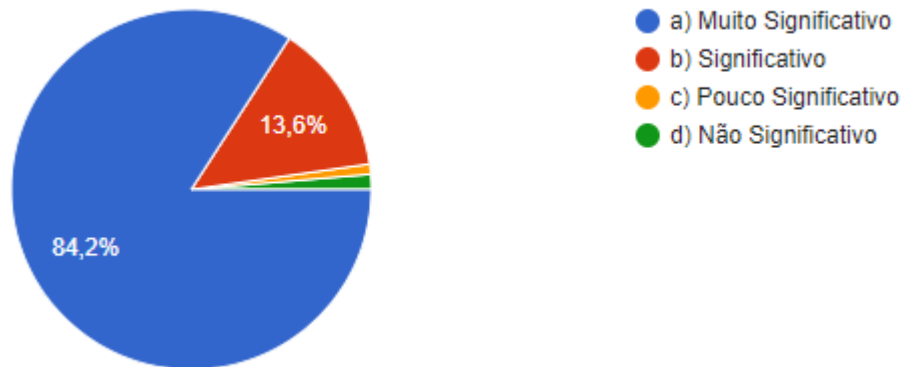
6. Você acredita que a implementação de programas de treinamento físico personalizados pode contribuir para a melhoria da saúde geral dos policiais militares?

- a) Concordo Plenamente
- b) Concordo
- c) Discordo
- d) Discordo Plenamente



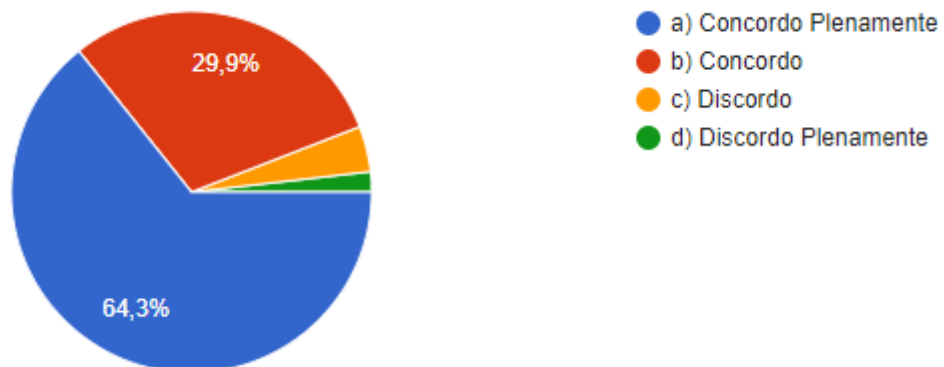
7. Como você percebe o impacto do condicionamento físico na tomada de decisões e na capacidade de resposta em situações de emergência por parte dos policiais militares?

- a) Muito Significativo
- b) Significativo
- c) Pouco Significativo
- d) Não Significativo



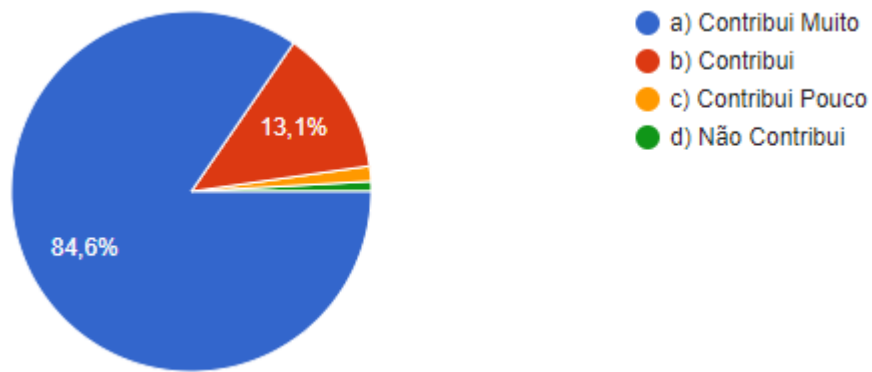
8. Qual é a sua opinião sobre a inclusão de testes de aptidão física periódicos como critério para promoções na carreira policial militar?

- a) Concordo Plenamente
- b) Concordo
- c) Discordo
- d) Discordo Plenamente



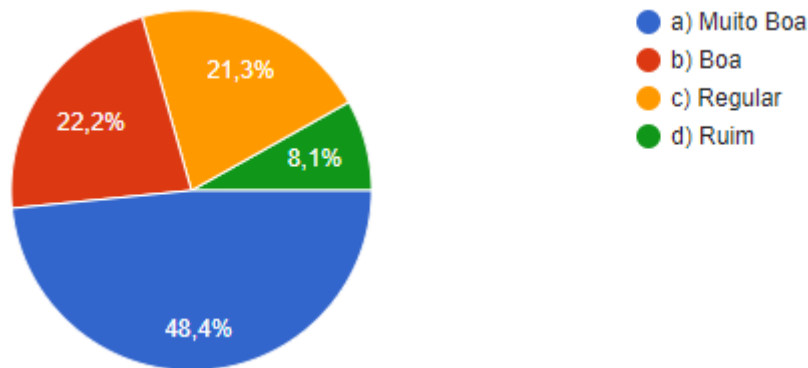
9. Na sua percepção, de que forma a prática de atividade física pode contribuir para a redução do estresse e melhoria do bem-estar emocional dos policiais militares?

- a) Contribui Muito
- b) Contribui
- c) Contribui Pouco
- d) Não Contribui



10. Como você avalia a disponibilidade de programas de incentivo à prática de atividade física, como academias e aulas específicas, para os policiais militares em Goiânia-GO?

- a) Muito Boa
- b) Boa
- c) Regular
- d) Ruim



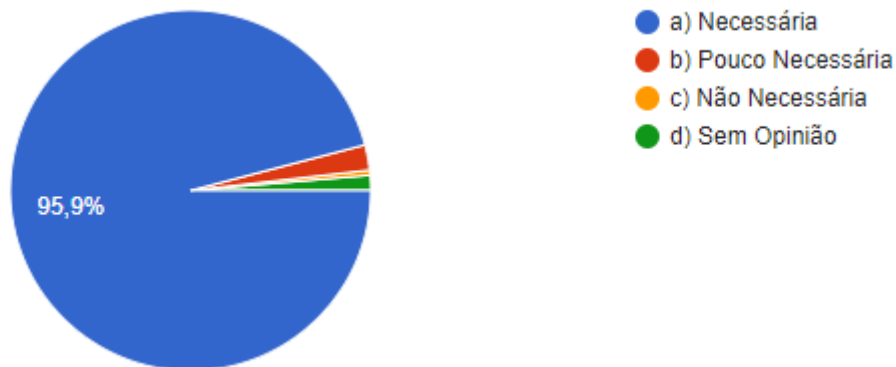
11. Na sua opinião, quais são os principais benefícios da atividade física regular para os policiais militares em termos de saúde física e mental?

- a) Maior Resistência Física
- b) Redução do Estresse
- c) Melhoria da Concentração
- d) Redução de Peso
- e) Previne e diminui a mortalidade por doenças crônicas como pressão alta e diabetes
- f) Melhora a força, equilíbrio e flexibilidade.
- g) Melhora da capacidade respiratória
- h) Auxilia no desenvolvimento harmonioso entre o físico e mental.



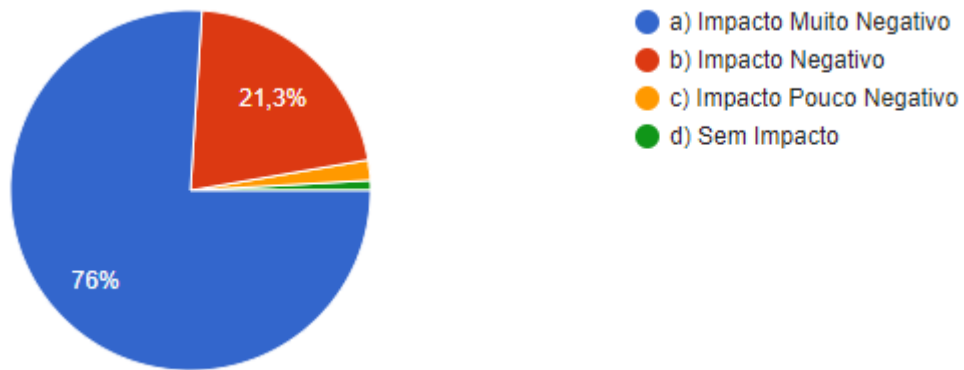
12. Como você enxerga a implementação de políticas de saúde voltadas especificamente para os policiais militares em Goiânia-GO, incluindo acompanhamento médico e programas de prevenção?

- a) Necessária
- b) Pouco Necessária
- c) Não Necessária
- d) Sem Opinião



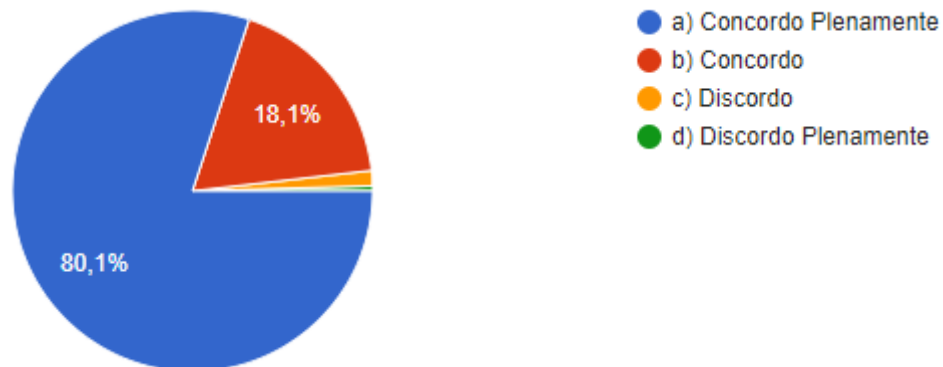
13. Na sua perspectiva, como a falta de atividade física regular pode influenciar negativamente no desempenho operacional dos policiais militares?

- a) Impacto Muito Negativo
- b) Impacto Negativo
- c) Impacto Pouco Negativo
- d) Sem Impacto



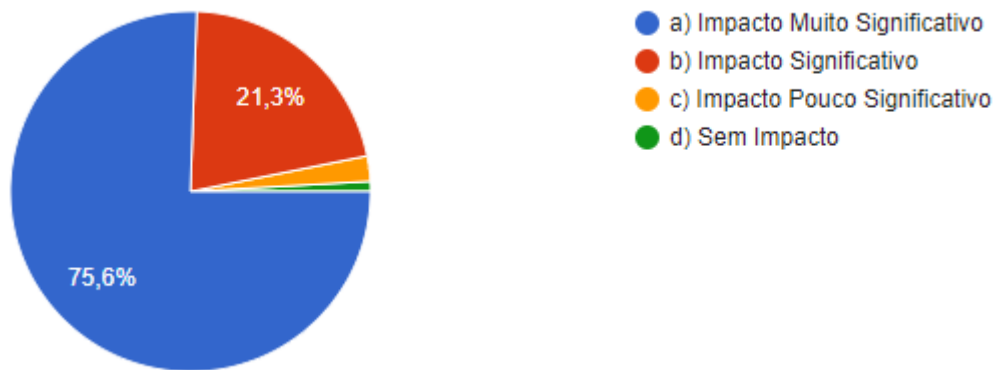
14. Você acredita que a promoção de hábitos saudáveis, incluindo a prática de atividade física, pode contribuir para a construção de uma imagem mais positiva da Polícia Militar junto à comunidade em Goiânia-GO?

- a) Concordo Plenamente
- b) Concordo
- c) Discordo
- d) Discordo Plenamente



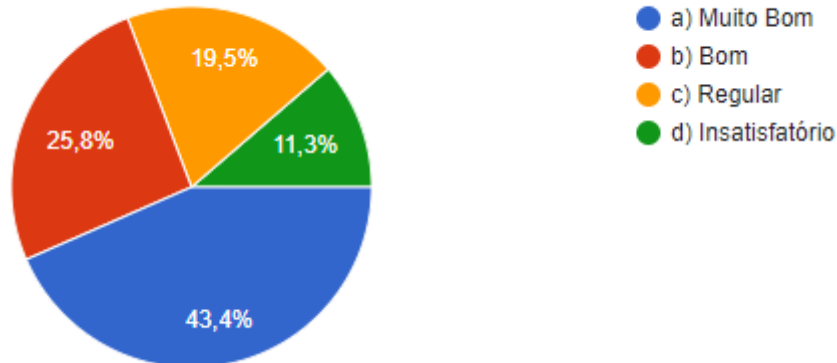
15. Em sua percepção, como a falta de condicionamento físico adequado pode impactar na segurança pública, considerando o papel desempenhado pelos policiais militares em Goiânia-GO?

- a) Impacto Muito Significativo
- b) Impacto Significativo
- c) Impacto Pouco Significativo
- d) Sem Impacto



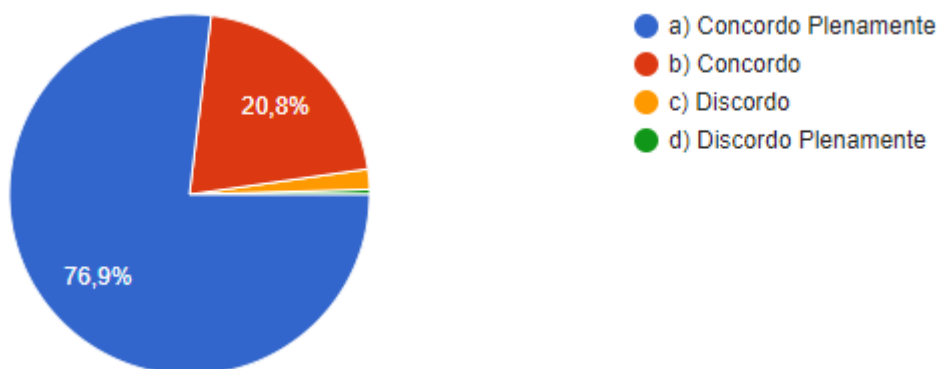
16. Como você avalia a disponibilidade de suporte e incentivo institucional para a prática regular de atividade física por parte dos superiores e lideranças nas unidades policiais em Goiânia-GO?

- a) Muito Bom
- b) Bom
- c) Regular
- d) Insatisfatório



17. Na sua opinião, a implementação de programas de treinamento físico específicos para as demandas operacionais dos policiais militares é fundamental para o êxito nas missões de segurança pública em Goiânia-GO?

- a) Concordo Plenamente
- b) Concordo
- c) Discordo
- d) Discordo Plenamente



Agradecemos por seu envolvimento nesta pesquisa. Se desejar compartilhar mais de sua opinião, ficaremos gratos por sua contribuição adicional neste momento.

Contribuição 1: Seria interessante todos os batalhões permitirem os policiais ter horários durante a escala para ir à academia.

Contribuição 2: A atividade física para os policiais pois influencia na sua saúde física e mental e com isso contribui no seu trabalho diário

Contribuição 3: A prática de atividade física é primordial para os policiais militares de Goiânia/GO, bem como deve ser incentivada no meio familiar, social e educacional. Isso, impacta positivamente nas políticas públicas, em especial, redução de gastos com doenças como obesidade, diabetes e hipertensão. Ocasionalmente um maior bem estar em nossa sociedade.

Contribuição 4: Apesar de não estar muito por dentro do que a Academia oferece em prol do desenvolvimento físico dos policiais militares, acredito que seja pertinente considerar que ainda há muita coisa a melhorar!

Contribuição 5: Atividades físicas são muito necessárias para a polícia militar tanto para saúde física quanto para a saúde mental.

Contribuição 6: A atividade física é muito importante, mas alinhada com a saúde emocional/psicológica o resultado será ainda melhor.

Contribuição 7: Em várias unidades especializadas ou não, existe espaço, como academias, e até mesmo horários específicos para treinamento, no entanto, fatores como baixo efetivo e grande número de ocorrências e operações faz com que os policiais prefiram não treinar em suas respectivas unidades.

Contribuição 8: Na minha opinião, a atividade física regular tem reflexo positivo em todas áreas da vida do PM, inclusive na prestação do serviço operacional, a falta dela não impacta o atendimento ao público, não pode ser critério para progressão na carreira. Deve-se criar maneiras de incentivar os PM's a se preocuparem com a saúde, praticando atividade física regular.

Contribuição 9: Item 8, já se realiza desta forma na PMGO, atualmente. Também acrescento que os hábitos devem ser modificados por parte dos policiais militares independente do incentivo ou recurso institucional.