A IMPORTÂNCIA DO TESTE DE APTIDÃO FÍSICA COMO MEIO DE AVALIAÇÃO DO MILITAR

THE IMPORTANCE OF THE PHYSICAL FITNESS TEST AS A MEANS OF MILITARY EVALUATION

MOREIRA, Jessica da Silva[1]
OLIVEIRA, Guilherme Ponciano Cunha de[2]

RESUMO

O presente trabalho trata-se da importância do Teste de Aptidão Física como meio de avaliação do militar, chamado no meio miliciano de TAF. É comum esse método de avaliação para seleção de cargos nos órgãos da segurança pública - Polícia Federal. Polícia Rodoviária Federal, Policiais Civis, Policiais Militares e Bombeiros Militares -. Diante disso o presente artigo apresentou como objetivo geral a importância do teste de aptidão física (TAF) como meio de avaliação do militar. O estudo teve como objetivo específico conceituar a aptidão física, a importância da atividade física para o militar, fazendo uma relação desse com a aptidão física e o conceito do TAF, identificando os componentes avaliados e os exercícios mais cobrados. Foi realizada uma pesquisa de revisão bibliográfica e pesquisa de campo. Sendo assim, conclui-se que o policial militar possui como atribuição aos órgãos do Estado, garantir e promover a segurança pública e é por esse motivo a tamanha importância do Teste de Aptidão Física, que tem como objetivo fazer avaliações da capacidade dos indivíduos para desempenhar as funções do futuro cargo que será ocupado.

Palavras-chave: Aptidão Física. TAF. Polícia Militar.

ABSTRACT

The present work deals with the importance of the Physical Fitness Test as a means of evaluating the military, called in the TAF militia milieu. This method of evaluation for selection of positions in public security agencies is common - Federal Police. Federal Highway Police, Civil Police Officers, Military Police Officers and Military Firefighters. Therefore, the present article presented as general objective the importance of physical fitness test (TAF) as a means of evaluating the military. The purpose of this study was to conceptualize the physical fitness, the importance of physical activity for the military, making a relation with the physical fitness and the concept of TAF, identifying the components evaluated and the exercises most charged. A bibliographic review and field research survey was conducted. Therefore, it is concluded that the military police officer has as attribution to the organs of the State, guarantee and promote public safety and is therefore the importance of the Physical Fitness Test, which aims to assess the ability of individuals to perform the functions of the future position that will be occupied.

Keywords: Physical Fitness.TAF. Military Police.

---

1 Aluna do Curso de Formação de Praças do Comando da Academia da Polícia Militar de Goiás – CAPM, jessicamoreira3030@gmail.com, Aparecida de Goiânia- GO, Abril de, 2018

2 Professor Orientador do Programa de Pós-Graduação e Extensão do Comando da Academia da Polícia Militar de Goiás- CAPM, guirpm@outlook.com, Goiânia - Go, Abril de 2018

1 INTRODUÇÃO

O Policial Militar possui como atribuição aos órgãos do Estado, garantir e promover a segurança pública, porém nos dias atuais, os policiais vem enfrenando grandes desafios em relação à criminalidade e ao combate da violência e para o seu desenvolvimento precisa sempre estar disposto a fim de atender as crescentes demandas para a segurança.

Todos os anos, várias pessoas prestam concursos para compor o quadro de efetivos da Polícia Militar, sua estrutura além da prova escrita tem a avaliação por meio de testes de aptidão física - TAF. O mesmo tem como objetivo exigir que seus integrantes tivessem satisfatória na questão da aptidão física. No TAF são aplicados testes físicos e analises corporal, para que seja avaliado quem está apto para prosseguir a carreira de Policial Militar. Nesse contexto o serviço da Polícia Militar tem um caráter obrigatório que tanto o homem quanto a mulher estejam preparados e que sejam avaliados quanto ao seu desempenho físico.

O presente trabalho trata-se da Importância do Teste de Aptidão Física como meio de avaliação dos militares. É comum esse método de avaliação para seleção de cargos nos órgãos de segurança pública - Polícia Federal. Polícia Rodoviária Federal, Policiais Civis, Policiais Militares e Bombeiros Militares-. O TAF tem como objetivo fazer avaliações da capacidade física dos indivíduos para desempenhar as funções do futuro cargo que será ocupado.

A aptidão física sempre estará vinculada na saúde como proteção de doenças crônicas degenerativas na promoção a qualidade de vida. Sendo assim aptidão física para Policiais Militares é fundamental e de extrema importância para que seja apresentado um resultado satisfatório, diante da preservação da ordem pública, frente às diversas situações apresentadas em suas funções e por isso que se cria a preocupação de descrever como problemática: Qual a importância do Teste de Aptidão Física como meio de avaliação do militar?

E foi diante disse que o presente artigo terá como objetivo geral verificar a importância de serem praticados exercícios regulares para uma boa avaliação no TAF no concurso de Polícia Militar através de um questionário. Terá como objetivos específicos conceituar o TAF, sua história, identificar os componentes avaliados do TAF e identificar os exercícios mais cobrados através de uma revisão bibliográfica.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 HISTÓRICO DA POLÍCIA MILITAR

A preocupação em criar uma força Policial no Brasil surgiu no período colonial, por meio do decreto de 13 de maio de 1809, quando foi criada a Divisão Militar da Guarda Real de Polícia da Corte, pela necessidade da promoção e prevenção da ordem pública (GOMES, 2014). Conforme a Constituição Federal de 1988, a segurança é caracterizada como dever do Estado, tendo o dever e direito de toda a questão da preservação da ordem pública e da segurança dos nossos patrimônios e da sociedade, diante disso o Estado viu a necessidade de criar o órgão público da Polícia Militar, Federal e Civil (BOLDORI, 2013).

Em 28 de julho de 1858, o então presidente da província de Goiás, Dr. Januário da Gama Cerqueira sancionou a Resolução nº 13, criando a Força Policial de Goiás, com ação limitada à capital da província (Vila Boa), Arraias e Palmas. (GOMES, 2014).

Ao longo dos seus 160 anos a Polícia Militar (PM) de Goiás passou por grandes transformações, se tornando o órgão público mais antigo em atividade no Estado. Atualmente conta com pouco mais de 9 mil homens e mulheres, distribuídos por todo o Estado por meio de Grandes Comandos, Batalhões, Companhias, Destacamentos, dentre outros setores, tendo como missão principal, atuar como polícia ostensiva, visando à preservação da ordem pública e à incolumidade das pessoas e do patrimônio (Art. 144 da Constituição Federal 88).

2.1.1 Missão Policial Militar e Aptidão Física

De acordo com Constituição Federal (CF) Brasileira de 1988, no artigo 144, parágrafo 5º, cabem às Polícias Militares a polícia ostensiva e a preservação da ordem pública. No âmbito estadual a Polícia Militar de Goiás está disposta como órgão integrante do sistema organizacional de Segurança Pública, vinculada à Secretaria Estadual da Segurança e da Defesa Social, tendo suas responsabilidades dispostas na Carta Estadual, em seu art. 124.

> Art. 124 - A Polícia Militar é instituição permanente, organizada com base na disciplina e na hierarquia, competindo-lhe, entre outras, as seguintes atividades:
> I - o policiamento ostensivo de segurança;
> II - a preservação da ordem pública;
> III - a polícia judiciária militar, nos termos da lei federal;
> IV - a orientação e instrução da Guarda Municipal, quando solicitadas pelo Poder Executivo municipal;
> V - a garantia do exercício do poder de polícia, dos poderes e órgãos públicos estaduais, especialmente os das áreas fazendária, sanitária, de uso e ocupação do solo e do patrimônio cultural.(GOIÁS,1989)

Verifica-se então a necessidade de um bom nível de aptidão física por parte do Policial Militar para um bom despenho em suas funções na segurança pública. Soares (2012) explica que o policial diferente dos demais cidadãos ao práticar exercicíos físicos buscam não apenas uma melhora em sua saúde mais também uma melhor performace em sua atuação profissional.

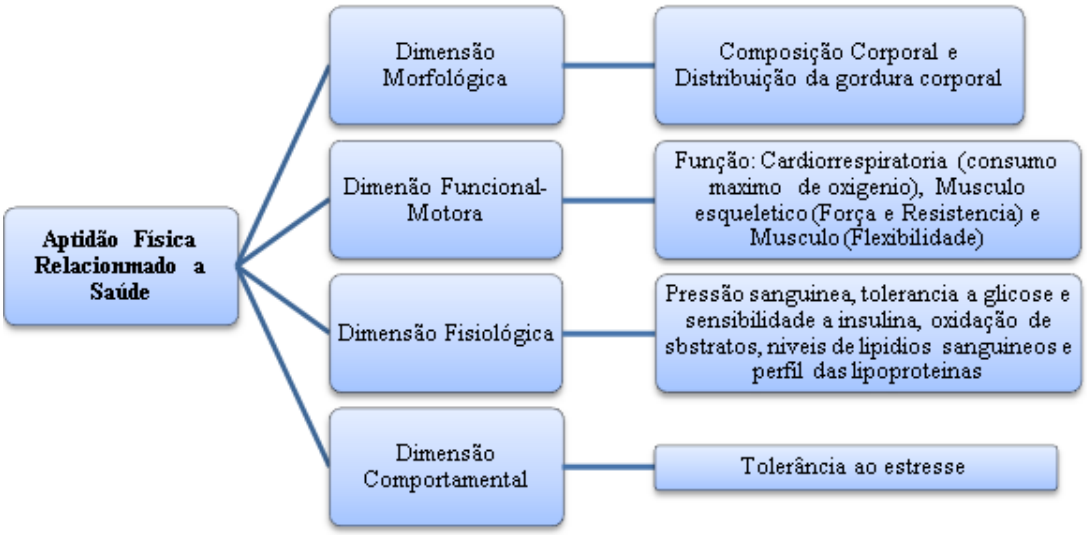
Clark (2009) define aptidão física como sendo a capacidade de durar, de continuar, de resistir ao stress, de persistir em circunstâncias difíceis onde uma pessoa destreinada desistiria.

A aptidão física não deverá ser entendida apenas como conjunto de atributos que é referido ao indivíduo que pode se apresentar como forma diferenciada em diversas fases da vida. Com isso Guedes (1996) citado por Oliveira (2011, p. 36) afirma ainda que:

> Aptidão física é um estado dinâmico de energia e vitalidade que permite a cada um não apenas a realização das tarefas do cotidiano, as ocupações ativas das horas de lazer e enfrentar emergências imprevistas sem fadiga excessiva, mas, também, evitar o aparecimento das funções hipocinéticas, enquanto funcionando no pico da capacidade intelectual e sentindo uma alegria de viver.

São claras as evidências em relação às pessoas que tem qualidade de vida, essas pessoas costumam ter uma ótima aptidão física, além de ter melhores rendimentos profissionais e adaptações a novos ambientes, tendo menos riscos de acidente no trabalho, e retardar os aparecimentos de doenças ao longo do tempo do trabalho, diante disso Morais (2011) explica sobre a aptidão física relacionado à saúde destacado na figura 1.

Figura 1: Dimensões importantes da Aptidão Física Relacionado à Saúde



Fonte: (Morais, 2011)

Nesse sentido a atividade física se torna um importante aliado na promoção do rendimento do militar, pois promove a aptidão física. Sendo assim a aptidão física está relacionado com a saúde e tem grande importância na qualidade de vida nas pessoas, além de manter uma vida ativa tem como principal objetivo reduzir os riscos de doenças hipocinéticas - que são as diabetes tipo II, hipertensão arterial e a obesidade-, além de surgimento da depressão, sendo assim a aptidão física auxilia no monitoramento relacionado à saúde do candidato (MEDEIROS, 2009).

2.1.2 Atividade Física e o Policial

Medeiros (2009) explica que:

> As atividades físicas são qualquer movimento do corpo, que gaste mais energia que o nível de repouso do corpo incluído as atividades diárias, como tomar banho, vestir-se; as atividades de trabalho, como andar, carregar, e as atividades de lazer, como exercitar, praticar esportes, dançar, etc.(MEDEIROS, 2009, p.10).

Boldori (2013) cita que no serviço da PM a atividade física é importante para preparar o policial e deixá-lo em boas condições para desempenhar suas funções além de afirma que a atividade física:

> Deve ser voltada para trabalhar as valências físicas mais utilizadas e de maior importância, assim sendo os grupos musculares bem

> exigidos durante suas ações. As valências físicas mais importantes que estão relacionadas com as atividades da Polícia Militar são: a flexibilidade, resistência cardiorrespiratória e força dinâmica, o conhecimento das valências físicas e da forma ideal como trabalhá-las é essencial para a melhoria e manutenção do condicionamento físico (BOLDORI, 2013, p.49).

A relação das práticas das atividades físicas e uma conduta saudável que mostra diversos tipos de benefícios para a saúde do cidadão, e são referidos quanto seus aspectos neuromuscular, antropométricos, psicológicos e metabólicos (CASTRO, 2008).

2.1.3 Teste de Aptidão Física (TAF)

Para ingressar na Polícia Militar de Goiás, o candidato deverá passar por cinco etapas, que consta no art. 5º da Secretaria de Estado da Segurança Pública da Polícia Militar, que são a Inscrição do Candidato; Teste de Aptidão Física – TAF; Junta Médica de Saúde; Exame Psicotécnico e a Entrevista Profissional, para o convocado ser considerado aprovado deve atingir uma pontuação de até 50% de acertos na prova que será avaliado como média regular (OLIVEIRA, 2017).

Ferreira (2013), explica que:

> Homens e mulheres que estão se preparando para o serviço da Polícia Militar, devem estar atentos aos conhecimentos dos testes previstos em seu edital, a antecipação no condicionamento físico, o respeito aos seus limites fisiológicos, afastando definitivamente das receitas que dizem ser “milagrosas” que supostamente melhoram o desempenho. As pessoas devem buscar sempre o acompanhamento técnico profissional para evitar o dissabor de uma eliminação precoce num certame e evitando a apreciação do direito de prosseguir nas próximas etapas junto ao judiciário, lógico, carregando a marca de *sub judice* e toda a sua incerteza quanto a um resultado positivo ao final das etapas ou já no exercício do cargo (FERREIRA, 2013, p.1).

Em estudos feitos pelas policias do Estado de São Paulo e Goiás (2017) apontam que a taxa de reprovação do TAF chega de 20 a 40% dos candidatos, justificando que a preparação ocorre apenas antes da prova e sem um acompanhamento correto, e vários professores de Educação Física afirmam que é muito importante respeitar os princípios básicos do treinamento, sendo eles: Adaptação; Individualidade biológica; Sobrecarga; Interdependência volume x intensidade; Continuidade; Especificidade.

O Teste de Aptidão Física da Polícia Militar é indispensável uma vez que os mesmos teêm como foco mensurar a resistência cardiorrespiratória, a aptidão muscular e da composição corporal. (MARTINEZ; LATORRE, 2008, p 31).

O TAF no Estado de Goiás tem uma tabela padrão que está em vigor desde 2010, são divididos em masculino e feminino que serão demonstrados no quadro 1, lembrando que a tração das barras fixas só é obrigatória para pessoas com até 30 anos de idade (OLIVEIRA, 2017).

Quadro 1: Teste de TAF da Polícia Militar de Goiás do Sexo Masculino.

TAF/PP – MASCULINO											
PROVAS				IDADE/PONTOS							
Tração na Barra *	Flexão de Braços	Abdominal Curl-up	Corrida de 12 minutos	Até 20 Anos	21 a 25	26 a 30	31 a 35	36 a 40	41 a 45	46 a 48	Acima de 48 Anos
-	08	18	1550	-	-	-	-	-	-	-	0,0
-	09	20	1600	-		-	-	-	-	0,0	1,0
-	10	22	1650	-	-	-	-	-	0,0	1,0	2,0
-	11	24	1700	-	-	-	-	0,0	1,0	2,0	3,0
-	12	26	1750	-	-	-	0,0	1,0	2,0	3,0	4,0
-	13	28	1800	-	-	0,0	1,0	2,0	3,0	4,0	5,0
-	14	30	1850	-	0,0	1,0	2,0	3,0	4,0	5,0	6,0
-	15	32	1900	0,0	1,0	2,0	3,0	4,0	5,0	6,0	7,0
01	16	34	1950	1,0	2,0	3,0	4,0	5,0	6,0	7,0	8,0
02	18	36	2000	2,0	3,0	4,0	5,0	6,0	7,0	8,0	9,0
03	20	38	2100	3,0	4,0	5,0	6,0	7,0	8,0	9,0	10,0
04	22	40	2200	4,0	5,0	6,0	7,0	8,0	9,0	10,0	
05	24	42	2300	5,0	6,0	7,0	8,0	9,0	10,0		
06	26	44	2400	6,0	7,0	8,0	9,0	10,0			
07	28	46	2500	7,0	8,0	9,0	10,0				
08	30	48	2600	8,0	9,0	10,0					
09	32	50	2700	9,0	10,0						
10	34	52	2800	10,0							

Fonte: (Oliveira 2017).

O autor Oliveira (2017) cita que na avaliação do TAF feminina da Polícia Militar do Estado de Goiás, as trações das barras isométricas são obrigatórias apenas para mulheres com até 30 anos de idade, e a avaliação se diferencia do TAF masculino na forma de execução e tempo de execução nos exercícios, como demonstra o quadro 2.

Quadro 2: Teste de TAF da Polícia Militar de Goiás do Sexo Feminino.

TAF/PP – FEMININO											
PROVAS				IDADE/PONTOS							
Tração na Barra Isometria	Flexão de Braços	Abdominal Curl-up	Corrida de 12 minutos	Até 20 Anos	21 a 25	26 a 30	31 a 35	36 a 40	41 a 45	46 a 48	Acima de 48 anos
10”	08	14	1400	-	-	-	-	-	-	-	0,0
12”	09	16	1450	-		-	-	-	-	0,0	1,0
14”	10	18	1500	-	-	-	-	-	0,0	1,0	2,0
16”	11	20	1550	-	-	-	-	0,0	1,0	2,0	3,0
18”	12	22	1600	-	-	-	0,0	1,0	2,0	3,0	4,0
20”	13	24	1650	-	-	0,0	1,0	2,0	3,0	4,0	5,0
22”	14	26	1700	-	0,0	1,0	2,0	3,0	4,0	5,0	6,0
24”	15	28	1750	0,0	1,0	2,0	3,0	4,0	5,0	6,0	7,0
26”	16	30	1800	1,0	2,0	3,0	4,0	5,0	6,0	7,0	8,0
30”	18	32	1850	2,0	3,0	4,0	5,0	6,0	7,0	8,0	9,0
35”	20	34	1900	3,0	4,0	5,0	6,0	7,0	8,0	9,0	10,0
40”	22	36	1950	4,0	5,0	6,0	7,0	8,0	9,0	10,0	
45”	24	38	2000	5,0	6,0	7,0	8,0	9,0	10,0		
50”	26	40	2100	6,0	7,0	8,0	9,0	10,0			
55”	28	42	2200	7,0	8,0	9,0	10,0				
1’00”	30	44	2300	8,0	9,0	10,0					
1’05”	32	46	2400	9,0	10,0						
1’10”	34	48	2500	10,0							

Fonte: (Oliveira, 2017).

Para os que foram convocados para a academia de Polícia Militar, os monitores ou instrutores que irão ministrar o treinamento físico dos futuros Policiais militares serão executados de segunda a sexta-feira no horário das 8h às 9h30 da manhã, onde são realizados por 8 meses tendo 2 avaliações durante esse período, o Estado de Goiás padronizou um planejamento desses exercícios, como demostra no quadro 3.

Quadro 3: Padrão dos Testes do TAF Durante o Curso No Estado de Goiás.

1º semestre						
Meses	Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maio	Junho
Fases	Básica I	Básica II	Específico I	Específico II	Avaliação	Transição
Valências	Alongamento Aeróbio Fortalecimento muscular Atividades recreativas	Alongamento e flexibilidade Alongamento e flexibilidade Aeróbio Resistência muscular geral Atividades recreativas	Alongamento e flexibilidade Aeróbio e anaeróbio Resistência muscular geral Atividades recreativas	Alongamento e flexibilidade Aeróbio e anaeróbio Resistência muscular geral Atividades recreativas	TAF	Transição
Int./ vol. %	50% a 60%	60% a 70%	70% a 80%	80% a 100%	–	–

2º semestre						
Meses	Julho	Agosto	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro
Fases	Básica I	Básica II	Específico I	Específico II	Avaliação	Transição
Valências	Alongamento Aeróbio Fortalecimento muscular Atividades recreativas	Alongamento e flexibilidade Alongamento e flexibilidade Aeróbio Resistência muscular geral Atividades recreativas	Alongamento e flexibilidade Aeróbio e anaeróbio Resistência muscular geral Atividades Recreativas	Alongamento e flexibilidade Aeróbio e anaeróbio Resistência muscular geral Atividades Recreativas	TAF	Transição
Int./ vol. %	50% a 60%	60% a 70%	70% a 80%	80% a 100%	–	–

Fonte: (PMGO, 2014).

Essa padronização do Teste de Aptidão Física durante o curso tem como objetivo treinar toda a tropa, como planejamento estratégico que visa apresentar as participações de competição entre os alunos e essas normas deve obedecer às normas da segurança prevista para a realização dessas tarefas (PMGO, 2014).

Depois de já formado a verificação das condições físicas dos policiais militares fica a cargo do Centro de Saúde Integral do Policial militar – CSIPM que funciona no Complexo de Saúde da PMGO. Além das avaliações nas diversas areas médicas, odontológica, psicológica, nutricional e analise clinica laboratorial, cabe o CSIPM analisar aplicar o Teste de Aptidão Física (TAF) e acompanhar o nível do condicionamento físico dos policiais militares. Detectado qualquer problema de saúde do policial, será encaminhado ao setor pertinente para tratamento.

A seção de condicionameto físico tem como missão desenvolver atividades desportivas e realizar atividades físicas e propor instrumentos de motivação. Cabe o CSIPM elaborar um cronograma de avaliação de todo efetivo da polícia militar, registrar e arquivar dados e realizar palestras e seminários para conscientização para tropa de que a atividade física regular promove benefícios à saúde (BRASIL, 2008).

Após essa análise conclui-se que é necessário à investigação entre os profissionais professores na área da Polícia Militar da importância do Teste de Aptidão Física como meio da avaliação militar, nesse contexto opor realizar um questionário a fim de responder a problemática do presente artigo, que serão discutidos a nas próximas fases.

3 METODOLOGIA

O presente artigo buscou estudar a importância da aptidão física como meio de avaliação do militar e diante desse contexto, importa salientar que o Teste de Aptidão Física é muito importante, pois mostra o rendimento e como está a condição física atual do policial militar. Sendo assim o lapso temporal da revisão bibliográfica ficaram compreendidas de artigos e revistas dos últimos 10 anos (2008 a 2018) essa escolha foi devido deixar uma data fixa com o objetivo de deixar o estudo mais preciso e atualizado.

Assim sendo, na pesquisa bibliográfica foram utilizadas fontes confiáveis da internet utilizando o Google Acadêmico, Scielo, Pubmed e acervo da Polícia Militar de São Paulo e Goiás, além da análise de campo. Na revisão bibliográfica, foram avaliados os objetivos específicos que foram: conceituar o TAF, sua história, identificar os componentes avaliados do TAF e identificar os exercícios, levando em consideração o papel do avaliador e suas respectivas atividades.

Para o presente trabalho foi feto um estudo transversal, além de uma pesquisa experimental, através de uma análise de campo no que teve como objetivo coletar simultaneamente a população de um indivíduo, após cruzadas em tabelas e gráficos. Após isso serão feitas a análises de campo a fim de responder a problemática do artigo científico que foi “Qual a importância do Teste de Aptidão Física nos policiais militares?” além de responder os objetivos gerais da pesquisa que é verifi-

car a importância de serem praticados exercícios regulares para uma boa avaliação no TAF no concurso de Polícia Militar através de um questionário.

O questionário terá uma amostra de 11 professores da Academia da Polícia Militar de Goiânia, de ambos os sexos onde responderão 17 perguntas de forma abertas e fechadas, que serão entregues de maneira on-line através do aplicativo “online pesquisa”, enviados por mensagens e e-mails eletrônicos que ficará disponível por uma semana.

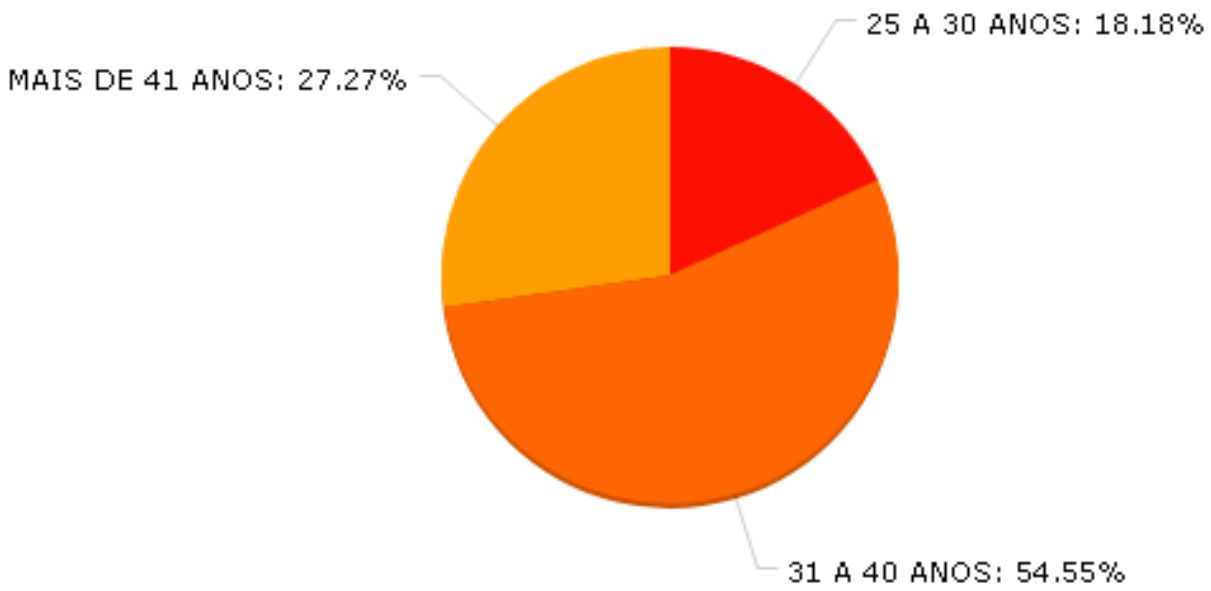
Por fim, após analisar todos os dados das informações coletadas, será possível analisar a importância do Teste de Aptidão Física como avaliação de policiais militares, bem como as consequências da falta da avaliação do TAF que serão discutidos na próxima etapa. Os dados serão analisados e estruturados pelo Excel e serão feitos gráficos a fim de deixar o trabalho com mais facilidade de entendimento em forma descritiva e comparada através de revisões de literatura.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Diante do exposto até o momento, verifica-se a importância do Teste de Aptidão Física para a avaliação do militar, e para confirma os objetivos os problemas abordados do presente trabalho, foram feitos um questionário que teve como objetivo coletar simultaneamente a população de um indivíduo, após cruzadas em tabelas e gráficos. Após isso foram feitos as análises de campo a fim de responder a problemática do artigo científico que foi “Qual a importância do Teste de Aptidão Física nos Policiais militares?”. Além de responder os objetivos gerais da pesquisa que é verificar a importância de serem praticados exercícios regulares para uma boa avaliação no TAF no concurso da Polícia Militar através desse questionário.

A primeira pergunta feita na pesquisa foi referente à idade dos professores, ondem constou que 54,55% dos professores têm em torno de 31 a 40 anos, como demonstra o gráfico a seguir:

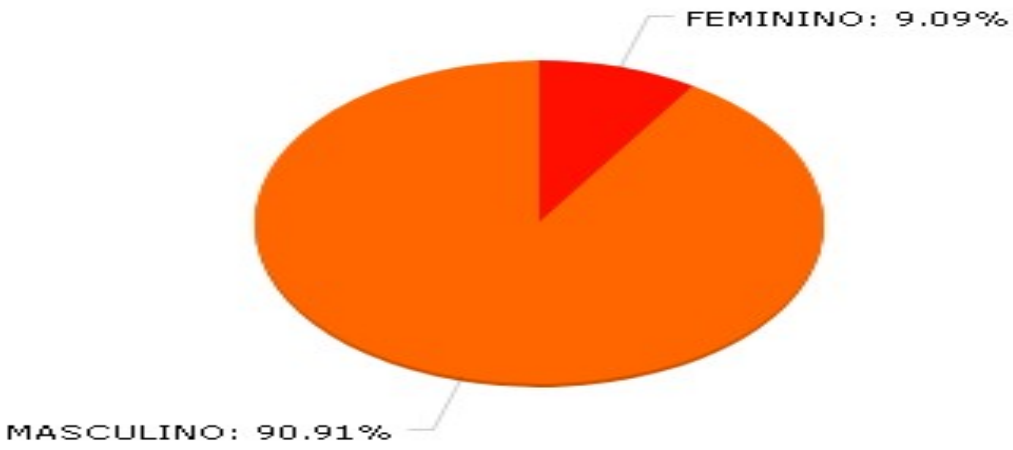
Gráfico 1. Qual a sua idade?



Fonte: (autor, 2018).

Em relação ao gênero dos professores, 90% são do sexo masculino, seguido de 9,9% que são mulheres.

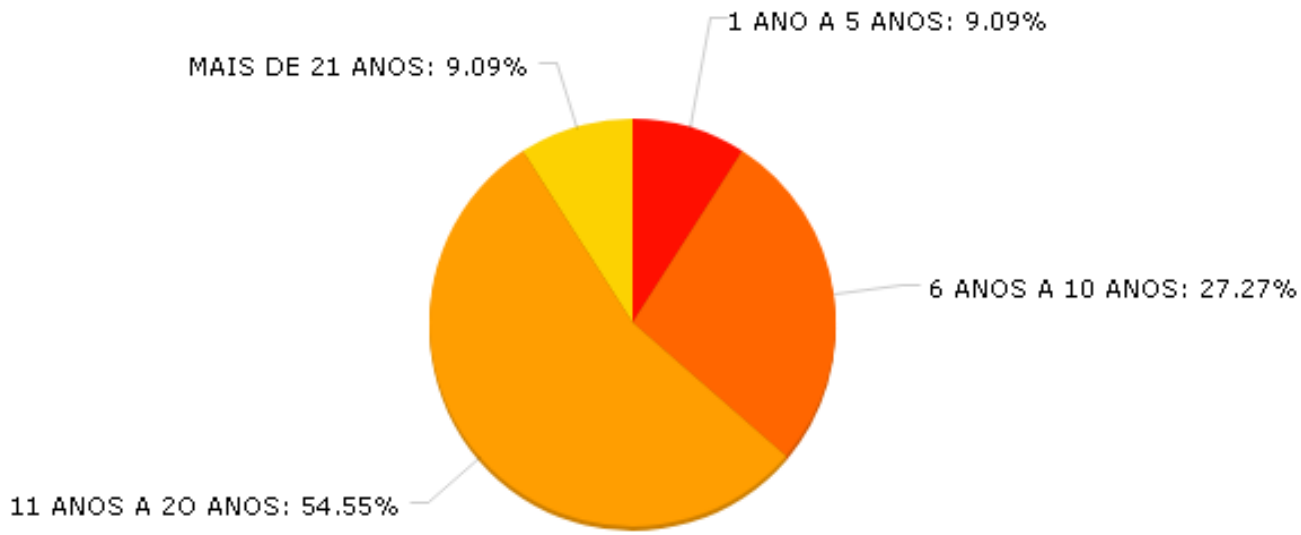
Gráfico 2. Qual o seu Sexo?



Fonte: (autor, 2018).

Em questão de quantos anos é efetivo na Polícia Militar, o maior grupo com 54,55% tem de 11 a 20 anos efeitivo na Polícia Militar, seguido de 27,27% de 6 a 10 anos.

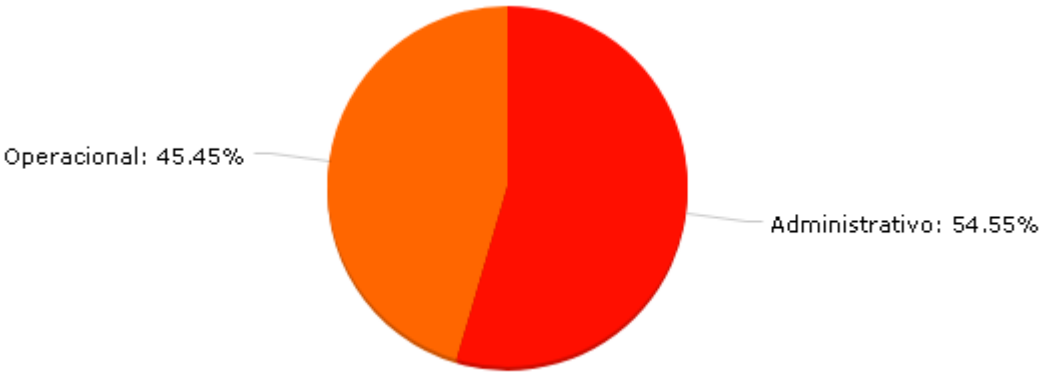
Gráfico 3. Há quantos anos você é efeitivo na Polícia Militar do Estado de Goiás?



Fonte: (autor, 2018).

No que se diz respeito ao tipo de serviços que esses Policiais militares vêm realizando 54% deles trabalha no administrativo e 45% no operacional.

Gráfico 4. Qual tipo de serviço atualmente você vem realizando?

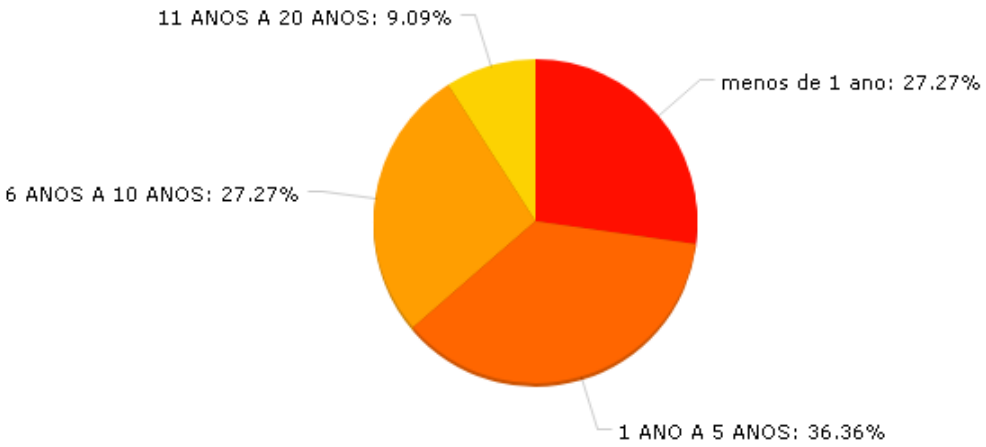


Fonte: (autor, 2018).

Esses profissionais que excercem o papel de professor na academia de Polícia do Estado de Goiás, 27% trabalham à aproximadamente de 6 a 10 anos como professor, seguidos de 27% mais de um ano e 9% de 11 à 20 anos, onde lecionam matérias de Uso Seletivo da Força, Sistemas Informatizados, Operações de Choque, Prevenção de Drogas, Direitos Humanos, Ciências Penais, Processo

Penal, Policiamento Ostensivo, Estatíscas, Atividade Inteligente, Técnicas de Entrevistas Interrogatórias, TPM I e II, Direito, Direito Militar e Fiscalização de Trânsito.

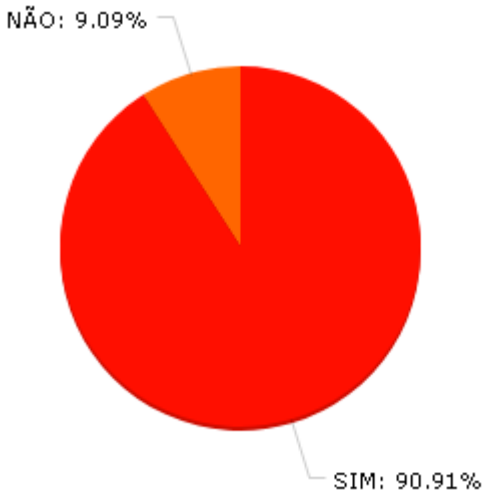
Gráfico 5. Há quantos anos você é professor na Polícia Militar do Estado de Goiás?



Fonte: (autor, 2018).

Referente ao teste de aptidão física como meio de avaliação militar, 90% dos entrevistados acham importante essa avaliação, vale lembrar que a aptidão física e a saúde são fatores de suma importância, pois o treinamento físico desenvolvido nas organizações militares destina-se na melhoria do desempenho da tropa no cumprimento de sua missão constitucional.

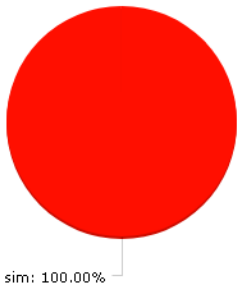
Gráfico 6. Você acha importante o teste de aptidão física como meio de avaliação do militar?



Fonte: (autor, 2018).

No que se referem aos Policiais Militares que são submetidos a treinamentos físicos regulares, acreditam que eles estariam 100% em condições para realizar o TAF, e por consequência melhorarar o seu desempenho e condicionamento físico.

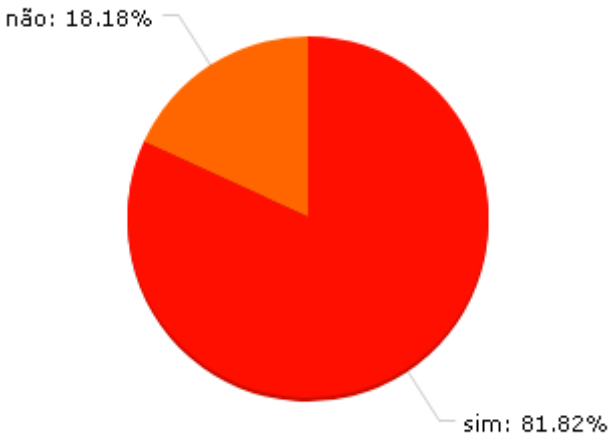
Gráfico 7. Você acredita que se o Polícia Militar fosse submetido a um treinamento fisico regularmente estariam em melhores condições de realização do TAF e por consequência uma melhora de seu condicionamento físico?



Fonte: (autor, 2018).

Ao questioná-los sobre reprovar os candidatos no TAF no processo do concurso, 18% dos entrevistados acredita que não deveriam ser reprovados e 81% que deveriam.

Gráfico 8. Você acha correto a pessoa reprovar no TAF durante as etapas do concurso público?



Fonte: (autor, 2018).

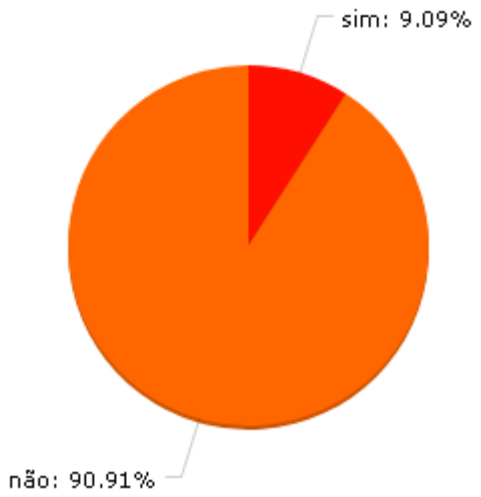
Ao analisar a pergunta sobre se acham o TAF exagerado, 90% dos entrevistados acham que não, seguidos de 9%, onde também responderam o que mudariam no TAF, os entrevistados citaram que mudariam, uns falaram que o

deixariam mais rígidos, outros citam que o TAF está ficando muito mais prático, justificando que a atividade física é inerente a atividade do Policial Militar, outros colocariam atividades físicas relacionadas com as atividades policias, alguns comentaram que colocariam essas avaliações nos quartéis, acrescentando a natação.

Outros dois entrevistados pautaram algo bem interressente que foram:

> - Penso que o TAF deveria ser aplicado regularmente também nos policiais que não estão em curso. Observe que temos períodos da semana dedicados à atividade física, porém não monitoramos isso através do TAF. Recomendo TAF a cada 6 meses e que seus resultados sejam utilizados na promoção e outros certames internos.
> - Eu mudaria a forma de exigência de atividades físicas relacionadas ao TAF. Cobraria de cada policial militar a prática de exercícios porém facilitaria a questão do local e horários para que cada um realizasse de forma mais conveniente para si mesmo. Como por exemplo numa academia mais próxima a sua residência.

Gráfico 9. Você acha o TAF é exagerado?



Fonte: (autor, 2018).

Na questão sobre a importância do TAF os entrevistados responderam o questionário de forma aberta pautando suas importâncias que serão descritas. Dos 11 entrevistados, apenas 9 responderam que foram exigir que o PM fizesse atividade regulares, mantem o policial alerta com a relação da sua capacidade física, uns salientaram que o TAF é importante para a atividade física do militar, pois essa

profissão exige preparação física, além de melhorar o desempenho, manter a saúde condicionada para exercer atividades com disposição e melhorar o desempenho operacional.

Além de 2 respostas terem chamado minha atenção que nas palavras dos entrevistados foram:

> - Porque a profissão de militar pressupõe condicionamento físico. Isso se adquire basicamente de duas formas: ALIMENTAÇÃO ADEQUADA e TREINO FÍSICO REGULAR. O policial militar, em média, não possui o físico adequado, engordando (em média) 1 kg a cada ano de formado. Precisamos nos espelhar em instituições como o Bombeiro que se ocupam em preservar melhor o físico de seus integrantes e também unidades da própria PM como os batalhões especializados onde o trabalho físico é rotineiro.
> - Atividades físicas é essencial a saúde de todo ser humano. E o TAF é uma maneira de forçar o policial militar a praticar essas atividades.

Na pergunta relacionada à forma de como TAF é aplicado pela academia de polícia, responderam que o TAF na academia de polícia não é feitas de forma correta com 63%, e 36% acreditam que sim.

Gráfico 10. Você acha que na academia de polícia o TAF é feito de forma correta, com o propósito de preparar o militar para eventos futuros?

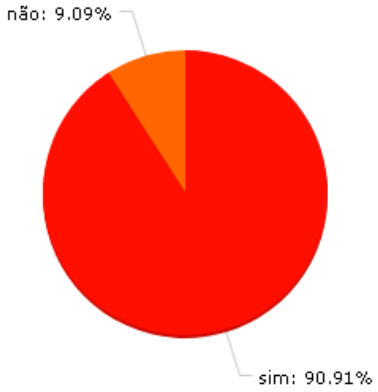
Fonte: (autor, 2018).

Ao analisar os resultados das práticas de exercícios regulares foram avaliados que 90% acham que essas práticas iriam facilitar em relação ao TAF, e na questão para o desenvolvimento da avaliação do TAF, foram respondida de formas livres como:

> Acredito que a avaliação deveria ser trimestral para obrigar à prática da atividade física! E essa deve ser incentivada no dia à dia; Provas trimestrais sem nenhum acompanhamento do policial militar; De acordo com os testes regulamentares, previsto em decreto; Basicamente um conjunto de exercícios, feitos em intervalos de tempo por propósitos específicos, mas sem conexão com a realidade do PM; O TAF é desenvolvido com bases em atividades de força e cardio, as atividades são de acordo com a faixa etária; De forma ainda incorre-

to, mas já melhorou muito, no passado não havia diferenciação por faixa etária, precisa ainda ser corrigido; Barra, apoio, corrida e abdominal, acrescentariam natação e teste físico na própria unidade do policial.

Gráfico 11. Você concorda que com a prática de exercícios regulares, o TAF seria realizado com mais facilidade?



Fonte: (autor, 2018).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente artigo científico possibilitou um estudo mais próximo da relação entre a importância da avaliação do TAF diante do trabalho da Polícia Militar. A pesquisa de campo foi realizada com 11 Professores da Academia de Polícia Militar, de ambos os sexos, o que permitiu levantar os reflexos da importância do TAF para os Policiais militares.

A pesquisa com esses professores da Academia de Polícia Militar levantou dados sobre a importância da avaliação física, onde 90,91% dos entrevistados acham importantes essas avaliações, também acreditam que a avaliação deveria ser trimestral, com o objetivo de obrigar os alunos a práticarem atividades físicas de maneira correta, sendo incentivados em seu dia a dia.

Ao analisar as informações obtidas no presente trabalho, pode-se concluir que o TAF é um instrumento indispensável para a corporação militar, portanto é fundamental a competência nos Teste de Aptidão Física que é exigido de forma obrigatória para a aprovação nas etapas do concurso em avaliações constantes realizada pelo CISPM.

Cumpre, portanto, ressaltar que a importância das avaliações físicas para a Polícia Militar, é que em seu dia a dia eles defrontam com diversos tipos de situações de riscos, usando a suas forças físicas que exijam energia e fôlego. A atividade física seria um grande aliado para o não desenvolvimento de doenças crônicas além de manter o Polícia Militar apto para as suas atividades diárias, além de enfrentarem ações de risco, ainda vale ressaltar que por meio do presente trabalho demonstrou que 63,64% dos entrevistados citam que nas academias essas avaliações são feitas de maneira incorreta.

Vale lembrar que o Policial Militar sempre precisará ter um bom nível de aptidão física para um despenho produtivo nas funções na segurança pública e diante disso, com sugestão para pesquisas futuras, indicam estudos com maiores números de professores, além de entrevistar alunos dessa Academia de Polícia Militar, de forma que poderá contribuir o tema que foi estudado, sendo algo que influenciaria diretamente na qualidade de vida dos profissionais militares, visando à saúde e o bem-estar dessa classe trabalhadora.

REFERÊNCIAS

BOLDORI, Rogério Alves de. **Aptidão física e sua relação com a capacidade de trabalho dos bombeiros militares do Estado de Santa Catarina.** Santa Catarina. 2013. Florianópolis, 2001. 57f. Dissertação (Mestrado em Engenharia de Produção) – Programa de Pós-graduação em Engenharia de Produção, UFSC, 2001.

BRASIL. Constituição da República Federativa. Brasília: Senado, 1988.

BRASIL. PORTARIA Nº 54, 23 de dezembro de 2008. Cria o centro de saúde integral do policial militar-csipm e dá outras providências. DIÁRIO OFICIAL ELETRÔNICO N.º 7/2009.

CASTRO, Vinicius de. **Corpo, consumo e mídia. Comunicação, mídia e consumo**. São Paulo, 2008.

CLARK, Nancy. Nutrição Desportiva. Guia para uma vida ativa. 4 ed. Porto Alegre: Artmed. 2009.

FERREIRA, Elivandro Gomes. **Teste de Aptidão Física (TAF).** UEFS, 1ª ed, 2013.

GOIÁS. Constuição do Estado de Goiás de 1989. Brasília: Senado, 1989

GOMES, Elio. **A criação da academia de polícia militar de Goiás (1970- 2000).** 2014. Dissertação (Mestrado em História)- Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiás. Disponivel em https://pos.historia.ufg.br/up/113/o/03_-_A_Cria

%C3%A7%C3%A3o_da_Academia_da_Pol%C3%ADcia_Militar_de_Goi%C3%A1s_-_Elio_Gomes_Pereira.pdf> 2014. Acessado dia 07/06/2018

MARTINEZ, Marcos Costa; LATORRE, Marcio Brito de. **Saúde voltada para o trabalho de Policia do Estado de São Paulo**. Ciência e Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, 2008.

MEDEIROS, Fernando da Silva. **Aptidão Física de Policiais militares do 4° Pelotão de Patrulhamento Tático de Florianópolis**. UFSC, 2009.

MORAES, Amanda da Silva. **Direito Constitucional do Princípio da Igualdade e a Extinção de Discriminações Absurdas**. São Paulo: Atlas, 2011.

OLIVEIRA, Caio de. **24° Curso de Patrulhamento Tático de 2017**. Disponível em <https://www.pm.go.gov.br/2017/Portal/uploads/PORTARIA.pdf>.2017. acessado dia 19 de abril de 2018

POLÍCIA MILITAR DO ESTADO DE GOIÁS. **Treinamento Físico-Militar e do Teste de Aptidão Física.** Disponivel em <http://www.bombeiros.go.gov.br/wp-content/uploads/2017/05/NA-02-TFM-e-TAF.pdf>. 2017. acessado dia 7 de abril de 2018