

ASPECTOS NUTRICIONAIS DO POLICIAL MILITAR DE GOIÁS

NUTRITIONAL ASPECTS OF MILITARY POLICE OFFICERS IN GOIÁS

Gustavo Borges Queiroz*
Tatiane Ferreira Vilarinho**

RESUMO

O presente trabalho tem por objetivo avaliar o estado nutricional dos policiais militares do Estado de Goiás a partir do Índice de Massa Corporal (IMC), bem como verificar os policiais que se encontram em situação de risco quanto a doenças cardiovasculares a partir da verificação da medida da circunferência abdominal. Foram analisados dados fornecidos pelo Comando de Saúde da Polícia Militar de Goiás, onde 6920 atendimentos foram realizados pelo Centro de Saúde Integral do Policial Militar, sendo realizada a análise quantitativa destes dados. Os resultados evidenciam que, quanto ao IMC, há a prevalência de policiais nos grupos de sobrepeso e obesidade. Quanto à medida da Circunferência abdominal, constatou-se que pouco mais de metade, aproximadamente 52% do total de policiais atendidos se enquadram em situação de risco relacionados a doenças cardiovasculares levando em consideração as medidas abdominais obtidas. Os resultados nos permitem ter como conclusão que os policiais militares atendidos se encontram, em grande parte, em grupos com aspectos nutricionais que merecem atenção quanto ao risco de desenvolvimento de doenças cardíacas.

Palavras-chave: Índice de Massa Corporal. Circunferência Abdominal. Risco Cardiovascular.

ABSTRACT

This article This article has the objective of evaluating the nutritional status of military police officers in the State of Goiás based on the Body Mass Index (BMI), as well as verifying police officers who are at risk for cardiovascular diseases based on measurement of abdominal circumference. Data provided by the Health Command of the Military Police of Goiás were analyzed, where 6920 consultations were carried out by the Military Police Comprehensive Health Center, and a quantitative analysis of these data was carried out. The results show that,

* Aluno do Curso de Formação de Praças, Turma H, do Comando da Academia da Polícia Militar de Goiás (CAPM). E-mail: gustavoqueiroz7@hotmail.com; Goiânia – GO, dezembro de 2023

** Professora orientadora: Doutora, Professora do Programa de Pós-Graduação e Extensão do Comando da Academia de Polícia Militar de Goiás, tfeen@gmail.com; Goiânia – GO, dezembro de 2023.

regarding BMI, there is a prevalence of police officers in the overweight and obesity groups. Regarding the measurement of abdominal circumference, it was found that just over half, approximately 52% of the total number of police officers treated are at risk for cardiovascular diseases, taking into account the abdominal measurements obtained. The results allow us to conclude that the military police served are, for the most part, in groups with nutritional aspects that deserve attention regarding the risk of developing heart disease.

Keywords: Body Mass Index. Abdominal circumference. Cardiovascular risk.

1 INTRODUÇÃO

O conceito de saúde não se encontra somente na ausência de enfermidades, pois ele se expande para além dessa ausência, encontrando-se em um estado completo de bem-estar social, mental e físico, como demonstra o Ministério da Saúde (2021). Ao que concerne à letra da lei, é possível citar o art. 196 da Constituição Federal de 1988, o qual determina que a saúde é um direito de todas as pessoas e um dever do Estado. Com isso, ela deve ser assegurada, através de instrumentos públicos, a toda a sociedade.

Isto posto, é preciso que se observe todo um conjunto, para então falarmos de saúde, ou seja, é preciso observar o âmbito jurídico, social, mental, físico, dentre outros. Todos esses aspectos envolvem, dentre outras coisas, os hábitos saudáveis que devem ser cultivados diariamente entre os indivíduos. Esses hábitos podem ser definidos como uma série de construções no dia a dia que são realizadas através de práticas constantes para gerar algum benefício na vida de cada um. (CÔRTEZ; 2020).

Dada a importância da saúde e dos hábitos saudáveis, é de suma relevância abordar esses aspectos dentro do campo militar, mais especificamente, dentro da Polícia Militar do Estado de Goiás, uma vez que esses fatores podem e influenciam diretamente na atuação do policial militar, tendo em vista a sua exposição constante a diversas situações de perigo, além de toda a pressão envolvida na profissão. Nesse sentido, verifica-se que as atividades policiais estão implicitamente interligadas ao Contrato Social descrito por Jean-Jacques Rousseau, dessa forma, o indivíduo abre mão da sua individualidade e cede ao Estado o seu direito de agir/vingar-se. (LOIOLA, 2019).

É preciso considerar que o trabalho policial é considerado um atividade excessivamente desgastante, em razão do contato direto e recorrente com situações de perigo, violência e consideradas arriscadas, além dos horários de trabalho noturno, horários irregulares para

alimentação, a exposição às condições climáticas como sol, chuva, permanência na posição de pé por várias horas, o que pode prejudicar fisicamente e emocionalmente o profissional, sua qualidade de vida e suas relações sociais. (BORGES, A. A, 2013)

Desse modo, considerar uma vida com hábitos mais saudáveis, é de suma importância. Para tanto, é possível mencionar, por exemplo, a nutrição enquanto um instrumento capaz de potencializar a qualidade de vida do Policial Militar, tendo em vista que ela é fundamental para diversos aspectos da vida de um indivíduo. Nesse sentido, o desenvolvimento do presente trabalho se mostrou necessário, principalmente porque, dada a atuação do policial e as necessidades advindas da profissão, é de suma importância que o mesmo esteja apto mental e fisicamente para desenvolver a sua profissão.

Diante disso, orientado pelo problema de pesquisa “Como está o estado nutricional do Policial Militar de Goiás?”, este artigo tem por objetivo avaliar a alimentação e o estado nutricional dos policiais militares que passaram pelo CSIPM em 2023. Esse objetivo se divide em três objetivos específicos, a saber, (1) avaliar o estado nutricional dos Policiais-militares por meio do Índice de Massa Corporal, (2) verificar os riscos de doenças cardiovasculares dos Policiais-militares por meio da circunferência abdominal, (3) Estudar os hábitos alimentares dos policiais.

Dessa forma, essa pesquisa será realizada a partir da análise de informações do banco de dados do Centro de Saúde Integral do Policial Militar (CSIPM), observando os policiais militares que passaram por avaliação no ano de 2023, além disso, contará com dados obtidos por meio de entrevista com nutricionistas do CSIPM.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 IMPORTÂNCIA DA AVALIAÇÃO NUTRICIONAL

A avaliação nutricional refere-se a uma abordagem abrangente conduzida pelo nutricionista para avaliar o estado nutricional do paciente. Esse processo envolve a análise do diagnóstico e histórico do paciente, juntamente com a realização de exames laboratoriais, coleta de informações alimentares por meio da anamnese e a avaliação da composição corporal por meio de técnicas como bioimpedância e antropometria. (HOSPITAL ALBERT EINSTEIN; s.d)

Com isso, a literatura esclarece que para a avaliação do estado nutricional de um indivíduo ou de uma população requer a aplicação de métodos de coleta e procedimentos diagnósticos capazes de determinar o estado nutricional. (SAMPAIO; 2012). Além disso, é

possível determinar também as prováveis causas que originaram o problema nutricional, de modo que seja possível escolher uma intervenção eficaz para o paciente.

Dada a sua definição, Silva e Sampaio (2021) relatam que a avaliação nutricional desempenha um papel fundamental na promoção da saúde e no tratamento de várias condições médicas, o que faz com que ela seja importante por diversas razões, como por exemplo, no planejamento de dietas, na identificação da desnutrição ou da obesidade, no monitoramento do crescimento e desenvolvimento, na prevenção e manejo de doenças crônicas, no suporte de atletas, na identificação de alergias e intolerâncias alimentares, no monitoramento de pacientes hospitalizados, dentre outros,

Logo, é perceptível que a avaliação nutricional desempenha um papel crítico na prevenção, diagnóstico e tratamento de diversas condições médicas, além de ser fundamento para a promoção de uma vida saudável, com qualidade e bem-estar ao longo dos anos, como explica Sampaio (2012).

Além do que já foi mencionado, Silva, Assis e Silva (2014), afirmam que a disposição para a prática de atividades físicas, a redução da incidência de doenças crônicas, dentre outros, advém de uma dieta saudável. A associação desses elementos a outros fatores externos e internos pode influenciar o surgimento de diversas doenças relacionadas à saúde mental e ao sistema cardiovascular. (LEITE E SILVA; 2006 apud SILVA; ASSIS; SILVA, 2014)

2.2 NUTRIÇÃO E O POLICIAL MILITAR

Ao tratar da Segurança Pública, a Constituição Federal estabelece em seu artigo 144 que esta é dever do Estado, direito e responsabilidade de todos, é exercida para a preservação da ordem pública e da incolumidade das pessoas e do patrimônio através dos órgãos policiais federais e estaduais. Se referindo especificamente à polícia militar o texto constitucional prevê no § 5º “Às polícias militares cabem a polícia ostensiva e a preservação da ordem pública”. Além disso, no § 6º concebe as polícias militares como forças auxiliares do Exército (BRASIL, 1988).

Tratando especificamente da Polícia Militar de Goiás (PMGO), a Constituição do Estado de Goiás define no artigo 124 que a PMGO é uma instituição organizada com base na hierarquia e disciplina e compete a esta instituição as atividades de policiamento ostensivo de segurança, a preservação da ordem pública, a polícia judiciária militar, a garantia do exercício do poder de polícia, dos poderes e órgãos públicos estaduais, dentre outras atividades. (GOIÁS, 1989)

Analisando as disposições constitucionais, tanto federal como estadual, conclui-se que a Polícia Militar é a entidade que possui maiores atribuições entre os órgãos policiais. A função primária da polícia militar consiste em desempenhar seu trabalho realizando atividade de caráter ostensivo, como combater a criminalidade. Esta atividade expõe o profissional de segurança pública a situações de violência, podendo gerar o risco de sua própria vida, tal situação pode produzir grande desconforto físico e psicológico que culmina com o estresse. (BARCELLOS, 1999, apud BARBOSA, MARTINS, 2018, p. 7)

Loiola, A. A. (2019, p. 33), escreve que “o trabalho policial militar é desgastante física e psicologicamente, além de potencialmente produtor de enfermidades”. Ademais, conforme Braga Filho (2015), os Policiais Militares integram uma categoria profissional “das mais acometidas por estresse, em grande parte resultante dos riscos da atividade, da rigidez da hierarquia e disciplina, das relações conflituosas com o Sistema Judiciário, e segmentos da opinião pública” (SOUZA et al, 2012 apud BRAGA FILHO, 2015).

Como decorrência do estresse, que contribui para o adoecimento, os “Policiais Militares apresentam elevada prevalência de fatores de risco cardiovascular – como obesidade, hipertensão arterial, síndrome metabólica, sedentarismo” (BRAGA FILHO e D’OLIVEIRA JÚNIOR, 2014, apud BRAGA FILHO, 2015). Ainda mais, segundo Minayo (2005), policiais militares também são vítimas em ocorrências violentas, que associadas aos eventos cardiovasculares, são as maiores causas de óbitos nesse segmento (SOUZA & MINAYO, 2005, apud BRAGA FILHO, 2015). Bezerra (2013) aponta ainda que em uma pesquisa sobre a saúde de policiais identificou-se a prevalência de agravos como sobrepeso, obesidade, hipercolesterolemia etc. (MYNAIO, ASSIS, OLIVEIRA, 2011, apud BEZZERA, 2013, p. 27)

A rotina de trabalho do policial militar, bem como o alto estresse gerado pela atividade policial, impede a incorporação de hábitos saudáveis regulares, incluindo alimentação balanceada e prática regular de atividades físicas por parte dos profissionais de segurança pública. Todavia, uma estratégia para minimizar essa situação, são as iniciativas de educação alimentar para a “promoção e manutenção do bem estar físico, mental e social para escolhas alimentares e estilo de vida mais saudáveis, influenciando positivamente a redução dos índices e taxas de indisponibilidade de indivíduos e redução de gastos com doenças.” (SANTOS et al., 2023, p. 2)

A nutrição é de extrema importância para os policiais militares e outros profissionais de segurança pública, visto que a sua atuação está diretamente ligada ao físico e ao emocional. Com isso, uma dieta adequada desenvolve um papel de suma relevância para a promoção da saúde dos policiais militares, além de promover também uma melhor qualidade de vida e um

bem-estar. Alves e Barbosa (2018) relatam que as condições de trabalho do profissional da segurança pública, devem ser adequadas desde o momento da seleção, até a formação, o que envolve as atividades diárias que são realizadas, os equipamentos disponibilizados, a assistência dada ao policial, dentre outros.

Assim, o policial necessita de bons índices de qualidade de vida associados à saúde para conseguir alcançar satisfação com a profissão, demonstrando em seu cotidiano de trabalho. (ALVES; BARBOZA, 2018). Logo, um dos instrumentos capazes de contribuir para essa qualidade de vida, é a avaliação nutricional, que contribui para uma excelente aptidão física e para um bem-estar físico e mental do profissional, pois como afirma a literatura, o trabalho do policial envolve o físico, psíquico e o cognitivo.

A energia e a resistência que são demandas da profissão, também são influenciadas pelo fator nutricional. Além disso, através da nutrição adequada, é possível conseguir, por exemplo, uma melhor recuperação, resistência a lesões, o controle do estresse, hidratação, etc, como mostra Sampaio (2012).

2.3 NUTRIÇÃO ENQUANTO UM HÁBITO SAUDÁVEL

Diante da importância da avaliação nutricional, é possível verificar que a nutrição é um hábito saudável fundamental para que as pessoas possam manter a saúde e a qualidade de vida, ou seja, o bem-estar físico e mental. Sobre isso, a Organização Pan-Americana de Saúde - OPAS - (2019), afirma que uma dieta saudável contribui para prevenir a desnutrição em todas as suas formas, além de proteger contra as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), entre elas diabetes, doenças cardiovasculares, AVC e câncer. (OPAS; 2019).

Assim, a nutrição adequada contribui para o fornecimento de nutrientes imprescindíveis para o corpo, tais como minerais, proteínas, carboidratos, vitaminas, dentre outros, como explica Sampaio (2012). Além disso, é possível prevenir doenças através de uma dieta equilibrada, como por exemplo: diabetes tipo 2, doenças cardíacas, hipertensão, osteoporose e certos tipos de câncer. Sampaio (2012), fala ainda que a nutrição adequada desempenha um papel fundamental na gestão do peso corporal.

Além desses aspectos, é possível identificar também uma melhor promoção no crescimento e no desenvolvimento, maior energia e vitalidade, melhoras significativas na saúde mental dos indivíduos, dentre outros fatores que são impactados diretamente pela nutrição adequada. Portanto, é através de uma alimentação apropriada, proporcionamos ao nosso corpo os nutrientes essenciais para um funcionamento saudável. Isso influencia significativamente

nossas atividades diárias e relacionamentos, não apenas no contexto da prevenção e auxílio no tratamento de doenças, mas também na quantidade de energia disponível e no nosso estado de humor, exercendo uma influência notável em nossa qualidade de vida. (DIGEST; 2023).

Tendo em vista essas informações, é de se imaginar que para a carreira policial, é de suma importância a manutenção de uma nutrição adequada, o que deve ser realizado através da avaliação nutricional, visto que o acúmulo excessivo de gordura corporal pode impactar negativamente na capacidade física de uma pessoa, é possível afirmar que manter uma quantidade adequada de gordura corporal aumenta as chances de desfrutar de boa saúde e desenvolvimento físico otimizado. (SILVA; ASSIS; SILVA, 2014)

A Saúde Ocupacional, segundo Barros e Martin (2018), é uma das áreas da saúde que tem por finalidade priorizar a prevenção de doenças no ambiente laboral, promovendo condutas voltadas à boa saúde e a disposição física e mental do trabalhador. Nesse contexto, a Polícia Militar de Goiás dispõe do Centro de Saúde Integral do Policial Militar (CSIPM), que tem por atribuição “zelar do planejamento, do controle e da implementação da política de saúde da Polícia Militar do Estado de Goiás” (GOIÁS, c2020).

O CSIPM é o órgão que elabora e controla as ações que visam a motivar o policial militar de Goiás na melhoria da qualidade de vida, além disso, deve propor ações de saúde em caráter preventivo. Uma das principais atribuições do CSIPM é aplicar avaliações médicas e odontológicas a todo o efetivo da Polícia Militar, conforme legislação específica. Além disso, é sua missão é diagnosticar os principais problemas de saúde e nutrição, dentre outros, que mais acometem os policiais da corporação e encaminhar aos atendimentos específicos para o reestabelecimento físico e nutricional (GOIÁS, c2020).

Cabe ao CSIPM submeter o policial militar a exames de análises clínicas, registrar, arquivar e disponibilizar os dados obtidos nestes exames. Dentre os exames alguns dos solicitados são: hemograma, creatinina, glicemia de jejum, lipidograma e teste ergométrico.

Com relação à nutrição, o CSIPM aplica a anamnese alimentar a toda a tropa militar com o objetivo de identificar os principais problemas nutricionais no Policial Militar e providenciar os encaminhamentos clínicos necessários ao tratamento nutricional do Policial Militar. (GOIÁS, c2020)

3 METODOLOGIA

Para a realização deste trabalho serão utilizadas informações do banco de dados do Centro de Saúde Integral do Policial Militar sobre aspectos nutricionais dos policiais militares

de Goiás obtidos através de exames e avaliações físicas. Além disso, será realizada entrevista com as nutricionistas do CSIPM para obter informações sobre aspectos dos hábitos alimentares praticados pelos policiais militares.

Desse modo, será feita análise quantitativa dos dados coletados dos policiais militares que passaram por avaliação no CSIPM no ano de 2023. Além disso, será adotada a técnica de coleta qualitativa, através de pesquisa semiestruturada.

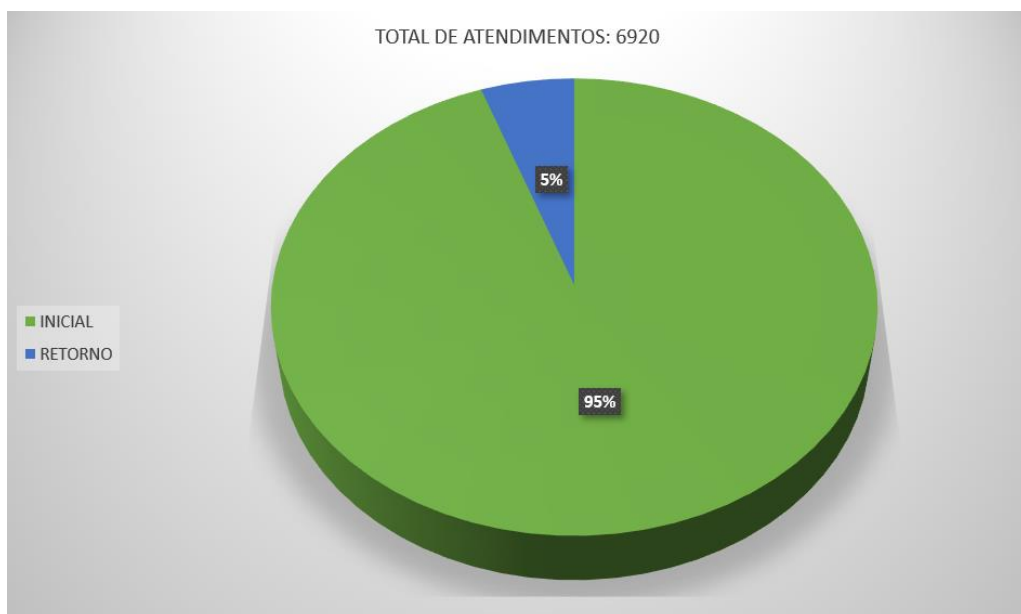
Para a exposição dos dados serão produzidos tabelas e gráficos a partir do programa Excel (Pacote Office) e apresentados junto à dissertação produzida no Word (Pacote Office).

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os dados a seguir apresentados foram obtidos por meio de informações recebidas do banco de dados do Comando de Saúde da Polícia Militar do Estado de Goiás e trazem informações a respeito dos atendimentos realizados no ano de 2023 até o mês de outubro.

No gráfico 1 são apresentados os tipos de atendimentos realizados, dividem-se em atendimento inicial e retorno. Foram realizados um total de 6920 atendimentos, dos quais 6542 foram atendimentos iniciais e 378 retornos.

Gráfico 1 – Tipo de atendimento

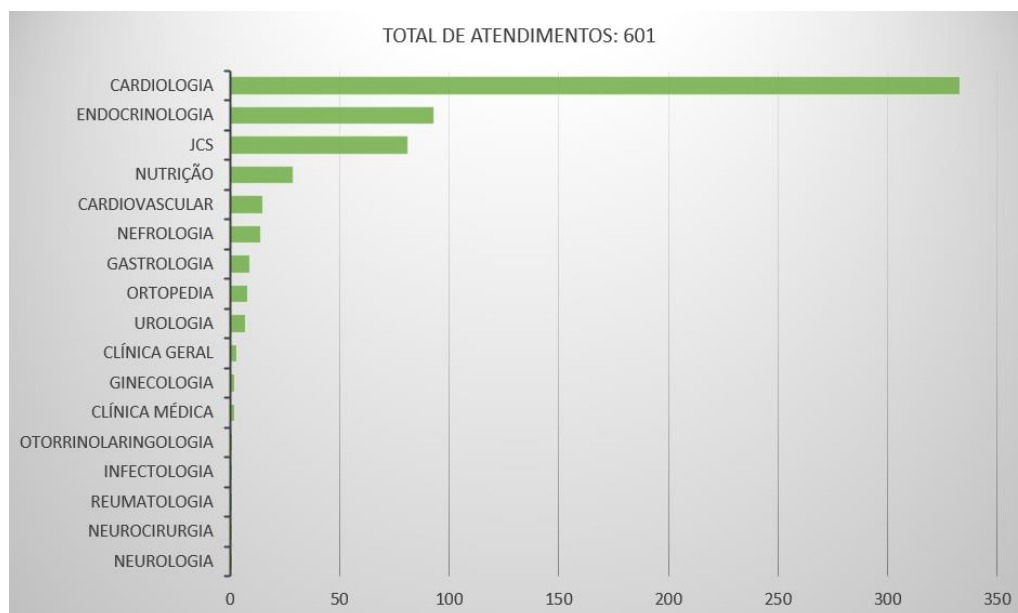


Fonte: Dados do Comando de Saúde (2023).

No gráfico 2 são apresentados o relatório de encaminhamentos médicos separados por cada especialidade da medicina realizados no Centro de Saúde Integral do Policial Militar

(CSIPM). Foram 17 especialidades requisitadas em um total de 601 atendimentos. Segundo o gráfico, a especialidade mais requisitada é a de Cardiologia tendo 333 encaminhamentos, representando 55,41% do total. Em seguida aparece a especialidade de Endocrinologia com 93 encaminhamentos, sendo 15,47%. Os encaminhamentos para a Junta Central de Saúde (JCS) aparecem na terceira posição com 81 encaminhamentos, representando 13,48%. Para a especialidade de Nutrição foram 29 encaminhamentos, o que corresponde a 4,83% do total de encaminhamentos. Foram 15 encaminhamentos para a área Cardiovascular representando 2,50%. Em seguida, Nefrologia com 14 atendimentos equivale 2,33% dos encaminhamentos. Gastrologia aparece com 9 encaminhamentos, representando 1,50%. Com 8 encaminhamentos, Ortopedia corresponde a 1,33%. Em seguida, Urologia teve 7 atendimentos, o que equivale a 1,16%. Encaminhamentos para Clínica Geral foram 3, sendo 0,50%. Por sua vez, Clínica Médica e Ginecologia aparecem com 2 encaminhamentos cada, representando 0,33% cada um. Por fim, as especialidades de Neurologia, Neurocirurgia, Reumatologia, Infectologia e Otorrinolaringologia tiveram ambas 1 atendimento, representando cada uma 0,17% do total dos encaminhamentos.

Gráfico 2 – Relatório de encaminhamentos para especialidades médicas



Fonte: Dados do Comando de Saúde (2023).

O número expressivo de encaminhamentos para a especialidade de Cardiologia, sendo mais da metade do total destes encaminhamentos, evidencia que esta constitui uma área que merece atenção ao pensar a saúde do policial militar. Conforme Braga Filho (2015), entre os policiais há uma prevalência de fatores relativos ao risco cardiovascular, a partir da análise

desses dados iniciais pode-se inferir que essa realidade pode ser constatada na tropa da Polícia Militar de Goiás.

A Nutrição aparece como a quarta especialidade mais requerida, representando uma especialidade importante nesse cenário, pois através da avaliação dos aspectos físicos pode-se adequar o estilo de vida para uma prática equilibrada que promova saúde para o corpo, contribuindo, dessa forma, para a prevenção de doenças.

Nesse sentido, destaca-se a avaliação antropométrica. Trata-se de um método de investigação nutricional que é baseado nas medidas do corpo do indivíduo. A partir disso é possível classificar as pessoas em grupos de estado nutricional. Entre os dados fundamentais para a avaliação do estado nutricional podemos citar, o peso, a altura, a circunferência da cintura, o sexo etc. (BRASIL, 2011)

O índice de Massa Corporal (IMC) é uma estratégia da avaliação antropométrica que se utiliza das medidas de peso e altura do paciente. Para a aferição do IMC é feito um cálculo onde o peso do indivíduo é dividido pelo quadrado da sua altura, ou seja, $IMC = \text{Peso} / \text{altura}^2$. A Organização Mundial da Saúde (OMS, 1997), classifica os resultados dessa operação em seis grupos, sendo: (1) resultado abaixo de 18,5 classificado como abaixo do peso; (2) resultado entre 18,5 até 24,99 sendo definido peso adequado; (3) resultado de 25 a 29,99 estado de sobrepeso; (4) resultado de 30 até 34,99 classifica obesidade grau I; resultado de 35 a 39,99 sendo obesidade grau II; por fim resultado igual ou superior a 40 é definido como obesidade extrema.

Na tabela 1 são apresentados os resultados do IMC divididos por grupos encontrados nos Policiais Militares considerando os números totais, sem distinção por sexo. Constata-se que a maior parte dos policiais atendidos está com sobrepeso, representado pelo percentual de 53,48%, em seguida o maior percentual é de peso adequado. Entretanto, se somarmos os três tipos de obesidade que aparecem separados, chegaremos a 24,66% de obesos, o que ultrapassa o número dos com peso adequado.

Tabela 1 – IMC geral dos Policiais Militares atendidos pelo CSIPM

Condição Física	Nº de Pessoas	%
Abaixo do peso	33	0,47 %
Peso Adequado	1479	21,37 %
Sobrepeso	3701	53,48 %
Obesidade Grau I	1437	20,76 %
Obesidade Grau II	218	3,15 %
Obesidade Grau III	52	0,75 %
Total	6920	100 %

Fonte: Dados do Comando de Saúde (2023)

Na tabela 2 são expostos os resultados do IMC dos policiais do sexo masculino, sendo o total de 6219 policiais. Percebe-se a prevalência de sobrepeso, acompanhado pelo índice de obesidade estando maior que os de peso adequado.

Tabela 2 – IMC dos Policiais Militares masculinos atendidos pelo CSIPM

Condição Física	Nº de Pessoas	%
Abaixo do peso	29	0,46 %
Peso Adequado	1133	18,21 %
Sobrepeso	3438	55,28 %
Obesidade Grau I	1365	21,94 %
Obesidade Grau II	205	3,29 %
Obesidade Grau III	49	0,78 %
Total	6219	100 %

Fonte: Dados do Comando de Saúde (2023)

Na tabela 3 vemos os resultados do IMC das policiais do sexo feminino, sendo o total de 701 policiais. Fica evidente como o percentual de peso adequado sobe na avaliação das policiais femininas, representando quase 50% do total, em seguida sobrepeso aparece com 37,37%. Interessante notar que neste caso o percentual de obesidade reduz significativamente comparado com os policiais masculinos, representando uma diminuição de quase 50% do percentual percebido nos homens.

Tabela 3 – IMC das Policiais Militares femininas atendidas pelo CSIPM

Condição Física	Nº de Pessoas	%
Abaixo do peso	04	0,57 %
Peso Adequado	345	49,21 %
Sobrepeso	262	37,37 %
Obesidade Grau I	72	10,27 %
Obesidade Grau II	14	1,99 %
Obesidade Grau III	4	0,57 %
Total	701	100 %

Fonte: Dados do Comando de Saúde (2023)

Observa-se no geral a prevalência de policiais nos grupos de sobrepeso e obesidade, o que acende um alerta quanto aos riscos dessa condição aos profissionais de segurança pública.

Além disso, outra avaliação antropométrica importante na análise nutricional é a da circunferência abdominal. Esse indicador indica a localização da gordura corporal, o que é relevante, pois o padrão de distribuição do tecido adiposo tem relação direta com o risco de morbimortalidade. (BRASIL, 2011)

Segundo define a OMS (2000), a circunferência da cintura em mulheres igual ou maior que 80 cm configura situação de risco para doenças cardiovasculares. Já para os homens, a medida igual ou superior a 94 cm define a situação de risco.

Ao analisar os dados dos policiais militares atendidos pelo CSIPM, observa-se que 405 mulheres estão com a circunferência abdominal dentro das medidas que se classificam como sendo de risco. Já os homens representam 3171 com a circunferência definida como de risco.

A tabela 4 mostra que no geral 51,67% dos policiais militares se enquadram na situação de risco por terem a medida da cintura dentro dos parâmetros classificados como arriscados. Ao separar por sexo, percebemos que as policiais femininas apresentam um percentual mais elevado de pessoas em risco do que de homens. Onde temos que, isolando o grupo de mulheres, 57,77% das policiais femininas se enquadram no perfil de risco, enquanto que os homens representam um percentual de 50,98%.

Tabela 4 – Circunferência Abdominal dos Policiais Militares atendidos pelo CSIPM

Grupo	Nº de Pessoas	%
Total de Policiais Masculinos	6219	100 %
Policiais Masculinos em risco	3171	50,98 %
Total de Policiais Femininas	701	100 %
Policiais Femininas em risco	405	57,77 %
Total de Policiais	6920	100 %
Total de Policiais em risco	3573	51,67 %

Fonte: Dados do Comando de Saúde (2023)

Nota-se que há um alto percentual de policiais considerados pertencentes à característica de risco para doenças cardíacas, o que é um alerta para a corporação e os indivíduos envolvidos. Mais da metade da tropa se enquadra no risco, sendo o percentual um pouco mais elevado em se tratando das policiais femininas. Podemos dizer, em dados gerais, que a cada 10 policiais militares atendidos pelo CSIPM, 5 policiais estarão na zona de risco.

É importante destacar que a obesidade e a circunferência abdominal elevada estão associadas a diversos riscos para a saúde. Dentre esses riscos podemos citar o acometimento de doenças cardiovasculares, relacionadas à hipertensão, aumento dos níveis de colesterol, acúmulo de gordura nas artérias prejudicando o fluxo sanguíneo para o coração. Podemos citar também o risco de diabetes, problemas nas articulações por ter que suportar o excesso de peso corporal etc.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com este trabalho buscamos evidenciar como a atividade policial é estressante e acaba por interferir diretamente na vida do profissional de segurança pública. Uma das áreas afetadas na vida do policial militar é a sua saúde, a partir disso, buscamos perceber por meio de dados nutricionais como está o aspecto de nutrição do operador de segurança pública, pois esses dados nos ajudam a perceber como se encontra a saúde desse profissional.

A possibilidade de realização deste trabalho demonstra a importância desse tema e a relevância da avaliação nutricional dentro da corporação militar estadual. Mais que isso, mostra de uma maneira geral como é imperioso pensar e discutir a saúde do policial militar em todos os seus aspectos. Isso nos faz perceber a importância de instituições como o Hospital do Policial Militar (HPM), bem como do Centro de Saúde Integral do Policial Militar (CSIPM).

No decorrer destas páginas buscamos chamar atenção para o papel fundamental da avaliação nutricional na promoção de saúde e no tratamento de problemas médicos, visto que a partir dos aspectos nutricionais pode-se planejar dietas que potencializam o desempenho físico, seja tratando a desnutrição ou a obesidade, bem como propor a alimentação como peça fundamental também em casos de adoecimentos, podendo prevenir ou mesmo auxiliar na cura.

Apresentamos bibliografias que sustentam como o trabalho policial é potencialmente produtor de enfermidades, principalmente aquelas ligadas ao sistema vascular, e se relacionam com obesidade, problema de pressão alta, colesterol alto etc. Não apenas o trabalho final no atendimento à população que gera o estresse, mas também a relação com os superiores, as cobranças, o convívio com os colegas, a carga pesada de trabalho ao ter turnos extras, sejam voluntários ou não. Tudo isso se soma e gera tensão no profissional policial e repercute em sua saúde.

O trabalho do profissional de segurança pública é exaustivo, cercado de perigos e tensões inerentes a sua atividade ao lidar com a população e com a criminalidade, e essa situação traz consigo riscos para a saúde mental e física do policial. Nesse sentido, pudemos perceber a partir dos resultados da pesquisa que, de fato, conforme aponta a bibliografia revisada, há predominância de riscos relacionados a problemas cardíacos na população de policiais, isso se constata ao percebermos através dos resultados que a especialidade médica mais recorrente nos atendimentos do CSIPM foi a Cardiologia. Além disso, o resultado da análise do IMC nos mostrou que a maior parte da tropa se encontra em sobrepeso, em seguida, o segundo maior percentual é o de policiais que se enquadram com obesos. Cabe destacar uma diferença significativa ao se isolar o IMC das policiais femininas, pois neste cenário a maior parte delas, praticamente metade das policiais, estão em peso adequado, em seguida 37% se encontram com sobrepeso, e no quadro de obesidade estão apenas 12,83%. O que nos leva a concluir que entre as mulheres há um cuidado maior quanto a esse aspecto. Completando o estudo, vimos os resultados da circunferência abdominal que apontaram que, no geral, metade dos policiais militares estão em uma condição que os coloca em maior risco de desenvolver doenças cardiovasculares.

Nesse contexto é perceptível que o tema deste trabalho abre espaço para mais pesquisas no sentido dos aspectos nutricionais, com mais aprofundamento, pois é um assunto relevante e é uma realidade na vida do policial militar de Goiás. O presente estudo possibilita chamar atenção para a avaliação nutricional dos policiais e evidencia a necessidade de se pensar em estratégias para melhorar este cenário. Por isso, novos estudos nesse sentido podem ser feitos para desenvolver cada vez melhor essa área da saúde do policial. A alimentação saudável é uma

estratégia importante e que pode minimizar os riscos que constatamos estar presente na vida do profissional de segurança pública de Goiás. Por isso, trabalhos com esse tema também podem ser recomendados para melhorar o quadro de saúde dos militares estaduais.

Um dos objetivos desse trabalho era pesquisar aspectos da alimentação do policial militar de Goiás, o que seria realizado através de entrevista com profissionais de nutrição do Hospital do Policial Militar. Devidos a dificuldades logísticas e organizacionais e até em face do curto prazo para a realização da pesquisa não foi possível alcançar este objetivo. Entretanto, os demais objetivos propostos foram alcançados satisfatoriamente, lançando luz sobre um tema importante para a vida do policial militar. O ser humano é um ser indissociável, um aspecto em uma área da vida causa repercussão em outra. Assim podemos dizer que um policial enfermo, com alguma desordem nutricional, por exemplo, ainda que não seja aparente e imediatamente considerada grave, certamente terá dificuldade de cumprir com excelência sua essencial função social na proteção da sociedade.

REFERÊNCIAS

- ABADDIA, Jessica. **Componentes essenciais de uma revisão de literatura.** Disponível em: <https://mindthegraph.com/blog/pt/components-of-a-literature-review/>. Acesso em: 08 out. 2023.
- ABREU, Jefferson Fabricio da Silva; ADÃO, Sebastião Ailton da Rosa. **A qualidade de vida dos policiais militares: um estudo no 2º regimento de polícia montada de Santana do Livramento - RS.** UNIPAMPA. Disponível em: <https://dspace.unipampa.edu.br/bitstream/riu/2087/1/TCC%20Jeferson%20-%20Vers%C3%A3o%20%20CORRIGIDO.pdf>. Acesso em 05 out. 2023.
- BARBOSA, Pedro Henrique; MARTINS, Wendel do Nascimento. SAÚDE OCUPACIONAL E SEGURANÇA PÚBLICA EM GOIÁS. 2018. Disponível em <http://dspace.pm.go.gov.br:8080/pmgo//handle/123456789/1082>. Acesso em: 08 out. 2023.
- BEZERRA, Adriana Karla de Oliveira Ferreira. Concepções de policiais militares sobre cuidados com a saúde. 2013. 109 f. Disponível em <https://repositorio.ufrn.br/handle/123456789/14800>. Acesso em 08 out. 2023.
- BORGES AA. Polícia e saúde: entrevista com o Diretor Geral de Saúde da Polícia Militar do Estado do Rio de Janeiro. Ciênc. saúde coletiva [Internet]. 2013. 18(3): 677-679. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232013000300013&lng=en.
- BRAGA FILHO, Romário Teixeira . Incapacidade Para O Trabalho Entre Policiais Militares: Proposta De Modelo Integrativo Entre A Engenharia De Segurança No Trabalho E A Reabilitação Profissional. In: 15 Congresso de Stress da ISMA-BR, 17 Fórum Internacional de Qualidade de Vida no Trabalho, 7 Encontro Nacional de Qualidade de Vida na Segurança Pública, 7 Encontro Nacional de Qualidade de Vida no Serviço Público e 3 Encontro Nacional de Responsabi, 2015, Porto Alegre - RS. Anais ISSN 1984-3976, 2015. Disponível em: <https://www.ismabrasil.com.br/trabalho/41>. Acesso em 08 out. 2023.
- BRASIL. [Constituição (1988)]. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Brasília, DF: Presidente da República. Disponível em https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/ConstituicaoCompilado.htm. Acesso em 08 out. 2023.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **O que significa ter saúde?** Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-me-exercitar/noticias/2021/o-que-significa-ter-saude#:~:text=Seguindo%20essa%20linha%20mais%20abrangente,com%20a%20defini%C3%A7%C3%A3o%20de%20sa%C3%BAde>. Acesso em: 03 out. 2023.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Orientações para a coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde : Norma Técnica do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - SISVAN / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília : Ministério da Saúde, 2011. 76 p. : il. – (Série G. Estatística e Informação em Saúde). Disponível em: orientacoes_coleta_analise_dados_antropometricos.pdf (saude.gov.br). Acesso em: 27 nov. 20203

CÔRTEZ, Victor. **Como começar a ter hábitos saudáveis e quais seus benefícios?** Disponível em: <https://www.treinus.com.br/blog/habitos-saudaveis/>. Acesso em: 03 out. 2023.

DIGEST. **A importância da nutrição.** Disponível em: <https://www.digest.med.br/blog-digest/a-importancia-da-nutricao>. Acesso em: 05 out. 2023.

GOIÁS. [Constituição, (1989)] Constituição do Estado de Goiás. Goiânia: Assembléia Legislativa do Estado de Goiás. Disponível em: https://legisla.casacivil.go.gov.br/pesquisa_legislacao/103152/constituicao-estadual. Acesso em 08 out. 2023.

GOIÁS. Polícia Militar do Estado de Goiás. Hospital do Policial Militar: Centro de Saúde Integral do Policial Militar (CSIPM), c2020. Disponível em: <https://hpm.org.br/csipm>. Acesso em 09 out. 2023.

LOIOLA, Andrey Almeida. Análise das condições de saúde dos policiais militares com incapacidade laboral no estado de Goiás. Brasília: **Fiocruz**, 2019.

OPAS. **Alimentação saudável.** Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/alimentacao-saudavel>. Acesso em: 07 out. 2023.

SAMPAIO, L.R., org. Avaliação nutricional [online]. Salvador: **EDUFBA**, 2012, 158 p. Sala de aula collection. ISBN: 978-85-232-1874-4. <https://doi.org/10.7476/9788523218744>.

SANTOS, Helen Mara; TEIXEIRA, Estelamar Maria Borge; JARDIM, Fernanda Barbosa Borges; VIEIRA, Patrícia Maria. WORKSHOP EM EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA POLICIAIS MILITARES: REFLEXÃO SOBRE CUIDADO COM A ALIMENTAÇÃO, SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA. In: v. 5 n. 2 (2023): SEMEAR: Revista de Alimentação, Nutrição e Saúde. Disponível em: <https://seer.unirio.br/ralnuts/article/view/12344>. Acesso em 08 out. 2023.

SILVA, M.C.M., and SAMPAIO, L.R. Avaliação nutricional: conceitos e importância para a formação do nutricionista. In: SAMPAIO, L.R., org. Avaliação nutricional [online]. Salvador: **EDUFBA**, 2012, pp. 15-21. Sala de aula collection. ISBN: 978-85-232-1874-4. <https://doi.org/10.7476/9788523218744.0003>.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Obesity: preventing and managing the global epidemic: Report of a WHO Consultation on Obesity. (WHO Technical Report Series n. 894). Geneva, Switzerland: WHO, 2000.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Obesity: Preventing and Managing the Global Epidemic. Report. Geneva. 1997.