



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



**MARLLON RUBIM FEITOSA**

**A IMPORTÂNCIA DO TREINAMENTO INDIVIDUAL QUANTO À  
SOBREVIVÊNCIA POLICIAL NA FOLGA**

**GOIÂNIA-GO**

**2025**

MARLLON RUBIM FEITOSA

**A IMPORTÂNCIA DO TREINAMENTO INDIVIDUAL QUANTO À  
SOBREVIVÊNCIA POLICIAL NA FOLGA**

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

GOIÂNIA-GO

2025

# A IMPORTÂNCIA DO TREINAMENTO INDIVIDUAL QUANTO À SOBREVIVÊNCIA POLICIAL NA FOLGA

## THE IMPORTANCE OF INDIVIDUAL TRAINING FOR OFF-DUTY POLICE OFFICER SURVIVAL

Marllon Rubim Feitosa<sup>1</sup>  
Marcos Paulo Rocha Braga<sup>2</sup>

### Resumo

Este estudo analisou a vulnerabilidade de policiais militares de Goiás fora de serviço, explorando o nível de treinamento individual com armas de fogo e sua importância para a sobrevivência em cenários de risco. A pesquisa, motivada por dados que indicam uma parte considerável das mortes de policiais ocorre em horário de folga, avaliou a frequência de práticas fundamentais e o preparo para situações de alta complexidade. A análise revelou uma inconsistência preocupante no treinamento individual de habilidades como disparo em seco e saque velado. Além disso, identificou-se uma lacuna significativa em capacitações cruciais, como combate veicular e defesa pessoal aplicada à retenção de arma, que expõem o policial a riscos fatais.

Conclui-se que a falta de treinamento contínuo e especializado cria uma vulnerabilidade sistêmica. Como contribuição, a pesquisa sugere um aprimoramento institucional quanto suas metodologias de ensino, incorporando esses temas na grade curricular e incentivando uma cultura de aperfeiçoamento individual constante. O estudo ressalta a urgência de preencher essa lacuna para a segurança do profissional e a credibilidade institucional, apontando para a necessidade de futuras pesquisas com amostras maiores e entrevistas com instrutores para uma avaliação mais aprofundada do adestramento da tropa.

**Palavras-chave:** Tiro policial; Fundamentos de tiro; Treinamento individual de tiro; Sobrevivência policial.

### Abstract

This study analyzed the vulnerability of off-duty military police officers in Goiás, exploring the level of individual firearm training and its importance for survival in high-risk scenarios. Motivated by data indicating that a considerable portion of police deaths occur during time off, the research evaluated the frequency of fundamental practices and preparation for highly complex situations. The analysis revealed a worrying inconsistency in the individual training of skills such as dry fire practice and concealed carry drawing. In addition, a significant gap was identified in crucial training, such as vehicular combat and personal defense applied to firearm retention, which expose officers to fatal risks.

It is concluded that the lack of continuous and specialized training creates a systemic vulnerability. As a contribution, the research suggests an institutional improvement in its

---

<sup>1</sup> Aluno do Curso de Formação de Praças – 1ª Turma/2025, Especialização em Polícia e Segurança Pública do Comando da Academia de Polícia Militar de Goiás. Email: marllon.rubim@gmail.com. Telefone: (61)99158-0837.

<sup>2</sup> Orientador. Professor da Especialização em Polícia e Segurança Pública do Comando da Academia de Polícia Militar. Graduado em Direito e Especialista em MBA em Gestão de Segurança Pública. Email: mprb1111@gmail.com. Telefone:(62)98281-2227.

teaching methodologies, incorporating these topics into the curriculum and encouraging a culture of constant individual improvement. The study emphasizes the urgency of filling this gap for the professional's safety and institutional credibility, pointing to the need for future research with larger samples and interviews with instructors for a more in-depth evaluation of the troop's training.

**Keywords:** Police shooting; Shooting fundamentals; Individual shooting training; Police survival.

## 1 INTRODUÇÃO

A vulnerabilidade dos policiais militares de Goiás em seus horários de folga é uma questão central neste artigo, que explora a importância do treinamento individual com armas de fogo para esses profissionais. Dados do Anuário Brasileiro de Segurança Pública de 2024 revelam que, em 2023, 57% das mortes de policiais no Brasil (73 de 127) ocorreram fora de serviço, um padrão semelhante ao observado em 2022, quando 72% das mortes (112 de 155) se deram nas mesmas circunstâncias. Em Goiás, o anuário de 2022 registrou cinco mortes de policiais militares fora de serviço, as únicas do estado naquele ano.

Diante desse cenário, este estudo avalia o nível de treinamento individual dos policiais militares de Goiás, com ênfase nos profissionais em formação em 2025. Busca-se compreender se esses policiais reconhecem a importância desse treinamento para sua segurança em dias de folga. Adicionalmente, será analisada a metodologia de treinamento da Polícia Militar do Estado de Goiás (PMGO), incluindo aspectos didáticos, físicos e logísticos, com o objetivo de identificar lacunas e propor melhorias para o adestramento da tropa.

A justificativa para esta pesquisa consiste no fato de que a arma de fogo é uma ferramenta essencial para o policial, utilizada tanto em serviço quanto fora dele. Essa constante presença torna o policial um alvo em potencial para criminosos, exigindo um domínio completo das técnicas de manuseio da arma para sua própria defesa e a proteção de terceiros.

Além da segurança pessoal, a liberdade do policial também está em jogo. O uso inadequado de uma arma pode ter consequências graves, incluindo a perda de vidas inocentes e a privação da liberdade do policial. A proficiência no manejo da arma também é crucial para a imagem da PMGO, pois acidentes e confrontos com perdas afetam a credibilidade da instituição.

O objetivo geral deste estudo é analisar o nível e a frequência dos treinamentos individuais entre os policiais militares da ativa da PMGO, com foco nos profissionais em

formação em 2025. A comparação entre discentes e agentes experientes permitirá identificar possíveis falhas técnicas e operacionais, visando aprimorar os programas de treinamento e, conseqüentemente, aumentar a segurança dos policiais em seus momentos de folga.

Os objetivos específicos incluem a análise dos fundamentos de tiro, treinamento em seco e porte velado, bem como a abordagem de temas como sobrevivência policial, ambientes de vulnerabilidade, combate veicular e a atiradores ativos, além de defesa pessoal e retenção de arma de fogo.

A metodologia empregará uma abordagem quantitativa, complementada por uma revisão bibliográfica de autores como Nogueira (2023), Campos (2008) e Oliveira (2021). Coleta de dados em campo, juntamente com a análise bibliográfica, permitirá alcançar os objetivos propostos.

Em última análise, este artigo busca contribuir para a PMGO, enfatizando a importância do adestramento e propondo procedimentos para preservar a vida dos policiais, reconhecendo que a bravura e o sacrifício, embora admiráveis, não são suficientes para garantir sua segurança em situações de risco.

## **2 O QUE É TREINAMENTO INDIVIDUAL**

A atualidade do Tiro Policial no Brasil tem passado por um significativo aprimoramento. Historicamente, o treinamento se limitava ao combate, influenciado por manuais das Forças Armadas. Contudo, essa realidade mudou, e as Polícias Militares têm se adaptado aos desafios da segurança pública. Prova disso é a iniciativa de instituições que, como relatado por Campos (2008) enviaram instrutores aos EUA e outros países — como Israel, Alemanha e Espanha — considerados referência, visando trazer capacitação atualizada.

Nesse contexto de evolução e aprimoramento, surge a necessidade de um foco mais específico e contínuo, que é o Treinamento Individual. Diferente da instrução coletiva ou cursos de formação, o treinamento individual refere-se ao processo de capacitação e prática autônoma e contínua que o policial desenvolve por iniciativa própria, buscando aprimorar suas habilidades técnicas, táticas e psicológicas no uso de arma de fogo. O treinamento individual complementa o institucional e é crucial para garantir a prontidão e eficácia do agente em cenários de confronto.

A realidade da PMGO exemplifica essa evolução. Durante o Curso de Formação de Praças em 2025, a matéria de Tiro Policial abrangeu uma gama de instruções essenciais: fundamentos de tiro para armas de porte (base, saque, empunhadura, visada, respiração,

acionamento do gatilho, treino “em seco”, reinício do gatilho e acompanhamento); manuseio (ciclar o armamento, golpe de segurança, abrir, municiar, alimentar, carregar); recargas emergencial e tática; solução de panes (má alimentação, mau trancamento, chaminé, nega, falha na extração, munição inchada); procedimentos pós-disparos (acompanhamento, cheque, escaneamento, uso de cobertas e abrigos); tiro em baixa luminosidade; porte velado e sobrevivência policial.

Diante da crescente insegurança no Brasil, para o policial, enquanto cidadão, também pode ser vítima, a preocupação com a preparação técnica para o uso de arma de fogo é fundamental. Uma reação policial em um confronto armado que exija força letal requer preparo e condicionamento prévios. Sem a devida preparação, mesmo com os melhores equipamentos, uma ação malsucedida pode resultar em ilegalidade, mortes desnecessárias (do agressor, de terceiros inocentes ou do próprio policial), comprometendo a segurança e a legalidade da situação (Fórum Brasileiro de Segurança Pública, 2024).

## 2.1 ASPECTOS PSICOLÓGICOS DO PREPARO POLICIAL

Além das capacidades técnica, motora e física, a preparação psicológica são cruciais. Toda reação deve se basear no elemento surpresa, um fator determinante para o sucesso da ação. Condicionar a mente para aplicar os princípios de uma abordagem (segurança, surpresa, ação vigorosa e rapidez) é essencial para inverter a vantagem em favor do policial. Nesse sentido, parafraseando, Campos (2009) destaca que uma ação surpresa está condicionada às seguintes determinantes: a) Visualização: o policial define o(s) agressor(es), traçando um plano de ação imediato para aumentar as chances de sucesso. b) Verbalização: o policial se identifica e busca colher o máximo de dados, observando o aspecto psicológico do agressor para definir rapidamente sua linha de ação, sempre em posição de segurança. c) Superioridade de efetivo: por segurança, o número de policiais deve ser superior ao de agressores. Em situações inversas, o profissional deve manter a sensatez para definir uma estratégia segura e aguardar apoio. d) Superioridade em armamento e equipamento: é vital que o policial priorize a superioridade de seu armamento e equipamento para sua segurança em ações de risco. e) Antecipação da ação: apesar do treinamento, a atenção, maturidade e cautela são essenciais para evitar ser pego de surpresa, promovendo estratégias seguras para neutralizar ações agressoras e evitar se tornar uma vítima.

Outro fator psicológico de extrema importância é o nível de alerta do policial em seu horário de folga. Para o policial militar, o nível de alerta deve ser o mesmo do serviço ordinário

(Campos, 2008). A importância da preparação do policial quanto ao uso da força letal, focado no policiamento preventivo, antecipando-se a possíveis ameaças. Isso garante condições psíquicas para agir, aproveitando as “janelas de oportunidade” que o agressor pode deixar, resultando em uma reação totalmente amparada pela legalidade.

## 2.2 DESAFIOS DO TREINAMENTO TRADICIONAL E A NECESSIDADE DO TREINAMENTO INDIVIDUAL CONTÍNUO

A formação profissional no uso da arma de fogo historicamente se pauta em metodologias introdutórias, muitas vezes insuficientes para a complexidade das demandas operacionais. A persistência da linha de tiro clássica como base do treinamento, embora útil para a habilitação inicial, é limitada diante da necessidade de uma capacitação contínua e aprofundada, especialmente para profissionais de segurança pública. Esse modelo elementar é inadequado para policiais, cujas realidades exigem um domínio tático e situacional que transcende o básico (Campos, 2008).

A carência de uma formação mais robusta, frequentemente atribuída a deficiências institucionais (falta de estrutura logística, tempo ou preparo dos instrutores), compromete tanto a segurança individual do profissional quanto a qualidade do serviço. Nesse cenário, torna-se imperativa a reavaliação das doutrinas de ensino e a busca por uma evolução metodológica que esteja à altura dos desafios, sendo o treinamento individual um componente vital dessa evolução.

Apesar da importância do treinamento básico em estande de tiro, a análise da literatura e da experiência policial revela uma lacuna significativa entre essa prática e a realidade dos confrontos armados urbanos. Cenários operacionais são dinâmicos, imprevisíveis e cheios de fatores estressores (iminência de ataque, movimento constante, obstáculos, civis). Essa desconexão aponta para a necessidade premente de as instituições revisitarem suas doutrinas, buscando metodologias que simulem mais fielmente as condições de risco e pressão. O aprimoramento técnico e a especialização profissional são essenciais para a adaptação à complexidade da segurança pública contemporânea, um compromisso que perpassa tanto as instituições quanto os próprios profissionais através do treinamento individual contínuo.

## 2.3 FUNDAMENTOS NO TIRO DE COMBATE

Segundo Nogueira (2023) a posição e base de combate transcende a mera postura; ela é a pedra angular para o desenvolvimento de todas as outras habilidades de tiro. Uma base sólida não só aprimora o controle do recuo, crucial especialmente com armas de maior calibre como fuzis e espingardas, mas também confere ao atirador a capacidade de se mover rapidamente e mudar de posição com fluidez. Em um cenário de combate real, a atitude deve ser proativa e agressiva, e a posição de tiro reflete essa mentalidade. Além disso, uma postura adequada minimiza a exposição ao inimigo, diminuindo a área do corpo que fica desprotegida, um fator vital quando se utiliza equipamentos como coletes e capacetes balísticos.

Ainda de acordo com Nogueira (2023) é fundamental compreender que não existe uma "posição perfeita" universalmente aplicável. A fisiologia individual exige pequenas adaptações. Por isso, as classificações tradicionais como isósceles ou *Weaver* são mais guias do que regras rígidas. No entanto, certos princípios são inegociáveis. O tronco nunca deve inclinar-se para trás, pois isso compromete o equilíbrio e a estabilidade. A cabeça e o pescoço devem manter um alinhamento natural, trazendo a arma até os olhos, e não o contrário. Os cotovelos e joelhos precisam de um grau de flexão ideal – nem totalmente estendidos, nem excessivamente dobrados – para garantir mobilidade e controle. O quadril ligeiramente inclinado para trás melhora o equilíbrio sem sacrificar a agressividade da postura. Finalmente, as pernas devem estar afastadas na largura dos ombros e os pés apontando para frente, facilitando o início de qualquer deslocamento, essencial para a adaptabilidade no confronto.

O saque é, muitas vezes, o divisor de águas em um confronto armado. Em estatísticas que apontam a maioria dos combates a curtas distâncias, a agilidade e a segurança no saque podem definir o desfecho. O saque divide-se em três fases distintas: a primeira, onde as mãos encontram o punho da arma e o coldre é destravado; a segunda, com a retirada da arma e o apontamento inicial, momento em que disparos rápidos já são possíveis; e a terceira, a transição para a posição final de tiro completa, com a arma empunhada firmemente. A primazia aqui é velocidade aliada à segurança, garantindo a consistência em todas as tentativas.

A empunhadura é o pilar do controle do recuo e da rapidez na retomada da visada, impactando diretamente a cadência e a precisão dos disparos. Uma empunhadura ideal é alta, o mais próximo possível do ferrolho, com ambas as mãos envolvendo completamente o punho da arma. Os polegares devem estar alinhados e apontados para o alvo, exercendo uma pressão constante. Um erro comum é a "antecipação de recuo", onde atiradores inexperientes apertam a arma excessivamente ao acionar o gatilho, desalinhar o tiro. A pressão correta deve ser estabelecida antes mesmo do alinhamento da mira, garantindo a estabilidade.

Para a visada, a prioridade é o alinhamento perfeito entre a alça e a massa de mira. Embora atiradores de precisão possam fechar um olho, no tiro de combate, é crucial manter ambos os olhos abertos para preservar a visão periférica e a percepção de profundidade – informações vitais para a tomada de decisão em um ambiente hostil. A regra de ouro é levar a arma aos olhos, não os olhos à arma. Enquanto iniciantes podem focar na massa de mira, o objetivo é progredir para um foco nítido no alvo, o que permite uma análise mais completa da ameaça e do ambiente circundante, uma capacidade crucial para o tiro de combate. A respiração, embora fundamental no tiro de precisão, não exerce grande influência no tiro de combate; o foco deve ser mantê-la normal, controlando-a apenas em situações de estresse.

O acionamento do gatilho é, sem dúvida, um dos fundamentos mais críticos para a precisão do tiro. A tarefa de pressionar o gatilho enquanto se mantém o alinhamento perfeito do aparelho de mira é mais complexa do que parece. Um erro comum entre iniciantes é a "gatilhada", onde a arma é "puxada" para baixo ou para cima durante o acionamento, resultando em disparos fora do alvo. Da mesma forma, a "ordenha" – apertar excessivamente todos os dedos da mão forte – também desalinha a arma e prejudica a precisão.

O método correto envolve isolar a ação muscular apenas no dedo indicador, posicionando o centro da última falange na tecla do gatilho. A pressão deve ser aplicada de forma constante e consciente até o momento da "quebra do gatilho", quando o disparo ocorre. Dominar esse fundamento exige prática e sensibilidade, pois ele é diretamente responsável pela trajetória final do projétil e pela capacidade de colocar o disparo exatamente onde se deseja.

## 2.4 TREINAMENTO EM SECO

Na perspectiva de Nogueira (2023, p. 201), apud. Visacro (2021, p. 27), para dominar os fundamentos do tiro, a prática é essencial, e nem sempre ela exige munição real. O treinamento em seco é uma modalidade crucial que permite aprimorar e corrigir as técnicas de tiro sem o risco de disparos, já que a arma não contém cartuchos reais.

Este tipo de treino é uma simulação do disparo prático, que pode ser feito em estandes, fora deles, ou até mesmo em uma sala de aula. Ele envolve a execução de todas as ações necessárias para um bom tiro: desde a base e o saque, passando pela empunhadura, visada, respiração e acionamento do gatilho, tudo isso com a concentração necessária para corrigir erros. O objetivo é observar e aperfeiçoar cada fase do manejo da arma até a percussão, mas sem que haja um disparo efetivo.

O disparo em seco é o primeiro contato do policial com as armas e oferece uma oportunidade valiosa para identificar e corrigir equívocos. É uma fase fundamental no aprendizado e aprimoramento, reconhecida por profissionais do tiro policial por sua eficácia. Dominar o acionamento do gatilho durante este treino pode até mesmo ganhar segundos preciosos em um confronto armado, o que pode ser decisivo.

Para tornar o treinamento em seco mais realista, é recomendado o uso de munições de manejo. É crucial ter cuidado na escolha dessas munições, sendo proibido o uso de munições falhas (negas).

Para intensificar o treino e garantir a aplicação correta dos fundamentos, o policial pode realizar o "*PennyDrill*" (exercício de estabilidade da pistola). Isso consiste em colocar um estojo vazio sobre a armação da arma e acionar o gatilho sem que o estojo caia. Este exercício demonstra a coordenação muscular e o domínio dos movimentos corporais ao aplicar a força do dedo indicador para apertar o gatilho.

## 2.5 PORTE VELADO: ESTRATÉGIAS E CUIDADOS PARA POLICIAIS EM TRAJES CIVIS

O tema aborda a importante questão do porte velado de armamento por policiais em trajes civis, seja em folga ou em serviço operacional (como policiamento velado, inteligência, segurança de autoridades). O foco principal é a sobrevivência policial, ou seja, a utilização da arma para a defesa da própria vida, e não necessariamente para o cumprimento de uma missão.

Um ponto crucial destacado é que, ao portar a arma em trajes civis, ela deve estar nas mesmas condições de uso do serviço operacional. Isso significa que não se deve variar as condições da arma, como travá-la ou portá-la sem munição na câmara. A lógica é que, em situações de estresse, o cérebro não consegue adicionar movimentos extras, como destravar ou ciclar o ferrolho. Portanto, a forma de emprego deve a mesma treinada e utilizada com o uniforme.

A escolha do local para portar a arma em trajes civis varia conforme o armamento, a compleição física do operador e a situação. O porte velado pode ser dividido em três tipos principais: Porte Discreto: usado em segurança de autoridades ou policiamento à paisana. O objetivo não é ocultar totalmente a arma, mas mantê-la coberta por uma peça de roupa (paletó, jaqueta). Geralmente utiliza coldre externo e facilita o saque rápido, sendo compatível com qualquer tamanho de pistola. Porte Velado: é o mais comum, visando ocultar a arma, mas permitindo um saque rápido. Indicado para pistolas compactas e subcompactas, geralmente

portadas na linha da cintura. Porte Secreto: a meta é ocultar a arma de forma que só seja detectada por busca pessoal minuciosa ou detectores. Requer coldres especiais e armas menores, mas tem como desvantagem um saque mais complexo, lento e menor capacidade de munição (Nogueira, 2023).

De igual modo deve-se enfatizar a importância de escolher coldres de material rígido, que garantam a proteção total do gatilho e mantenham a arma estável mesmo em movimentos bruscos. Um bom clipe de coldre e um cinto firme são essenciais para que o coldre não se mova durante o saque. Há também opções de coldres para mochilas, bolsas ou similares, úteis para serviços de inteligência ou situações cotidianas, pois retiram a arma da linha da cintura, um local mais óbvio. Contudo, esses objetos podem ser alvo de roubo, limitando o tempo de reação do policial.

Independentemente da posição de porte, as fases do saque são similares, com uma etapa inicial chamada "limpeza". Nesta fase, o policial deve usar a mão fraca para remover qualquer vestimenta que esteja cobrindo a arma (camisa, jaqueta). É também o momento de liberar as mãos (se estiver carregando algo) e os pés (se o calçado não permitir movimentação adequada, como sapatos de salto alto). A partir daí a sequência é a mesma: sacar a arma do coldre, fazer a empunhadura dupla e apresentar a arma na direção da ameaça.

Em resumo, o porte velado exige do policial um entendimento aprofundado das condições ideais do armamento, a escolha estratégica do local de porte e, acima de tudo, treinamento constante para garantir a capacidade de reação em situações de risco à vida.

### **3 O QUE É SOBREVIVÊNCIA POLICIAL**

Primeiramente, é possível diferenciar instinto de sobrevivência, que são reações biológicas automáticas, da vontade de viver, que é um estado psicológico influenciado por crenças e experiências. Esta última é considerada o fator mais crucial para a sobrevivência em combate, superando até mesmo equipamentos avançados ou treinamento técnico. A "atitude", sinônimo de vontade de viver, engloba características como controle emocional, iniciativa, versatilidade, motivação, perseverança e resiliência. Essas qualidades são essenciais para manter o equilíbrio, tomar decisões rápidas, adaptar-se a mudanças e superar adversidades.

Semelhantemente, a mentalidade de combate é a capacidade de agir eficazmente sob estresse, com clareza ética e moral. Ela não é agressividade, mas a consciência da iminência do combate e a habilidade de adaptar o comportamento. Essa mentalidade minimiza os efeitos negativos do estresse, aprimora habilidades e reduz o desgaste psicológico pós-ação. Seus

pilares são o condicionamento psicológico (adquirido por treinamento), a clareza ética e moral (regras de ação claras) e o treinamento físico e preparo técnico. Quando esses pilares estão firmes, o resultado é um "Guerreiro Ético" capaz de agir corretamente em situações extremas.

Portanto, a decisão de reagir a uma ação criminosa é complexa e deve ser cuidadosamente avaliada, não existindo uma regra única. "Reagir" pode variar da submissão planejada ao uso de força letal, sendo a paralisia o único cenário de não reação. A validade da reação depende da análise do cenário, considerando fatores como a intenção do criminoso e a capacidade da vítima. A submissão planejada pode ser uma tática para evitar identificação e buscar uma oportunidade. Desse modo, situações do policial em relação ao agressor podem ser definidas como: alvo conhecido, alvo desconhecido (não identificado), alvo ocasional (não planejado) e alvo surpresa (emboscador).

As dez regras do tiro de combate e sobrevivência policial destacam a importância de: evitar o pânico, ter uma leitura honesta da situação, identificar o que é importante, ter um plano, manter a cabeça elevada (observação e iniciativa), manter-se em movimento, usar cobertura e abrigo, superar problemas, manter a ofensiva e cultivar o hábito do treinamento constante. O treinamento contínuo, englobando aspectos técnicos, táticos e psicológicos, é crucial para a sobrevivência, especialmente considerando as "verdades inconvenientes" como a vulnerabilidade de policiais de folga e a alta probabilidade de serem atingidos. A adoção de sistemas como o "Sistema de Alerta de Jeff Cooper" (branco, amarelo, laranja, vermelho) reforça a necessidade de um estado mental de alerta e consciência situacional elevados (Nogueira, 2023).

### 3.1 PRINCIPAIS AMBIENTES E CENÁRIOS DE VULNERABILIDADE

Em cenários de confrontos armados, a capacidade de resposta rápida é fundamental para policiais e cidadãos armados, exigindo a assimilação de diretrizes claras para observação, orientação, decisão e ação. A preparação para essas situações se baseia na compreensão das variáveis presentes em cada ambiente, como o número e as características dos agressores, a presença e o comportamento das vítimas, e os pontos de cobertura e rotas de fuga disponíveis.

O processo decisório é moldado pelo ciclo OODA (observar, orientar, decidir, agir), que deve ser internalizado por meio de treinamento e prática para se tornar automático em momentos de estresse. A observação inicial deve focar em identificar a quantidade de criminosos, suas características e armamento, bem como a presença de inocentes e os pontos de proteção no ambiente. Com base nessas informações, a orientação envolve a priorização de

ameaças e o planejamento de estratégias adaptáveis, incluindo a possibilidade de verbalização ou submissão planejada para criar oportunidades de reação.

A fase de decisão exige que os aspectos éticos, morais e legais da ação estejam pré-definidos para evitar hesitação, mesmo diante de variáveis como a veracidade de uma arma ou a idade do agressor. Finalmente, a ação deve ser simples, rápida e alinhada com as capacidades técnicas, físicas e psicológicas do indivíduo, buscando sempre o movimento e o uso de abrigos, e considerando a segurança de terceiros. O treinamento contínuo e a criação de mapas mentais são essenciais para que essas respostas sejam eficazes, independentemente do cenário específico, seja em supermercados, postos de gasolina, ruas ou transportes coletivos, consoante Nogueira (2023).

### 3.2 COMBATE VEICULAR

O ambiente veicular representa um cenário de alta complexidade e risco para confrontos armados envolvendo policiais, sendo estatisticamente um dos locais de maior vitimização. O treinamento em combate veicular visa mitigar esses riscos, abordando as particularidades dos veículos em movimento, o espaço confinado e a potencial proteção balística que estes podem oferecer.

A mobilidade do veículo introduz variáveis significativas, como a necessidade de operar o veículo e combater simultaneamente, especialmente em situações onde o policial está sozinho ou com civis. A dificuldade de movimentação interna, agravada por equipamentos e cinto de segurança, exige o domínio de técnicas específicas e memória motora para uma interação eficiente do operador com o ambiente. Em termos de proteção, o veículo pode oferecer abrigo balístico limitado; enquanto o bloco do motor e os eixos das rodas são os pontos mais resistentes, outras partes como as portas são vulneráveis. A compreensão desses fatores é crucial para a tomada de decisão tática e para a transição segura para o exterior do veículo, onde o uso estratégico do próprio carro como cobertura e o distanciamento adequado dos pontos de ricochete são fundamentais para a sobrevivência e eficácia da resposta policial.

A forma de porte da arma no interior do veículo também é uma decisão tática crítica. Enquanto a arma fora do coldre pode proporcionar um saque mais rápido para patrulhamento ostensivo, apresenta riscos de perda da arma em colisões ou em abordagens surpresa, onde o criminoso não tem conhecimento do armamento do policial. Por outro lado, o porte velado e coldreado, embora possa exigir mais esforço para o saque, é considerado a opção mais segura e eficiente na maioria dos cenários, especialmente para policiais de folga. A escolha do coldre

e sua posição no corpo devem considerar fatores como a compleição física do policial, o tipo de pistola, e a facilidade de acesso em um ambiente restrito, como o proporcionado pelo cinto de segurança.

Adicionalmente, as posições de tiro no interior do veículo são frequentemente não convencionais, exigindo adaptações nos ajustes de braços, empunhadura e estabilização do corpo. Técnicas como o "*CAR System*" demonstram a necessidade de se adaptar a ambientes confinados, mantendo a arma mais próxima ao corpo para facilitar o emprego do armamento. O controle do cano e o uso da posição "*Temple Index*" são cruciais para a segurança, especialmente com a presença de outras pessoas, garantindo que a arma aponte para uma direção segura quando não estiver em uso. Por fim, a experiência dos efeitos da pressão dos disparos em ambiente fechado, bem como a compreensão do desvio de projéteis ao atravessar vidros, são elementos essenciais para o preparo e a tomada de decisão do policial em um confronto veicular real (Nogueira, 2023).

### 3.3 DEFESA PESSOAL APLICADA E RETENÇÃO E CONTRARRETENÇÃO DE ARMA DE FOGO

Nogueira (2023) sustenta que o treinamento em defesa pessoal e artes marciais é crucial para a sobrevivência policial, pois a habilidade no tiro, por si só, pode não ser suficiente em todas as situações de confronto. Em um cenário onde o contato físico com um agressor é provável, a preparação técnica em defesa pessoal aumenta significativamente as chances de sucesso. Embora o conhecimento teórico seja importante, a defesa pessoal exige prática contínua para o desenvolvimento das habilidades necessárias.

O autor revela ainda, um dos princípios mais importantes da defesa pessoal aplicada ao contexto policial é a retenção e contra retenção da arma. As estatísticas de vitimização policial mostram que grande parte das mortes de agentes ocorre com suas próprias armas, tomadas pelos agressores. Portanto, é fundamental dar atenção especial ao controle e segurança do armamento.

Além disso, o autor expõe que o equipamento adequado também desempenha um papel vital. Um coldre seguro e bem ajustado, com no mínimo duas retenções e alta resistência, é essencial para o serviço policial operacional. É crucial que o policial esteja familiarizado e adaptado a cada equipamento que utiliza. Coldres simples e frágeis, com pouca ou nenhuma retenção, não são adequados para uso policial, pois podem quebrar em situações de combate. Para o porte velado, coldres específicos para o modelo da pistola, com boa pressão e retenção,

além de uma presilha de qualidade, são necessários para proteger a arma em caso de tentativa de tomada.

O autor acrescenta que em um confronto, o foco principal do policial deve ser a segurança da arma de fogo. A reação natural de proteger a parte do corpo que está sendo golpeada pode levar à exposição da arma, o que pode ser fatal. Manter o corpo entre o agressor e a arma, mesmo que isso signifique expor as costas momentaneamente, é uma estratégia para dificultar a tomada da arma. Em situações em que o agressor tenta tomar a arma ainda no coldre, o objetivo é conter a ação segurando o pulso do agressor, aproveitando a proteção do gatilho e as retenções do coldre. O controle da arma é decisivo para vencer o combate.

O autor também aponta que além disso, o uso de golpes e projeções pode ser necessário para criar uma janela de oportunidade antes de sacar e disparar, especialmente quando o agressor está muito próximo. Golpes rápidos em pontos como queixo e nariz podem desnortear o agressor. Em alguns casos, um chute frontal na região do abdômen pode afastar o agressor e criar espaço para o saque. Assim, a combinação de habilidades de tiro, defesa pessoal e o uso de equipamento adequado são fundamentais para otimizar as chances de sobrevivência em situações reais de confronto.

#### **4 METODOLOGIA**

A pesquisa busca compreender em profundidade os aspectos do treinamento individual e da sobrevivência policial, explorando as nuances e a complexidade desses temas a partir da perspectiva da literatura e, potencialmente, da experiência de campo. Para responder à questão de pesquisa sobre o nível de conhecimento e treinamento dos policiais militares de Goiás, foi conduzido um estudo exploratório-descritivo além de uma pesquisa qualitativa, focado na percepção de policiais militares sobre o treinamento individual.

Como objetivo principal procura-se analisar a relevância e os impactos do treinamento individual contínuo (técnico, tático e psicológico) na capacitação de policiais militares para aprimorar sua prontidão e eficácia em cenários de confronto armado, visando a minimização de riscos e o aumento das chances de sobrevivência. Como objetivos específicos, serão descritos: identificar os desafios discutir os princípios da sobrevivência policial, incluindo a mentalidade de combate e a tomada de decisão em cenários de vulnerabilidade (exemplo: combate veicular e defesa pessoal).

Como revisão bibliográfica serão considerados os trabalhos de Nogueira (2023), Campos (2008) e Oliveira (2021) de forma que haja análise aprofundada da literatura existente

sobre treinamento policial, tiro de combate, aspectos psicológicos da preparação, porte velado e sobrevivência policial. Identificação de conceitos-chave como Treinamento Individual, Sobrevivência Policial, Mentalidade de Combate, Ciclo OODA, entre outros.

Para coleta de dados será realizada entrevistas semiestruturadas com policiais militares (de diferentes níveis de experiência) para coletar percepções sobre a importância e a prática do treinamento individual, os desafios enfrentados, as situações de confronto vivenciadas e a aplicação dos fundamentos de sobrevivência. Além de questionários para um grupo de policiais para quantificar a frequência de treinamento individual, a percepção sobre a eficácia dos treinamentos institucionais e a autopercepção de prontidão em situações de risco. Bem como o exame de manuais de treinamento policial, doutrinas institucionais para identificar lacunas no treinamento tradicional e a necessidade de aprimoramento.

Para análise dos dados serão realizadas a análise de conteúdo para os dados qualitativos (entrevistas, documentos), para identificar temas emergentes, padrões de comportamento, percepções e desafios. Análise descritiva para os dados quantitativos (questionários), será utilizada estatística descritiva (médias, frequências, percentuais) para caracterizar o perfil dos respondentes e as tendências de treinamento e percepção. Bem como a Triangulação de Dados para comparação dos dados obtidos através da revisão bibliográfica, entrevistas e questionários para validar as descobertas e obter uma compreensão mais completa do fenômeno.

Desse modo, como resultados esperados, procura-se aprofundar a compreensão sobre a importância crítica do treinamento individual contínuo na formação de policiais. Propor recomendações para o aprimoramento das metodologias de treinamento policial, com foco na preparação para cenários de confronto real. Destacar a relevância dos aspectos psicológicos e da mentalidade de combate na sobrevivência policial. Contribuir para a redução da vitimização policial e o aumento da eficácia operacional.

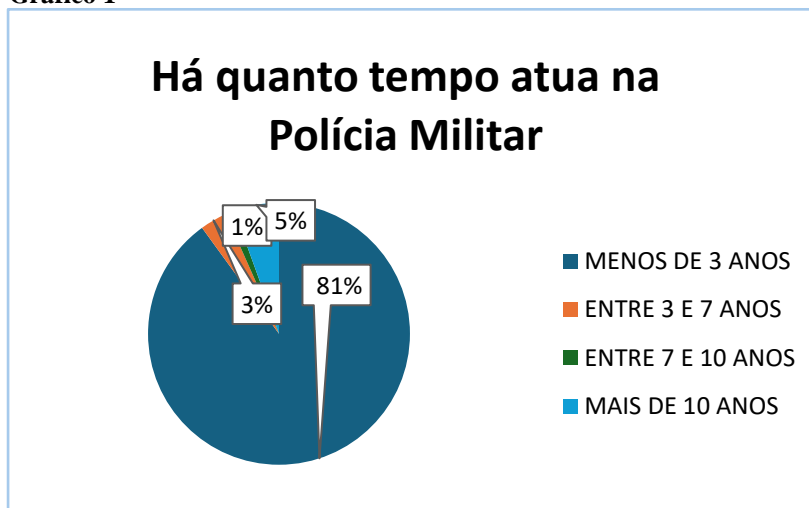
## **5 ANÁLISE DEMOGRÁFICA E SUAS IMPLICAÇÕES**

A amostra do estudo, composta por 90 policiais militares de Goiás (PMGO), revelou uma predominância de profissionais com menos de três anos de serviço, totalizando 90% dos participantes. Os demais 10% da amostra se distribuem entre 3 a 7 anos (3,3%), 7 a 10 anos (1,1%) e mais de 10 anos de serviço (5,6%). Essa concentração de profissionais recém-formados oferece uma perspectiva valiosa para avaliar a eficácia do adestramento recebido na fase inicial da carreira.

No entanto, a composição da amostra representa uma limitação, pois a alta concentração de policiais com pouco tempo de serviço dificulta a comparação com o nível de preparo dos profissionais mais antigos. Essa limitação impede uma análise precisa da relação entre a experiência e o nível de preparo da tropa como um todo. Futuros estudos poderão, portanto, focar em uma amostra mais equilibrada para explorar essa relação.

A predominância de policiais com menos de três anos de serviço é particularmente relevante para a discussão central da pesquisa: a vulnerabilidade do policial militar em horários de folga. O foco nesses profissionais recém-formados permite questionar se o adestramento recebido durante a formação é suficiente para prepará-los para situações de risco fora do ambiente de trabalho. Embora o treinamento inicial seja fundamental, a ausência de capacitação recorrente pode criar uma lacuna na capacidade de autodefesa, aumentando a exposição ao perigo quando o policial não está em serviço.

Gráfico 1



Fonte: Elaborado pelo Autor (2025).

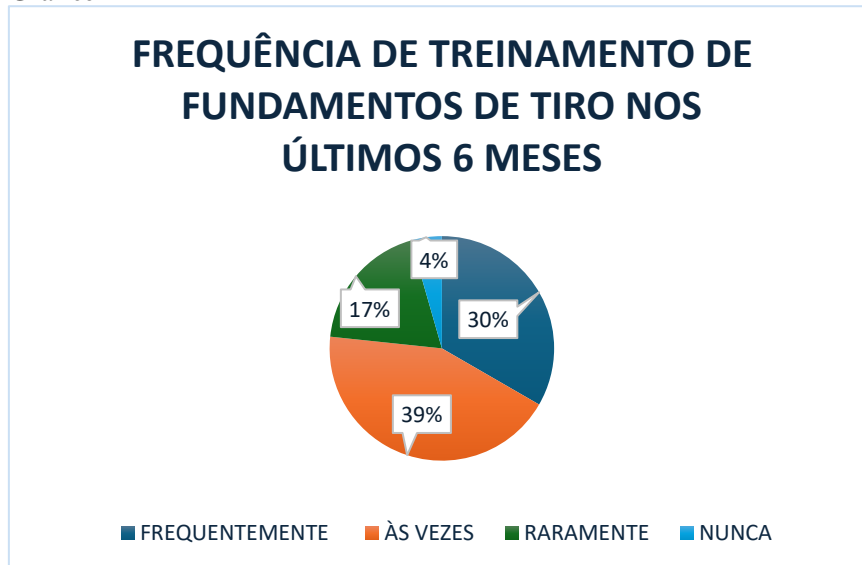
### 5.1 FREQUÊNCIA DE TREINAMENTO DE TIRO E HABILIDADES TÁTICAS

A análise sobre a frequência de treinamento dos fundamentos de tiro revelou uma ausência de uniformidade na prática individual dos policiais. Embora 33,3% dos participantes treinem "frequentemente" e 43,3% "às vezes", um percentual considerável (23,3%) pratica "raramente" ou "nunca". A prática inconsistente compromete a capacidade de resposta rápida e precisa em situações de confronto, especialmente fora do serviço, onde a vulnerabilidade do policial é amplificada. A literatura especializada sugere que a proficiência

com armas de fogo exige prática constante, o que não parece ser a rotina para uma parte significativa dos participantes.

É nesse cenário que o treinamento individual contínuo se apresenta como uma solução indispensável. Enquanto o treinamento institucional prepara o policial para o serviço a prática autônoma é o que mais realmente garante sua prontidão em qualquer momento. A necessidade de aprimoramento constante é apoiada pelos dados de sua pesquisa, que revelam uma inconsistência preocupante na prática dos policiais. Portanto, o grande desafio não é apenas aprimorar o treinamento institucional, mas também incentivar e garantir que o policial compreenda a importância vital da prática autônoma e contínua para a sua própria segurança e eficácia em situações de risco.

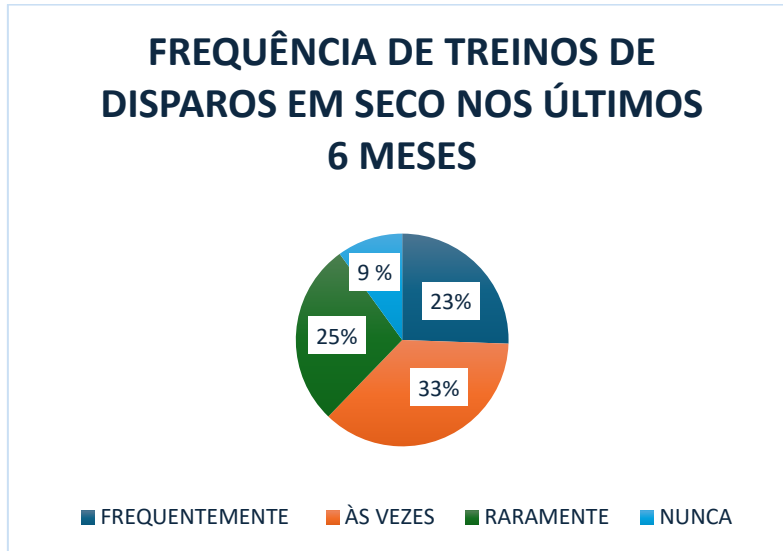
Gráfico 2



Fonte: Elaborado pelo Autor (2025).

De forma complementar, a pesquisa sobre o treinamento de disparo em seco, um dos fundamentos mais importantes para a proficiência com a arma de fogo, também evidenciou uma lacuna substancial. A prática não é consistente para todos, com 37,8% da amostra treinando "raramente" ou "nunca" nos últimos seis meses. A falta de dedicação a esse exercício crucial pode comprometer o desempenho com a arma de fogo, já que a prática contínua é essencial para corrigir vícios e aperfeiçoar o acionamento do gatilho. Esses dados indicam que o aprimoramento contínuo das habilidades de tiro não é uma prioridade ou não é adequadamente incentivado na corporação, o que pode comprometer a segurança do policial e a eficácia de sua intervenção em situações de risco.

Gráfico 3

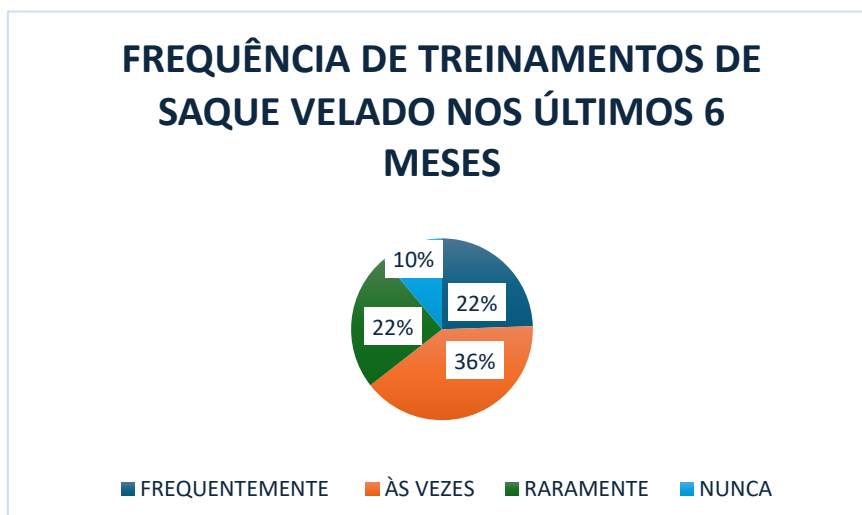


Fonte: Elaborado pelo Autor (2025).

## 5.2 HABILIDADES ESPECÍFICAS E LACUNAS DE CAPACITAÇÃO

A análise da frequência de treinamento de saque velado nos últimos seis meses revela uma lacuna preocupante. A soma dos policiais que treinam "raramente" ou "nunca" atinge 35,5% da amostra. Visto que o saque velado é a primeira etapa de uma reação armada fora de serviço, sua prática é fundamental para condicionar uma resposta fluida e rápida. A falta de prática regular impede o desenvolvimento da memória muscular necessária, aumentando o risco de falhas em momentos de alta pressão. Esses resultados indicam que o aprimoramento de habilidades como o saque velado não é uma rotina para todos, o que contribui para a vulnerabilidade do policial fora de serviço.

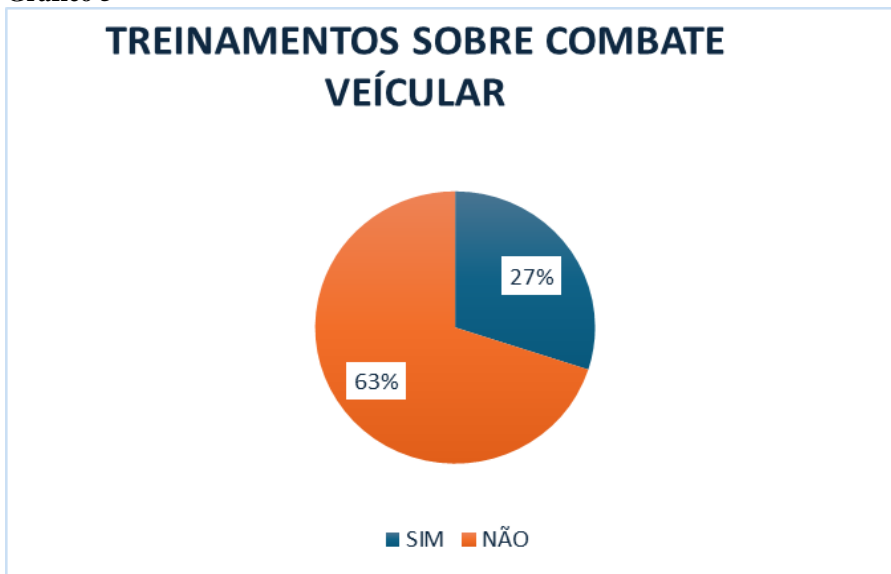
Gráfico 4



Fonte: Elaborado pelo Autor (2025).

Em relação ao combate veicular, o estudo demonstrou uma lacuna ainda mais significativa: 70% dos participantes afirmaram nunca ter recebido treinamento sobre o tema. Este é um achado crítico, pois o ambiente veicular é de alta complexidade e risco, e a falta de preparo nesse cenário é uma vulnerabilidade de alto risco para o policial de folga. Sem o devido treinamento, o policial não sabe como usar o veículo como proteção balística ou recurso tático, aumentando drasticamente sua exposição ao perigo.

Gráfico 5



Fonte: Elaborado pelo Autor (2025).

Bem como a pesquisa sobre o treinamento de defesa pessoal aplicada à retenção e contra retenção de arma de fogo revelou uma divisão significativa, com 47,8% dos policiais nunca tendo participado desse tipo de capacitação. Este é um resultado alarmante, pois estatísticas demonstram que uma parcela considerável das mortes de agentes ocorre com suas próprias armas. A falta de treinamento nessa habilidade fundamental, portanto, representa uma vulnerabilidade direta e fatal. Essa inconsistência na formação da corporação pode deixar profissionais despreparados para um dos cenários mais perigosos que podem enfrentar.

Gráfico 6



Fonte: Elaborado pelo Autor (2025).

Em suma, os desafios para se discutir princípios da sobrevivência policial não estão apenas nos riscos inerentes à profissão, mas, principalmente, na falta de treinamento consistente e especializado para cenários como o combate veicular, a reação fora de serviço e a retenção de arma. O contraste entre a necessidade teórica de prepare e ausência prática aponta para uma vulnerabilidade sistêmica que precisa ser questionada.

## 6 CONCLUSÃO

Este estudo se propôs a analisar a vulnerabilidade de policiais militares de Goiás em horário de folga, examinando o nível e a frequência de seu treinamento individual com armas de fogo. A pesquisa partiu da constatação alarmante de que uma parcela significativa das mortes de policiais no Brasil (57% em 2023) ocorre fora de serviço. A análise quantitativa revelou uma inconsistência preocupante na prática individual dos policiais, com parcelas consideráveis da amostra treinando “raramente” ou “nunca” fundamentos essenciais como o tiro (23,3%), o disparo em seco (37,8%) e o saque velado (35,5%). Essa falta de treinamento contínuo compromete a prontidão e a capacidade de resposta do profissional fora de serviço.

A pesquisa também identificou lacunas ainda mais substanciais em cenários de alto risco. O treinamento em combate veicular foi praticamente inexistente para 70% dos participantes, enquanto a defesa pessoal e a retenção de arma de fogo nunca foram praticadas por 47,8% da amostra. Esses dados indicam uma vulnerabilidade sistêmica que precisa ser

questionada, reforçando a importância do domínio técnico para a segurança do policial e para a imagem da PMGO.

A principal contribuição deste trabalho é oferecer uma base para o aprimoramento das técnicas de sobrevivência policial, incentivando uma abordagem institucional que explore o tema de forma recorrente nas instruções da tropa, além de despertar no profissional o senso de treinamento e aprimoramento contínuo. Propõe-se, ainda, que uma integração específica sobre o tema com a grade curricular dos cursos de formação ministrados na Academia da Polícia Militar.

Entretanto, é fundamental reconhecer as limitações deste estudo. Para uma compreensão mais aprofundada, seria necessário examinar como a temática do artigo é ministrada pelos instrutores de tiro da corporação, a fim de entender como a metodologia de ensino do trabalho é desenvolvida em suas aulas. Além disso, a validade da pesquisa pode ser aprimorada com a busca por uma amostra mais ampla de policiais, o que permitiria uma avaliação mais precisa do nível de adestramento da tropa em geral. Essas sugestões apontam caminhos para futuras pesquisas na área.

## REFERÊNCIAS

CAMPOS, Alexandre Flecha. A importância da preparação do policial quanto ao uso da força legal. **Revista Brasileira de estudos de Segurança Pública - REBESP**, Goiânia, v. 1, n. 1, p. 30-39, 2008. Disponível em: <https://revista.ssp.go.gov.br/index.php/rebsp/article/view/79>. Acesso em: 25 set. 2025.

CAMPOS, Alexandre Flecha. Questão de sobrevivência policial: minimizando os riscos da profissão. **Revista Brasileira de estudos de Segurança Pública - REBESP**, Goiânia, v. 3, n. 2, p. 32-36, 2009. Disponível em: <https://revista.ssp.go.gov.br/index.php/rebsp/article/view/86>. Acesso em: 25 set. 2025.

FÓRUM BRASILEIRO DE SEGURANÇA PÚBLICA. **18º Anuário Brasileiro de Segurança Pública**. São Paulo: Fórum Brasileiro de Segurança Pública, ano, 18, 2024. Disponível em: <https://publicacoes.fo-rumseguranca.org.br/handle/123456789/253>. Acesso em: 25 set. 2025.

NOGUEIRA, Rogério. **Tiro de Combate e Sobrevivência Policial: método RCS - Realismo em Combate Simulado**. 3. ed. Brasília, DF: Do Autor, 2023.

VISACRO, Alessandro. Insurgência criminal, a implosão do estado e o advento de uma ordem neofeudal. *In*: GRECO, Rogério; ARAÚJO, Leonardo N. O. Andrade. **Sistema Jurídico Policial: a verdadeira guerra travada por seus operadores**. Curitiba: Juruá, 2021.

## APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO

**Título da Pesquisa:** A importância do treinamento individual quanto à sobrevivência policial na folga.

**Pesquisador Responsável:** Marllon Rubim Feitosa

**Instituição:** Comando da Academia de Polícia Militar de Goiás

Prezado(a) Participante,

Você está sendo convidado(a) a participar da pesquisa intitulada " A importância do treinamento individual quanto à sobrevivência policial na folga.", conduzida por Marllon Rubim Feitosa e vinculada ao CAPM. O objetivo deste estudo é analisar a vulnerabilidade de policiais militares de Goiás fora de serviço, explorando o nível de treinamento individual com armas de fogo e sua importância para a sobrevivência em cenários de risco.

### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Considero que fui informado (a) dos objetivos e da relevância do estudo proposto, de como será minha participação, dos procedimentos e riscos decorrentes deste estudo, declaro o meu consentimento em participar da pesquisa, como também concordo com os dados obtidos na investigação sejam para fins científico (divulgação em eventos e publicações).

Concordo

Discordo

### QUESTIONÁRIO SEMIESTRUTURADO

1. Há quanto tempo atua Polícia Militar?

menos de 3 anos

entre 3 e 7 anos

entre 7 e 10 anos

mais de 10 anos

2. Com qual frequência você treinou fundamentos de tiro nos últimos 6 meses? (base, saque, empunhadura, visada, respiração, acionamento do gatilho)

- frequentemente
- às vezes
- raramente
- nunca

3. Com qual frequência você treinou disparos em seco nos últimos 6 meses?

- frequentemente
- às vezes
- raramente
- nunca

4. Com qual frequência você treinou saque velado nos últimos 6 meses?

- frequentemente
- às vezes
- raramente
- nunca

5. Você condiciona suas decisões com base no ciclo OODA (observar, orientar, decidir e agir)?

- sim
- não conheço

6. Você já participou de treinamentos sobre combate veicular?

- sim
- não

7. Você já participou de treinamentos sobre defesa pessoal aplicada a retenção e contrarretenção de arma de fogo?

- sim
- não