# CONCEITO DE SAÚDE E ANÁLISE DA REALIDADE DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA DE POLICIAIS MILITARES FEMININAS DO CURSO DE FORMAÇÃO DE PRAÇAS DA REGIONAL DE GOIÂNIA

CONCEPT OF HEALTH AND ANALYSIS OF THE REALITY OF THE PRACTICE OF PHYSICAL ACTIVITY OF FEMALE MILITARY POLICIES OF THE COURSE OF TRAINING OF PRACTICES OF THE REGION OF GOIÂNIA

CORRÊA, Jéssica Alves [1]
OLIVEIRA, Guilherme Ponciano Cunha de [2]

**RESUMO**

O objetivo geral da pesquisa é analisar o conceito de saúde e analisar a realidade da prática de atividade física de alunas do curso de formação de praças da Policia Militar de Goiás da cidade de Goiânia. Realizamos uma pesquisa de campo e de cunho quantitativo. Concluímos que a visão conceitual saúde entre alunas do referido curso é superficial e necessita de ampliação e, consequentemente a realidade da prática de atividade física é limitada ao curso de formação. A partir do resultado buscamos trazer proposta do processo educacional da academia, pretendendo contribuir para a sua evolução.

Palavras-chave: Conceito de saúde. Atividade física. Policiais Militares Femininas.

**ABSTRACT**

The general objective of the research is to analyze the concept of health and analyze the reality of the physical activity practice of students of the course of training of squares of the Military Police of Goiás of the city of Goiânia. We conducted a field research and quantitative research. We conclude that the conceptual view of health among students of this course is superficial and needs to be expanded and, consequently, the reality of the practice of physical activity is limited to the training course. From the result we seek to bring a proposal of the educational process of the academy, intending to contribute to its evolution.

Keywords: Health concept. Physical activity. Military Police Officers.

---

[1] Aluna do curso de formação de praças do Comando da Academia da Policia Militar de Goiás – CAPM, jessica.alvesc4@gmail.com; Goiânia – Go, Maio de 2018
[2] Professor orientador: Pós-graduação e Extensão do Comando da Academia da Policia Militar de Goiás CAPM, guirpm@hotmail.com; Goiânia – GO, maio de 2018.

## 1 INTRODUÇÃO

O estudo que ora se apresenta, vem mostrar que desde as últimas décadas a preocupação com o ideal corpo saudável e físico aumentou de forma considerável, porém, a temática existe diversos conceitos pessoais que recebem influências de diferentes setores.

A cada momento da história, para cada cultura o conceito de saúde vem recebendo diversas significações e está sofrendo um processo de transformação com interferência social, política e econômica. O corpo saudável vai muito além do senso comum onde é considerado apenas como um corpo idealizado nos padrões sociais estéticos. Através desta pesquisa, propor a ampliação do conceito de saúde e busca analisar a realidade de prática de exercício físico de policiais militares femininas do curso de formação de praças da regional de Goiânia.

Realizamos uma pesquisa de campo e de cunho qualitativo, utilizando como instrumento de coleta de dados o questionário.

A relevância dessa pesquisa centra - se nas contribuições que o estudo pode trazer para o curso de formação de praças da academia de policia militar, pois, podemos ampliar a discussão saúde trabalhados dentro da academia, trazendo uma nova reflexão sobre o trato com o exercício físico e saúde.

## 2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Trazendo um breve histórico, na data de 21 de fevereiro de 1986, foi ingressada na Polícia Militar do Estado de Goiás a primeira turma de policiais militares femininas (PMfem) na instituição. O primeiro concurso foi composto por 99 mulheres que iniciaram a história do gênero feminino dentro da corporação. No primeiro curso de formação, eram exigidas as candidatas com idade de 18 a 26 anos, nível escolar de 1º grau completo, com altura mínima de 1.60m e legalmente solteiras, com teste de prova teórica, avaliação médica, teste físico e psicológico.

Hoje, as PMfem estão presentes em todo o corpo da corporação, tanto no trabalho administrativa como também como operacion
ais combatentes, fazendo parte de 10% do efetivo total da instituição.

Atualmente o último concurso realizado pela PMGO (2016), o ingresso da policial feminina na instituição devem seguidos os seguintes requisitos: ter altura mínima de 1.60, ter no mínimo 18 anos e no máximo 30 anos de idade, habilitação com categoria no mínimo “B”,

curso superior completo, prova de caráter objetivo e discursivo, teste de aptidão física onde são realizadas provas específicas de flexão de braços, tração na barra isométrica, abdominal curl-up, corrida de 12 minutos e natação de 25m. Também, avaliação médica, avaliação psicológica e avaliação da vida pregressa e investigação social. Neste concurso, foram destinadas 10% de 2500 vagas para mulheres, sendo que 82 vagas para a regional de Goiânia.

Objetivo geral do atual estudo é realizar um aparato da realidade atual do nível atividade física e concepção de saúde de alunas soldado do curso de formação de praças da policia militar do estado de Goiás na regional de Goiânia.

O exercício físico para o corpo humano é "uma das formas de atividade física planejada, estruturada, repetitiva que objetiva o desenvolvimento da aptidão física, de habilidades motoras ou a reabilitação orgânico-funcional" (NAHAS, 2003, p. 39). Define-se atividade física qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos, onde se requer um dispêndio energético, incluindo além do exercício físico planejado e estruturado, atividades realizadas no dia-a-dia, deslocamentos e atividades de lazer (OMS, 2010).

Podemos desta forma, trazer os benefícios do exercício físico para o curso de formação de policiais da Policia Militar do estado de Goiás. Segundo PMGO (2017), quanto à atividade física quanto o exercício físico tem como finalidade o alcance de hábitos saudáveis e melhoria da qualidade de vida aos praticantes, gerando dessa maneira, maior promoção da saúde ao indivíduo ativo.

O estilo de vida é caracterizado por padrões de comportamento identificáveis que podem ter um efeito profundo na saúde dos seres humanos e está relacionado com diversos aspectos que refletem as atitudes, os valores e as oportunidades na vida das pessoas (WHO, 1998). Segundo PMGO (2017) o crescimento da inatividade física remetem a mudanças no estilo de vida das pessoas, associadas às transformações no mundo do trabalho e às facilidades trazidas pela revolução tecnológica.

A Polícia Militar do Estado de Goiás (PMGO) é responsável pelo policiamento ostensivo e a preservação da ordem pública no Estado. No dia a dia do trabalho policial da ativa ele vive em constante alerta nas ruas, sempre em pronto – reação. Em algumas atividades são exigidas necessidades de uso da rapidez, movimentos de efeito surpresa, rompimento de obstáculos, luta corporal, etc. Desta forma, as principais habilidades motoras de aptidão física exigidas na atividade policial são: força muscular, coordenação e equilíbrio dinâmico e ou flexibilidade, potência muscular, capacidade aeróbia, anaeróbia e velocidade.

Durante o período do curso de formação de praças, o policial militar é diariamente exigido fisicamente em atividades com exercícios físicos voltados para a melhoria da aptidão

física para o desempenho eficaz do futuro trabalho policial operacional. Neste período o exercício físico é um requisito para obtenção de notas gerando certa obrigatoriedade de realização, na ementa do curso o Treinamento Físico Militar (TFM), juntamente com o teste de aptidão física (TAF) obrigatório e periódico que tem como objetivo avaliar a aptidão física do policial militar. Segundo PMGO (2017) são aplicadas baterias de testes físicos periodicamente, com o objetivo de checar o condicionamento físico, bem como incentivá-los à melhoria e à manutenção de suas aptidões.

Para avaliar certo desempenho são utilizados os seguintes testes: corrida de 12 minutos, flexão de braço, flexão de braço na barra fixa, abdominal *Curl – up* e acrescentada à natação de 25 m para os que estão ingressando na instituição.

No curso de formação são realizados três (três) testes físicos de aptidão, enquanto para os policiais já formados a portaria (Nº 42/2008 – PM/1) do PMGO que rege será obrigatória à realização 1 (um) TAF por ano.

> Considerando a busca pelo desenvolvimento de uma política de saúde holística, que permita a mensuração e o acompanhamento do estado de higidez física e mental do policial militar e ofereça condições para melhoria da sua qualidade de vida; Considerando que o zelo pelo preparo próprio, moral, intelectual e físico, integra o rol de preceitos da ética policial militar constante do Estatuto do Policial Militar; Considerando que para estimular a prática de atividade física agregada a hábitos saudáveis de vida é indispensável à definição de novas metodologias e critérios para avaliação e acompanhamento do desempenho dos policiais militares; Considerando, finalmente, a necessidade de estabelecer normas e parâmetros de desempenho para fins de avaliação do condicionamento físico de policiais militares e candidatos a ingresso na Corporação. (PORTARIA Nº 42/2008 – PM/1)

Segundo PMGO (2017) o policial militar necessita preencher uma série de requisitos de saúde para o desempenho da função, o que, na prática, serve como desafio diário ao profissional e pode ser gerador de adoecimento, tanto físico quanto de natureza psíquica.

A saúde em relação com a aptidão física possui fatores que contribuem efetivamente para a promoção da saúde. Segundo Araújo (2000)

> Os componentes da aptidão física englobam diferentes dimensões, podendo voltar-se para a saúde e abrangendo um maior número de pessoas, valorizando as variáveis fisiológicas como potência aeróbica máxima, força, flexibilidade e componentes da composição corporal, podendo voltar-se para as habilidades desportivas em que as variáveis, tais como agilidade, equilíbrio, coordenação motora, potência e velocidade, são mais valorizadas, objetivando o desempenho desportivo.

Hoje em dia, a sociedade de modo geral e o objetivo do exercício físico no curso de formação está inclinada para a perspectiva de a aptidão física ser provedora de saúde. Segundo Pate (1988) *apud* Gonçalves (2006)

> A aptidão física voltada à saúde é formada por alguns componentes básicos, que, quando desenvolvidos adequadamente e mantendo – se satisfatórios, garantem possibilidades melhores de saúde dos indivíduos. Esses componentes básicos são: composição corporal, capacidade aeróbica, força e flexibilidade; além desses fatores funcionais motores, as variáveis fisiológicas: pressão arterial, glicemia e níveis de gordura no sangue contemplam a aptidão física voltada à saúde.

Trazemos assim a ligação com a saúde, na atualidade, tem tido uma centralidade no debate mundial e tem adquirido uma importância social até então não identificada na história da humanidade.

A saúde humana e exercício físico sofrem interferências diretas de fatores sociais, econômicos, políticos e culturais. Segundo PMGO (2017) deve – se considerar a variabilidade de motivos para a adesão à prática de atividades físicas, conforme o nível econômico, o grau de escolaridade, o sexo, a idade, o estado civil, a profissão e o tempo despendido com atividades laborais. Portanto, defini-los tem sido um desafio para vários estudiosos, pois, suas contradições e dinamismo de entendimento intelectual se alteram constantemente.

Segundo Gonçalves (2006), a saúde na atualidade é um tema bastante discutido, devido o seu conceito ter uma característica dinâmica, que abrange não somente a ausência de doenças, mas um aglomerado de fatores que associados e equilibrados tendem a levar o indivíduo a um estado de saúde. Neste contexto, a saúde se identifica com uma multiplicidade de aspectos do comportamento humano, voltados a um estado de completo bem-estar físico, mental e social (WHO, 1978).

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS) a saúde não pode ser vista apenas como a ausência de doença, mas como a situação de perfeito bem-estar físico, mental e social. A OMS traz este conceito com um maior avanço, onde ela trata a saúde não como apenas a ausência de doenças no indivíduo.

Segundo PMGO (2017) o conceito de saúde reflete a conjuntura social, econômica, política e cultural. Ou seja: saúde não representa a mesma coisa para todas as pessoas. Dependerá da época, do lugar, da classe social. Dependerá de valores individuais, dependerá de concepções cientificas, religiosas, filosóficas.

O conceito que a OMS mostra é subjetivo, pois, o bem – estar é um elemento multidimensional que é interferido por diversos fatores e avaliar o seu estado é uma tarefa bastante difícil.

> Não é fácil estabelecer a direção da causação entre essas variáveis, isto é, a relação entre os objetivos físicos, condições dos indivíduos, sua saúde subjetiva e satisfação com a vida ou bem-estar subjetivo. Entretanto, considera ela, a saúde e a aptidão física contribuem de várias formas para o bem-estar subjetivo, mantendo a independência do indivíduo, e permitindo seu engajamento e interação com outras pessoas. (SPIRDUSO, 1995 *apud* ALMEIDA, 2003).

No bojo do surgimento deste conceito de saúde publica surge a "promoção de saúde" como mecanismo para se alcançar esta prerrogativa, almejando prevenir e interferir nos fatores positivos e negativos relacionados à saúde. Segundo Buss (2002), a saúde é o resultado de um conjunto de fatores sociais, econômicos, políticos e culturais, que se combinam de forma particular em cada sociedade em conjunturas específicas, resultando em sociedades mais ou menos saudáveis a partir de seus contextos sócio-culturais.

> Promover a saúde é algo distinto de prevenir as doenças e tratá-las. A clássica divisão em as três principais estratégias para interferir no processo saúde – doença, inclui a promoção da saúde, acidentes e violências e seus fatores de risco e o tratamento/reabilitação das mesmas (BUSS, 2002).

A perspectiva de promoção de a saúde onde prevenir a doença é o alvo principal surgiu através da preocupação política e economia referente aos gastos com saúde, almejando construir ditos “hábitos saudáveis” que garantiriam uma saúde integral e impediria gastos com a saúde curativa, que possui custos mais altos para os cofres públicos.

Já a perspectiva da "saúde coletiva", em contraposição à "promoção da saúde", surge a partir dos anos 1970 através de movimentos gerados pela crise na saúde, a fim de reduzir a desigualdade social e melhoria dos níveis de vida da população. O Instituto de Saúde Coletiva da Universidade Federal da Bahia define a saúde coletiva com um novo modo de organização do processo de trabalho em saúde que enfatiza a promoção da saúde, a prevenção de riscos e agravos, a reorientação da assistência a doentes, e a melhoria da qualidade de vida, privilegiando mudanças nos modos de vida.

## 3 METODOLOGIA

Objetivo geral do atual estudo é realizar um aparato da realidade atual do nível atividade física e concepção de saúde de alunas soldado do curso de formação de praças da policia militar do estado de Goiás na regional de Goiânia.

O método de investigação é o estudo de casos, pois, descreve e analisa o campo o campo, acreditamos que facilitará a busca para atingir os objetivos da pesquisa. A pesquisa a partir do estudo de caso é mais concreta e parte da contextualização das características do campo. Triviño (1999) *apud* Walker (1983) define o estudo de caso como a análise de um exemplo ação. Também pode ser definido um exame particular de uma situação, programa, acontecimento ou fenômeno especifico que proporciona uma valiosa descrição.

A abordagem utilizada para atingir os objetivos traçados nesta pesquisa é de caráter qualitativo, a fim de descrever e explicar os fenômenos existentes no campo. A abordagem qualitativa traz a proximidade do sujeito e do contexto inserido.

Esta abordagem qualitativa abrange um maior nível de realidade na pesquisa, pois, trabalha com realidade social do investigado. Ela trabalha com o universo dos significados, dos motivos, das aspirações, das crenças, dos valores e das atitudes. Esse conjunto de fenômenos humanos é entendido aqui como parte da realidade social. (MINAYO, 2009, p.21)

Segundo Minayo (2009) o universo da produção humana que pode ser resumido no mundo das relações, das representações e da intencionalidade. Assim, a pesquisa qualitativa vai além de resultados, números, pois, trabalha com contextos da realidade social. Este método será abordado, pois, se aproxima e facilitará a busca para atingir o objetivo da pesquisa e uma maior profundidade dos resultados.

A pesquisa terá está característica qualitativa, pois, segundo (TRIVIÑOS, 1987, p.128) a interpretação dos resultados surge como totalidade de uma especulação que tem como base a percepção de um fenômeno num contexto. Por isso, não é vazia, mas coerente, lógica e consciente. Este tipo de estudo tem como objetivo demonstrar de forma concreta os fenômenos e fatos do contexto de forma real.

Será utilizado como instrumentos para a realização da coleta de dados, a saber: questionário fechado.

A pesquisa foi realizada na academia de policia militar, abordando o público especifico feminino, localizada na cidade de Goiânia. A academia é composta atualmente por

82 policiais femininas ingressadas no curso de formação de praças, sendo todas com formação superior.

A delimitação da pesquisa consistiu em um estudo com as alunas do curso de formação de praças graduadas e buscamos um número de no mínimo 80% da academia que se habilitaram a participar da pesquisa. As alunas pesquisadas apresentam idades de 18 a 32 anos.

A análise dos dados foi realizada por meio de análise interpretativa em busca obter resultados concretos de todos os documentos analisados.

> O fenômeno tem sua própria realidade fora da consciência. Ele é real, concreto e, com tal, é estudado. Isto significa enfoca-lo indutivamente. Porém, ao mesmo tempo, ao descobrir sua aparência e essência, está – se avaliando um suporte teórico que atua dedutivamente, que só alcança a validade à luz da prática social. (TRIVIÑOS, 1987, p.129).

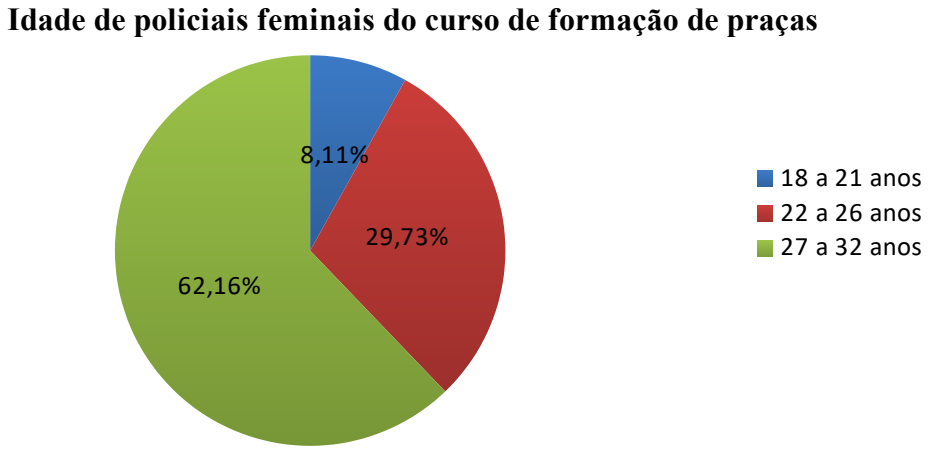
A análise dos dados é a fase onde buscamos articular toda pesquisa em conjunto, pois, fará uso interpretação das respostas coletadas, articular os resultados de todos os instrumentos utilizados na coleta e mostrar o resultado chegado.

Na pesquisa qualitativa assim, surge outra indagação dos resultados, como o retorno dos resultados ao pesquisado, tornando assim um ciclo de pesquisa. Segundo Minayo (2009), este momento é subdividido em três etapas: (a) ordenação dos dados; (b) classificação dos dados; (c) análise propriamente dita.

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A seguir, faremos a categorização dos dados, a análise e resultados obtidos dentro da pesquisa. Os dados serão demonstrados a partir dos instrumentos de pesquisa, passando por resultados objetivos com gráficos demonstrativos colhidos através do questionário fechado google formulário realizado com as policiais femininas do curso de formação de praças. Foram realizadas perguntas referentes à concepção de saúde e suas relações com a atividade física.

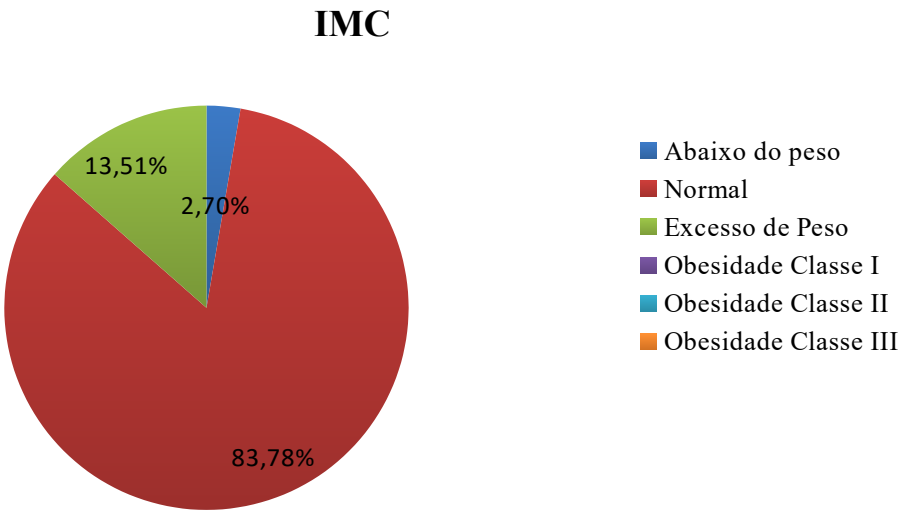
**Gráfico 1: IDADE DAS POLICIAIS FEMININAS DO CURSO DE FORMAÇÃO.**




Fonte: Questionário da pesquisa de campo (CORRÊA, 2018)

O gráfico (1) acima aborda os valores referentes à idade das policiais femininas do curso de formação de praças. A categoria de idade foi abordada, pois, a Organização mundial de Saúde (OMS) estabelece parâmetros de atividade física para cada faixa etária de idade. Os resultados são 8% apresentam idade entre 18 e 21 anos, 30% estão entre 22 a 26 anos e 62% possuem idade entre 27 e 32 anos.

**Gráfico 2: ÍNDICE DE MASSA CORPORAL**

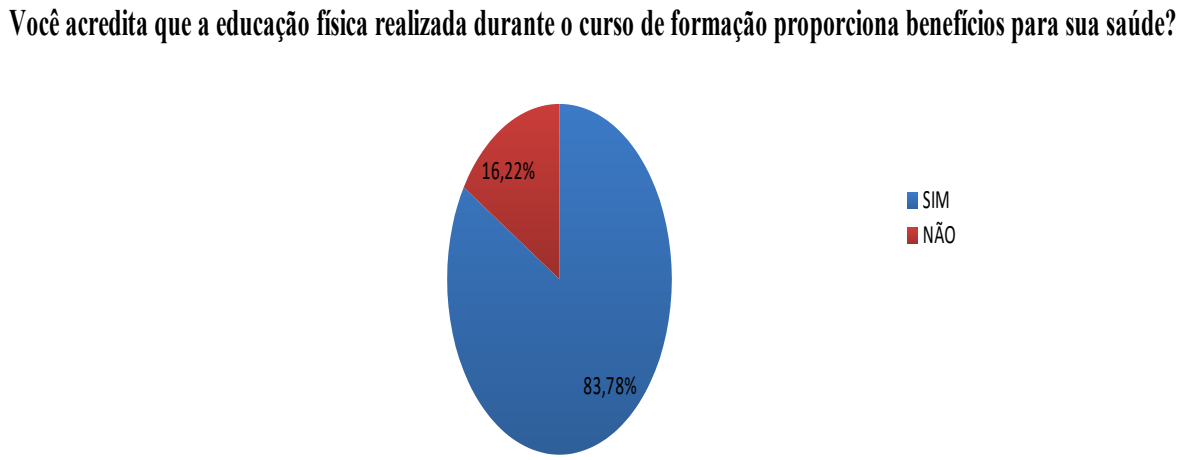



Fonte: Questionário da pesquisa de campo (CORRÊA, 2018)

Com referencia ao gráfico 2 acima encontramos a realidade de que na reta final do curso de formação 84% das alunas estão dentro do padrão normal de peso corporal, 13% estão com excesso de peso e 3% estão abaixo do peso ideal. O IMC é um calculo de medida internacional usado para calcular o peso ideal referente à estatura e peso corporal do

indivíduo. Durante a avaliação médica realizada para o ingresso no policial militar na instituição é realizado o mesmo teste de IMC e o nível permitido para o ingresso é estar dentro do padrão de peso corporal NORMAL. Através destes dados notamos que 16% das pesquisadas apresentam desvios no padrão de peso ideal.

**Gráfico 3: GRAU DE IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA DO CURSO DE FORMAÇÃO PARA SAÚDE**

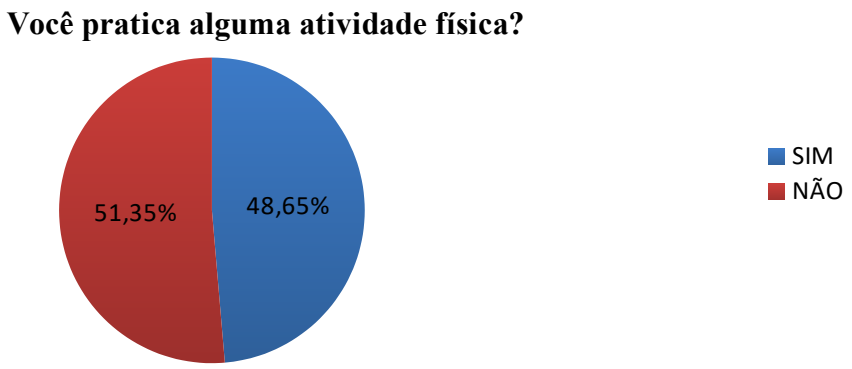



Fonte: Questionário da pesquisa de campo (CORRÊA, 2018)

O gráfico acima nos traz o grau de importância da atividade física para saúde realizada durante as aulas de educação físicas ministradas dentro do curso de formação. O objetivo desta pergunta foi nos mostrar se as policiais femininas acreditam que as aulas realizadas proporcionam benefícios para sua saúde. Os resultados no mostram que 84% acredita que as aulas são benéficas para a saúde e 16% acredita que não são importantes para a saúde.

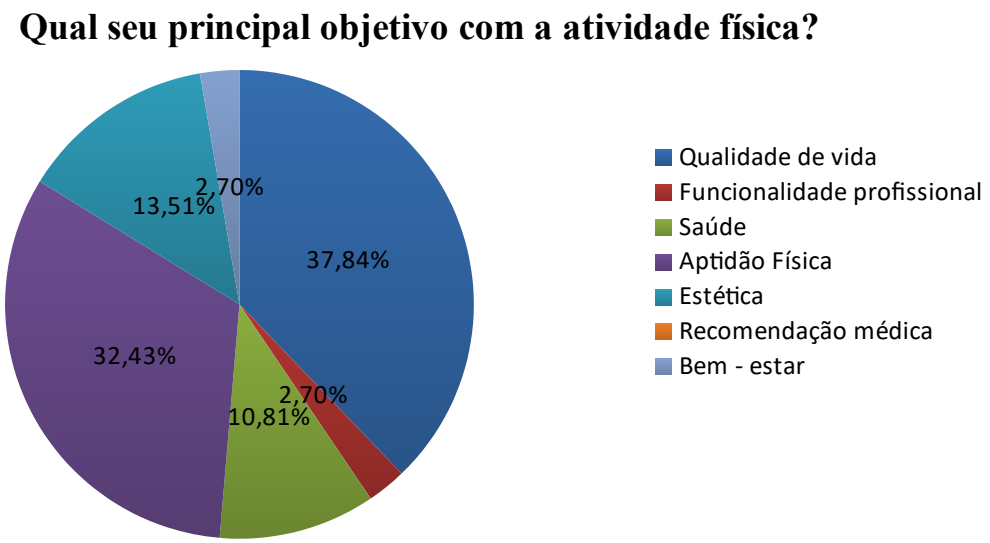
O gráfico 4 abaixo aborda a prática de atividade física fora do curso de formação, nos trazendo que 51% das pesquisadas não realizam atividade física no momento em que não estão na academia da policia militar e 49% realizam atividade física nos horários vagos disponíveis. Tal indagação nos mostra que um número grande de policiais não possuem o hábito da prática de atividade física de forma voluntario durante os períodos ociosos.

**Gráfico 4: PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA**




Fonte: Questionário da pesquisa de campo (CORRÊA, 2018

**Gráfico 5: OBJETIVO COM A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA**




Fonte: Questionário da pesquisa de campo (CORRÊA, 2018)

O gráfica 5 mostra que 38% possuem objetivo de aptidão física (flexibilidade, resistência aeróbica, força e composição corporal) com a atividade física, 38% buscam qualidade de vida (bem físico, psicológico, emocional e espiritual). Apenas 11% realizam atividade física para benefícios da saúde propriamente dita. 13% buscam estão voltadas apenas para a estética corporal e 3% para a funcionalidade profissional.

**Gráfico 6: TEMPO SEMANAL DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA**

Fonte: Questionário da pesquisa de campo (CORRÊA, 2018)

A partir dos dados mostrados no gráfico número 6 nos deparamos com a realidade do nível de atividade física das policiais femininas do curso de formação de praças. Vale ressaltar que os dados acima não foram considerados o tempo de atividade física realizadas nas aulas de educação física ministrada dentro do curso de formação, este dado é através do estilo de vida fora do curso. A Organização mundial de saúde (OMS) traz a recomendação de atividade física para adultos com idade entre 18 e 64 anos que para obter benefícios para saúde e ser considerado suficientemente ativo deve – se realizar no mínimo 150 minutos de atividade física moderada por semana. As atividades incluídas no parâmetro vão de aeróbicas, atividades de lazer como esporte, exercícios de força e outros. Através dos dados acima vemos que 70% não estão alcançando o nível necessário de atividade física semanal para ser considerada ativa e apenas 30% estão dentro do nível proposto pela OMS.

O gráfico (7) abaixo nos mostra o conceito que cada aluna através da sua vivência tem sobre saúde. Como podemos observar 73%, das respostas obtidas referente à concepção de saúde, se aproximam da definição da Organização Mundial de Saúde (OMS), conceituando-a como um perfeito bem-estar físico, mental e social.

A seguinte alternativa é referente ao conceito de Ausência de doença onde 8 % das participantes acreditam ser um determinante de saúde. Está visão faz parte do senso comum, onde é gerado de forma dicotomia entre saúde e doença, este conceito é reducionista e não é

capaz de ser mensurado. A saúde é tratada através do bom funcionamento fisiológico do corpo, tornando o corpo com alguma enfermidade incapacitado.

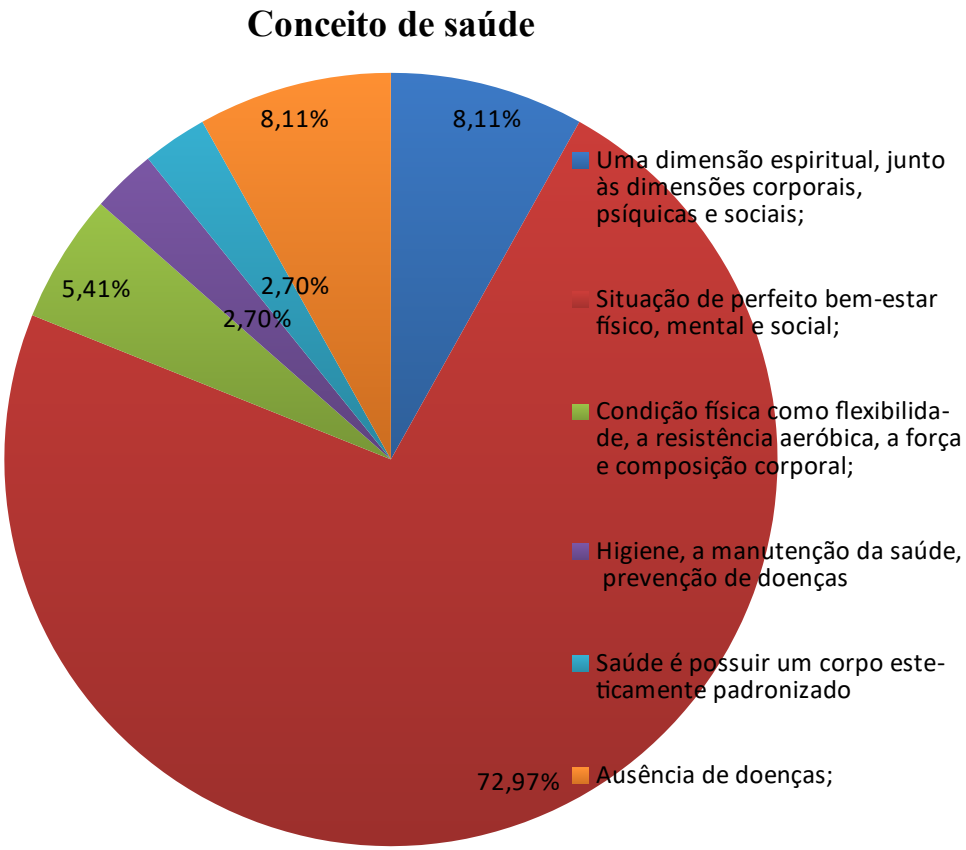
A próxima alternativa a ser analisada é referente ao conceito de saúde como um conjunto de fatores corporais, espirituais, sociais, econômicos, políticos e culturais, apenas 8% das participantes acreditam neste conceito. Isso nos remete a pensar que tratam a saúde como um fator individual, que é independente de economia, política e cultura. Está alternativa trata de determinantes sociais da saúde são fatores econômicos e sociais que afetam diretamente a saúde. O individuo que apresenta uma maior condição econômica é mais favorecido em sua alimentação, é capaz de se inserir em uma academia de ginástica para pratica de exercícios orientados, uma boa moradia, acesso a educação privilegiada, dentre outros. Portanto, esses determinantes interferem e influenciam na saúde.

Seguindo com 5 % foi o conceito equilíbrio dos determinantes biológicos como: composição corporal, capacidade aeróbica, força e flexibilidade; dentre outros. Através desta resposta podemos perceber que as participantes conceituam saúde através da aptidão física. Segundo Araújo e Araújo (2000) os componentes da aptidão física englobam diferentes dimensões, podendo voltar-se para a saúde e abrangendo um maior número de pessoas, valorizando as variáveis fisiológicas como potência aeróbica máxima, força, flexibilidade e componentes da composição corporal. As participantes acreditam que partindo destes fatores de aptidão física é capaz de atingir a saúde.

Com 3 % das respostas assinaladas higiene, a manutenção da saúde, prevenção de doenças . Podemos nos conceituar através desta resposta um conceito voltado para Promoção da saúde onde o individuo é capacitado a modificar seus hábitos de vida, evitando assim fatores que interferem de forma negativa no seu condicionante de saúde. Ou seja, o conceito de promoção de saúde é o processo de capacitação da comunidade para atuar na melhoria da sua qualidade de vida e saúde, incluindo maior participação no controle desse processo.

A última questão a ser assinalada por 3% das policiais militares é o conceito saúde voltada para a padronização estética. Vários estudos mostram o alto número de pessoas que possuem a visão de saúde pelo fator estético. Na maioria a busca pela atividade física está vinculada a reprodução do corpo perfeito. A estética corporal é um dos objetivos principais da procura por atividade física, ficando assim evidenciado que a uma grande busca das pessoas por um corpo bonito.

**Gráfico 7: CONCEITO DE SAÚDE**




Fonte: Questionário da pesquisa de campo (CORRÊA, 2018)

## 5 CONCLUSÃO

Ao decorrer deste estudo sabemos os diversos conceitos de saúde também vinculados a prática de atividade física. Todos nos sabemos que a prática regular de atividade física acarreta a melhoria da saúde. É importante para a população em geral, podendo a partir delas melhorar os níveis de qualidade de vida, promoção da saúde, prevenção de doenças ou sentir-se melhor. O fato aqui é até onde o conceito de saúde fica limitado?

Considerando os aspectos que permeiam dados coletados a partir da pesquisa, o conceito de saúde e atividade física entre as participantes partem de conceitos da Aptidão física, Estética, Qualidade de vida, Prevenção/Controle de doenças e o mais citado referente ao conceito da Organização mundial de saúde. Podendo considerar que uma grande parcela das alunas demonstra preocupação com a estética, bem – estar, condicionamento físico para realização das atividades diárias, indicação médica, acredita possuir uma vida saudável na relação entre exercício físico e saudável e, por consequência melhoria da qualidade de vida.

Outro fator observado é o número limitado de alunas que praticam atividade física fora do curso de formação de praças, seria importante pesquisar futuras para analisar o motivo desta deficiência.

Os profissionais que atuam dentro do curso de formação com a área de atividade física e saúde devem possuir um conceito ampliado dos termos. Pois, o seu papel é de transformar a realidade do campo e propor enfrentamentos para com os problemas existentes no campo. Está fragilidade acarreta problemas na atividade física para saúde, formando visões distorcidas as atividades proporcionadas pela grade curricular do curso. Cabe ao professor ter a consciência e preparação adequada para cumprir o seu papel seja qual for o campo. Talvez este seja uma fragilidade do campo, pois, o professor não assume seu papel pedagógico de transformação de conceitos e ampliação da educação da aluna.

Deve-se pensar na saúde na perspectiva ampliada, onde o corpo saudável recebe e dependem além de aspectos biológicos, condições de alimentação, habitação, saneamento, renda, lazer, liberdade, emprego e acesso. Fatores econômicos, sociais e culturais devem estar sempre vinculados ao conceito de saúde.

Estas foram às considerações mais relevantes para a síntese deste trabalho que esperamos poder contribuir para uma reflexão crítica sobre a proposta de saúde e hábitos diários da prática de exercício físico ampliados.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, A. R. S. **Prática Desportiva, Bem-estar Subjetivo e Auto – Percepções Físicas em idosos.** Porto: A. Almeida. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. 2010.

BUSS, Paulo Marchiori. **Promoção de saúde da família.** 2002. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/.../is_digital/is_0103/IS23(1)021.pdf. Acessado em: 08/08/2014.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **Pesquisa Social: teoria, método e criatividade.** 28. ed. Petrópolis-RJ, 2009.

TRIVIÑOS, Augusto Nibaldo Silva. **A pesquisa qualitativa na educação física: alternativas metodológicas.** Porto Alegre: ed. Universidade UFRGS / Sulina, 1999.

Aplicada, Blumenau, v.2, n.4, p.01-13, Sem II. 2008. Disponível em: http://www.unisc.br/portal/upload/com_arquivo/metodos_quantitativos_e_qualitativos_um_resgate_teorico.pdf. Acessado em: 02/12/2014.

Instituto de Saúde Coletiva – UFBA. Disponível em: http://www.isc.ufba.br/isc.php?externa=3. Acessado em: 15/09/2014.