

ATIVIDADE FÍSICA E O DESEMPENHO DA ATIVIDADE POLICIAL

PHYSICAL ACTIVITY AND THE PERFORMANCE OF POLICE ACTIVITY

SOUZA, Rugles Alves de¹
AMARAL, Elâine de Paula Oliveira²

RESUMO

Embora seja uma profissão que exige um redobrado cuidado com o condicionamento físico, o policial se vê muitas vezes numa situação ambígua, pois em sua rotina, a prática de atividade física se resume apenas ao seu labor desgastante ou à atividade de recreação no aquartelamento. A falta de condições estruturais e financeiras faz com que o policial militar se depare com a necessidade de uma dupla jornada, o que o afasta do convívio entre os seus e de um tempo dedicado àquilo que lhe dá prazer e conseqüente manutenção mental. Assim sendo, foi finalidade do presente artigo a análise literária que aborde o tema, para, em concomitância aos dados apresentados, propor alternativas para que a rotina do agente de segurança pública seja menos desgastante. Dessa maneira, foi possível observar que existe importância na padronização da escala de trabalho do policial militar, bem como evitar a rotatividade de postos, a qual dificulta seu deslocamento ao trabalho, distanciando-o do tempo livre para o cuidado do seu bem-estar físico e mental. Por fim, o tema ainda necessita ser levado à frente em discussões na academia para a promoção de pesquisa e desenvolvimento de alternativas para a melhoria da qualidade de vida do policial militar.

Palavras-chave: Desgaste. Absenteísmo. Financeiro.

ABSTRACT

Although it is an activity requires extra care with the physical conditioning, the military policeman is seen often in an ambiguous situation, since, during the routine physical activity comes down only to their labor exhausting or recreation activity in the barracks. The lack of structural and financial conditions makes the military police are faced with the need for a double shift, which departs from the interaction between its and a time devoted to what gives you pleasure and consequent mental maintenance. Thus, the purpose of this article was the literary analysis that addresses the issue in question, in order to, in concomitance with the presented data propose alternatives so that the routine of the public security agent is less exhausting as possible. Thus, we observed that there is to patterning of the military police of the working range and prevent churn stations, which hinders their commuting to work, distancing the free time to care for your physical well-being and mental. Finally, the issue still needs to be taken forward in the academic areas discussions, especially in the areas of physical and mental health, to promote research and development of alternatives to improve the military police of the quality of life.

Keywords: Exhausting. Absenteeism. Tributary.

¹ Aluno do Curso de Formação de Praças, turma Alfa, Posse - GO, do Comando da Academia da Polícia Militar de Goiás- CAPM – rugles100@hotmail.com

² Professora Orientadora: Pós-graduada em docência do ensino superior, epol@bol.com.br

1 INTRODUÇÃO

Todo profissional de segurança, sobretudo os agentes públicos, dado seu amplo campo de atuação, precisam estar no controle de suas faculdades mentais para agir com rapidez e minimizando os erros de suas decisões. Todavia, como preconiza Boçon (2015), não só a mente é fator que diferencia o policial de demais profissões, pois o pronto emprego necessita também de uma atividade física adequada e direcionada à situação de exposição constante ao estresse, violência e risco de morte.

Mesmo vencendo cada etapa de um certame para a atuação no serviço público na área segurança, não é dada atenção ao fato que este servidor, considerando sua jornada de trabalho, posto de serviço, deslocamento de sua residência, logística de rotatividade, por vezes restringe a manutenção do seu corpo ora a eventos isolados, por conta própria, ora a atividades do quartelamento.

Almeida e colaboradores (2010), sustentam que os afastamentos e readaptações profissionais se devem em grande parte por transtornos psicológicos e sedentarismo, ligados quase sempre uma a outra, numa relação de causa e efeito. O desempenho do policial militar, desse modo, está intimamente ligado com a plenitude das ações que envolvem necessariamente atividades mentais e físicas.

O desempenho que trata este artigo será focado de uma forma ampla, dentro dos aspectos que exigem do policial nos âmbitos sociais, morais, físicos e psicológicos para que se chegue a um resultado facilitador no entendimento do que é preciso para desenvolver as habilidades automáticas de um policial, tratando sempre de exemplos explícitos como a Polícia Militar do Brasil que tem muita influência dentro desse campo de pesquisa.

Ou seja, o papel do policial não é apenas policiar os bens patrimoniais privados e públicos, a incolumidade da vida dos cidadãos e os interesses individuais, mas policiar a si mesmo no sentido de evitar uma diminuição no desempenho físico, intelectual e emocional em vários aspectos de sua vida.

Em nível pessoal, é fundamental que o cidadão policial se sinta motivado e orgulhoso de sua profissão. Isso só é alcançável à partir de um patamar de "sentido existencial". Se a função policial for esvaziada desse sentido, transformando o homem e a mulher que a exercem em meros cumpridores de ordens sem um significado pessoalmente assumido como ideário, o resultado será uma autoimagem denegrada e uma baixa autoestima (BALESTRERI, 1998, p. 8).

O presente estudo pretende analisar, através de confronto literário próprio à área sob escrutínio, a importância da atividade física contínua e direcionada no labor do agente público que zela pela vida e patrimônio de outros cidadãos, pondo em risco muitas vezes a própria.

Objetiva-se, deste modo, demonstrar através da referida análise, o papel fundamental da atividade física como ferramenta de facilitação não só ao pronto emprego militar, mas principalmente à qualidade de vida quando fora do aquartelamento. Tal discussão se faz necessária para que as instruções internas estejam preocupadas e projetem estratégias para que o policial possa prestar seu serviço na plenitude de suas faculdades.

O trabalho ora exposto está centralizado em demonstrar a essencialidade da atividade física do policial em todo campo da saúde e o impacto indireto e direto na falta desse requisito.

Será demonstrada através de revisitação à literatura científica específica na área, num mesclar de ideias empíricas, como a atividade física é fator positivo para o bom desempenho do policial em seu pronto emprego.

Autores como Andrade & Souza em sua célebre obra que tratam da saúde mental do policial. Tem-se também uma análise comparativa internacional do nobre estudioso David H. Bayley no campo da justiça criminal.

Também há uma análise que abrange os Direitos Humanos, feita por Balesteri, que genuinamente expõe aspectos da polícia na sua função precípua à segurança pública, entre outros, num arcabouço literário que permitirá uma compreensão multidisciplinar e aprofundada sobre o tema estudado.

Existem estudos por parte de autores que dizem que fatores como clima ambiental de determinado lugar causa perturbações no organismo do profissional tornando ainda mais difícil o controle do estresse e da ansiedade. Reis Júnio assim explicita:

“Além do mais, quando uma pessoa comum tem composição corporal desarmônica está predisposta a desenvolver traumas/estresses físicos, mentais e/ou sociais. Aumentando, ainda mais, este potencial ao tratar de Policiais Militares, pois estes já vivem em diuturnamente em conflitos sociais colocando sua própria vida em risco” (REIS JUNIOR, 2009).

Ou seja, os estudos abrangem diversos tópicos importantes no qual o próprio leitor policial pode identificar como perturbador e tomar providências. Um

morador por exemplo da grande Goiânia quando muda para uma cidade, ainda dentro do Goiás, exemplo Posse-Goiás que faz divisa com a Bahia, com certeza sente uma pré indisposição para tarefas simples do dia-a-dia por conta do calor.

E assim cria-se um objetivo de alimentar uma visão que facilitará a vida desses guerreiros através de ideias que facilitem o entendimento do que é preciso desenvolver de habilidade para um bom desempenho da atividade policial em todo o Brasil.

2 REVISÃO DE LITERATURA

Passar-se-á agora a abordagem dos pontos que tratam desde a atividade física do policial, dentro e fora de sua rotina laboral, aos requisitos para ingresso na carreira militar, culminando com o escopo principal do presente estudo, que é a correlação entre a qualidade de vida desse servidor quando se faz presente a possibilidade de um trabalho pleno entre corpo e mente.

2.1 A atividade física da vida do policial

A atividade física do policial está ligada diretamente a suas funções rotineiras operacionais e sua carga de estresse é muito maior que de um emprego qualquer. O policial está interligado no convívio com a violência e o risco de morte, intervenção em delicadas circunstâncias e comportamentos, situações de estresse e tantos outros fatores (COSTA, 2007). Para este autor, a atividade física tem essencialidade na diminuição das substâncias que afetam o coração e também alivia áreas do cérebro, ou seja, o psicológico.

Um agente da segurança pública tende a sofrer doenças mais rapidamente devido a sua condição social e tais transtornos surge com o passar dos anos no qual a manutenção da saúde é deixada de lado. Consequentemente o Agente que pratica e está apto em atividades físicas, consegue manter um bom convívio com a sociedade e ainda sobressair no grau de condicionamento físico para com o serviço.

De modo que, não sofra discriminação por seus aspectos físicos divergentes ao que se espera das policcias.

A melhora quando utilizam de treinamento, tanto para melhora de suas funções profissionais, quanto para a sua saúde, em que se preze por bom condicionamento físico exigida pela profissão quando para a saúde (NUNES, 2011).

A saúde que é tratada em termos de aliviar tensões e proteger o agente de segurança pública não engloba apenas o corporal, mas também o psicológico, neste sentido, percebe-se a não preocupação do Estado com bem-estar do servidor público e seu desempenho na função.

Observado essa deficiência, as pesquisas estarão dentro da importância das atividades físicas do policial militar e das outras polícias. Como também o pensamento de alguns autores acerca dessa informação.

2.2 Surgimento da polícia no Brasil

A polícia no Brasil nasceu ainda no Período do Império Colonial, e se consolidou na urgência em garantir a que fossem respeitados a regras e ditames da Lei e costumes da época. O autor Silva e Silveira (2008) menciona que as províncias não tinham disponibilidade para garantir a ordem com os meios da época e que o surgimento da Polícia iria sanar o problema.

Um dos maiores feitos da história do Brasil se consolidou com a sanção da Lei que autorizava os guardas municipais, seja a pé ou a cavalo, auxiliar a justiça ainda no Império de D. Pedro segundo, em 10 de outubro 1831.

Logo mais, a Constituição atual de 1988, no seu artigo 144 e parágrafos elenca todas as forças policiais e suas funções dentro de todos os estados brasileiros.

2.3 Requisitos para o ingresso na Carreira Militar

Se tornar um policial dentro do Estado brasileiro tem que cumprir com alguns requisitos pré-estabelecidos. No geral, é necessário concorrer ao concurso público por avaliação teórico/intelectual, avaliações de saúde física e psicológica e testes físicos, após serem aprovados, será submetido ao Curso de Formação no determinado órgão que escolheu e por fim esse curso transmitirá ao aluno as teorias e práticas dentro do contexto social cominado com as normas legais do Estado e nesse caso bem esclarece afirmando:

O conteúdo de um processo formal de socialização profissional para “moldar” os futuros policiais inclui a seleção de certas matérias teóricas e práticas e de determinados eventos sobre outros, uma posição estilizada para as atividades rotineiras do cargo a ser ocupado, e algumas ideias da conveniência de um elenco de respostas comportamentais para situações periódicas no mundo do trabalho” (PONCIONI, 2005, p. 588).

A explicação citada acima demonstra que para ser policial é necessário dominar procedimentos teóricos e práticos para responder prontamente às demandas de segurança pública.

Assim, convém explicar cada etapa para o ingresso na carreira militar, quais sejam:

a) Aprovação em certame: como agente do Estado, em regime estatutário, o candidato à carreira militar deve ser aprovado em concurso público, em observância à redação dada, como exemplo, à Lei nº 15.704 de 20 de junho de 2006, artigo 2º, *in verbis*:

“O ingresso no no cargo inicial da carreira de Praça dar-se-á mediante aprovação prévia em concurso público de provas ou de provas e títulos, que compreenderá:

I – prova objetiva e discursiva, de caráter eliminatório e classificatório;

II – provas de aptidão física e mental, mediante testes físicos, exames médicos e psicológicos, na forma prevista em Edital, ambas de caráter eliminatório.”

Embora o exemplo acima seja da lei voltada ao Distrito Federal, todo estado, mesmo podendo editar lei específica para ingresso, transferência, promoção e demais direitos e deveres dos militares, tal redação deve estar alinhada com o disposto no artigo 142, § 3º, inciso X da Constituição Republicana vigente, que assim reza:

Art. 142. As Forças Armadas, constituídas pela Marinha, pelo Exército e pela Aeronáutica, são instituições nacionais permanentes e regulares, organizadas com base na hierarquia e na disciplina, sob a autoridade suprema do Presidente da República, e destinam-se à defesa da Pátria, à garantia dos poderes constitucionais e, por iniciativa de qualquer destes, da lei e da ordem.

§ 3º Os membros das Forças Armadas são denominados militares, aplicando-se-lhes, além das que vierem a ser fixadas em lei, as seguintes disposições: (Incluído pela Emenda Constitucional nº 18, de 1998)

X - a lei disporá sobre o ingresso nas Forças Armadas, os limites de idade, a estabilidade e outras condições de transferência do militar para a inatividade, os direitos, os deveres, a remuneração, as prerrogativas e outras situações especiais dos militares, consideradas as peculiaridades de suas atividades, inclusive aquelas cumpridas por força de compromissos internacionais e de guerra. (Incluído pela Emenda Constitucional nº 18, de 1998).

Desta feita, conclui-se que todo agente público de segurança está amparado pela Constituição, e nenhuma lei infraconstitucional pode inovar nessa matéria.

b) Requisitos físicos objetivos:

O candidato à vaga de policial militar, antes da inscrição, deve observar atentamente os requisitos físicos objetivos do edital, para não ocorrer que, mesmo sendo aprovado no teste aplicado pela banca organizadora, não seja frustrado por indeferimento do ingresso por inobservância de tais critérios, que são eles, também exemplificados pela Lei nº 1.291 de 22 de julho de 2016, do Estado de São Paulo:

Artigo 2º - São requisitos para inscrição no concurso de ingresso nas carreiras da Polícia Militar:

- I - ser brasileiro;
- II - ter idade mínima de 17 (dezessete) anos;
- III - ter idade máxima de:
- a) 30 (trinta) anos, para ingresso no QOPM;
- b) 35 (trinta e cinco) anos, para ingresso no QOS;
- c) 35 (trinta e cinco) anos, para ingresso no QOM;
- d) 30 (trinta) anos, para ingresso no QPPM;
- IV - ter estatura mínima, descalço e descoberto, de:
- a) 155 cm (cento e cinquenta e cinco centímetros), se mulher;
- b) 160 cm (cento e sessenta centímetros), se homem;
- V - haver recolhido a taxa de inscrição prevista no edital.

§ 1º - A idade máxima prevista no inciso III não se aplica ao candidato pertencente aos quadros da Polícia Militar do Estado de São Paulo.

§ 2º - O inciso IV deste artigo não se aplica à inscrição no concurso público para o QOS e QOM.

Artigo 3º - O candidato ao ingresso não poderá apresentar tatuagem que, nos termos do detalhamento constante nas normas do Comando da Polícia Militar:

- I - divulgue símbolo ou inscrição ofendendo valores e deveres éticos inerentes aos integrantes da Polícia Militar;
- II - faça alusão a:
- a) ideologia terrorista ou extremista contrária às instituições democráticas ou que pregue a violência ou a criminalidade;
- b) discriminação ou preconceito de raça, credo, sexo ou origem;
- c) ideia ou ato libidinoso;
- d) ideia ou ato ofensivo aos direitos humanos;
- III - seja visível na hipótese do uso de uniforme que comporte camisa de manga curta e bermuda, correspondente ao uniforme operacional de verão.

Questão controversa e não pacificada pela jurisprudência e doutrina é a adoção dos critérios de altura mínima e tatuagem, mas não é o escopo teleológico do presente estudo. O que se deve atentar é que para o ingresso na carreira militar, muito se é exigido, desde o certame até o curso de formação nas escolas que formam esses profissionais. Os testes físicos, abordados a seguir, demonstram a incoerência que há entre o ingresso e a manutenção física deste servidor:

c) Testes físicos:

Após passar por uma bateria de testes teóricos, o candidato enfrenta uma

série de testes físicos, médicos e psicológicos, também amparados pela lei complementar supra, em seu artigo 4º:

- II - exames de aptidão física, com o intuito de avaliar as condições físicas mínimas para o desempenho do cargo público referente ao Quadro;
- III - exames de saúde, que compreenderão exames médicos, odontológicos e toxicológicos;
- IV - exames psicológicos, destinados à avaliação das características cognitivas e de personalidade do candidato para o desempenho adequado das atividades inerentes à carreira pretendida, de acordo com os parâmetros do perfil psicológico estabelecido para o exercício.

Gonçalves (2006) apud Rodriguez-Añez (2003) aponta que mesmo com a exigência de testes físicos para o ingresso na carreira militar, pouca ou nenhuma atenção é dada à manutenção da saúde plena do policial, que muitas vezes cria sua própria rotina de exercícios, o que pode incorrer em lesões em médio prazo. Daí dizer-se da incoerência entre o certame e a prática da escala laboral. E é sabido que uma atenção maior à saúde, redundando em bom desempenho pessoal e profissional, como se verá a seguir, segundo a Organização Mundial de Saúde.

2.4 A OMS e a atividade física

É fato que a saúde tem tido impacto mundial com as novas diretrizes comportamentais da nova geração. A OMS (Organização Mundial de Saúde) divulgou em 2010 a importância de ter uma vida ativa com os exercícios físicos e a manutenção da alimentação pois terá vantagens em evitar por exemplo, riscos de hipertensão arterial, acidente vascular cerebral e evita diabetes e tantas outras doenças comuns que acomete a população.

Em recente estudo, desta vez em 2017, a mesma instituição divulgou uma recomendação de hábitos de atividades físicas para pessoas de 18 a 64 anos, a fim de reduzir significativamente os riscos de doenças cardiovasculares, respiratórias e psicológicas, por exemplo.

Sugeriu-se 150 minutos de trabalho aeróbico moderado por semana ou 75 minutos de trabalho intenso, no mesmo período.

Nessa senda é que Favacho & Rosa (2012) explicam que a OMS compreende o completo bem-estar como uma correlação entre o meio e o indivíduo, também chamada “Qualidade de Vida”. Essa correlação também deve ser levada em

conta quando da análise do ambiente laboral, sobretudo em situações de insalubridade e/ou periculosidade, como o objeto do presente estudo.

Considerando o deslocamento da casa ao trabalho e vice-versa e a escala de revezamento do servidor da segurança pública, não é raro que esse profissional passe mais tempo fora do que no descanso do lar, daí a importância da atividade física não apenas como meio de suportar situações de perigo e desgaste emocional, mas também a encarando como um momento de relaxamento e contato consigo mesmo.

2.5 Desempenho da Atividade Policial

Neste artigo, a pesquisa está voltada para alguns aspectos dentro da função policial. O policial, tratando diretamente do militar, está a serviço do Estado 24 horas, 365 dias no ano consecutivos sem interrupção. Teoricamente, trajar o fardamento não é apenas o momento que está desempenhando a atividade laboral de agente de segurança pública, sobretudo está ativo a toda situação que necessite de sua ação.

“O agente de Segurança Pública é, contudo, um cidadão qualificado: emblematiza o Estado, em seu contato mais imediato com a população. Sendo a autoridade mais comumente encontrada tem, portanto, a missão de ser uma espécie de “porta voz” popular do conjunto de autoridades das diversas áreas do poder. Além disso, porta a singular permissão para o uso da força e das armas, no âmbito da lei, o que lhe confere natural e destacada autoridade para a construção social ou para sua devastação. O impacto sobre a vida de indivíduos e comunidades, exercido por esse cidadão qualificado é, pois, sempre um impacto extremado e simbolicamente referencial para o bem ou para o mal-estar da sociedade”. (BALESTRERI, 2003, p. 8).

Balestreri (2003) já afirmava que a saúde do policial maltratado também influenciava no trato com o cidadão.

Coleta & Coleta (2008), em uma pesquisa quantitativa, trouxeram dados alarmantes sobre como os policiais civis de Minas Gerais lidavam ou preveniam o estresse e quais sugestões dariam para uma rotina com mais qualidade.

Dos 40 entrevistados, 58% vivenciavam algum tipo de situação estressante no lar, sendo os casos mais citados os problemas na vida conjugal e o financeiro, 17% sugeriram melhorias que foram desde investimentos em infraestrutura até mais companheirismo entre os colegas e mais reconhecimento da sociedade sobre seu labor.

2.6 Modernidade e o absenteísmo dentro da Atividade Física do Policial

A era tecnológica que vivemos nos proporciona malefícios e benefícios em proporções gigantescas, tais como a mordomia de fazer pedidos de X-burguer sem precisar se locomover e ainda até uma compra de um apartamento pela internet se quer antes ter visto pessoalmente. Esses foram os grandes avanços dos benefícios, porém os malefícios não perdem espaço, se apresentam como o sedentarismo, acúmulo elevado de energia e conseqüentemente de gordura, diabetes e obesidade mórbida que é uma das situações mais evidentes do Séc. XXI e tantos outros.

O desempenho de qualquer atividade física significa que a pessoa é capaz de realizar tarefas diárias com vigor e prontidão, sem cansar tanto e ainda ter a capacidade de enfrentar novos desafios (Añez, 2003).

Esse tempo de modernidade para a polícia, especialmente para a polícia militar, se encontram em risco por causa do aumento da criminalidade e violência no país em tempo real.

“[...] a segurança pública vem se tornando alvo de discussões e questionamentos” (PESSANHA, pág. 279, 2008).

O autor se refere ao contexto social que está intimamente ligado as ações dos agentes da segurança pública que por vez está associado ao stress do policial, um exemplo tratado pelo o autor em seu artigo, foi a pressão da opinião pública em decorrência da mídia por causa das incertezas apresentadas.

Desse jeito, por somas de vários fatores, o policial pende pelo descanso durante seus tempos vagos e evita a “fadiga desnecessária” e não quer/consegue conciliar mais uma nova atividade dentro da rotina.

A falta de absenteísmo ou do dever em fixar esse padrão de comportamento por cada agente de segurança pública se solidifica cruelmente quando as próprias corporações não trabalham diretamente com seus servidores. O porque dessa falta de incentivo?

Esse texto abre de uma maneira a trabalhar o conjunto de vários aspectos para com o tema em questão. Exemplo dos aspectos sociais, que foi trabalhado por PESSANHA (2008), além de exemplos de corporações pelo Brasil. Mais focado na saúde física e mental do policial e tudo que é inerente ao seu desempenho dentro da atividade policial.

A atividade do policial, por vez pode ser confundida com atividade física ou aptidão física, o que simplesmente está relacionado a sua prática rotineira operacional, destarte o artigo fará jus do seu objetivo contemplando maior o leque de informações para com a situação do Policial.

Balestreri (2003), mencionou o quanto parecia impossível quando iniciava uma democracia onde se tinha policias e suas funções determinadas já na carta magna de 1988. Todo o pré-conceito do povo por acabar de saírem de um regime autoritário e reinserir de uma forma apaziguadora para a cidadania e Estado-Nação:

“A história, felizmente, concedeu-nos a razão, e hoje praticamente ninguém tem dúvidas a respeito da relevância do papel policial na edificação de uma cultura de direitos humanos” (Balestreri, 2003).

Bayley (2001), aponta em sua obra diferentes circunstâncias sociais dentro do policiamento no mundo moderno, categorizando por vez, um a um, o primeiro deu a entender que a polícia tem responsabilidade sobre evitar que o crime ocorra, mas fica explicito a dificuldade mesmo após muita análise e estudos a dificuldade em julgar o desempenho policial por se tratar de épocas e lugares distintos, seja em qualquer país do mundo.

“Entre as instituições do governo moderno, a polícia ocupa uma posição que desperta um interesse especial: Ele é, a mais conhecida e a menos compreendida de todas elas” (BITTNER, 2003).

É cediço que o método de treinamento militar não está em consonância com a democratização do país, e isso distancia o policial militar da sociedade, transformando em grupo “nós x eles”. E esse treinamento também está relacionado com as atividades físicas, pois não há um investimento maciço em tecnologias que favoreçam uma rotina que produz qualidade de vida nem no aquartelamento muito menos no campo de atuação. Essa ideia, sustentada por Barreto (2011), considera que as atividades policiais, para serem menos desgastantes não só mental, mas fisicamente, precisa abordar o conceito do que é militarização e como isso se desdobra na sociedade.

O descrédito social é causa e efeito de uma polícia que não investe e não protege a si mesma de um Estado que não assume sua culpabilidade pelo avanço da violência, deixando que a Polícia Militar exerça papel de solucionadora de conflitos sociais, prerrogativa essa que pertence ao Estado, em conjunto com a sociedade.

O Brasil tem uma cultura de litígio, cultura essa que afoga o sistema judiciário. Dados do CNJ (2016) apontam que há no Brasil mais de 100 milhões de processos em andamento. Se considerar-se que há 200 milhões de habitantes no Brasil e que em um processo, figuram pelo menos duas pessoas (polos ativo e passivo), infere-se que há um processo para cada brasileiro no país.

Essa lentidão se desdobra em descrédito por toda a classe que protege as leis no país, e não é diferente com os policiais. E todo descrédito, por lidar com relações humanas, cedo ou tarde desemboca em doenças e transtornos psicológicos, que se agrava por uma inatividade física.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com o levantamento bibliográfico proposto para o presente trabalho, podem-se extrair alguns resultados, descritos em ordem cronológica do desenvolvimento do trabalho:

Há um considerável número de agentes de segurança pública readaptados ou realocados para atividades administrativas devido a problemas de ordem psicológica e/ou física em decorrência da dificuldade que esses profissionais têm, entre outras, de conciliarem suas jornadas com atividades que favoreçam o bem-estar e a qualidade de vida (ALMEIDA et al., 2010).

Costa (2007) sustenta que a atividade física, sobretudo no cotidiano do policial militar, diminui significativamente o risco de doenças cardiovasculares, bem como de problemas de ordem psicológica.

Por bem-estar e qualidade de vida, explicam Favacho & Rosa (2012) que a OMS correlaciona a qualidade de vida como sendo a harmonia plena entre o indivíduo e seu meio de convívio, considerando como lugar de convivência também a rotina laboral, ou seja, é importante mencionar que a jornada de trabalho, desde a saída até o retorno à sua residência, faz parte da abrangência sobre o termo “qualidade de vida”.

Como resultado de inobservância à atenção plena da saúde física do agente de segurança pública, a falta de uma rotina adequada de atividades que lhe proporcionem uma manutenção do corpo e da mente é que Coleta & Coleta (2008) trazem dados alarmantes sobre desdobramento desse descuido, onde mostram,

numa pesquisa quantitativa realizada com policiais militares em Minas Gerais, em que dos 40 entrevistados, quase 60% apresentavam problemas psicológicos em decorrência de disfunções emocionais e de convívio entre os seus familiares. A falta de atividade física não mantém o profissional de segurança pública apenas apto ao pronto emprego, também lhe dá condições e recursos cognitivos para estar em contato com a sociedade, numa condição livre do sobreaviso constante, o que reflete na família.

Pessanha (2008) enfatiza que a visão que a sociedade tem sobre a carreira militar dificulta a conscientização de que, a despeito de ser uma atividade que necessita de um preparo físico adequado às situações de prontidão e agilidade, tal preparo não é fomentado sistematicamente dentro e fora do quartelamento, restringindo-se apenas a práticas espontâneas, sem acompanhamento profissional, favorecendo inclusive o surgimento de lesões.

Outro fato que coloca em xeque o desempenho físico do policial militar é sua necessidade, em decorrência de vencimentos insatisfatórios, a procurarem a assim conhecida como AC4 para complemento de renda, afastando-o ainda mais de atividades concatenadas com uma qualidade de vida ajustada.

Relacionada indiretamente com a queda de rendimento do policial militar e a desmotivação para práticas de atividades saudáveis que lhes forneça mecanismos mentais para suportarem a jornada de trabalho desgastante está a cultura brasileira que vê na figura do agente de segurança pública alguém que é obrigado a pacificar a sociedade, não importam os meios.

Desconsideram que o Estado na pessoa dos seus representantes precisa fornecer estruturas sociais, políticas públicas isonômicas e adequadas para que a função militar seja vista como de parceria com a comunidade, não de oposição. Esse ponto, embora pareça distante do tema proposto, é na verdade próximo, porque a saúde física e mental necessariamente perpassa pela sensação de dever cumprido, e tal sensação só é possível em condições mínimas de trabalho, resguardando o estresse apenas para necessidades inevitáveis.

Ante o exposto, após revisitação ao arcabouço literário encontrado, observou-se que a atividade física do policial militar está diretamente relacionada ao seu desempenho dentro e fora do serviço. Hagen (2006) explica que a depender da escala e posto de trabalho do policial, ou ele está sujeito ao sedentarismo ou a

situações físicas extremamente desgastantes, o que leva a uma incongruência entre sua necessidade de pronto emprego e sua saúde.

4 CONCLUSÃO

Conclui-se dessas várias linhas de exposições que é necessário se fazer um trabalho concatenado da parte da Administração Pública voltada à prática de atividade física do agente de segurança pública, com acompanhamento de profissionais com formação em Educação Física, psicólogos capacitados dentro da área de segurança pública brasileira. Também se solidificou ainda mais que deve haver estudos quando nos referimos aos policiais militares do Brasil especificamente frisando. Deve haver condições por parte do Estado, em sua gestão, estrutural para um trabalho motivador, isso desde a infraestrutura até uma rotina condizente que mitigue o estresse desnecessário do policial, para que este não procure por mais serviços dentro da instituição, acumulando horas de sonos perdidos ou ainda uma terceira alternativa de emprego condizente com a Lei, sem acúmulos de cargos.

Entretantes, é importante também padronizar a escala de trabalho do policial militar, bem como evitar a rotatividade de postos, muitas vezes dificultando seu deslocamento ao trabalho, o que a distância ainda mais do tempo livre com a família, diga-se de passagem, é uma das formas mais eficazes de relaxar os ânimos do policial é ficando com a família e também para o cuidado do seu bem-estar físico e mental.

Assim sendo, suscita-se que o tema seja levado à frente em discussões nas cadeiras acadêmicas, sobretudo nas áreas de saúde física e mental, para a promoção de pesquisa e desenvolvimento de alternativas para a melhoria da qualidade de vida do policial militar.

REFERÊNCIAS

ALESP, 2016. **Lei complementar nº 1.291, de 22 de julho de 2016.** Disponível em: <<https://www.al.sp.gov.br/repositorio/legislacao/lei.complementar/2016/lei.complementar-1291-22.07.2016.html>>. Último acesso em 04 de abril de 2018.

ANDRADE E. R.; SOUZA E. R. **Autoestima como expressão de saúde mental e dispositivo de mudanças na cultura organizacional da polícia.** Psic. Clin., Rio de Janeiro, v. 22, n. 2, p. 179-195, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pc/v22n2/12.pdf>> Acesso em: 06 jul. 2013.

AÑEZ, C. R. R. **Sistema de avaliação para promoção e gestão do estilo de vida saudável e da aptidão física relacionada à saúde de policiais militares.** 2003. 144 f. Tese (Doutorado) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2003.

BALESTRERI, R. B. **Direitos Humanos: coisa de polícia.** Passo Fundo: Ed. CAPEC, 2003.

BARRETO, T. B. M. **Polícia brasileira: defensora ou violadora dos direitos humanos?** Jornada Internacional de Políticas Públicas, UFPE, p. 1 – 7, 2011.

BAYLEY, David H. **Padrões de Policiamento: Uma Análise Comparativa Internacional.** Vol. 1, EdUSP, 2001.

BITTNER, Egon. **Aspectos do Trabalho Policial,** Editora Edusp, 2003.

BOÇON, M. **Nível de atividade física de policiais militares operacionais da cidade de Curitiba.** Universidade Tecnológica do Paraná, 46 p., 2015.

CARDOSO, M. (2015) **Brasil atinge a marca de cem milhões de processos em tramitação na justiça.** Disponível em: <<https://www.conjur.com.br/2015-set-15/brasil-atinge-marca-100-milhoes-processos-tramitacao>> Último acesso em 26 de março de 2018.

COLETA, A. S. M. D.; COLETA, M. F. D. **Fatores de estresse ocupacional e coping entre policiais civis**. Revista Psico-USF, v. 13, n. 1, p. 59-68, 2008.

GONÇALVES, L. G. O. **Aptidão física relacionada à saúde de policiais militares de município de Porto Velho – RO**. [Dissertação], Universidade de Brasília, 100 p., 2006.

HAGEN, A.M.M. **Encontro Anual da ANPOCS. São Paulo: Academia de Polícia Civil do Estado do Rio Grande do Sul**; 2006.

JESUS, G. M.; JESUS, E. F. A. **Nível de atividade física e barreiras percebidas para a prática de atividades físicas entre policiais militares**. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, Florianópolis, v. 34, n. 2, p. 433-448, 2012.

JÚNIOR, J.R. **Avaliação da composição corporal em policiais militares do 22º batalhão da polícia militar do estado de Goiás**. 2009.

MATSUDO, S. M.; MATSUDO, V. R.; ARAÚJO, T.; ANDRADE, D.; ANDRADE, E.; OLIVEIRA, L.; BRAGGION, G. **Nível de atividade física da população do estado de São Paulo: análise de acordo com o gênero, idade, nível socioeconômico, distribuição geográfica e de conhecimento**. Rev. Bras. Ciên. e Mov., Brasília, v. 10, n. 4, p. 41-50, out. 2002.

MINAYO, M.C.S.; ASSIS, G.L.; OLIVEIRA. **Impacto das atividades profissionais na saúde física e mental dos policiais civis e militares do Rio de Janeiro**. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 16, n. 4, p. 2199-2209, 2011.

MIYANO, M. C. S.; SOUZA, R. E.; CONSTANTINO, P. **Riscos percebidos e vitimização de policiais civis e militares na (in)segurança pública**. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 23, n. 11, p. 2767-2779. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csp/v23n11/23.pdf>>. Último acesso em 19 de março de 2018.

SILVEIRA, C.; SOUZA, L. V. F., 2014. **Saúde Mental e o Policial Militar: a concepção de Policiais Militares acerca do estresse relacionado ao seu trabalho dentro da perspectiva de saúde mental**, Disponível em: <<https://psicologado.com/psicopatologia/saude-mental/saude-mental-e-o-policial->

militar-a-concepcao-de-policiais-militares-acerca-do-estresse-relacionado-ao-seu-trabalho-dentro-da-perspectiva-de-saude-mental>. Último acesso em 19 de março de 2018.

VEJA, J. B. (2017). **Recomendações da OMS dos níveis de atividade física para todas as faixas etárias.** Disponível em: <<http://www.saude.br/index.php/84-atividade-fisica/229-recomendacoes-da-oms-dos-niveis-de-atividade-fisica-para-todas-as-faixas-etarias>>. Último acesso em 26 de março de 2018.