

**ANALISE COMPARATIVA DA COMPOSIÇÃO CORPORAL DE POLICIAIS  
MILITARES RECÉM-ADMITIDOS COM MILITARES COM MAIS DE 10 ANOS  
DE CARREIRA DO 2º BPM DA PARAÍBA**

Dennyson Fagner de Araújo de Medeiros

Edlane de oliveira Costa

Pablo Almeida Macedo Norte

Sâmella Rayssa Valerino Andrade de oliveira

Faculdade Mauricio de Nassau

Analisando o estilo de vida de algumas pessoas, constatou-se que apesar de terem consciência de que a saúde é fundamental na qualidade de vida, elas pouco se preocupam com os comportamentos de risco a saúde dando mais atenção, nesta fase, as questões de acumulação de bens materiais, o que, segundo eles, justificaria sacrifícios de ordem pessoal para alcançar objetivos materiais. Segundo Nahas (2003), infelizmente a grande maioria das pessoas só pensa em sua saúde, quando esta se acha ameaçada, e os sintomas das doenças são visíveis. Estudos exploratórios têm verificado que o perfil de estilo de vida individual de algumas pessoas apresenta várias deficiências preocupantes no que se refere à atividade física, hábitos alimentares, controle de estresse e comportamentos preventivos (LEGNANI, 2004).

A polícia militar, enquanto órgão do Estado possui como funções e atribuições legais promover e garantir a segurança pública. Para o exercício de suas funções, o policial militar precisa estar preparado para atender às novas e crescentes demandas que as questões de segurança pública lhe impõem tendo como grandes desafios o combate à violência e a criminalidade. De modo específico, deve ser munido de recursos técnicos e táticos para intervir em favor da ordem social. Precedendo a toda preparação técnico-tática, deve-se considerar que um nível adequado de higidez e aptidão física, por parte dos

indivíduos que servem a essa autarquia, é o gradiente que cria condições ideais para efetiva realização de qualquer trabalho militar.

Nota-se que o exercício da atividade policial militar, de manter a ordem e cumprimento das leis na sociedade, é reconhecidamente estressante (COLLINS; GIBBS, et al., 2003) e predispõe os trabalhadores a riscos físicos e psicológicos, que associados a outros fatores de risco, tais como inadequados hábitos alimentares, baixo nível de atividade física habitual e excesso de peso, podem originar doenças crônicas, sobretudo as cardiovasculares. Conforme Pereira (2007), nas classes militares, a aptidão física é um fator determinante, ou seja, níveis baixos de aptidão física influenciam negativamente tanto ao ingresso quanto ao sistema promocional da carreira militar. Trabalhadores fisicamente ativos são mais produtivos que seus colegas sedentários e ainda são menos suscetíveis a se aposentarem precocemente devido a doenças cardíacas e outras doenças degenerativas

No entanto, infelizmente, alguns estudos têm verificado que a capacidade física de militares vem sofrendo declínio considerável, principalmente em policiais, e os níveis de gordura corporal, que faz parte deste conjunto de variáveis, é um dos principais destaques nesta visão negativa (RODRIGUEZ AÑES, 2003).

Para ingressar na atividade de segurança pública mais especificamente na Polícia Militar da Paraíba são realizados testes de aptidão física que consistem em resistência aeróbia, resistência localizada e força, mas a capacidade física dos militares a partir destes testes não são mais avaliados durante sua vida profissional, ou seja, não é mais exigido destes nenhuma preparação física para desempenhem a suas funções no que diz respeito à exigência do empregador para que este consiga manter o emprego, mas não quanto à exigência da função devido à necessidade do uso da força e resistência aeróbia em várias situações no desempenho de atividades relacionadas à sua rotina de tarefas e obrigações dentro função.

Pois esta função exige que em vários momentos o policial militar tenha que entrar em ação para proteger e ou evitar que algum delito ocorra, exigindo deste um preparo físico para que possa desempenhar com sucesso sua

intervenção. A partir destas afirmações acredita-se que a preparação física do policial militar vai contribuir para um melhor desempenho profissional e uma melhor qualidade de vida.

Desta forma estabelecemos o seguinte problema de estudo: Os policiais militares da Paraíba apresentam níveis de composição corporal satisfatórios para saúde no decorrer do serviço militar?

A ocorrência de excesso de peso entre Policiais Militares brasileiros tem sido pouco avaliada em publicações científicas. Mas, há algumas evidências destacando altas taxas de excesso de peso (DONADUSSI, et al., 2009) e de risco elevado para doenças cardiovasculares e metabólicas, associado à obesidade abdominal entre esses trabalhadores (DONADUSSI, et al., 2009). Em síntese, tais constatações apontam para altas prevalências de excesso de peso e para o risco de adoecimento, ao qual, esta classe de trabalhadores está susceptível.

#### OBJETIVO GERAL

Descrever e comparar o índice de composição corporal de policiais militares recém-admitidos com militares com mais de 10 anos de carreira do 8º BPM da Paraíba. Objetivando-se também verificar se há diferenças significativas na aptidão física relacionada à saúde entre os integrantes da corporação que participam de forma sistemática de um programa de exercícios físico orientado e os que não participam deste programa.

#### JUSTIFICATIVA DO ESTUDO

Nesse contexto, vários estudos já foram realizados para elucidar os fatores ambientais e comportamentais associados ao aumento da ocorrência de sobrepeso e de obesidade na população brasileira, revelando uma rede de fatores de risco que inclui hábitos alimentares, atividade física habitual insuficiente, sexo, idade, nível de escolaridade, renda, ocorrência de obesidade na família, entre outros (REZENDE et al., 2006; OLIVEIRA, VELÁSQUEZ-MELÉNDEZ; KAC, 2007; SOUSA et al., 2007; VEDANA et al., 2008; OLIVEIRA et al., 2009).

Entretanto, a ocorrência de excesso de peso entre Policiais Militares brasileiros tem sido pouco avaliada em publicações científicas. Mas, há

algumas evidências destacando altas taxas de excesso de peso (DONADUSSI, et al., 2009) e de risco elevado para doenças cardiovasculares e metabólicas, associado à obesidade abdominal entre esses trabalhadores (DONADUSSI, et al., 2009).

Nota-se que o exercício da atividade policial militar, de manter a ordem e cumprimento das leis na sociedade, é reconhecidamente estressante (COLLINS; GIBBS, et al., 2003) e predispõe os trabalhadores a riscos físicos e psicológicos, que associados a outros fatores de risco, tais como inadequados hábitos alimentares, baixo nível de atividade física habitual e excesso de peso, podem originar doenças crônicas, sobretudo as cardiovasculares. Em estudo realizado com Policiais Militares do 6º Batalhão da Polícia Militar de Cascavel (PR), 63,9% dos policiais foram diagnosticados com excesso de peso, de acordo com o Índice de Massa Corporal (IMC), 12,0% apresentaram risco elevado para complicações metabólicas, segundo a circunferência abdominal e 18,6% apresentaram elevados percentuais de gordura corporal (DONADUSSI et al., 2009). Houve correlação positiva entre o IMC, a circunferência abdominal e o percentual de gordura corporal dos policiais.

Dados recentes revelaram 31% de risco metabólico, identificado a partir da circunferência abdominal, entre os Policiais Militares de Feira de Santana, Bahia, o qual foi mais freqüente entre os PM mais velhos e com baixo nível de atividade física habitual (JESUS; JESUS, 2010). Outra pesquisa, realizada com militares do exército brasileiro, avaliou a associação entre a prevalência de sobrepeso e obesidade com a hipertensão arterial (HA).

Os resultados apontaram prevalência de 64,5% de excesso de peso entre os militares (51,64% de sobrepeso e 12,91% de obesidade), considerando o IMC; 17,84% e 7,84% de obesidade abdominal, conforme a circunferência da cintura e a razão cintura-quadril (RCQ), respectivamente. A prevalência de HA entre esses militares foi baixa (5,63%), mas se associou positivamente com a RCQ, possibilitando constatar a relação entre a deposição abdominal de gordura com o risco cardiovascular entre esses militares (NEVES, 2008).

## METODOLOGIA

De acordo com Mattos, Júnior e Blecher (2004), a pesquisa será executada de forma indireta do tipo documental. Será avaliado um efetivo de 40 (quarenta) policiais militares, todos do sexo masculino. Para a execução desta pesquisa será solicitado da Diretoria de Ensino da polícia militar, via ofício, a liberação dos dados referentes ao 2º BPM 2011/2012, somente foram retirados das fichas dados referentes à aptidão física relacionada à saúde (resistência cardiorrespiratória, composição corporal, flexibilidade, força e resistência muscular localizada).

Para a coleta de dados, serão utilizados alguns testes para avaliar composição corporal. Os testes e medidas utilizados serão descritos a seguir: Medida do peso corporal via balança digital; Medida da Estatura via estadiômetro ou trena métrica com precisão até 2mm; Circunferência da cintura e quadril por intermédio de uma fita métrica será aferido à circunferência do abdômen e do quadril; Percentual de gordura corporal (Dobras cutâneas), as dobras cutâneas mensuradas foram as seguintes: Tricipital, subescapular, supra-ílfaca, panturrilha Medial. A estimativa do percentual de gordura será feita à determinação da densidade corporal através da utilização da equação proposta por Petroski (1999) para indivíduos do sexo masculino na faixa etária de 18 a 66 anos. Para a análise dos dados coletados utilizaremos a estatística descritiva através da média aritmética e da porcentagem representados com gráficos em colunas. As análises estatísticas serão realizadas com o recurso do SPSS Statistics 19 (Statistical Package for the Social Sciences).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os dados produzidos por nossa pesquisa até o presente momento levando em conta os objetivos deste trabalho revelam que os níveis de aptidão física dos policiais militares encontram-se em níveis insatisfatórios, visto que, por serem incluídos no grupo de profissões que trabalham com a segurança pública, deveriam ter uma aptidão física acima da média populacional.

A gordura corporal quando associada com o sobrepeso é fator determinante para o desenvolvimento de doenças. Por este motivo, a

manutenção de um peso corporal e de aptidão física é importante em qualquer área, ainda mais numa área tão importante que é a da segurança pública, diminuindo assim gastos com afastamentos, sobrecarga de trabalho dos outros policiais, aumento na expectativa de vida, entre outros benefícios.

## REFERENCIAS

COLLINS, P. A.; GIBBS, A. C. C. Stress in police officers: a study of the origins, prevalence and severity of stress-related symptoms within a county police force. *Occup Med (Oxford)*, v. 53, n.4, p. 255-263, 2003.

DONADUSSI, C. et al. Ingestão de lipídios na dieta e indicadores antropométricos de adiposidade em policiais militares. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 22, n. 6, p. 847-855, 2009.

JESUS, G. M.; JESUS, E. F. A. Predisposição para desenvolver resistência insulínica em policiais militares. *Pensar a Prática*. v. 13, n. 2, p. 1-15.-, 2010.

LEGNANI, E.; Legnani, R.; Romanzini, M. e Lopes, A.S (2004). **Comportamentos de risco relacionados a saúde em adolescentes da rede pública e particular**. In: *Anais do XXVII simpósio internacional de ciências do esporte*. São Paulo: Celafiscs, p. 57.

MATTOS, M. G.; ROSSETO JR.,A.J.; BLECHER, S. **Teoria e prática da metodologia da pesquisa em educação física: Construindo seu trabalho acadêmico: monografia, artigo científico e projeto de ação**. São Paulo: Phorte, 2004. 176 p.

NAHAS, M. V (2003). **Atividade física, Saúde e Qualidade de Vida**. Londrina: Midiograf.

NEVES, E. B. Prevalência de sobrepeso e obesidade em militares do exercito brasileiro: associação com a hipertensão arterial. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 13, n. 5, p. 1661-1668, 2008.

OLIVEIRA, E. O; VELÁSQUEZ-MELÉNDEZ, G; KAC, G. Fatores demográficos e comportamentais associados à obesidade abdominal em usuárias do centro de saúde de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. **Revista de Nutrição**. Campinas, v.20, n. 4, p. 361-369, 2007.

OLIVEIRA, L. P. M. et al. Fatores associados ao excesso de peso e concentração de gordura abdominal em adultos na cidade de Salvador, Bahia, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 3, p. 570-582, mar. 2009.

PETROSKI, E. L. **Desenvolvimento e validação de equações generalizadas para estimativa da densidade corporal em adultos. Santa Maria (RS)**, 1995. Tese de Doutorado, Universidade Federal de Santa Maria.

\_\_\_\_\_. **Antropometria: técnicas e padronizações**. Porto Alegre: Palloti, 1999.

PEREIRA, E. F. **Proposta de valores normativos para avaliação da aptidão física em militares da Aeronáutica**. São Paulo , 2006.

RODRIGUEZ-AÑEZ, C. R. **Sistema de avaliação para a promoção e gestão do estilo de vida saudável e da aptidão física relacionada à saúde de policiais militares**. Florianópolis □s.n.□, 2003. Tese de doutorado, Universidade Federal de Santa Catarina.

VEDANA, E. H. B et al. Prevalência de obesidade e fatores potencialmente causais em adultos em Região Sul do Brasil. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabologia**,v.52, n. 7, p. 1156- 1162, 2008.