

Grupo de Trabalho Temático (GTT) de Aspectos biodinâmicos do exercício e atividade física - Pôster

**COMPARAÇÃO DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E APTIDÃO FÍSICA DE DIFERENTES FUNÇÕES POLICIAIS MILITARES E INDICADORES DE FATORES DE RISCO**

*Almir de França Ferraz<sup>1</sup>*

*Michel Vetoraci Viana*

*Roberta Luksevicius Rica*

*Danilo Sales Bocalini*

*Susane Tamanho*

*Aylton Figueira Junior*

Estudos sobre os efeitos da atividade física para determinação da qualidade de vida e da execução da tarefa laboral de profissionais que se expõem a riscos à própria integridade física, como acontece com os policiais, podem contribuir de maneira efetiva para que esses indivíduos possam realizar diferentes esforços físicos no cumprimento de suas ações (Anderson et al. 2016). Quando comparados com a população em geral, os policiais apresentam características típicas das atividades que exercem, decorrentes dos ambientes laborais que levam estes profissionais ao desenvolvimento de estilos de vida menos saudáveis (Monayo et al 2008, Sassen et al. 2010). Alguns fatores de risco e características ocupacionais podem contribuir para que se desenvolvam riscos crônicos à saúde, como diabetes, adiposidade, tempo de serviço excessivo, transtorno de sono, obesidade, estresse, inatividade física, alimentação inadequada, condições socioculturais e ocupacionais desfavoráveis a um estilo de vida saudável (Czaja-Miturai et al. 2013, Rajaratnam et al. 2011, Franke et al. 2002). O objetivo do estudo foi comparar os níveis de atividade física, comportamento sedentário e os riscos à saúde de policiais militares do patrulhamento ostensivo e especializado. Foram avaliados 146 policiais militares do

---

<sup>1</sup> Contatos dos autores: [ferraz7777@gmail.com](mailto:ferraz7777@gmail.com); [michell@oikossaude.com.br](mailto:michell@oikossaude.com.br); [robertarica@hotmail.com](mailto:robertarica@hotmail.com); [bocaliniht@hotmail.com](mailto:bocaliniht@hotmail.com); [t\\_susane@hotmail.com](mailto:t_susane@hotmail.com); [prof.ayltonfigueira@usjt.br](mailto:prof.ayltonfigueira@usjt.br).

patrulhamento ostensivo e especializado e coletados dados antropométricos da massa corporal – kg; estatura – m; IMC - Kg/m<sup>2</sup>; RCQ e percentual de gordura. Os níveis de atividade física e de inatividade física foram determinados pelo IPAQ, versão curta 8, com análise estatística (Teste T, U Mann-Whitney e qui quadrado,  $p \leq 0,05$ ). O tempo médio de atividade física – patrulhamento ostensivo (108,33 ± 92,60 min/sem) e do especializado (137,11 ± 90,30 min/sem), totalizando com média geral de 122,72 ± 91,94 min/sem,  $p \leq 0,05$ ; e das médias do tempo sentado – patrulhamento ostensivo (391,27 ± 192,90 min/sem) com 30,1% de insuficientemente ativos e do especializado (319,41 ± 123,10 min/sem) com 17,1% de insuficientemente ativos, com média total de 312,00 ± 112,30 min/sem e 47,3% de insuficientemente ativos. Os policiais ativos têm chance de um terço a menos de desenvolver risco à saúde que os policiais inativos (OR=0,3; IC=0,18-0,67). Policiais do patrulhamento ostensivo possuem 3,6 chances de risco à saúde que os especializados por motivo do comportamento sedentário (OR=3,6; IC=1,48-8,75). Conclui-se que ambos os grupos de policiais militares possuem níveis de atividade física abaixo do recomendado e elevado tempo sentado, quando comparados as variáveis dos policiais do patrulhamento ostensivo possuem indicadores mais prejudiciais a saúde que dos especializados, portanto são grupos ocupacionais de risco e devem ser orientados sobre adoção de estilos de vida ativo e saudável.

**Palavras-chave:** policiais, atividade física, comportamento sedentário, risco, saúde.

## REFERÊNCIAS

- ANDERSON, A.A.; YOO, H.; FRANKE, W.D. Associations of physical activity and obesity with the risk of developing the metabolic syndrome in law enforcement officers. **J Occup Environ Med**, 58(9):946-51, 2016.
- CZAJA-MITURAI, I.; MERECZ-KOT, D.; SZYMCZAK, W.; BORTKIEWICZ, A. Cardiovascular risk factors and life and occupational stress among policemen. **Med Pracy**, 64(3):335-48, 2013.
- FRANKE, W.D.; RAMEY, S.L.; SHELLEY, M.C. Relationship between cardiovascular disease morbidity, risk factors, and stress in a law enforcement cohort. **J Occup Environ Med**, 44(12):1182-9, 2002.

MINAYO, M.C.S.; SOUZA, E.R.; CONSTANTINO, P. **Missão prevenir e proteger: condições de vida, trabalho e saúde dos policiais militares do Rio de Janeiro** [online]. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2008.

RAJARATNAM, S.M.; BARGER, L.K.; LOCKLEY, S.W.; SHEA, S.A.; WANG, W.; LANDRIGAN, C.P. Sleep disorders, health, and safety in police officers. **JAMA**, 21;306(23):2567-78, 2011.

SASSEN B.; KOK G.; SCHAALMA, H.; KIERS, H., VANHEES, L. Cardiovascular risk profile: cross-sectional analysis of motivational determinants, physical fitness and physical activity. **BMC Public Health**, 10(1):592, 2010.