

NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA E BARREIRAS PERCEBIDAS PARA
PRÁTICA DA ATIVIDADE FÍSICA EM POLICIAIS MILITARES ¹

LEVELS OF PHYSICAL ACTIVITY AND PERCEIVED BARRIERS FOR
THE PRACTICE OF PHYSICAL ACTIVITY IN MILITARY POLICIES

NIVELES DE ACTIVIDAD FÍSICA Y BARRERAS PERCEBIDAS PARA
PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN POLICIALES MILITARES

Maria Ildênia Silva de Castro, Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP),

ildeniapm@gmail.com

Thaizi Campos Barbosa, Faculdade de Medicina do ABC,

thaizi@gmail.com

Matheus Morbeck Zica, Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP),

mmorbeckz@yahoo.com.br

PALAVRAS-CHAVE: Militares; Atividade Física; Jornada de Trabalho.

A profissão policial militar é pertencente e representante de uma classe de trabalhadores que dispõem de prerrogativas e deveres peculiares, o que se faz necessário possuírem níveis de Aptidão Física acima dos padrões médios da população e condizentes com o serviço policial militar (JESUS, JESUS, 2012). O presente trabalho teve o objetivo de identificar quais as barreiras percebidas que mais interferem nos Níveis de Atividade Física (NAF) dos policiais militares do estado do Tocantins. Trata-se de um estudo descritivo correlacional, com delineamento transversal e de natureza quantitativa O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos (CAAE: 69102117.1.0000.5516). Foram convidados para participar do estudo 80 militares do quadro operacional dos quais aceitaram a participar de forma voluntária 69 (86,25%) entre 65 (94% homens) e 4 mulheres (6%) com média de idade de 37,7 anos ($\pm 7,27$) sendo selecionados, por critério de conveniência. Aplicou-se os questionários: *International Physical Activity Questionnaire*

¹ O presente trabalho não contou com apoio financeiro de nenhuma natureza para sua realização.

(IPAQ), versão curta para o NAF (MATSUDO *et al.*,2001) e; barreiras percebidas para a prática da atividade física (MARTINS; PETROSKI, 2000). Observou-se que barreiras mais expressivas são: jornada de trabalho extensa (17%), compromissos familiares (10%), falta de incentivo (8%), falta de energia (cansaço físico) (8%) e tarefas domésticas (7%). O NAF obtido revelou que 38% não atingiram as recomendações mínimas de atividade física semanal. Observou-se, com o teste de Spearman, uma correlação negativa ($r = -0,38$) e significativa ($p < 0,001$) entre as variáveis barreiras percebidas e NAF, ou seja, quanto maior o número de barreiras para a prática da atividade física, menor é o nível de atividade física do policial militar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

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

MATSUDO, S. *et al.* Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, v.6, n.2, p.05-18, 2001.

MARTINS, M.; PETROSKI, E. L. Mensuração da percepção de barreiras para a prática de atividade física: uma proposta de instrumento. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, Florianópolis, v. 2, n. 1, p.58-65, 2000.