

## **PERCEPÇÃO DE APTIDÃO FÍSICA E NÍVEL DE APTIDÃO FÍSICA DE POLICIAIS MILITARES DE CUIABÁ (MT)**

<sup>1</sup>SAKATA D.V.N., <sup>2</sup>POLITO L.F.T., <sup>2</sup>FIGUEIRA JUNIOR A.J., <sup>3</sup>SILVA S.M.,  
<sup>2</sup>BRANDÃO M.R.F., <sup>4</sup>PITTA R., <sup>3</sup>PALOMARES R., & <sup>2</sup>FERRAZ A.F.

<sup>1</sup>Curso de Bacharelado em Segurança Pública/Curso de Formação de Oficiais –  
Academia da Polícia Militar Costa Verde/APMCV – Várzea Grande – MT

<sup>2</sup>Programa de Pós Graduação Stricto Sensu em Educação Física – Universidade São  
Judas Tadeu (USJT) - São Paulo – SP

<sup>3</sup>Curso de Educação Física – Universidade Nove de Julho (UNINOVE) – São Paulo –  
SP

<sup>4</sup>Instituto Israelita de Ensino e Pesquisa: Centro de Educação em Saúde Abram  
Szajman – São Paulo - SP

**Introdução:** Os policiais militares necessitam de uma condição física adequada para desempenhar suas funções de maneira satisfatória, apesar de que na grande maioria das vezes sua rotina não facilita um estilo de vida ativo, o que contribui para o aumento da prevalência de sedentarismo e das consequências por ele causadas. **Objetivo:** Avaliar a percepção de prática e o nível de aptidão física dos policiais militares do 10º Batalhão da Polícia Militar. **Metodologia:** O estudo foi composto por 20 (vinte) policiais do sexo masculino do 10º BPM localizado na cidade de Cuiabá-MT. Foi aplicado um questionário sobre a rotina dos policiais e suas respectivas percepções de atividade física. Além disto, foi aplicada a Avaliação de Desempenho Físico (ADF), que consiste em realizar a análise da capacidade física do indivíduo através de 5 testes: corrida, barra fixa, flexão de cotovelo, abdominal remador e natação. **Resultados:** Apesar de ter sido identificado por meio do questionário que 100% dos policiais acreditam que um bom condicionamento físico leva a um resultado positivo, na Avaliação de Desempenho Físico apenas 5% dos policiais analisados conseguiram alcançar 5 pontos, enquanto 30% obtiveram 3 pontos, 10% obtiveram 2 pontos, 5% obteve 1 ponto e 50% não conseguiram atingir a nota mínima necessária (10 Pontos). **Considerações finais:** Pode-se afirmar que metade dos policiais militares do 10ºBPM avaliados não alcançaram a nota mínima necessária (10 pontos) da ADF, o que demonstra baixa qualificação física deste público para o exercício de sua função, apesar de todos saberem da importância de se manterem ativos e com bons níveis de desenvolvimento das capacidades físicas.

**Palavras-chave:** Aptidão Física, Treinamento Físico, Policiais Militares