

DETERMINANTES DO NÍVEL APTIDÃO FÍSICA ANAERÓBICA E ANTROPOMÉTRICA EM POLICIAIS MILITARES DE CAMPINA GRANDE - PB

RAFAEL NOGUEIRA BARBOSA GOMES ¹

DIVANALMI FERREIRA MAIA ²

ALVARO LUIS PESSOA DE FARIAS ³

MARCOS ANTONIO MEDEIROS DO NASCIMENTO ⁴

RESUMO

RESUMO. Sabe-se que o exercício físico é fator determinante para a melhoria da qualidade de vida do ser humano, trazendo inúmeros benefícios aos sistemas circulatório, respiratório, endócrino e nervoso, pela liberação de uma série de hormônios que por sua vez realizam funções importantes no organismo durante e após a sua execução. Na formação de policiais existem disciplinas que são ministradas durante meses de curso, dentre elas: Educação Física, com o objetivo de deixar o combatente preparado fisicamente para situações diversas que ocorrem na rua. Objetivou determinar o nível de aptidão física, através do índice de massa corporal, percentual de gordura, testes de Shuttle Run e 40 segundos em militares do GATE (Grupo de Atividades Especiais). O estudo tem caráter quase experimental correlacional de corte transversal. Contou com a participação dos policiais militares do sexo masculino do GATE situados na cidade de Campina Grande - PB. A população era de 24 policiais militares. Como amostra foi utilizada 83% da população estudada, o que fez uma amostra de 20 policiais com idade entre 22 a 35 anos, todos voluntários. Para avaliação foi utilizado uma balança de fabricação Filizolla® com a capacidade de pesagem de 150 kg e acuidade de 100g, um estadiômetro com limite de 200 cm e precisão de 0,1cm, acoplado a balança, 65 bandeirinhas em três cores (azul, amarelo e vermelho), um notebook de marca Positivo, um adipômetro Científico Lange, uma fita métrica Lange, um cronômetro Oregon, um apito Fox 40 classic e uma trena Eccofer 12,5mm de 30m. A avaliação foi realizada com o preenchimento de uma ficha com os dados dos PM's contendo: nome, número de identificação, a idade cronológica de cada um deles, grupo, massa

corporal, estatura, índice de massa corporal (IMC), o resultado de cada uma das três dobras cutâneas que foi utilizado para o cálculo do percentual de gordura. A participação de cada policial foi autorizada pelo Comandante Geral da Polícia Militar da Paraíba através de um Termo de Anuência Institucional, por cada um deles através de um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual da Paraíba. Teve parecer ético, sendo aprovada sob o número CAAE 0028.0.133.000-12. O grupamento GATE quanto à aptidão física anaeróbica e antropométrica, apresentou em 100% da amostra quanto às variáveis: IMC, %G, e potência física anaeróbica, níveis satisfatórios, mostrando que a prática regular de exercícios físicos, traz inúmeros benefícios e mantém um padrão de qualidade dos seus. Sugere-se estudos comparativos entre grupos para se traçar um melhor perfil da corporação. Palavras-chave: Aptidão física anaeróbica. Índice de Massa Corporal. Polícia Militar.

Palavras-chave: APTIDÃO FÍSICA ANAERÓBICA, ÍNDICE DE MASSA CORPORAL, POLÍCIA MILITAR.

¹ UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA, rafael_rnbg@hotmail.com;

² UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA - UEPB, divanalmi@gmail.com;

³ UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA - UEPB, prof.alvaro.def@ccbs.uepb;

⁴ UNIVERSIDAD PEDRO DE VALDIVIA, marcoskkproef@hotmail.com;