

HABILIDADES ATLÉTICAS DE SARGENTOS EM APERFEIÇOAMENTO DA BRIGADA MILITAR DE SANTA MARIA-RS.

Edineia de Brito¹; Luciane Sanchotene Etchepare Daronco¹; ¹UFSM;

Introdução e objetivos

Conforme as exigências que o dia-a-dia profissional impõe, é fundamental aos policiais militares que mantenham um padrão bom de aptidão motora, a fim de garantir a máxima segurança dos cidadãos comuns. **Objetivo:** Verificar as qualidades físicas flexibilidade, potência de membros inferiores, potência de membros superiores, agilidade, velocidade, resistência muscular localizada e resistência cardiorrespiratória dos inscritos na Escola de Formação e Aperfeiçoamento de Sargentos (EsFAS) da brigada militar da cidade de Santa Maria do ano de 2012.

Materiais e métodos

O estudo recebeu aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Santa Maria, sob o protocolo 20197313600005346. Este estudo é um corte transversal, que contou com 117 participantes, composto apenas por homens, com idade média 44,15 anos.

A coleta dos dados foi realizada ao longo de cinco dias do mês de dezembro de 2012 nas dependências do Centro de Educação Física e Desportos (CEFD) da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). Participaram da coleta de dados acadêmicos e profissionais das áreas de Educação Física e Fisioterapia, todos integrantes do Núcleo de Estudos em Medidas e Avaliação dos Exercícios Físicos e Saúde (NEMA EFS) do CEFD da UFSM com experiência em avaliações.

Os resultados das avaliações foram entregue aos profissionais individualmente, juntamente com uma cartilha explicativa sobre avaliação postural, lesões, dor, doenças crônicas e exercícios físicos. Para o tratamento estatístico, utilizou-se: a análise descritiva, teste de normalidade de Shapiro Wilk, SPSS Statistics, versão 17.

Resultados

Tabela 1: Estatística descritiva das variáveis quantitativas.

Variável	Média	Desvio padrão	Mínimo	Máximo
Idade (anos)	44,15	6,45	28	52
Estatura (m)	1,73	0,06	1,63	1,95
Massa Corporal(kg)	82,38	10,41	58,9	112
Sentar (cm)	26,38	7,96	3	48
Impulsão H (m)	1,80	0,23	1,1	2,41
Vai e Vem (s)	12,40	1,21	10,05	17,25
Abdominal M(rep)	32,91	8,11	11	50
30 Metros (s)	5,20	0,44	4,3	6,84
Cooper (m)	2352,94	371,66	1313	3282
Arremesso (m)	5,12	0,74	3,4	7,3

Tabela 2: Teste de normalidade Shapiro-Wilk para as variáveis quantitativas.

Variável	Estatística Shapiro-Wilk	p
Idade (anos)	0,745	0,000
Estatura (m)	0,930	0,125
Massa Corporal (kg)	0,955	0,387
Sentar (cm)	0,905	0,038
Impulsão H (m)	0,936	0,163
Vai e Vem (s)	0,966	0,615
Abdominal M (rep)	0,961	0,505
30 Metros (s)	0,948	0,288
Cooper (m)	0,973	0,787
Arremesso (m)	0,966	0,613

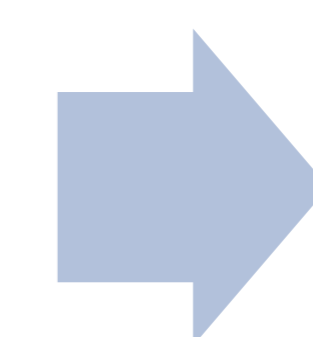
A tabela 1 possui as variáveis estudadas, com média, desvio padrão, mínimo e máximo. Os resultados médios foram classificados como “bom” para os testes de abdominal modificado (32,91) e Cooper (2352,94m), “intermediário” para o arremesso de medicine ball (5,12m) e “fraco” para sentar e alcançar (26,38cm), Shuttle-Run (12,4s), 30 metros (5,2s) e impulsão horizontal (1,8m).

Nas variáveis quantitativas aplicou-se o teste de normalidade de Shapiro Wilk, que compara escores de uma amostra a uma distribuição normal modelo de mesma média e variância dos valores encontrados na amostra, para testar se as mesmas seguem uma distribuição normal. Através da Tabela 2 pudemos observar que as variáveis Idade e Sentar e Alcançar apresentaram o $p < 0,05$.

Conclusão

Pode-se concluir que são necessárias aplicações de medidas buscando o aprimoramento da aptidão motora dos inscritos na EsFAS. Um bom condicionamento físico é inapelavelmente essencial a esses profissionais, portanto torna-se de grande importância a orientação para a prática regular de exercícios físicos, além de boa alimentação e um estilo de vida saudável. Assim, poder-se-á melhorar não somente os níveis de aptidão motora, como também as condições de labor e saúde dos trabalhadores.

MODALIDADE DA BOLSA



PROBIC