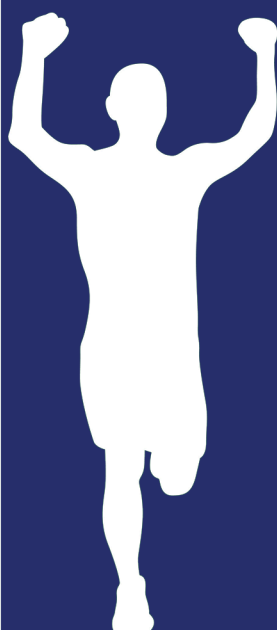


A EDUCAÇÃO FÍSICA COMO ÁREA DE INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA

Lucio Marques Vieira Souza
(Organizador)

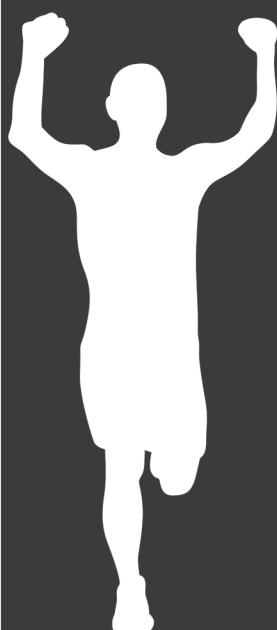


Atena
Editora

Ano 2020

A EDUCAÇÃO FÍSICA COMO ÁREA DE INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA

Lucio Marques Vieira Souza
(Organizador)



Atena
Editora

Ano 2020

2020 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do Texto © 2020 Os autores

Copyright da Edição © 2020 Atena Editora

Editora Chefe: Prof^a Dr^a Antonella Carvalho de Oliveira

Diagramação: Geraldo Alves

Edição de Arte: Lorena Prestes

Revisão: Os Autores



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores. Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Conselho Editorial

Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

Prof^a Dr^a Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins

Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas

Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso

Prof^a Dr^a Angeli Rose do Nascimento – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior – Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais

Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília

Prof. Dr. Carlos Antonio de Souza Moraes – Universidade Federal Fluminense

Prof^a Dr^a Cristina Gaio – Universidade de Lisboa

Prof^a Dr^a Denise Rocha – Universidade Federal do Ceará

Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia

Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá

Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima

Prof. Dr. Fabiano Tadeu Grazioli – Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões

Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná

Prof. Dr. Gustavo Henrique Cepolini Ferreira – Universidade Estadual de Montes Claros

Prof^a Dr^a Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice

Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense

Prof^a Dr^a Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso

Prof^a Dr^a Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins

Prof. Dr. Luis Ricardo Fernandes da Costa – Universidade Estadual de Montes Claros

Prof^a Dr^a Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte

Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Universidade Federal do Maranhão

Prof^a Dr^a Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará

Prof^a Dr^a Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa

Prof^a Dr^a Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa

Prof^a Dr^a Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste

Prof^a Dr^a Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia

Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador

Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará

Prof^a Dr^a Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

Prof. Dr. William Cleber Domingues Silva – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Ciências Agrárias e Multidisciplinar

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás
Prof. Dr. Cleberton Correia Santos – Universidade Federal da Grande Dourados
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná
Profª Drª Diocléa Almeida Seabra Silva – Universidade Federal Rural da Amazônia
Prof. Dr. Écio Souza Diniz – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Fágner Cavalcante Patrocínio dos Santos – Universidade Federal do Ceará
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Profª Drª Lina Raquel Santos Araújo – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Pedro Manuel Villa – Universidade Federal de Viçosa
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Profª Drª Talita de Santos Matos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Tiago da Silva Teófilo – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

Ciências Biológicas e da Saúde

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília
Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Profª Drª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília
Profª Drª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Profª Drª Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Fernando José Guedes da Silva Júnior – Universidade Federal do Piauí
Profª Drª Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Profª Drª Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco
Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas
Profª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Profª Drª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federaci do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá
Profª Drª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

Ciências Exatas e da Terra e Engenharias

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto

Prof. Dr. Alexandre Leite dos Santos Silva – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Carlos Eduardo Sanches de Andrade – Universidade Federal de Goiás
Prof^a Dr^a Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande
Prof^a Dr^a Luciana do Nascimento Mendes – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Marques – Universidade Estadual de Maringá
Prof^a Dr^a Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba
Prof^a Dr^a Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

Conselho Técnico Científico

Prof. Me. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo
Prof. Me. Adalberto Zorzo – Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza
Prof. Me. Adalto Moreira Braz – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Adaylson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba
Prof. Me. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão
Prof^a Dr^a Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico
Prof^a Dr^a Andrezza Miguel da Silva – Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia
Prof. Dr. Antonio Hot Pereira de Faria – Polícia Militar de Minas Gerais
Prof^a Ma. Bianca Camargo Martins – UniCesumar
Prof^a Ma. Carolina Shimomura Nanya – Universidade Federal de São Carlos
Prof. Me. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Ma. Cláudia de Araújo Marques – Faculdade de Música do Espírito Santo
Prof^a Dr^a Cláudia Taís Siqueira Cagliari – Centro Universitário Dinâmica das Cataratas
Prof. Me. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará
Prof^a Ma. Daniela da Silva Rodrigues – Universidade de Brasília
Prof^a Ma. Dayane de Melo Barros – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Me. Douglas Santos Mezacas – Universidade Estadual de Goiás
Prof. Dr. Edwaldo Costa – Marinha do Brasil
Prof. Me. Eduardo Gomes de Oliveira – Faculdades Unificadas Doctum de Cataguases
Prof. Me. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita
Prof. Me. Euvaldo de Sousa Costa Junior – Prefeitura Municipal de São João do Piauí
Prof^a Ma. Fabiana Coelho Couto Rocha Corrêa – Centro Universitário Estácio Juiz de Fora
Prof. Dr. Fabiano Lemos Pereira – Prefeitura Municipal de Macaé
Prof. Me. Felipe da Costa Negrão – Universidade Federal do Amazonas
Prof^a Dr^a Germana Ponce de Leon Ramírez – Centro Universitário Adventista de São Paulo
Prof. Me. Gevair Campos – Instituto Mineiro de Agropecuária
Prof. Dr. Guilherme Renato Gomes – Universidade Norte do Paraná
Prof. Me. Gustavo Krahl – Universidade do Oeste de Santa Catarina
Prof. Me. Helton Rangel Coutinho Junior – Tribunal de Justiça do Estado do Rio de Janeiro
Prof^a Ma. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia
Prof. Me. Javier Antonio Albornoz – University of Miami and Miami Dade College
Prof^a Ma. Jéssica Verger Nardeli – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho
Prof. Me. Jhonatan da Silva Lima – Universidade Federal do Pará
Prof. Me. José Luiz Leonardo de Araujo Pimenta – Instituto Nacional de Investigación Agropecuaria Uruguay
Prof. Me. José Messias Ribeiro Júnior – Instituto Federal de Educação Tecnológica de Pernambuco

Profª Ma. Juliana Thaisa Rodrigues Pacheco – Universidade Estadual de Ponta Grossa
 Profª Drª Kamilly Souza do Vale – Núcleo de Pesquisas Fenomenológicas/UFPA
 Profª Drª Karina de Araújo Dias – Prefeitura Municipal de Florianópolis
 Prof. Dr. Lázaro Castro Silva Nascimento – Laboratório de Fenomenologia & Subjetividade/UFPR
 Prof. Me. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa
 Profª Ma. Lilian Coelho de Freitas – Instituto Federal do Pará
 Profª Ma. Liliani Aparecida Sereno Fontes de Medeiros – Consórcio CEDERJ
 Profª Drª Lívia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás
 Prof. Me. Lucio Marques Vieira Souza – Secretaria de Estado da Educação, do Esporte e da Cultura de Sergipe
 Prof. Me. Luis Henrique Almeida Castro – Universidade Federal da Grande Dourados
 Prof. Dr. Luan Vinicius Bernardelli – Universidade Estadual do Paraná
 Prof. Dr. Michel da Costa – Universidade Metropolitana de Santos
 Prof. Dr. Marcelo Máximo Purificação – Fundação Integrada Municipal de Ensino Superior
 Prof. Me. Marcos Aurelio Alves e Silva – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo
 Profª Ma. Marileila Marques Toledo – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
 Prof. Me. Ricardo Sérgio da Silva – Universidade Federal de Pernambuco
 Prof. Me. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados
 Profª Ma. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal
 Profª Ma. Solange Aparecida de Souza Monteiro – Instituto Federal de São Paulo
 Prof. Me. Tallys Newton Fernandes de Matos – Faculdade Regional Jaguaribana
 Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)	
E24	<p>A educação física como área de investigação científica [recurso eletrônico] / Organizador Lucio Marques Vieira Souza. – Ponta Grossa, PR: Atena, 2020.</p> <p>Formato: PDF Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader Modo de acesso: World Wide Web Inclui bibliografia ISBN 978-65-5706-045-2 DOI 10.22533/at.ed.452201505</p> <p>1. Educação física – Pesquisa – Brasil. I. Souza, Lucio Marques Vieira.</p> <p style="text-align: right;">CDD 613.7</p>
Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422	

Atena Editora
 Ponta Grossa – Paraná - Brasil
www.atenaeditora.com.br
 contato@atenaeditora.com.br

APRESENTAÇÃO

É com imensa satisfação e responsabilidade que apresentamos a Coletânea “A Educação Física como Área de Investigação Científica” que reúne 23 artigos abordando vários tipos de pesquisas e metodologias que tiveram contribuições significativas de professores e acadêmicos das mais diversas instituições de Ensino Superior do Brasil.

O objetivo principal é apresentar os avanços e atualidades da área e para isto a obra foi dividida em 03 principais eixos temáticos: Educação Física Escolar do capítulo 1 ao 5; Esportes, Projetos e Educação Física Inclusiva, do capítulo 6 ao 13; e Atividade Física e Saúde, entre os capítulos 14 e 23. Estruturada desta forma a obra demonstra a pluralidade acadêmica e científica da Educação Física, bem como a sua importância para a sociedade.

Neste sentido, nos capítulos constam estudos que tratam de temas desde a influência do smartphone e da violência no contexto escolar, desenvolvimento e desempenho motor de crianças, esportes variados, sedentarismo, capacidades físicas, nível de qualidade de vida e atividade física em idosos ao tradicional treinamento resistido. Portanto, a presente obra contempla assuntos de importante relevância.

Agradecemos a Atena Editora que proporcionou que fosse real este momento e da mesma forma convidamos você Caro Leitor para embarcar na jornada fascinante rumo ao conhecimento.

Lucio Marques Vieira Souza

CAPÍTULO 1	1
A INFLUÊNCIA DO USO DO SMARTPHONE EM ESCOLARES: UM ESTUDO PILOTO	
Elaine Fernanda Dornelas de Souza Giovanna Santana Goes Sueyla Fernandes da Silva dos Santos Ismael Forte Freitas Júnior	
DOI 10.22533/at.ed.4522015051	
CAPÍTULO 2	16
CORRELAÇÃO ENTRE A IDADE CRONOLÓGICA, O ESTADO MOTOR E DESEMPENHO DO SALTO VERTICAL DE CRIANÇAS EM IDADE ESCOLAR	
Jomilto Luiz Praxedes dos Santos Sergio Medeiros Pinto Igor da Silveira Carvalho Tainá de Sousa Oliveira	
DOI 10.22533/at.ed.4522015052	
CAPÍTULO 3	25
EDUCAÇÃO FÍSICA E SAÚDE NA ESCOLA: BENEFÍCIOS PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES DO FUNDAMENTAL	
Maria Eduarda da Silva Wellington Manoel da Silva José Aryelson dos Santos da Silva Josenilson Felix da Silva Thuani Lamenha Costa Geraldo José Santos Oliveira Thais Roberta da Cruz Tavares Mayara Joana Mendonça da Silva Elaine Rufino Barbosa da Silva Gabriela Maria da Silva Lívia Maria de Lima Leoncio Gilberto Ramos Vieira	
DOI 10.22533/at.ed.4522015053	
CAPÍTULO 4	28
ESTÁGIO E A FORMAÇÃO DOCENTE: A IMPORTÂNCIA DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA EDUCAÇÃO INFANTIL	
Gilberto Ramos Vieira Haroldo Moraes de Figueiredo Iberê Caldas Souza Leão Viktor Hugo Cavalcanti Correia Fagner Lucas Borba Guerreiro Myllison Silas Ferreira dos Santos Milena de Lima Moura Bruno Tavares Félix do Nascimento Wesllen Mneclisis Silva de Oliveira Nataly do Nascimento Silva Ítalo Vinícius Tabosa Guimarães Matias Maria Isadora Vilarim de Alencar Pires	
DOI 10.22533/at.ed.4522015054	

CAPÍTULO 5 39

RELAÇÃO ENTRE MATURAÇÃO SEXUAL E MEDIDAS DE DIMENSÃO CORPORAL
COM APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA A SAÚDE EM ESCOLARES

Hugo Martins Teixeira
Marlene Aparecida Moreno

DOI 10.22533/at.ed.4522015055

ESPORTES, PROJETOS E EDUCAÇÃO FÍSICA INCLUSIVA

CAPÍTULO 6 55

DANÇANDO NO ESCURO: ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS PARA
PESSOAS COM DEFICIÊNCIA VISUAL

Súsel Fernanda Lopes
Suelen Cristina Cordeiro

DOI 10.22533/at.ed.4522015056

CAPÍTULO 7 68

LUTAS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: A PERCEPÇÃO DE PROFESSORES

Fabricio Xavier do Carmo
José Antonio Vianna

DOI 10.22533/at.ed.4522015057

CAPÍTULO 8 78

O CIRCO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA: UMA EXPERIÊNCIA NA CIDADE DE
GOIÂNIA

Lívia Vaz Soares
Michelle Ferreira de Oliveira

DOI 10.22533/at.ed.4522015058

CAPÍTULO 9 87

O EFEITO DA GINÁSTICA ARTÍSTICA SOBRE OS ASPECTOS PSICOMOTORES
EM CRIANÇAS DE 5 A 6 ANOS

Maria Eduarda Bezerra de Sá
Thalya Wendy Aguiar Barbosa
Renato de Vasconcellos Farjalla
Ricardo Gonçalves Cordeiro.

DOI 10.22533/at.ed.4522015059

CAPÍTULO 10 96

POLÍTICAS PÚBLICAS INCLUSIVAS NO ESPORTE DE BASE PARA CRIANÇAS E
ADOLESCENTES COM DEFICIÊNCIA: O CASO DE SÃO BERNARDO DO CAMPO

Rodrigo Roah Rodrigues

DOI 10.22533/at.ed.45220150510

CAPÍTULO 11 126

PRODUÇÕES CULTURAIS DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES NO PROJETO
BRINCAR É O MELHOR REMÉDIO

André da Silva Mello
Emmily Rodrigues Galvão

Luciene Sales Sena
Luísa Helmer Trindade
Sara de Paula Couto Bertolo
Sílvia Neves Zouain

DOI 10.22533/at.ed.45220150511

CAPÍTULO 12 139

PROGRAMA MINI-TÊNIS PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Flávia Évelin Bandeira Lima
Mariane Aparecida Coco
Walcir Ferreira Lima
Vitória Gabrielly Ribeiro
Fellipe Bandeira Lima
Amanda Santos
Mariane Lamin Francisquinho
Diego Freitas do Nascimento
Sílvia Bandeira da Silva Lima

DOI 10.22533/at.ed.45220150512

CAPÍTULO 13 148

PROJETO DE ATIVIDADES AQUÁTICAS (PRÓ-AQUÁTICA)

Aryanne Hydeko Fukuoka Bueno
Sílvia Bandeira da Silva Lima
Flávia Évelin Bandeira Lima
Andreza Marim do Nascimento
Aline Gomes Correia
Matheus de Paula Bandeira e Silva
Marcela Elânia Alves Corrêa
Matheus Felipe Sosnitzki da Silva Félix
Walcir Ferreira Lima

DOI 10.22533/at.ed.45220150513

CAPÍTULO 14 153

AS CAPACIDADES FÍSICAS NECESSÁRIAS PARA O TRABALHO POLICIAL: UM ESTUDO NA POLÍCIA MILITAR DO PARANÁ

Ronaldo César Falq Chinatto
Rafael Gomes Sentone

DOI 10.22533/at.ed.45220150514

ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE

CAPÍTULO 15 169

ATIVIDADES COM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: UM OLHAR SOBRE AS CONTRIBUIÇÕES DA EDUCAÇÃO FÍSICA

Ariane Capela Mendes
Suelen Suane Bezerra Resque
Patrícia do Socorro Chaves de Araújo

DOI 10.22533/at.ed.45220150515

CAPÍTULO 16 182

ATIVIDADES FÍSICAS RELAÇÕES COM A EVOLUÇÃO HUMANA E PROCESSOS ADAPTATIVOS DO CORPO HUMANO

Célio Roberto Santos de Souza

Kátia Silene Silva Souza
Almir de França Ferraz
Álvaro Adolfo Duarte Alberto
Maria Luiza de Jesus Miranda
Eliane Florêncio Gama
Aylton José Figueira Junior

DOI 10.22533/at.ed.45220150516

CAPÍTULO 17 192

**CORRELAÇÃO ENTRE A PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO E A PREVALÊNCIA DE
DESCONFORTO/DOR EM AGENTES DE COMBATE A ENDEMIAS DE GUANAMBI-
BA**

Janne Jéssica Souza Alves
Suelen Oliveira
Paula Keeturyn Silva Santos

DOI 10.22533/at.ed.45220150517

CAPÍTULO 18 202

INVESTIGAÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA E DO ZUMBIDO EM INDIVÍDUOS IDOSOS

Jessica Aparecida Bazoni
Luciana Lozza de Moraes Marchiori
Karina Couto Furlanetto

DOI 10.22533/at.ed.45220150518

CAPÍTULO 19 216

**NÍVEL DE QUALIDADE DE VIDA QUANTO A CAPACIDADE FUNCIONAL E A
PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NA TERCEIRA IDADE**

Flávia Évelin Bandeira Lima
Vitória Gabrielly Ribeiro
Sílvia Bandeira da Silva Lima
Mariane Aparecida Coco
Fellipe Bandeira Lima
Amanda Santos
Mariane Lamin Francisquinho
Diego Freitas do Nascimento
Walcir Ferreira Lima

DOI 10.22533/at.ed.45220150519

CAPÍTULO 20 229

**RODA DE TAMBOR QUILOMBOLAS E SUA RELAÇÃO COM A RESISTÊNCIA
MUSCULAR**

Vivianne Carvalho Moura
Patrícia Ribeiro Vicente
Luciano Silva Figueirêdo
Janaína Alvarenga Aragão
Juliana Barbosa Dias Maia
Ermínia Medeiros Macêdo
Saara Jane Santos Batista Lustosa
Patrícia Maria Santos Batista
Verônica Lourdes Lima Batista Maia
Evandro Alberto de Sousa
Igor Alcenor Granja de Moura

CAPÍTULO 21 241

SEDENTARISMO: ÍNDICE PRESENTE ENTRE GRADUANDOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

José Cícero Cabral de Lima Júnior
Keila Teixeira da Silva
Eugênio Lívio Teixeira Pinheiro
Lidiane dos Santos Fernandes
João Marcos Pereira de Castro
Igor Leandro Rodrigues Monteiro
César Iúryk Biserra Silva
Sílvia Leticia Ferreira Pinheiro
Rafaella Bezerra Pinheiro
Yarlon Wagner da Silva Teixeira
Andreza Dantas Ribeiro Macedo
Sheron Maria Silva Santos

DOI 10.22533/at.ed.45220150521

CAPÍTULO 22 253

TREINAMENTO RESISTIDO X ENVELHECIMENTO

Danieli Tefili Rossa
Jéssica Pinheiro
Lia Mara Wibelinger

DOI 10.22533/at.ed.45220150522

CAPÍTULO 23 261

A VIOLÊNCIA NO CONTEXTO ESCOLAR: UM ESTUDO DE CASO EM UMA ESCOLA PÚBLICA DO ESTADO DE GOIÁS

Leandro Jorge Duclos da Costa
Cristiane Jesus Fróes Arantes
Larissa de Oliveira e Ferreira
Paola Batista Paranaíba
Roner Soares da Silva
Alexsander Augusto da Silveira

DOI 10.22533/at.ed.45220150523

SOBRE O ORGANIZADOR..... 273

ÍNDICE REMISSIVO 274

AS CAPACIDADES FÍSICAS NECESSÁRIAS PARA O TRABALHO POLICIAL: UM ESTUDO NA POLÍCIA MILITAR DO PARANÁ

Data de aceite: 06/05/2020

Ronaldo César Falq Chinatto

Polícia Militar do Paraná

Pato Branco - Paraná

Rafael Gomes Sentone

Polícia Militar do Paraná

Curitiba – Paraná

<http://lattes.cnpq.br/7172948746383900>

ORCID ID <https://orcid.org/0000-0003-1968-9226>

RESUMO: Visando entender a dinâmica do trabalho policial e as capacidades físicas necessárias para o desempenho das atividades diárias do Policial Militar do Paraná, este trabalho teve como objetivo principal identificar as capacidades físicas que a literatura traz como essenciais para o desempenho das atividades policiais e a sua relação com as várias funções que hoje o Policial militar do Paraná executa. Para isso, foi utilizado uma pesquisa de abordagem qualitativa, buscando conhecer a perspectiva do policial sobre as atividades que executa no dia-a-dia de sua rotina de trabalho, seja administrativa ou operacional. A pesquisa é explanatória, buscando analisar o problema e estabelecer relações com o fenômeno estudado. Para a coleta de dados, foi utilizado o questionário como estratégia de pesquisa, pois esse instrumento permite

obter dados de forma mais rápida sobre o tema, levando em consideração a vivência do Policial Militar. A partir das 89 respostas referentes ao questionário e da revisão de literatura, concluímos que as capacidades físicas elencadas como importantes para o trabalho policial são a força de membros superiores, resistência muscular localizada, resistência anaeróbica, coordenação, agilidade, flexibilidade, velocidade, força de membros inferiores e resistência aeróbica e que há algumas diferenças nas capacidades físicas necessárias para o trabalho administrativo, sendo a força estática mais utilizada do que no trabalho operacional, este por sua vez utiliza uma gama maior de capacidades físicas. Nesse sentido, entendemos que é necessário avaliar as capacidades físicas necessárias para cada função pois elas variam de acordo com a atividade desempenhada. Dessa forma, esperamos que, com mais pesquisas futuras referentes ao tema, poderemos avançar na melhoria da eficiência laboral e da qualidade de vida do policial.

PALAVRAS-CHAVE: Avaliação da Capacidade de Trabalho; Militares; Polícia.

THE PHYSICAL CAPACITIES NECESSARY FOR POLICE WORK: A STUDY IN THE MILITARY POLICE OF PARANÁ

ABSTRACT: Aiming to understand the dynamics of police work and the physical capacities necessary for the performance of the daily activities of the Military Police of Paraná, this work had as main objective to identify the physical capacities that the literature brings as essential for the performance of police activities and their relationship with the various functions that today the Military Police of Paraná performs. For this, a qualitative research was used, seeking to know the policeman's perspective on the activities he performs in his day-to-day work routine, whether administrative or operational. The research is explanatory, seeking to analyze the problem and establish relationships with the studied phenomenon. The main theory of this work is about police activity, addressing concepts, physical fitness, physical capacities and ergonomics of work, seeking to correlate the areas for analysis of what is now the reality in the end activity of the Military Police of Paraná. Among the physical capacities listed as important for police work, the strength of upper limbs, localized muscular resistance, anaerobic resistance, coordination, agility, flexibility, speed, strength of lower limbs and aerobic resistance were predominant. There are studies that present these capacities divided between the policing processes, seeking to specialize the training of the police according to the physical capacities that he needs for the job. For data collection, the questionnaire was used as a research strategy, as this instrument allows obtaining data more quickly on the topic, taking into account the experience of the Military Police. From the 89 responses to the questionnaire, we can see a difference between the physical capacities found in the administrative and operational police, who are closer to those found in the literature and those with predominantly static activities, such as typing, scanning and sitting. In addition, it was possible to draw a profile of the physical activities and physical capacities necessary for the functions that the police officer performs in the military police organization as well as the Military Police officer who performs it. Thus, we conclude that it is necessary to evaluate the physical capacities necessary for each function, as they vary according to the activity performed. Thus, we understand that with more future research related to the topic, we will be able to advance in improving the work efficiency and the quality of life of the police.

KEYWORDS: Work Capacity Evaluation; Military Personnel; Police.

1 | CAPACIDADES FÍSICAS PARA O TRABALHO POLICIAL MILITAR

Às Polícias Militares cabe a missão precípua de polícia ostensiva e preservação da ordem pública, no sentido de garantir a convivência pacífica e harmoniosa da sociedade (BRASIL, 1988) e com isso, foram estabelecidas uma série de atribuições condizentes com esta missão, a exemplo do que ocorre na Polícia Militar do Estado do Paraná que prevê a aptidão física para desempenhar as atividades profissionais de militar estadual (PARANÁ, 1954). Estes agentes de segurança pública atuam em ações técnicas e táticas que possuem uma gama variável de peculiaridades que incluem, além do conhecimento teórico, variáveis físicas e psicológicas (CARVALHO, 2006), motivo pelo qual são fatores considerados pela própria legislação

da PMPR como imprescindíveis na avaliação do desempenho da função (PARANÁ, 1954).

A avaliação física para o desempenho das atividades militares sempre foi considerada de suma importância para o exercício das funções relativas ao serviço. Nesse sentido, como parâmetros de verificação da aptidão física dos militares são utilizados alguns protocolos de exercícios contidos em legislação própria (PARANÁ, 2016) visando a capacidade para o trabalho. No que se refere a protocolos de avaliação e medidas em educação física, a literatura brasileira ainda deixa algumas lacunas, principalmente porque se baseiam em protocolos de testes americanos, os quais foram desenvolvidos especificamente para essa população (PEREIRA; TEIXEIRA, 2006).

Uma boa avaliação física é o ponto de partida para identificar as dificuldades e qualidades físicas do indivíduo e a partir disso, a prescrição e acompanhamento adequado dos treinamentos (POLLOCK e WILMORE, 1993), dessa forma, conhecer as capacidades físicas a serem exigidas no exercício das funções se torna um marco inicial para o bom desempenho e uma melhor qualidade de vida no trabalho. Além das capacidades o trabalho está possui ligação estreita com a saúde incluindo elementos essenciais para uma vida ativa, com menos risco de doenças relacionadas ao sedentarismo, e a aptidão física motora ou atlética, a qual está relacionada, além dos fatores de aptidão física relacionada à saúde, com os fatores de performance do grupo de interesse (NAHAS, 1989).

É possível se ter uma idéia do desgaste obtido em razão do trabalho policial, pela impossibilidade de estudos específicos, quando avaliamos, por exemplo, motoristas de ônibus os quais demonstram fadiga física e mental (BATTISTON et al., 2006), não sendo levado em consideração que o militar estadual atua sob risco iminente, necessitam de atenção constante e elevado estresse físico e mental (PINTO et al., 2018). Além de possuírem uma jornada de trabalho maior do que a dos motoristas de ônibus os militares atuam 24 horas por dia, situação que altera o ciclo circadiano, pois acabam trocando os períodos de vigília e sono, o que pode acarretar em disfunções fisiológicas relacionadas à obesidade, fadiga, diabetes, síndrome metabólica, além de acidentes no trabalho causados pela falta de atenção (SENTONE, SOUZA e HOFLINGER, 2017).

O caso é muito pontual e não expressa a totalidade das atividades realizadas por uma instituição que atua em todas as regiões geográficas. No que concerne à sua organização, a Polícia Militar do Paraná é estruturada em órgãos de direção, apoio e execução. Os órgãos de direção administram e realizam o comando da corporação. Os órgãos de apoio atuam na atividade-meio – aquelas destinadas a atender as necessidades de pessoal, de semoventes e de material de toda a Polícia Militar, atuando em cumprimento das diretrizes e ordens dos órgãos de direção -

e servem de suporte aos outros órgãos. Já os órgãos de execução são formados pelas unidades operacionais da Corporação e realizam a atividade-fim da Polícia Militar do Paraná (PARANÁ, 1954). Tendo em vista que os militares estaduais atuam, preponderantemente, nas atividades de policiamento o foco da presente discussão será nos órgãos de execução, pois é neles que estão a maioria dos policiais militares do Paraná.

Ao conhecer as peculiaridades do trabalho dito operacional (CARVALHO, 2006) é possível que se desenhe um modelo específico de protocolos de avaliação física visando escolher os candidatos melhores preparados, evitando lesões e maior eficiência no atendimento de ocorrências. Tendo em vista a atuação da Polícia Militar do Paraná em seus 399 municípios, com um efetivo de mais de 20mil homens e mulheres, optou-se intencionalmente por analisar as capacidades físicas necessárias para exercer a profissão policial relacionando-as com as funções executadas de um Batalhão específico.

O trabalho policial militar é complexo e apresenta uma gama de modalidades que, por sua vez, exige capacidades específicas para seu desempenho. Especificamente sobre capacidades físicas no contexto policial “um Policial Militar, para desempenhar seu papel de sentinela da sociedade, deve deter condicionamento imprescindível para sustentar sua disposição e sua postura” (SCHMIT e SCHUCHOVSKI, 2016, p. 21) complementando que a segurança da população exige que o Policial Militar possua um alto grau de aptidão física, de forma que apresentem gruas elevados de qualidades físicas indispensáveis para o desempenho satisfatório da profissão (SILVEIRA, 1998).

Relacionado às condicionantes referentes à atividade militar as valências físicas utilizadas na profissão são divididas em: força de membros superiores, resistência muscular localizada, resistência anaeróbica, coordenação, agilidade, flexibilidade, velocidade, força de membros inferiores e resistência aeróbica (SILVEIRA, 2004). Todas essas variantes são empregadas no serviço operacional e exemplificadas em ações como correr, transpor obstáculos como muros e cercas, subir e descer escadas, rastejar e saltar, andar durante um longo percurso, ficar muito tempo em pé, etc. As mesmas capacidades foram encontradas em estudos para policiais no Canadá (BONNEAU e BROWN, 1995) e no Brasil para policiais militares do Paraná (YOUNGBLOOD, SENTONE e JÚNIOR, 2020).

Compreender os exercícios aplicados à militares é o primeiro passo para realizar testes adequados de condicionamento físico e conseqüentemente conhecer o que realmente é importante ser treinado para ser um militar (SCHMITT e SCHUCHOVSKI, 2016). No município de Curitiba/Paraná, por exemplo, identificou que as principais habilidades de 190 policiais eram de força muscular, coordenação e equilíbrio dinâmico e ou flexibilidade, potência muscular, capacidade aeróbica, anaeróbica e

velocidade (BOÇON, 2015), já para policiais do Estado do Amapá são a velocidade, resistência aeróbia e anaeróbia, força, resistência muscular localizada de membros superiores, inferiores e abdômen, agilidade, destreza¹, equilíbrio, flexibilidade, coordenação motora e adequada relação de peso e altura (SILVA, 2003). Como dissemos anteriormente, as diversas modalidades de policiamento existentes exigem cada uma capacidades e valências físicas distintas e por tal motivo destacamos a importância de conhecer as demandas de cada uma delas visando o melhor emprego policial e treinamento, conforme podemos observar na tabela a seguir.

CAPACIDADES FÍSICAS POR PROCESSO DE POLICIAMENTO	
PROCESSO DE POLICIAMENTO	CAPACIDADES FÍSICAS
A pé	Velocidade, Resistência, Agilidade e Força;
Radiomotorizado com viatura	Velocidade, Resistência, Agilidade, Força, Resistência muscular abdominal e dorsal-
Radiomotorizado com motocicleta	Velocidade, Resistência, Agilidade, Força e Resistência à fadiga
Hipomóvel	Velocidade, Resistência, Agilidade, Força, Flexibilidade e Coordenação
Trânsito	Velocidade, Resistência, Agilidade, Força e Condicionamento aeróbico
Guarda	Velocidade, Resistência, Agilidade e Força
Rodoviário	Resistência aeróbica e anaeróbica, Força muscular localizada de braços e pernas, Equilíbrio e Coordenação Motora
Florestal	Resistência aeróbica e anaeróbica, Força muscular localizada de braços e pernas, Equilíbrio, Agilidade e Coordenação motora
Especial	Resistência aeróbica e anaeróbica, Resistência muscular localizada de braços, pernas e abdômen, Força, Equilíbrio, Agilidade, Coordenação motora, Flexibilidade e Velocidade

FONTE: Adaptado de SILVA (2003)

O destaque que apresentamos para tais estudos é a ausência de estudos que contemplem policiais que exerçam as atividades ditas administrativas, parte importante para o funcionamento de toda a cadeia de uma instituição que promove segurança pública. A partir deste destaque selecionamos intencionalmente o 3º Batalhão da Polícia Militar do Paraná para investigar o quanto do efetivo existente realmente desempenha atividades operacionais e/ou administrativa e poder compreender as peculiaridades de uma Unidade Militar convencional, que realizava patrulhamento em atendimento à população.

¹ Apesar de Silva (2003) considerar destreza como capacidade física, desconsideraremos da apresentação da tabela visto que a literatura em geral tem posicionamento diferente do apresentado.

O presente Batalhão possui sede no município de Pato Branco, região sudoeste do Estado do Paraná, possuindo área de atuação em outros 15 municípios ao redor da cidade, atendendo uma população aproximada de 260 mil habitantes². Visando obter resposta do maior número de policiais militares que atuam esta Unidade optou-se por aplicar um questionário virtual, tendo em vista a extensão territorial, escalas de serviços e facilidade na aplicação.

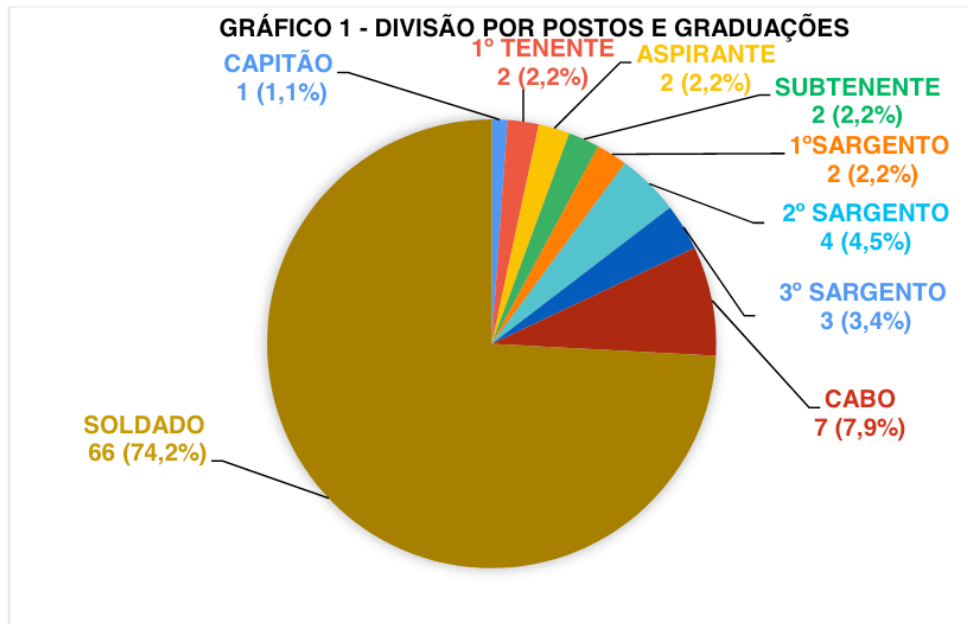
O roteiro do questionário foi dividido em três partes sendo: a) buscou informações como: patente (posto ou graduação), quadro que pertence, tempo de serviço total e na função que desempenha atualmente, se exerce atividade operacional, administrativa ou mista; b) apresentar informações sobre o que o policial faz durante sua jornada de trabalho, quais as principais atividades que desempenha, se já foi afastado por problemas de saúde relativo ao trabalho e se sente algum tipo de desconforto durante a execução das atividades e; c) identificar a atividade física realizada no âmbito do Batalhão e durante a folga, existência de horário para atividade física durante o expediente, espaço apropriado, atividades programadas ou apenas disponibilizado horário, incentivo, práticas realizadas e outras práticas realizadas fora da Unidade. As coletas ocorreram nos meses de dezembro de 2019 a janeiro de 2020, tendo a amostra desta investigação composta por todos os policiais pertencentes ao Batalhão escolhido, excluindo os que estavam de férias e que não quiseram responder ao questionário.

O questionário foi disponibilizado no formato de formulário eletrônico, utilizando a plataforma do Google *Forms* e enviado aos e-mails institucionais dos policiais participante e também em grupos de *Whatsapp*, buscando abranger o maior número de respostas possíveis. A partir da aprovação do Comandante da Unidade e do envio dos questionários aos policiais, foram obtidas 89 respostas sendo que a participação na pesquisa foi voluntária.

2 | O PERFIL PARA O TRABALHO POLICIAL MILITAR

De acordo com os dados obtidos Identificou-se que a maior parte, cerca de 95%(84) pertence ao quadro de praças da Corporação e apenas 5 % pertence ao quadro de Oficiais. De acordo com o gráfico a seguir, os postos e graduações ficaram divididos da seguinte forma:

2 Dados disponíveis em <<http://www.3bpm.com.br/atuacao>>. Acesso em 26 de fevereiro de 2020.



FONTE: Autores (2020)

Verificou-se que 75% (66 policiais) são Soldados, graduação de maior representatividade da amostra, contrapondo o grupo de Oficiais subalternos (Capitão) que representou o menor grupo com 1,1% (1) das respostas válidas, considerando a falta de Oficiais dessa patente na Unidade de acordo com o Quadro Organizacional que prevê um número maior Capitães. Não foram obtidas respostas referentes ao Oficiais Superiores (Major e Tenente-Coronel).

Com relação ao tempo de serviço verificamos que a média de tempo de serviço dos policiais do 3º BPM é de $10,3 \pm 5,36$ anos, sendo que o Policial Militar com maior tempo de serviço possui 31 anos e o menor 2 anos e 7 meses. Ao isolarmos apenas os Militares Estaduais que consideram seu trabalho apenas administrativo, a média de tempo de serviço foi de 16,14 anos, enquanto que a dos operacionais foi de 7,74 anos. Os policiais que consideraram suas atividades mistas, tem uma média de tempo de serviço próxima a dos administrativos apresentando 14,8 anos .

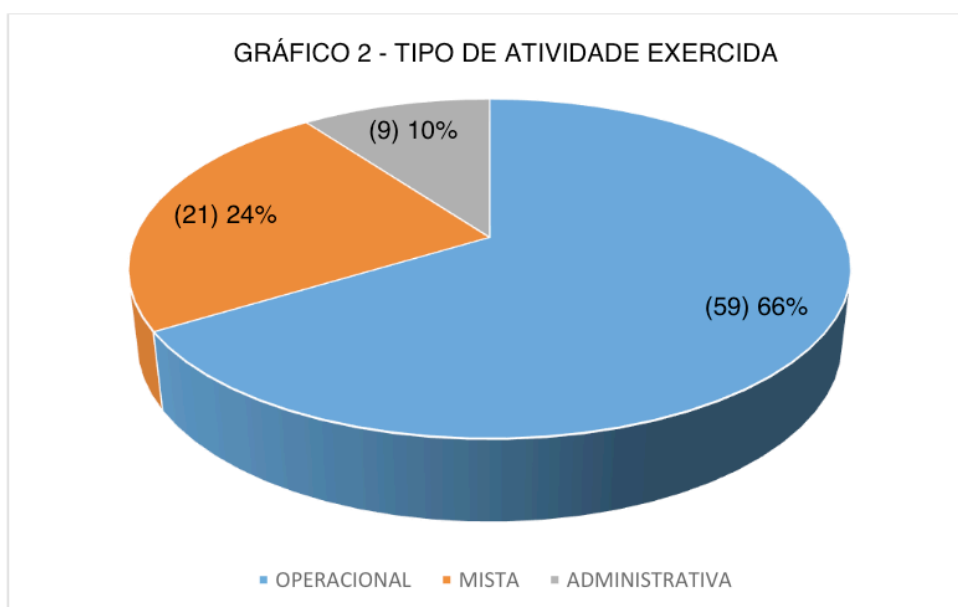
Com os dados apresentados foi possível verificar que os Policiais Militares que desempenham atividades administrativas e mistas tem mais que o dobro do tempo de serviço que os que desempenham atividades operacionais. Ao relacionarmos isso com os conceitos apresentados sobre ergonomia do trabalho (FERREIRA, 2008) e aptidão física (PLATONOV, 2008) temos que, conforme a idade do trabalhador, sua disposição e produção no trabalho tendem a diminuir, causando desconforto no trabalhador, consequentemente a forma de trabalhar as capacidades físicas desse trabalhador pode sofrer alterações. As adaptações relativas ao tipo de atividade exercida e a graduação do Militar Estadual devem ser levadas em consideração uma vez que o maior contingente, de acordo com os dados, é de Soldados que, em regra, desempenham funções operacionais.

Os primeiros dados da investigação revelam que a perenidade dos militares estaduais em funções administrativas é muito maior do que os ditos operacionais, o que demonstra a importância e cuidado com este grupo quando analisados sob a perspectiva de treinamento e capacidades física para desempenhar suas tarefas, haja visto que são muitos anos exercendo funções aparentemente rotineiras, como veremos.

2.1 Funções no âmbito do 3º BPM

Considerando a percepção do Policial Militar quanto à função que exerce dentro da Unidade Operacional verificou-se que 85,4% (76) informou que estão exercendo a função prevista para seu Posto/Graduação e 14,6% responderam que exercem funções não previstas. Nas funções que desempenham os Policiais Militares estão em média $4 \pm 2,67$ anos, no entanto aqueles ditos administrativos apresentaram 1,75 anos de média, enquanto o operacional de aproximadamente 5 anos. Dessa forma, notamos uma rotatividade maior nos policiais administrativos do que os operacionais, que pode ser ocasionada pela troca nas funções administrativas, visto que a média de tempo de serviço do policial administrativo (16,14 anos) é superior ao operacional (7,74 anos).

Neste quesito, ao serem questionados sobre o tipo de atividade que exercem, a percepção pessoal dos Policiais, considerando o serviço administrativo, operacional ou misto, é apresentada da seguinte forma:



Fonte: Autores (2020).

Nesse sentido visualizamos que, predominantemente, o efetivo de Policiais Militares que presta serviço no 3º BPM exerce atividades operacionais. No entanto,

se englobarmos as atividades mistas³ e administrativas, temos um valor considerável também (34%), já que na maioria dos relatos dos policiais que optaram pela atividade mista estão o trabalho em jogos, eventos, escalas extras e blitz, os quais são atividades esporádicas e não aplicam o efetivo de forma constante. Nesse sentido, visualizamos uma aproximação maior das atividades mistas com as administrativas, visto que esses policiais trabalham internamente, mas de forma esporádica realizam algumas atividades tidas como operacionais.

Partindo dessa divisão e das respostas referentes à função exercida, os Policiais Militares informaram quais as funções que exercem dentro do respectivo local de trabalho, de acordo com o Regulamento Interno de Serviços Gerais – RISG (PARANÁ, 2010) e o Quadro Organizacional – QO (PARANÁ, 2018) previsto para a Unidade, obtendo os seguintes dados:

FUNÇÃO E ATIVIDADES REALIZADAS PELO POLICIAL

FUNÇÃO	Nº DE RELATOS	ATIVIDADES RELATADAS (% de policiais do grupo que relataram a atividade)
Rádio Patrulha (RPA)	42	Dirigir (30) 71,42%
		Ficar em pé (28) 66,6%
		Ficar sentado (21) 50%
		Digitar (20) 47,6%
		Caminhar (17) 40,4%
		Correr (16) 38,09%
		Transpor obstáculo (14) 33,3%
		Escrever (14) 33,3%
		Digitalizar (11) 26,1%
		Levantar (11) 26,1%
		Ficar em pé (9) 90%
		Correr (7) 70%
Ronda Tático Móvel (ROTAM)	10	Caminhar (6) 60%
		Dirigir (6) 60%
		Ficar sentado (6) 60%
		Transpor obstáculo (6) 60%
		Levantar (5) 50%
		Carregar peso (4) 40%
		Digitar (4) 40%
Defesa pessoal (2) 20%		
		Técnicas de imobilização (2) 20%

3 Não há no âmbito da Corporação uma definição do que é atividade operacional ou administrativa. A opção de inserir atividade mista na pesquisa é uma estratégia dos autores para melhor classificar os policiais que exercem tanto atividades operacionais quanto mistas, sendo esta uma escolha pela percepção do militar com relação às atividades desempenhadas no dia-a-dia.

Auxiliar Administrativo ⁴	8	Caminhar (4) 50%
		Dirigir (4) 50%
		Digitar (4) 50%
		Ficar sentado (4) 50%
		Carregar peso (2) 25%
		Digitalizar (2) 25%
		Ficar em pé (2) 25%
		Correr (1) 12,5%
		Escrever (1) 12,5%
		Levantar (1) 12,5%

FUNÇÃO	Nº DE RELATOS	ATIVIDADES RELATADAS
Comandante de Companhia, Pelotão ou Destacamento	7	Digitar (4) 57,1%
		Ficar sentado (3) 42,8%
		Dirigir (2) 28,5%
		Caminhar (1) 14,2%
		Carregar peso (1) 14,2%
		Digitalizar (1) 14,2%
		Ficar em pé (1) 14,2%
		Levantar (1) 14,2%
Rádio Operador	4	Pensar (1) 14,2%
		Digitar (4) 100%
		Ficar sentado (3) 75%
		Escrever (2) 50%
		Atender telefone (1) 25%
P/2 (serviço de inteligência)	4	Digitar (3) 75%
		Digitalizar (3) 75%
		Caminhar (2) 50%
		Dirigir (2) 50%
		Escrever (2) 50%
		Ficar sentado (2) 50%
Sargenteante	3	Transpor obstáculo (1) 25%
		Ficar em pé (1) 25%
		Digitar (2) 66,6%
		Ficar em pé (2) 66,6%
		Ficar sentado (2) 66,6%
		Correr (1) 33,3%
		Digitalizar (1) 33,3%
Dirigir (1) 33,3%		
Levantar (1) 33,3%		

4 As respostas referentes à função de aux. P4, aux. P1, aux, P3, aux. SJD, aux. Adm. De CIA, foram todas condensadas na mesma função (aux. Administrativo), devido à similaridade de respostas e do trabalho realizado.

Motorista CPU	3	Dirigir (2) 66,6%
		Caminhar (1) 33,3%
		Carregar peso (1) 33,3%
		Digitar (1) 33,3%
		Ficar em pé (1) 33,3%
		Ficar sentado (1) 33,3%
		Levantar (1) 33,3%

FUNÇÃO	Nº DE RELATOS	ATIVIDADES RELATADAS
Coordenador do Policiamento da Unidade (CPU)	2	Ficar sentado (2) 100%
		Carregar peso (1) 50%
		Correr (1) 50%
		Digitar (1) 50%
		Digitalizar (1) 50%
		Escrever (1) 50%
Patrulha rural	2	Caminhar (1) 50%
		Dirigir (1) 50%
Guarda de instalações	1	Ficar em pé (1) 100%
Policiamento com cães	1	Correr (1) 100%
Policiamento de trânsito	1	Dirigir (1) 100%
Programa Educacional de Resistência às Drogas e à Violência (PROERD)	1	Caminhar (1) 100%
		Dirigir (1) 100%
		Ficar em pé (1) 100%

Fonte: Autores (2020).

Comparando os relatos dos Policiais Militares do 3º BPM e os estudos de Bonneau e Bronw (1995) e Youngblood (2018) foi possível constatar e avaliar agentes de segurança que desempenham funções além das operacionais. Ainda que o efetivo de Militares Estaduais seja predominantemente operacional, os cerca de 1/3 que desempenham funções administrativas relataram que executam diariamente atividades como: digitar, digitalizar, ficar sentado e escrever, demonstrando que outras capacidades físicas são importantes que o Policial Militar possa desempenhar suas funções e podem ensejar o desenvolvimento de problemas de saúde.

2.2 Atividades físicas realizadas

Podemos constatar que a maior parte das atividades físicas realizadas pelos policiais são as mesmas encontradas na literatura para amostras de Policiais americanos (BONNEAU e BROWN, 1995), catarinenses (BOLDORI, 2002), paranaenses (YOUNGBLOOD, SENTONE e JÚNIOR, 2020) e do Amapá (SILVA, 2003), como correr, caminhar, ficar em pé, carregar peso, e em menor número estão algumas atividades não relatadas, como atender telefone, pensar e utilizar técnicas de imobilização. Dessa forma, as atividades relatadas como preponderantes durante o trabalho policial foram definidas da seguinte forma, de acordo com o quadro a seguir.

ATIVIDADES FÍSICAS REALIZADAS NO TRABALHO

Atividade Física	Quantidade de relatos
Dirigir	50
Ficar em pé (posição ortostática)	47
Ficar sentado	44
Digitar	43
Caminhar	32
Correr	26
Escrever	21
Levantar	20
Transpor obstáculo	20
Digitalizar documentos	19
Carregar peso	17
Defesa pessoal (técnicas de imobilização)	2
Atender telefone	1

Fonte: Autores (2020).

A identificação dessas atividades é importante pois, segundo alguns conceitos de ergonomia do trabalho é essencial conhecer o contexto de trabalho, indivíduo e o trabalho em si (GRANDJEAN, 1998; FERREIRA, 2008) para propiciar melhores condições de trabalho, visando menor esforço e maiores resultados, bem como diminuir a incidência de lesões e doenças. Com isso, busca-se uma promoção da melhoria do trabalho e da saúde do trabalhador, conforme as pesquisas de GOVEA *et. al* (2015), para motoristas de transporte coletivo (BATTISTON *et. al*, 2006) e de ambulâncias (PINTO; SOUZA, 2015), assim como na área policial abordando as condições de trabalho de Policiais Rodoviários Federais (GASPARY, SELAU e AMARAL, 2008).

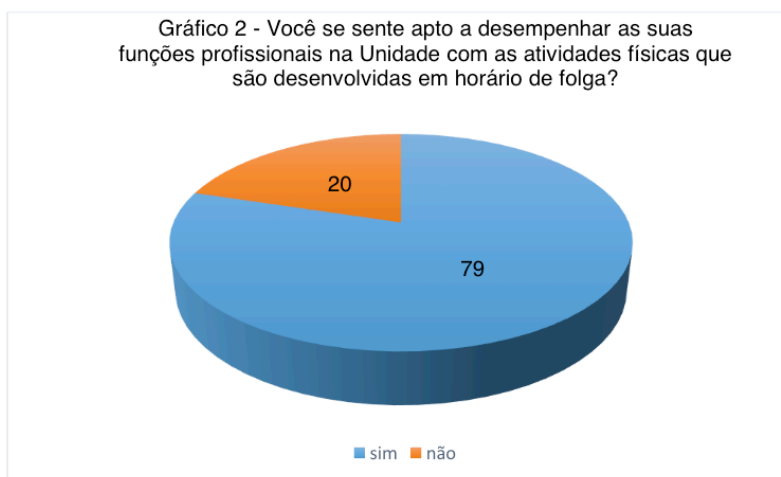
2.3 Relação com as funções

A aptidão para o trabalho pode advir de treinamento técnico prático e/ou intelectual. Dessa forma foram solicitados que os policiais respondessem se sentiam-se aptos a realizar o trabalho diário com as atividades físicas disponibilizadas durante o expediente ou realizadas em horário de folga. Nesse sentido, a maioria dos policiais (61,8%) relataram que não se sente apto a realizar suas atividades laborais com as atividades físicas realizadas durante o expediente. Isso pode ser relacionado ao fato de que não há local apropriado para a prática de atividades físicas 94,4% (84) relataram não haver local próprio para as atividades, além de 76,4% (64) das respostas afirmar que as atividades físicas não são incentivadas no âmbito da corporação.

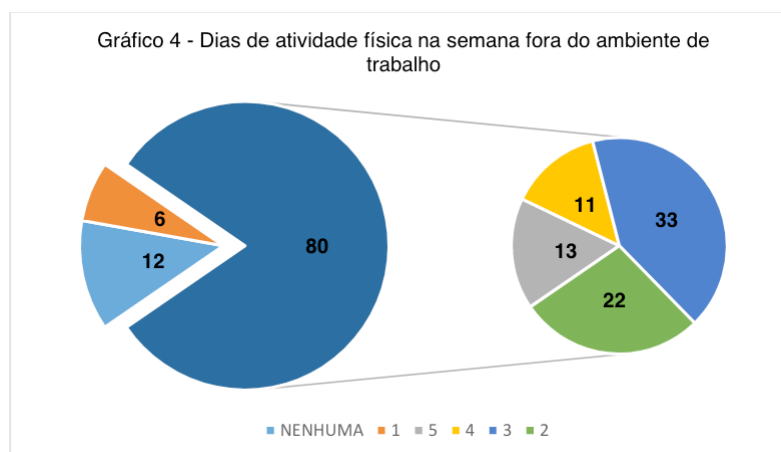
Além disso, sobre o horário de atividade física disponível, 64% do grupo pesquisado (55), relatou que não existe horário específico bem como não há profissional habilitado que programe atividades físicas para o efetivo, sendo que 34,4% (31) relataram que há horário específico, mas as atividades são realizadas

pelo próprio policial, ou seja, sem acompanhamento. Isso se deve ao fato de que os policiais administrativos possuem um período para realizar atividade física, às terças e quintas-feiras, entre 16h30min e 18h, conforme previsão institucional (PARANÁ, 2012) o que para os policiais operacionais não é disponibilizado devido à dinâmica do trabalho e as diversas escalas existentes na instituição (12h de trabalho seguida de 24h de descanso, 12h de trabalho seguida de 48h de descanso, por exemplo). Nesse sentido, a manutenção das capacidades físicas dos policiais, tanto administrativos, mistos e operacionais fica, em uma primeira análise, prejudicada.

Por outro lado, devido a essa falta de local e tempo durante a jornada de trabalho e profissional com a função de capacitar os policiais militares para exercerem suas atividades, como forma de suplantar essa deficiência, a maioria dos policiais busca em seu período de folga o preparo físico necessário para exercer sua profissão e também como forma de propiciar melhor qualidade de vida. Isso pode ser demonstrado quando os policiais responderam se realizavam alguma atividade física fora da Corporação e se sentiam-se aptos ao trabalho com as atividades desenvolvidas fora do horário de trabalho, sendo que 72 deles (80,9%) responderam que realizam alguma atividade física fora da Corporação e 71 (79,4%) consideram-se aptos para o trabalho policial com as atividades físicas realizadas.



Fonte: Autores (2020).



Fonte: Autores (2020).

Outro dado importante a ser apontado são os apresentados no Gráfico 4. Se unirmos os policiais que informaram que fazem, no mínimo, 2 dias de atividade física fora da Corporação, estes somam 80,9% (72), número similar ao de policiais que informaram se sentir aptos para o trabalho com as atividades que busca realizar em horário de folga, ou seja, existe uma relação direta entre a quantidade de exercícios que o policial pratica e sua percepção de estar preparado para o trabalho.

Para finalizar, entendemos que as capacidades físicas necessárias para o trabalho policial e sua relação com as funções desempenhadas pelo policial estão concatenadas com as atividades ele desempenha durante sua jornada de trabalho, o que dependendo do tipo de atividade irá requerer do policial capacidades físicas distintas para sua execução de forma eficiente. Nesse sentido, elaboramos a tabela a seguir para nos auxiliar a responder o problema de pesquisa e sistematizar as informações coletadas.

RELAÇÃO ENTRE ATIVIDADES FÍSICAS REALIZADAS E CAPACIDADES FÍSICAS NECESSÁRIAS

ATIVIDADE FÍSICA	GRUPO MUSCULAR	CAPACIDADE FÍSICA
Atender telefone	Abdômen, Costas, MMSS	Força (isométrica)
Caminhar	MMII	Resistência
Carregar peso	Abdômen, Costas, MMSS	Força
Correr	MMII	Força, Resistência, Velocidade
Defesa pessoal (técnicas de imobilização)	Abdômen, Costas, MMII, MMSS, Peitoral	Força, velocidade
Digitalizar documentos	Abdômen, MMSS	Coordenação, Força (isométrica)
Digitar	Abdômen, MMSS	Coordenação, Força (isométrica)
Dirigir	Abdômen, Costas, MMII, MMSS, Peitoral	Força (isométrica), coordenação
Escrever	Abdômen, MMSS	Coordenação, Força (isométrica)
Ficar em pé (posição ortostática)	Abdômen, Costas, MMII, MMSS, Peitoral	Força (isométrica)
Ficar sentado	Abdômen, Costas	Força (isométrica)
Funções de escriturário	X	X
Levantar	Abdômen, Costas, MMII, MMSS, Peitoral	Força
Transpor obstáculo	Abdômen, Costas, MMII, MMSS, Peitoral	Força, Resistência, Velocidade

Fonte: Autores (2020)

REFERÊNCIAS

BATTISTON, Márcia; CRUZ, Roberto M; HOFFMANN, Maria H. **Condições de trabalho e saúde de motoristas de transporte coletivo urbano**. *Estud. psicol. (Natal)* [online]. 2006, vol.11, n.3, pp.333-343. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/epsic/v11n3/11.pdf>. Acesso em: 21 maio 2019.

BOÇON, Marilys. **NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA DE POLICIAIS MILITARES OPERACIONAIS DA CIDADE DE CURITIBA**. Trabalho de conclusão do curso de Bacharelado em Educação Física da UFPR. 2015. 46 f. Disponível em: <http://repositorio.roca.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/5090/1/CT_COEFI_2015_1_15.pdf>. Acesso em: 20 fev. 2020.

BOLDORI, Reinaldo. **Aptidão Física e sua relação com a capacidade de trabalho dos Bombeiros Militares do estado de Santa Catarina**. Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção da Universidade Federal de Santa. UFSC. Florianópolis: 2002. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/xmlui/bitstream/handle/123456789/81930/185814.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 15 jan. 20.

BONNEAU, Jean; BROWN, Jeremy. **Physical ability, fitness and police work.** *Journal of Clinical Forensic Medicine*. Volume 2, Issue 3, September 1995. Disponível em: https://profsentone.com.br/_files/200000024-e2e15e3dad/Physical%20ability,%20fitness%20and%20police%20work.pdf. Acesso em 21 junho 2019.

BRASIL. **Constituição Federal de 1988.** Promulgada em 5 de outubro de 1988.

CARVALHO, Fabrício B. **Prática docente em educação física na formação dos Oficiais da Polícia Militar do Paraná.** Faculdade Educacional da Lapa, 2006.

FERREIRA, Mário C. **A ergonomia da atividade se interessa pela qualidade de vida no trabalho? Reflexões empíricas e teóricas.** *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, 2008, vol. 11, n. 1, p. 83-99. Disponível em: <http://ergopublic.com.br/arquivos/1252860601.97-arquivo.pdf>. Acesso em: 19 maio 2019.

GASPARY, Leonardo T; SELAU, Lisiane P. R; AMARAL, Fernando G. **Análise das condições de trabalho da Polícia Rodoviária Federal e sua influência na capacidade para trabalhar.** *Revista Gestão Industrial*. Ponta Grossa, PR. Vol. 4, n. 2, 2008, p. 48-64. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/193844/000718982.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 21 maio 2019.

GOVEA, Ricardo A. et. al. **Análise do índice de capacidade para o trabalho (ict) de trabalhadores do segmento educacional:** um levantamento com professores do ensino público infantil e fundamental. XXXV Encontro Nacional De engenharia De Produção. Perspectivas Globais para a Engenharia de Produção. Fortaleza, CE, Brasil, 13 a 16 de outubro de 2015. Disponível em: http://www.abepro.org.br/biblioteca/TN_STO_209_238_27643.pdf. Acesso em: 21 maio 2019.

GRANDJEAN, Etine. **Manual de Ergonomia - Adaptando o Trabalho ao Homem.** 4ª ed. Editora Bookman. Porto Alegre, 1998.

NAHAS, Markus V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida mais ativo.** Londrina: Midiograf, 2001.

PARANÁ. **Código da Polícia Militar do Paraná.** 1954. Atualizado pela Lei nº 17.028, de 21 de dezembro de 2011. Disponível em: <https://www.legislacao.pr.gov.br/legislacao/exibirAto.do?action=iniciarProcesso&codAto=14555&codItemAto=385376>. Acesso em: 21 maio 2019.

PARANÁ. Decreto Estadual nº 7.339, de 08 de junho de 2010. **Regulamento Interno de Serviços Gerais.** Disponível em: <http://www.pmpr.pr.gov.br/arquivos/File/pm1/Decretos/Estaduais/20100608Decreto7339RISG.pdf>. Acesso em: 21 maio 2019.

PARANÁ. Lei Estadual nº 16.575 de 28 de Setembro de 2010. **Lei de Organização Básica da PMPR.** Disponível em: <https://www.legislacao.pr.gov.br/legislacao/listarAtosAno.do?action=exibir&codAto=56275&indice=1&anoSpan=2010&anoSelecionado=2010&isPaginado=true>. Acesso em: 21 junho 2019.

PARANÁ. **Portaria do Comando Geral 076 de 22 de janeiro de 2016.** Disponível em: <http://www.pmpr.pr.gov.br/arquivos/File/pm1/Normas%20Administrativas/Portarias/PortariaCG76201ECAF1.pdf>. Acesso em: 21 maio 2019.

PARANÁ. **Portaria do Comando Geral Nº 882, de 4 de outubro de 2012.**

PARANÁ. **Portaria do Comando Geral Nº 944, de 17 de dezembro de 2018.** Documento confidencial. Acesso em: 15 jan. 20.

PEREIRA, Érico, F; TEIXEIRA, Clarissa, S. **Proposta de valores normativos para avaliação da aptidão física em militares da Aeronáutica.** *Rev. bras. Educ. Fís. Esp.*, São Paulo, v.20, n.4, p.249-56, out./dez. 2006. Disponível em: <http://www.revistas.usp.br/rbefe/article/view/16632/18345>. Acesso em: 15 jan. 20.

PINTO, Francinaldo do M; SOUZA, Paulo C. Z. de. **A atividade de trabalho de motoristas de**

ambulância sob o ponto de vista ergológico. *Rev. bras. saúde ocup.* [online]. 2015, vol.40, n.131, p.49-58. Disponível em:< <http://www.scielo.br/pdf/rbso/v40n131/0303-7657-rbso-40-131-49.pdf>>. Acesso em: 21 maio 2019.

PINTO, Joséli do N. et al. **Avaliação do Sono em um Grupo de Policiais Militares de Elite.** *Acta paul. enferm.* [online]. 2018, vol.31, n.2, p.153-161. Disponível em:< http://www.scielo.br/pdf/ape/v31n2/en_1982-0194-ape-31-02-0153.pdf>. Acesso em: 14 maio 2019.

PLATONOV, Vladimir N. **Tratado Geral De Treinamento Desportivo.** São Paulo: Phorte, 2008. 885p.

POLLOCK, Michael L. et al. **Exercícios da saúde e na doença: Avaliação e prescrição para prevenção e reabilitação.** 2 ed. Rio de Janeiro. Editora Medsi, 1993.

SCHMITT, Valdir J. A; SCHUCHOVSKI, Antônio João. **Funcionalidade do Teste de Aptidão Física para a Atividade Policial Militar.** 61f. Monografia. (Curso de formação de Oficiais Policiais-Militares) – Escola de Oficiais, Academia Policial-Militar do Guatupê, Escola Superior de Segurança Pública, São José dos Pinhais, 2016.

SENTONE, Rafael Gomes; SOUZA, Ricardo; HOFLINGER, Franciele. **Atividade Policial Militar no Brasil. Efeitos do trabalho policial após jornada de trabalho noturno em Policiais Militares do Paraná.** ICIUMAC, 2017.

SILVA, Neyvaldo J. A. da. **Tabela De Aptidão Física: Proposta De Provas, Índices E Critérios Justos Que Reflitam a Realidade Do Policial-Militar De Alagoas.** Monografia de conclusão do Curso de especialização em administração policial, UFPR. 2003. 67 f. Disponível em:<<https://acervodigital.ufpr.br/bitstream/handle/1884/51183/Neyvaldo%20Jose%20Amorim%20da%20Silva.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Acesso em: 20 fev. 2020.

SILVEIRA, José L. G. da. **Aptidão física, índice de capacidade de trabalho e qualidade de vida de bombeiros de diferentes faixas etárias em Florianópolis – SC .** Dissertação de Mestrado em Educação Física. Programa de Pós-graduação em Educação Física. UFSC. Florianópolis: 1998. Disponível em:< <https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/77895/191160.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Acesso em: 15 jan. 2020.

SILVEIRA, José L. G. da. **Estilo de vida, índice de capacidade de trabalho e percepção da demanda física por tarefa dos profissionais de segurança dos cidadãos, no Estado de Santa Catarina.** Tese de Doutorado. UFSC. Florianópolis: 2004. Disponível em:< <https://repositorio.ufsc.br/xmlui/bitstream/handle/123456789/88026/211684.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Acesso em: 15 jan. 2020.

YOUNGBLOOD, Johny Wilson; SENTONE, Rafael Gomes; JÚNIOR, Mario Picetskei. **Physical fitness related to the work of the special operations military police.** Atena, Investigação científica nas ciências humanas 4, 2020.

ÍNDICE REMISSIVO

A

Adaptações corporais 182, 188

Adolescentes 1, 2, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 23, 25, 26, 38, 40, 41, 42, 43, 51, 52, 53, 88, 95, 96, 98, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 118, 120, 121, 122, 123, 126, 127, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 139, 140, 141, 142, 143, 145, 147, 262, 264, 265, 270, 272

Aptidão física 39, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 89, 141, 142, 145, 146, 151, 154, 155, 156, 159, 167, 168, 194, 204, 239

Aquathlon 149, 151

Atividade física 2, 3, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 14, 25, 26, 41, 42, 43, 51, 52, 53, 55, 67, 140, 141, 145, 146, 147, 149, 151, 152, 158, 164, 165, 166, 167, 171, 173, 178, 180, 181, 186, 187, 188, 194, 196, 198, 199, 201, 202, 204, 205, 206, 207, 210, 211, 212, 213, 216, 217, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 225, 226, 227, 228, 229, 230, 231, 235, 236, 238, 239, 251

Atividade motora adaptada 55

B

Brincadeiras 32, 34, 35, 36, 38, 40, 52, 57, 81, 101, 103, 126, 127, 128, 129, 130, 132, 133, 135, 136, 137, 142, 268

C

Circo 78, 79, 81, 83, 84, 85, 86

Comportamento sedentário 41, 52, 151, 225, 242

Comunidades tradicionais 229

D

Dança 55, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 64, 65, 66, 67, 81, 82, 103, 172, 176, 177, 179, 235, 236, 239

Deficiência visual 55, 56, 57, 58, 67

Desempenho cognitivo 262

Desenvolvimento infantil 26, 72

Desenvolvimento motor 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 26, 32, 36, 37, 38, 52, 53, 88, 93, 95, 141, 146, 147, 151, 247

E

Educação física 2, 3, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 14, 16, 23, 24, 25, 26, 28, 29, 30, 31, 34, 35, 36, 37, 38, 41, 42, 43, 44, 48, 53, 55, 57, 58, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 76, 77, 78, 80, 81, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 90, 93, 94, 97, 104, 115, 116, 120, 124, 129, 130, 140, 142, 144, 146, 147, 150, 152, 155, 166, 167, 168, 169, 170, 171, 172, 173, 175, 177, 178, 179, 180, 181, 188,

204, 206, 210, 228, 232, 241, 242, 243, 245, 247, 248, 251, 261, 263, 265, 266, 267, 268, 271, 273

Educação física escolar 31, 37, 41, 42, 53, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 78, 81, 85, 86, 87, 88, 90, 124, 247, 248, 263, 265, 273

Educação infantil 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 36, 37, 38, 88, 138, 265

Envelhecimento 171, 172, 178, 180, 202, 203, 204, 205, 214, 216, 218, 219, 224, 227, 228, 237, 253, 254, 255, 258, 259, 260

Escolares 1, 5, 10, 14, 23, 24, 26, 27, 39, 40, 41, 43, 44, 45, 47, 51, 52, 53, 80, 265

Esporte de base 96, 98, 100, 101, 102, 103, 104, 105, 112, 113, 122

Estágio 20, 21, 22, 28, 29, 30, 31, 32, 34, 37, 38, 50, 53

Estudantes 3, 4, 5, 6, 7, 80, 241, 242, 243, 244, 246, 247, 251, 252, 262, 265

Exercício físico 51, 53, 186, 187, 192, 194, 196, 197, 198, 199, 200, 204, 205, 211, 218, 219, 225, 235, 246, 249, 250, 251, 256, 273

F

Funcionalidade 168, 253

G

Ginástica artística 87, 88, 90, 93, 94, 95, 120

H

Hidroginástica 103, 148, 149, 150, 151, 177, 178

I

Idosos 55, 149, 150, 169, 170, 171, 172, 173, 175, 176, 177, 178, 179, 180, 202, 203, 204, 205, 206, 207, 208, 210, 211, 212, 213, 214, 216, 217, 218, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 225, 227, 228, 238, 239, 255, 256, 257, 258, 259, 260, 264

Inatividade física 2, 202, 203, 205, 210, 214, 218, 228, 242, 245, 246, 251

Inclusão 4, 19, 26, 38, 42, 55, 64, 66, 70, 96, 99, 100, 104, 112, 114, 123, 124, 142, 151, 176, 195, 205, 219, 225, 243

J

Jogos 2, 32, 34, 35, 36, 38, 40, 42, 52, 57, 65, 73, 74, 80, 81, 101, 103, 126, 127, 128, 129, 130, 132, 133, 135, 136, 137, 139, 141, 142, 161

L

Lutas 42, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 80, 81, 102, 103

M

Manifestações religiosas 230

Maturação sexual 39, 40, 43, 44, 45, 47, 49, 50, 52, 53

Mialgia 192

Militares 153, 154, 155, 156, 158, 159, 160, 161, 163, 165, 166, 167, 168

Mini-tênis 139, 140, 141, 142, 143, 144, 145

Músculo 12, 184, 253, 255, 256, 257

N

Natação 103, 111, 112, 120, 123, 148, 149, 150, 151, 152

P

Políticas públicas 70, 96, 97, 98, 100, 102, 103, 104, 105, 114, 115, 118, 122, 123, 124, 125, 187

Práticas corporais 58, 77, 78, 103, 251, 265

Processo evolutivo 182, 183, 184, 187

Produções culturais 126, 128, 129, 130, 131, 133, 134, 137

Psicomotricidade 30, 34, 37, 87, 88, 94, 95

Q

Qualidade de vida 2, 26, 53, 67, 149, 151, 152, 153, 155, 165, 167, 168, 169, 170, 171, 172, 173, 176, 178, 200, 211, 216, 217, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 226, 227, 228, 229, 231, 232, 238, 239, 241, 243, 251, 253, 255, 258, 273

S

Salto vertical 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23

Serviços de saúde escolar 26

Smartphone 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 23

T

Trabalhador 159, 164, 192, 200

Treinamento de força 186, 253, 257, 258, 260, 273

V

Violência 40, 72, 163, 261, 262, 263, 264, 265, 266, 267, 268, 269, 270, 271, 272

 **Atena**
Editora

2 0 2 0