



<b>Evento</b>	Salão UFRGS 2014: SIC - XXVI SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
<b>Ano</b>	2014
<b>Local</b>	Porto Alegre
<b>Título</b>	Habilidades Atléticoas de Sargentos em Aperfeiçoamento da Brigada Militar de Santa Maria RS
<b>Autor</b>	EDINEIA DE BRITO
<b>Orientador</b>	LUCIANE DARONCO
<b>Instituição</b>	Universidade Federal de Santa Maria

**Introdução:** 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 (NEMAEFS) 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:** 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). Portanto o resultado não foi satisfatório e assim são necessárias aplicações de medidas buscando o aprimoramento da aptidão motora dos inscritos na EsFAS.

**Conclusão:** 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, é possível melhorar não somente os níveis de aptidão motora, como também as condições de labor e saúde dos trabalhadores.