



V CONGRESSO SUDESTE DE CIÊNCIAS DO ESPORTE

Tema: Educação Física/Ciências do Esporte: políticas, dilemas e controvérsias.

25 a 27 de Setembro na Universidade Federal de Lavras (MG)

POSSÍVEIS CAUSAS DE LESÕES EM POLICIAIS MILITARES

PALAVRAS-CHAVE: Causas; Lesões; Policiais Militares.

Pablo Augusto Ferreira Teobaldo
Giancarla Aparecida Botelho Santos

INTRODUÇÃO

A defesa social está no texto constitucional como dever do Estado, direito e responsabilidade de todos, organizada visando proteger o cidadão, a sociedade os bens públicos e privados, primando pelo zelo, honestidade e correção de propósito. Assim, para que o papel de preservação da ordem pública e o clima de tranquilidade a Corporação desenvolve fórmulas, buscando no ambiente externo, o planejamento e a prestação dos serviços ao coletivo.

Para obter este benefício, os soldados precisam estar preparados para qualquer ocorrência, necessitando assim de uma condição física específica conquistada através de exercícios físicos militares, que são exercícios de ordem unida, que é uma das atividades militares, onde são treinadas as marchas militares e desfiles cívicos, a corrida, que significa andar em disparado entre um ponto a outro em um determinado tempo, e defesa pessoal, cujo treinamento usa técnicas de luta para se defender de algum criminoso.

Mediante a alta incidência de licença médica decorrente de lesões musculoesqueléticas na população de policiais militares, a avaliação dos possíveis fatores causadores destas lesões se faz necessário, uma vez que o efetivo militar é baixo e o afastamento pode causar prejuízos à corporação e à sociedade, que depende diretamente da função do profissional militar.

Além disso, o conhecimento das causas poderá melhorar a qualidade de vida do policial militar e reduzir o afastamento desses indivíduos e inclusive diminuir o gasto do estado.

O presente trabalho tem como objetivo avaliar a prevalência e as principais causas dos acometimentos músculo esqueléticos em policiais militares.

METODOLOGIA

AMOSTRA

Serão avaliados os policiais militares que concordarem em participarem do projeto.

EXAMES

Será aplicada uma anamnese para avaliação das atividades de vida diária, da prática de atividade física e presença de lesões musculoesqueléticas. Será avaliado também a flexibilidade de tronco e membros inferiores pelo banco de Wells e força musculares dos músculos do abdômen e músculos que sustentam a coluna vertebral.

RISCOS ESPERADOS



V CONGRESSO SUDESTE DE CIÊNCIAS DO ESPORTE

Tema: Educação Física/Ciências do Esporte: políticas, dilemas e controvérsias.

25 a 27 de Setembro na Universidade Federal de Lavras (MG)

Pode ocorrer o risco do voluntário se sentir constrangido durante a aplicação dos questionários ou durante a realização dos demais testes. No entanto, não será exigido do voluntário sua identificação nos questionários.

RESULTADOS

Os participantes tinham idade de 23 a 53 anos de idade com média de 41 anos. Foram respondidos 30 questionários e a amostra foi composta por Policiais Militares do Oitavo Batalhão da Polícia Militar de Minas Gerais que concordaram em participar do projeto.

Entre as patentes militares, os Sargentos estiveram em maior colocação (63%), ficando em segundo lugar os Subtenentes em número de 3 (10%).

Todos os Policiais Militares trabalham na área administrativa, com média de carga horária de 7 horas por dia, trabalhando sentado 28 PMs (93%), sentindo-se confortável em seu ambiente de trabalho 14 (46,6%) e 10 (33%) sentindo-se desconfortável. O fardamento mais usado é o C1 (70%), e o uso do colete a prova de balas e o cinto de armamento durante 2 vezes na semana, ao serem usados pelos PMs, relataram dor.

Em relação à atividade física fora do ambiente militar, 33% relata fazer o uso da corrida como esporte, em uma frequência de 2 vezes na semana (30%) com duração de 1 hora (53%).

DISCUSSÃO

O perfil sociodemográfico dos PMs do 8º Batalhão de Polícia Militar, Lavras, MG, Brasil, foi semelhante ao encontrado em estudo com policiais militares do Rio de Janeiro Minayo (2008), cuja idade dos participantes foi de 23 a 53 anos com média de 43 anos.

Constatou que entre as patentes militares, os Sargentos colaboraram em maior número, indo de encontro com estudo de Ferreira (2000), cuja maioria dos praças também eram sargentos.

Dos PMs estudados, todos trabalhavam no setor administrativo, com carga horária média de 7 horas/dia, repercutindo uma menor chance de lesão. No mesmo aspecto, Silva et al. (2011) em seu trabalho, concluiu que Policiais que trabalham no setor administrativo tem 16% de chance a menos de obter lesões.

Pelo fato dos Policiais trabalharem sentados não existe grande chance de se lesionarem durante o expediente, pois uma das atividades que leva ao desenvolvimento de DME (doença musculoesquelética) em militares é a marcha, ocorrendo pela onda de impacto proveniente da força de reação ao solo durante a locomoção, predispondo ao aparecimento de lesões durante o período de adaptação dos indivíduos à vida militar Guisande e Mochizuki (2009).

Outros estudos com população de enfermeiros e técnicos de enfermagem evidenciaram que a postura em ortostase, por longos períodos representou forte associação para o desenvolvimento de DME em MMII, por conta da sobrecarga ao sistema músculo esquelético Ribeiro e Fernandes (2011).

Em relação à vestimenta dos policiais, a principal é a farda, e a variedade e os acessórios que os acompanham geram muito incomodo e dor para quem usa. Nesse estudo chegou-se na conclusão que a maioria dos PMs usam fardas C1, que é a farda administrativa, fazendo uso em alguns dias da semana do cinto de armamento e o colete a prova de balas. Porém, o uso desses instrumentos gera dor principalmente na região lombar, como já foi



V CONGRESSO SUDESTE DE CIÊNCIAS DO ESPORTE

Tema: Educação Física/Ciências do Esporte: políticas, dilemas e controvérsias.

25 a 27 de Setembro na Universidade Federal de Lavras (MG)

relatado por Gomide, Penido e Pinho (2010), mas já o autor Sousa et. Al. (2004), relata que em um estudo envolvendo lesões esportivas em militares, o tornozelo teve maior acometimento.

Já em relação à atividade física fora do ambiente militar, 33% relata fazer o uso da corrida como esporte, em uma frequência de 2 vezes na semana (30%) com duração de 1 hora (53%), não sendo supervisionado por um profissional (66%) e 66% nunca havia feito avaliação postural.

Este estudo apresenta limitações de cunho científico, pela escassez de publicações relacionadas à saúde física do policial militar e principalmente às lesões músculo – esqueléticas decorrentes da sua ocupação representando a falta de atenção à saúde do policial enquanto trabalhador.

CONCLUSÃO

A proporção de voluntários e resultados no trabalho foi considerada baixa, pois a pesquisa ainda está em andamento. Mas sugere-se que o fardamento, acessórios que os compõe, a atividade física fora do ambiente militar sem acompanhamento adequado e as atividades militares como a marcha, podem levar a lesões em policiais militares.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BARSOTTINI, D.; GUIMARÃES, A. E.; MORAIS, P. R. Relação entre técnicas e lesões em praticantes de judô. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, v.12, n.1, p. 56-60, janeiro/fevereiro, 2006.
- FERREIRA, D. K. S.; BONFIM, C.; AUGUSTO, L. G. S. Fatores associados ao estilo de vida de policiais militares. *Ciência & Saúde Coletiva*, 16(8): 3403-3412, 2011.
- GOMIDE, A. P.; PENIDO, A. T. O.; PINHO, F. M. O. Prevalência de lesões músculo-esqueléticas em militares paraquedistas. *Moreira Jr. Editora*, v.67, n.10, outubro, 2010.
- GUISANDE, T.P, MOCHIZUKI, L. Forças de impacto e marcha militar: estudo descritivo *Revista de Educação e de Tecnologia Aplicadas à Aeronáutica*, 1:61-67. 2009.
- MINAYO, M. C. S, SOUZA E. R, CONSTANTINO, P. Missão prevenir e proteger: condições de vida, trabalho e saúde de policiais militares do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro: Fiocruz; 2008.
- RIBEIRO, N. F, FERNANDES, R. C. P. Distúrbios Musculoesqueléticos em membros inferiores em trabalhadoras de enfermagem. *Revista Baiana de Saúde Pública*, 35 (1): 128 - 42. 2011
- SILVA, A. S.; LIMA, V. S.; GÓES, A. L. B.; Proporção de Doenças Musculoesqueléticas em Membros Inferiores nos Integrantes da Polícia Militar do Estado da Bahia. *Revista Pesquisa em Fisioterapia*, 2(1): Jan/2012.
- SOUZA, M. S. C et. al. Epidemiologia e Saúde: prevalência das lesões musculares Esqueléticas (LME) esportivas em instituições cíveis e militares (Exército Brasileiro) da cidade de João Pessoa. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, 12 (1): 45-50. Jan-Ma/04.