

CORPO E FISIOTERAPIA: PROMOVEDO A SAÚDE CORPORAL DO POLICIAL MILITAR ATRAVÉS DE UMA REVISÃO INTEGRATIVA

BODY AND PHYSIOTHERAPY: PROMOTING THE BODY HEALTH OF MILITARY POLICE OFFICERS THROUGH AN INTEGRATIVE REVIEW

Elsiane Machado ¹

¹ Discente do Curso de Fisioterapia – UCEFF

RESUMO

Este trabalho analisa o adoecimento corporal de policiais militares sob a perspectiva da fisioterapia. Reconhecendo a importância da saúde para o desempenho das atividades laborais, o estudo busca entender cientificamente os relatos sobre a condição corporal desses profissionais. A pesquisa envolveu a revisão de literatura especializada e a análise de sete artigos científicos encontrados em bases como Scielo e google acadêmico. Utilizando os descritores "polícia militar", "fisioterapia" e "corpo", foram identificadas questões relevantes sobre o adoecimento dos policiais. Constatou-se uma alta incidência de dores musculares, lombalgia e outras queixas, geralmente decorrentes do estresse, da repetição de movimentos e falta de exercícios físicos. Embora este campo ainda precise de mais estudos, o trabalho apresenta considerações importantes para os fisioterapeutas, visando a promoção da saúde e qualidade de vida desses profissionais.

Palavras chaves: Polícia Militar, fisioterapia e corpo.

ABSTRACT

This work analyzes the physical illness of military police officers from the perspective of physiotherapy. Recognizing the importance of health for the performance of work activities, the study seeks to scientifically understand reports about the body condition of these professionals. The research involved the review of specialized literature and the analysis of seven scientific articles found in databases such as Scielo and Google Scholar. Using the descriptors "military police", "physiotherapy" and "body", relevant issues regarding police officers' illness were identified. A high incidence of muscle pain, low back pain and other complaints was found, generally resulting from stress, repetition of movements and lack of physical exercise. Although this field still needs more studies, the work presents important considerations for physiotherapists, aiming to promote the health and quality of life of these professionals.

Keywords: Military Police, physiotherapy and body.

INTRODUÇÃO

Historicamente, o corpo humano foi estudado principalmente pelas ciências naturais e da saúde, mas tarde passou a ser objeto de reflexão também das ciências sociais. Esse corpo existe dentro de uma sociedade e cultura que definem sua condição de existência, estando situado em contextos históricos, sociais e políticos que influenciam sua saúde ou doença¹.

A relação entre saúde e doença está intimamente ligada ao processo cultural das sociedades. Na contemporaneidade, o corpo enfrenta desafios como a falta de exercícios físicos, a repetição de atividades e a má alimentação, contribuindo para seu adoecimento. O uso excessivo de máquinas substitui os recursos musculares, enquanto técnicas corporais básicas, como caminhar e correr, são frequentemente negligenciadas ou relegadas às academias².

Este trabalho analisa o adoecimento do corpo do policial militar, um tema pouco discutido em comparação com as questões de violência associadas a essa profissão. A postura e comportamento dos policiais são moldados por um rigoroso processo de socialização que exige obediência e causa tensão mental e física.

O objetivo desta pesquisa é entender as principais contribuições da fisioterapia para o tratamento das queixas de dor dos policiais militares, analisando estudos científicos que abordam essas questões. A reflexão sobre o papel da fisioterapia na reabilitação desses profissionais é fundamental, considerando a importância do cuidado e acompanhamento para a resolução dessas condições.

METÓDO

O presente artigo foi desenvolvido a partir de uma pesquisa de caráter exploratório e descritivo. O estudo bibliográfico trata-se de uma elaboração apurada sobre determinado tema com material já elaborado constituído principalmente de artigos científicos³.

Para o desenvolvimento deste artigo buscamos analisar fontes de publicações nacionais com temas relacionados a saúde corporal do policial militar a partir do olhar da fisioterapia. No entanto, através da literatura especializada sobre o tema foi possível encontrar 7 artigos nas plataformas scielo e google academico, através dos descritores policia militar, fisioterapia e corpo. O material foi analisado através de uma leitura crítica e baseada na experiência vivenciada pelos autores tendo como base um levantamento

bibliográfico acerca do tema abordado que visou compreender a realidade em relação à saúde corporal dos policiais militares.

RESULTADO E DISCUSSÃO

Analizando os artigos, observamos que a sobrecarga do trabalho policial afeta significativamente sua capacidade física. Vale ressaltar que qualquer profissão exige esforços físicos e mentais, que podem impactar a saúde do indivíduo. A partir da revisão dos artigos selecionados, concluímos que os pesquisadores identificam fatores agravantes para o adoecimento físico e mental dos policiais no ambiente de trabalho.

O policial militar desempenha funções operacionais nas ruas, exigindo posturas corporais que projetem uma imagem de prontidão e preparo físico. Essa exigência doutrinária, no entanto, pode resultar em problemas físicos. Policiais frequentemente permanecem em pé por longas horas ou caminham por terrenos irregulares, materiais bélicos necessitando de bom condicionamento físico e calçado adequado.

⁴ Nos apresenta uma discussão pertinente no que concerne aos malefícios vividos pelo policial militar no exercício do seu trabalho. Através de um estudo realizado em um Batalhão de Milícias os autores concluíram que o mal uso de equipamentos táticos como cintos de guarnição, coturnos e coletes utilizados de maneira inadequada provam danos a saúde entre eles está o surgimento da hérnia de disco em muitos policiais.

⁵ Em seu estudo sobre a resposta eletromiográfica nos músculos paravertebrais de Policiais Militares foi avaliado uma amostra de 44 profissionais do Estado do Paraná. Aplicado o questionário Rolando Morris que é um instrumento de autoavaliação e percepção de dificuldade de desempenhar atividades laborais e da vida diária. A pesquisa realizada pela autora identificou que a região lombar apresentou a maior incidência de queixas devido ao estresse constante e à sobrecarga física que os policiais enfrentam em suas atividades diárias.

Uma entrevista com policiais revelou as principais queixas musculoesqueléticas entre policiais militares do Paraná. Os policiais administrativos relataram dores nas regiões dorsal e lombar, enquanto os policiais operacionais mencionaram dores nas pernas e pés. Esses achados destacam a necessidade de implementar ginástica laboral nos setores administrativos e de adaptar ergonomicamente os coletes balísticos para proporcionar conforto e proteção ⁶.

Outra pesquisa com 40 policiais utilizou questionários para avaliar os níveis de dor e coletou imagens dos avaliados nos planos anterior, posterior e lateral. Após a análise, os autores constataram que a região lombar é a mais afetada por dores, com uma significativa associação ao sobrepeso. O estudo também revelou que policiais militares que trabalham em funções administrativas apresentam alterações no alinhamento postural, provavelmente devido ao tempo prolongado em que permanecem sentados ⁷.

⁸ Apresenta uma pesquisa quantitativa realizada em Florianópolis coletou dados de 234 policiais que trabalhavam nas ruas por meio de questionários. A pesquisa revelou que a maioria dos policiais sofreu lesões nos pés e cansaço físico devido ao uso contínuo de coturnos, prejudicando sua rotina de trabalho e causando desconforto corporal.

Outro ponto relevante que os estudos demonstram que muitos dos fatores que contribuem para as dores em policiais militares são os limitadores para a prática de atividades físicas. São evidenciados problemas de saúde dos policiais decorrentes de falta de exercícios físicos e falta de alimentação balanceada, acarretando o sobrepeso, índices elevados de colesterol, dores no pescoço e nas costas ou na coluna, dores de cabeça e enxaqueca, essas sendo as queixas mais comuns. No presente estudo concluiu-se que bons níveis de aptidão física são essenciais para o desempenho do serviço policial militar, atendendo ao dever constitucional de preservar a ordem pública e executar o policiamento ostensivo ⁹.

¹⁰ Constatou ainda, que muitos dos policiais não praticam atividade física de maneira regular, a partir disto desenvolve-se problemas de saúde

como hipertensão arterial. Essa doença também provocada pelo ritmo de trabalho e pela falta da atividade cotidiana.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho proporcionou uma análise detalhada sobre o adoecimento corporal de policiais militares, a partir da perspectiva da fisioterapia. A saúde é um componente fundamental para a realização de atividades cotidianas e laborais, e compreender as condições corporais dos policiais militares é essencial para promover intervenções eficazes. A revisão da literatura especializada e a análise dos artigos científicos permitiram identificar questões relevantes relacionadas à condição de adoecimento desses profissionais.

Os resultados indicam uma alta incidência de dores musculares, lombalgia e outras queixas, frequentemente associadas ao estresse e à repetição de movimentos no exercício da profissão. Este estudo destaca a importância de uma abordagem fisioterapêutica que vise não apenas o tratamento, mas também a prevenção de tais condições, promovendo a saúde e a qualidade de vida dos policiais militares.

Reconhecemos que este campo de estudo ainda necessita de mais investigações. No entanto, esperamos que as considerações apresentadas neste trabalho possam contribuir para o desenvolvimento de estratégias de intervenção e prevenção mais eficazes, auxiliando os fisioterapeutas a construir um ambiente de trabalho mais saudável e seguro para os policiais militares. A saúde desses profissionais é crucial não apenas para o desempenho de suas funções, mas também para a manutenção da ordem e segurança pública. Portanto, é imperativo continuar explorando e aprimorando práticas que promovam seu bem-estar físico e mental.

REFERENCIAS

1. MINAYO, M. C. de S. Contribuições da Antropologia para pensar a saúde. IN: **Tratado de Saúde coletiva**. Org. CAMPOS, Gastão Wagner de Sousa; ARKEMAN, Marco; et. al. Editora: Huncitec, 2002.
2. LIMA, F. P. de et al. Prevalência de Transtorno Mental e Comportamental em Polícias Militares/SC, em Licença para Tratamento de Saúde. **Revista psicologia: Ciência e profissão**, 2015, 35(3), 824-840.
3. SEVERINO, A. J. Metodologia do trabalho científico. 23 ed. São Paulo: Cortez, 2007.
4. SANTOS, M. M. A. et al. A influência do uso do colete balístico nas patologias relacionadas a postura em policiais militares. [Repositório Institucional da UFPB](#). João Pessoa. Nov. 2015.
5. SANTOS, M. C. Análise eletromiográfica da sobrecarga postural causada pelo colete balístico em profissionais de segurança pública. 2016. 84 f. Dissertação (Mestrado em Engenharia Biomédica) – **Universidade Tecnológica Federal do Paraná**, Curitiba, 2016.
6. CARDOSO, E. S. et al. Dor lombar e incapacidade em policiais militares: um estudo epidemiológico. **Fisioterapia em Movimento**, Curitiba. v. 31, p. e003101, 2018.
7. DIAS, T.M. HENTSCHEKE, V.S. MIGUEL, F.M. Análise postural em Policiais Militares da cidade de Cachoeira do Sul- RS. **Revista de iniciação Científica da Ulbra** nº 15/2017.
8. MARTINS, A. C. V.; MELO, S. I. L. Estudo das características funcionais e de uso do Coturno utilizado pelo policial militar e sua influência no desempenho na atividade de ronda. **Rev. Bras. Cine.Des. Hum.** 2005;7(1):50-58 Rev. Bras. Cine. Des. Hum. ISSN 1415-8426.
9. JÚNIOR, R. S. et al. Barreiras para a prática de atividade física em policiais militares do estado de Alagoas. **Caderno de Graduação-Ciências Biológicas e da Saúde-UNIT-SERGIPE**, Aracaju, v. 3, n. 2, p. 217-238, 2016.
10. SILVA, L. R. da; et al. Fatores de risco para hipertensão arterial em policiais militares do centro-sul piauiense. **Revista Baiana de Saúde Pública**. v.38, n.3, p.679- 692 jul./set.2014.