



ÍNDICE DE MASSA CORPÓREA EM POLICIAIS MILITARES

Karla Thaisa Fulco Carvalho¹, e-mail: karlatfulco@hotmail.com;
Thays Roberta da Silva Vasconcelos¹, e-mail: thaysroberta.enf@gmail.com;
Juliana Moraes da Silva¹, e-mail: julianamoraes2017@outlook.com;
Ana Paula Miyazawa (Orientadora)³, email: anapaulamiyazawa@hotmail.com

CENTRO UNIVERSITÁRIO TIRADENTES^{1,3} /ENFERMAGEM/ALAGOAS, AL

INTRODUÇÃO: A atividade física regular está relacionada com a melhoria da saúde, com a prevenção de diversas doenças crônicas não transmissíveis (como: hipertensão arterial, diabetes mellitus, obesidade, câncer, acidente vascular encefálico) e também relacionada a qualidade de vida. Neste contexto, praticar exercício pode reduzir em 35% o risco de morte por doenças cardiovasculares e em 33% a mortalidade por todas as causas. Os policiais militares representam uma classe de trabalhadores diferenciados, por conta de vários fatores que influenciam o exercício da sua profissão, dentre os quais podem ser destacados a convivência com a violência e o risco de morte, a carga e condições de trabalho e o estresse. Por isso, bons níveis de aptidão física são necessários para o desempenho do serviço policial militar. Mas estudos realizados com policiais militares, em alguns estados brasileiros, têm relatado a presença de elevado peso corporal. **OBJETIVO:** O presente estudo teve como objetivo identificar o Índice de Massa Corporal (IMC), de policiais militares de um batalhão localizado na região Nordeste do Brasil. **MÉTODO:** Trata-se de um estudo descritivo, quantitativo, realizado através questionário e verificação de medidas antropométricas. A amostra se constituiu por 52 participantes, 91,9% do sexo masculino. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa conforme parecer CAAE 81005817.1.0000.5641. **RESULTADO E DISCUSSÃO:** Sujeitos a uma jornada de trabalho de 12 horas noturnas, sem períodos de descanso e uma forte dose de estresse, os policiais militares utilizam-se de uma dieta desbalanceada, causando aumento de peso e da circunferência abdominal (BORGES, 2013). Dos 52 participantes, 47 (90,38%) alegaram não realizar atividade física, e 28,57% (06) dos 21 que apresentaram circunferência abdominal alterada afirmaram serem portadores de Hipertensão Arterial Sistêmica. De fato, a prática regular de atividade física pode ser benéfica em vários aspectos, pois não promove apenas diminuição do risco cardiovascular, mas atua também melhorando o funcionamento do sistema digestivo, imunológico, nervoso, músculo esquelético e respiratório concomitantemente a melhora da auto-estima e alívio do estresse colaborando para uma melhora da qualidade de vida (SILVA et al., 2011). Neste contexto, a enfermagem assume um papel primordial no acompanhamento desses indivíduos nas ações de prevenção primária, secundária e



terciária, contribuindo para a promoção da saúde, diagnóstico precoce o que diminui o risco de complicações. **CONCLUSÃO:** Com base nas informações levantadas por este estudo, pode-se concluir que existe um percentual significativo de policiais militares com IMC alterado, o que aumenta seu risco cardiovascular. A enfermagem pode atuar promovendo a prática de exercícios físicos e alimentação saudável além de contribuir com a assistência à pacientes com doenças crônicas relacionadas ao sobrepeso e obesidade.

Palavras-chaves: Obesidade. Sobrepeso. Policiais Militares.

Referências:

BORGES, A. A. Police and Health: interview with the Director-General of Health of the Military Police for the State of Rio de Janeiro. **Ciencia & saude coletiva**, v. 18, n. 3, p. 677-679, 2013.

Silva N.T.D. et al., Prevalência e correlação entre obesidade, hipertensão arterial e a prática de atividade física. *Colloquium Vitae*, 2011.

THOMAZ, P. M. D. et al. Fatores associados à atividade física em adultos, Brasília, DF. **Revista de saúde pública**, São paulo, v. 44, n. 5, p. 894-900, mar. 2010. Disponível em: <<https://www.scielo.org/article/rsp/2010.v44n5/894-900/>>. Acesso em: 19 set. 2018.

Abstract

Introduction: Regular physical activity is related to health improvement, with the prevention of several chronic non-communicable diseases (such as: arterial hypertension, diabetes mellitus, obesity, cancer, stroke) and also Related to quality of life. In this context, exercise practice can reduce by 35% the risk of death from cardiovascular diseases and in 33% mortality from all causes. The military police represent a class of differentiated workers, because of several factors influencing the exercise of their profession, among which can be highlighted the coexistence with violence and the risk of death, the burden and conditions of Work and stress. Therefore, good levels of physical fitness are necessary for the performance of the military Police service. But studies conducted with military police in some Brazilian states have reported the presence of high body weight. **Objective:** The present study aimed to identify the body mass index (BMI) of military Police of a battalion located in the northeast region of Brazil. **Method:** This is a descriptive, quantitative study, conducted through a questionnaire and verification of anthropometric measurements. The sample consisted of 52 participants, 91.9% males. The research was approved by the Research Ethics Committee, according to the opinion Caae 81005817.1.0000.5641. **Result and discussion:** subject to a working day of 12 hours, without periods of rest and a strong dose of stress, military police use an unbalanced diet, causing weight increase and abdominal circumference (BORGES, 2013). Of the 52 participants, 47 (90.38%) claimed not to perform physical activity, and 28.57% (06) of the 21 who presented altered abdominal circumference affirmed to be carriers of systemic Arterial hypertension. In fact, the regular practice of physical activity can be beneficial in several aspects, because it does not promote only decreased cardiovascular risk, but also acts improving the functioning of the digestive system, immunological, nervous, skeletal muscle and Respiratory concomitantly with improved self-esteem and stress relief by collaborating to improve the quality of life (SILVA et al., 2011). In this context, nursing assumes a primary role in the follow-up of these individuals in primary, secondary and tertiary prevention actions, contributing to health promotion, early diagnosis which decreases the risk of complications. **Conclusion:** Based on the information raised by this study, it can be concluded that there is a significant percentage of military police with altered BMI, which increases their cardiovascular risk. Nursing can act by promoting the practice of physical exercises and healthy eating, besides contributing to the care of patients with chronic diseases related to overweight and obesity.



Keywords: obesity. Overweight. Military police.

References:

BORGES, A. A. Police and Health: interview with the Director-General of Health of the Military Police for the State of Rio de Janeiro. **Ciencia & saude coletiva**, v. 18, n. 3, p. 677-679, 2013.

Silva N.T.D. et al., Prevalência e correlação entre obesidade, hipertensão arterial e a prática de atividade física. *Colloquium Vitae*, 2011.

THOMAZ, P. M. D. et al. Fatores associados à atividade física em adultos, Brasília, DF. **Revista de saúde pública**, São paulo, v. 44, n. 5, p. 894-900, mar. 2010. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/rsp/2010.v44n5/894-900/>. Acesso em: 19 set. 2018.