

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E BARREIRAS PERCEBIDAS PARA A PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS ENTRE POLICIAIS MILITARES

MS. GILMAR MERCÊS DE JESUS

Mestre em Saúde Coletiva pela Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS)
Professor da Universidade Estadual de Feira de Santana e Líder do Núcleo de Estudos e Pesquisas em
Atividade Física e Saúde (NEPAFIS) (Feira de Santana – Bahia – Brasil)
E-mail: gilmj@yahoo.com.br

GRAD. ÉRIC FERNANDO ALMEIDA DE JESUS

Licenciado em Educação Física pela Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS)
Membro do Núcleo de Estudos e Pesquisas em Atividade Física e Saúde (NEPAFIS)
(Feira de Santana – Bahia – Brasil)
E-mail: ericfernando.uefs@hotmail.com

RESUMO

O estudo descreveu o nível de atividade física e as barreiras percebidas para a prática de atividades físicas em uma amostra de 316 policiais militares de Feira de Santana, Bahia. Houve 37% de indivíduos insuficientemente ativos, sem diferença significativa entre os sexos e a idade. Entre as barreiras percebidas para a prática de atividade física destacaram-se: compromissos familiares (39,2%), jornada de trabalho (36,7%), falta de equipamento (30,4%), ambiente inseguro (26,9%), falta de companhia (25,6%), tarefas domésticas (20,6%) e falta de recursos financeiros (20,3%). A prevalência de policiais insuficientemente ativos foi maior entre os que percebem barreiras pessoais, ajustado pelo sexo, idade e pelas barreiras ambientais, sociais e financeiras (RP: 1,5; IC_{95%}: 1,00-2,26).

PALAVRAS-CHAVE: Atividade física; policiais militares; percepção; adultos.

INTRODUÇÃO

A prática regular de atividades físicas, há muito tempo, vem sendo apontada como fator positivamente associado à saúde, contribuindo na prevenção, redução e/ou controle de dislipidemias, doenças cardiovasculares, obesidade, diabetes, câncer, osteoporose, transtornos mentais e taxas de mortalidade (HASKELL *et al.*, 2007; HILL; WYATT, 2005).

Mesmo assim, o número de pessoas com níveis insuficientes de atividade física, sobretudo no lazer, tem aumentado por todo o mundo (CASPERSEN; PEREIRA; CURRAN, 2000). No Brasil, tal tendência é semelhante, havendo variabilidade significativa entre as prevalências estimadas, com maiores taxas entre homens e entre as pessoas mais velhas (MALTA *et al.*, 2009; DUMITH, 2009).

É importante destacar que muitas hipóteses sobre o crescimento da inatividade física remetem a mudanças no estilo de vida das pessoas, associadas às transformações no mundo do trabalho e às facilidades trazidas pela revolução tecnológica, como a maciça utilização de transportes motorizados (como automóveis, escadas rolantes e elevadores) e pelo lazer hipocinético (como assistir televisão, usar computadores e vídeo games), em detrimento de deslocamentos a pé ou de bicicleta, e da ocupação do tempo livre com atividades físicas recreativas.

Contudo, deve-se considerar a variabilidade de motivos para a adesão à prática de atividades físicas, conforme o nível econômico, o grau de escolaridade, o sexo, a idade, o estado civil, a profissão e o tempo despendido com atividades laborais e de estudo, a disponibilidade de espaço físico, de equipamentos e de instrução profissional, o excesso de peso, questões climáticas e a poluição atmosférica (SILVA; PETROSKI; REIS, 2009; AMESTY, 2003; CAMÕES; LOPES, 2008; DASKAPAN; TUZUN; EKER, 2006; DUNTON; SCHNEIDER, 2006).

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 (COSTA *et al.*, 2007). Ademais, bons níveis de aptidão física são necessários para o desempenho do serviço policial militar, no cumprimento do dever constitucional de preservar a ordem pública e executar o policiamento ostensivo.

Os aspectos relacionados à saúde dos policiais, contudo, tem sido pouco estudados na América Latina, sobretudo no Brasil. Isto foi constatado ao se buscar, nas bases de dados científicas do *Scientific Electronic Library Online (SciELO)* e *Latin American and Caribbean Health Sciences (LILACS)*, publicações sobre a saúde de policiais, utilizando como descritores *policiais* e *atividade física*. O número de publi-

cações aumenta se for utilizado o descritor *militares* no lugar de *policiais*, pois são gerados trabalhos que envolvem também militares das forças armadas.¹ Estes, no entanto, apresentam rotinas diferentes dos policiais militares, portanto, diferentes determinantes de saúde. Esses estudos focalizam questões gerais sobre saúde física e mental, mas são escassos, especialmente os estudos com enfoque nos determinantes da prática habitual de atividades físicas.

Assim, o objetivo deste estudo foi descrever o nível de atividade física e as barreiras percebidas para a prática de atividades físicas entre policiais militares de Feira de Santana, Bahia.

MATERIAIS E MÉTODOS

Este é um estudo de corte transversal, realizado com um grupo de policiais do 1º Batalhão de Polícia Militar (1º BPM) em Feira de Santana, Bahia. Na ocasião da coleta de dados, o 1º BPM contava com 1095 policiais em seu efetivo, dos quais 901 eram homens. Atualmente, o efetivo de policiais militares da cidade foi dividido em seis companhias independentes, e o 1º BPM tem se responsabilizado pela formação de novos soldados, funcionando como Batalhão Escola.

Esta pesquisa faz parte do projeto de pesquisa “*Indicadores Antropométricos de Risco Cardiovascular e Barreiras à Manutenção da Aptidão Física em Policiais Militares*”, da Universidade Estadual de Feira de Santana, Bahia.²

O projeto original avaliou diversos desfechos relacionados à saúde, tais como excesso de peso, obesidade abdominal, nível de atividade física, estresse e barreiras para a prática de atividades físicas, que, reconhecidamente, apresentam prevalências distintas na população. Portanto, foram adotados os seguintes parâmetros no cálculo amostral: prevalência estimada de 50,0%, erro de estimação de 5,0% e nível de 5,0% de significância estatística. Assim, a amostra calculada foi 285, mas foram obtidos dados de 316 policiais.

A seguinte fórmula foi utilizada para o cálculo amostral:

$$n_0 = [z^2_{1-\alpha/2} p(1-p)]/\varepsilon^2$$

Em que, $p=50,0\%$; $z^2_{1-\alpha/2}=1,96$, referente ao intervalo de 95% de confiança, ou nível de 5% de significância estatística; $\varepsilon^2=5\%$. Logo após a obtenção de n_0 , houve correção para uma população finita, segundo a fórmula a seguir, na qual $N=1095$.

$$n = n_0 \times \{N/[n_0 + (N - 1)]\}$$

1. Busca realizada em 10 de junho de 2011.

2. O presente trabalho não contou com apoio financeiro de nenhuma natureza para sua realização.

As variáveis analisadas na presente pesquisa foram: sexo, idade, nível de atividade física, além das barreiras percebidas para a prática de atividades físicas. A coleta de dados foi realizada no próprio 1º BPM, no período de junho a agosto de 2009, especificamente no horário em que os policiais se concentram para apanharem equipamentos, viaturas e serem designados ao serviço, de acordo com a escala do dia.

O nível de atividade física foi investigado com o uso do *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ) versão curta, sendo o nível de atividade física classificado, conforme critérios de tempo e de intensidade em: inativos, insuficientemente ativos, ativos e muito ativos (DUMITH, 2010). Posteriormente, o número de indivíduos classificados como inativos e insuficientemente ativos foi agrupado, compondo a categoria “insuficientemente ativos”. Os demais foram considerados ativos.

Todas as informações sobre as variáveis do estudo foram digitadas e armazenadas em um banco de dados do *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) para Windows, versão 10.0, que viabilizou a fase inicial da análise de dados.

Para a avaliação das barreiras percebidas para a prática de atividades físicas, foi utilizado o questionário proposto e validado por Martins e Petroski (2000). Tal instrumento lista 19 motivos que dificultam ou impedem a prática de atividades físicas, em uma escala de pontuação ordinal com os itens: sempre (4), quase sempre (3), às vezes (2), raramente (1) e nunca (0), que permite avaliar quantitativamente a percepção de barreiras, assim como a importância de cada barreira, separadamente. No estudo de validação, o questionário foi apresentado como adequado para ser utilizado em populações de adultos, devido à aplicabilidade e ao bom índice de reprodutibilidade de respostas. As informações sobre as demais variáveis foram coletadas através de um questionário estruturado.

Na análise dos dados, inicialmente, foi realizada a descrição das variáveis, através da contagem de frequências e das proporções, estratificando-se as barreiras percebidas para a prática de atividades físicas por sexo e por idade. O nível de atividade física dos policiais foi descrito conforme as barreiras percebidas para a prática de atividades físicas, e de acordo com o sexo e a idade.

Para evidenciar a importância de cada barreira investigada na análise bivariada, observou-se o valor correspondente ao percentual de casos em que cada barreira foi citada como “sempre” ou “quase sempre”, como a categoria “barreira percebida”; e “às vezes”, “raramente” e “nunca”, que não foram consideradas empecilhos para a prática de atividade física, como “barreira não percebida”.

A comparação das proporções foi feita com a utilização do teste Qui-Quadrado para variáveis dicotômicas e independentes (X^2), isto é, o sexo e as barreiras para a prática de atividades físicas; e o teste Qui-Quadrado para tendência ($X^2_{\text{tendência}}$), para variáveis independentes com mais de duas categorias, ou seja, idade. Adotou-se, em ambos os testes, nível de 5% de significância estatística.

Posteriormente, foi realizada a análise simultânea do efeito das barreiras para a prática de atividades físicas, sobre o nível de atividade física dos policiais, através da regressão logística, ajustando por sexo e idade. As razões de prevalência e respectivos intervalos de confiança, no modelo final, foram estimados pelo Método Delta (OLIVEIRA; SANTANA; LOPES, 1997), utilizando o pacote estatístico R 2.12.2.

Para viabilizar a análise por regressão logística, as barreiras foram categorizadas em ambientais (*falta de clima adequado*), sociais (*falta de equipamento disponível, falta de espaço para a prática e ambiente insuficientemente seguro*), financeiras (*falta de recursos financeiros*) e pessoais (*jornada de trabalho extensa, compromissos familiares, tarefas domésticas, falta de companhia, falta de incentivo da família e/ou amigos, mau humor, medo de se lesionar, limitações físicas, dores leves e mal estar, falta de energia, falta de habilidade física, falta de conhecimento ou orientação sobre atividade física, preocupação com a aparência durante a prática e falta de interesse em praticar*).

O estudo seguiu as normas previstas na Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde, acerca das pesquisas realizadas com seres humanos, tendo sido aprovado no Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Feira de Santana, com protocolo de número 056/2009. Todos os indivíduos efetivaram sua participação mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.³

RESULTADOS

A Tabela 1 descreve as características da amostra. Nota-se que a maioria dos policiais é do sexo masculino e tem idades a partir de 30 anos (média de idade: 36,2 anos; desvio padrão: 5,7 anos; amplitude: 34 anos; valor mínimo: 20 anos; valor máximo: 54 anos). A avaliação do nível de atividade física revelou 9,5% de policiais inativos, 27,5% insuficientemente ativos. Isto indica uma proporção de 37% de indivíduos que não atingem as recomendações internacionais quanto à prática de atividades físicas na amostra. Não houve diferença na proporção de indivíduos insuficientemente ativos, considerando o sexo e a idade (Tabela 2).

3. Não houve conflitos de interesses para realização do presente estudo.

Tabela 1 - Caracterização da amostra

Variável	F	%
Sexo		
Masculino	252	79,7
Feminino	64	20,3
Idade		
<30 anos	36	11,4
30-40 anos	201	63,6
>40 anos	79	25
Nível Habitual de Atividade física		
Inativos	30	9,5
Insuficientemente ativos	87	27,5
Ativos	119	37,7
Muito ativos	80	25,3

Tabela 2 - Nível de atividade física de policiais militares de Feira de Santana, Bahia em 2011, estratificado pelo sexo e idade

VARIÁVEIS	Nível de atividade física				X ²	p
	Total de policiais	Policiais insuficientemente ativos	%			
Sexo						
Masculino	252	94	37,3	0,041	0,84	
Feminino	64	23	35,9			
Idade						
< 30 anos	36	14	38,9	0,061	0,806	
≥ 30 anos	280	103	36,8			

A avaliação das barreiras percebidas para a prática de atividades físicas evidenciou compromissos familiares, jornada de trabalho, falta de equipamento, ambiente inseguro, falta de companhia, tarefas domésticas e falta de recursos financeiros como principais motivos que impedem ou dificultam os indivíduos da amostra de se engajarem na prática de atividades físicas (Tabela 3).

Quando as barreiras foram estratificadas pelo sexo, motivos como compromissos familiares, tarefas domésticas e falta de interesse foram significativamente mais frequentes entre as mulheres. Por outro lado, o medo de lesões, a falta de conhecimento ou de orientação sobre atividades físicas, foram motivos mais frequentes entre os homens. Embora não tenha sido atingida a significância estatística estabelecida ($p < 0,05$), as limitações físicas também foram mais percebidas no sexo masculino (Tabela 4).

Quando as barreiras foram estratificadas pela idade, foi notada uma tendência de aumento da frequência de percepção de compromissos familiares, falta de recursos, limitações físicas, falta de habilidade e de conhecimento, com o avanço da idade (Tabela 4).

Ao agrupar as barreiras em pessoais, ambientais, sociais e financeiras, na análise bruta observou-se maior prevalência de nível insuficiente de atividade física entre os policiais que percebem barreiras pessoais e sociais. Entretanto, quando foi feito o ajuste para sexo e idade, através da regressão logística, apenas as barreiras pessoais permaneceram associadas à atividade física insuficiente entre os indivíduos pesquisados (Tabela 5).

Tabela 3 - Identificação das barreiras percebidas para a prática de atividades físicas entre policiais militares de Feira de Santana, Bahia em 2011

Motivo	Barreira percebida		Barreira não percebida	
	f	%	f	%
Jornada de trabalho extensa	116	36,7	200	63,3
Compromissos familiares (pais, cônjuge, filhos, etc.)	124	39,2	192	60,8
Falta de clima adequado (vento, frio, calor, etc.)	21	6,6	295	93,4
Falta de espaço disponível para a prática	62	19,6	254	80,4
Falta de equipamento disponível	96	30,4	220	69,6
Tarefas domésticas (para com sua casa)	65	20,6	251	79,4
Falta de companhia	81	25,6	235	74,4
Falta de incentivo da família e/ou amigos	56	17,7	260	82,3
Falta de recursos financeiros	64	20,3	252	79,7
Mau humor	17	5,4	299	94,6
Medo de lesionar-se	10	3,2	306	96,8
Limitações físicas (p. exemplo, muscular ou Articular)	18	5,7	298	94,3
Dores leves ou mal estar	20	6,3	296	93,7
Falta de energia (cansaço físico)	26	8,2	290	91,8
Falta de habilidade física	25	7,9	291	92,1
Falta de conhecimento ou orientação sobre AF	45	14,2	271	85,8
Ambiente insuficientemente seguro (criminalidade)	85	26,9	231	73,1
Preocupação com a aparência durante a prática	10	3,2	306	96,8
Falta de interesse em praticar	36	11,4	280	88,6

Tabela 4 - Barreiras percebidas para a prática de atividades físicas entre policiais militares de Feira de Santana, Bahia, em 2011, estratificadas pelo sexo e pela idade

MOTIVOS	Sexo												Idade						X ² _{Independência}	P						
	Feminino						Masculino						< 30 anos			30-40 anos					> 40 anos					
	f		%		p		f		%		p		f		%		f				%		f		%	
	f	%	f	%	X ²	p	f	%	f	%	X ²	p	f	%	f	%	f	%			f	%	f	%		
Jornada de trabalho extensa	45	70,3	192	76,2	0,94	0,332	16	44,4	70	34,8	30	38,0	0,125	0,723												
Compromissos familiares (pais, cônjuge, filhos, etc.)	55	85,9	168	66,7	9,13	0,03	7	19,4	83	41,3	34	43,0	3,928	0,047												
Falta de clima adequado (vento, frio, calor, etc.)	25	39,1	95	37,7	0,04	0,841	0	0,0	14	7,0	7	8,9	2,526	0,112												
Falta de espaço disponível para a prática	24	37,5	106	42,1	0,439	0,508	7	19,4	37	18,4	18	22,8	0,38	0,537												
Falta de equipamento disponível	34	53,1	126	50,0	0,199	0,655	7	19,4	63	31,3	26	32,9	1,522	0,217												
Tarefas domésticas (para com sua casa)	47	73,4	107	42,5	19,6	0,000	6	16,7	45	22,4	14	14,7	0,4	0,842												
Falta de companhia	37	57,8	115	45,6	3,032	0,082	6	16,7	53	26,4	22	27,8	1,187	0,276												
Falta de incentivo da família e/ou amigos	21	32,8	79	31,3	0,051	0,822	4	11,1	34	16,9	18	22,8	2,549	0,110												
Falta de recursos financeiros	35	54,7	115	45,6	1,677	0,195	2	5,6	37	18,4	25	31,6	11,55	0,001												
Mau humor	14	21,9	59	23,4	0,068	0,794	1	2,8	13	6,5	3	3,8	0,018	0,894												
Medo de lesionar-se	4	6,3	50	19,8	6,654	0,010	1	2,8	6	3,0	3	3,8	0,122	0,727												
Limitações físicas (p. exemplo, muscular ou Articular)	12	18,8	77	30,6	3,516	0,061	0	0,0	9	4,5	9	11,4	7,296	0,007												
Dores leves ou mal estar	20	31,3	90	35,7	0,448	0,503	1	2,8	11	5,5	8	10,1	2,82	0,093												
Falta de energia (cansaço físico)	26	40,6	108	42,9	0,104	0,747	0	0,0	18	9,0	8	10,1	2,408	0,121												
Falta de habilidade física	14	21,9	61	24,2	0,153	0,693	0	0,0	16	8,0	9	11,4	3,929	0,047												
Falta de conhecimento ou orientação sobre AF	18	28,1	104	41,3	3,721	0,054	1	2,8	22	10,9	22	27,8	16,55	0,000												
Ambiente insuficientemente seguro (criminalidade)	29	45,3	143	56,7	2,690	0,101	4	11,1	58	28,9	23	29,1	2,566	0,109												
Preocupação com a aparência durante a prática	7	10,9	31	12,3	0,090	0,764	1	2,8	7	3,5	2	2,5	0,039	0,844												
Falta de interesse em praticar	32	50,0	90	35,7	4,395	0,036	2	5,6	26	12,9	8	10,1	0,110	0,74												

Tabela 5 - Razões de prevalência (RP) de nível insuficiente de atividade física, de acordo com a percepção de barreiras para a prática de atividades físicas.

Barreiras percebidas	RP bruta	(IC95%)	RP ajustada	(IC95%)
Pessoais	1,64	1,11-2,43	1,51	1,00-2,26 [†]
Ambientais	1,31	0,82-2,11	1,11	0,64-1,92
Sociais	1,45	1,09-1,92	1,34	0,96-1,87
Econômicas	1,24	0,93-1,66	0,99	0,70-1,42

Ajuste: sexo e idade. [†]p<0,05.

DISCUSSÃO

A avaliação do nível de atividade física dos policiais de Feira de Santana revelou um percentual de indivíduos insuficientemente ativos inferior ao encontrado por Reichert *et al.* (2007) na população adulta de Pelotas, Rio Grande do Sul, em que apenas 26,8% dos indivíduos foram considerados ativos no lazer.

Por outro lado, o percentual de policiais insuficientemente ativos na presente pesquisa foi superior ao apresentado por um estudo que envolveu policiais militares do Rio de Janeiro, 24,8% (MINAYO; ASSIS; OLIVEIRA, 2011); e àqueles apresentados por Malta *et al.* (2009) para a população brasileira (29,2%). Além disso, as estatísticas relatadas por Malta *et al.* (2009) apontam que a inatividade física no lazer é mais frequente entre os homens adultos, com tendência a aumentar com a idade. Na presente pesquisa, contudo, não houve diferença no nível de atividade física, considerando o sexo, tão pouco a idade.

Em uma perspectiva, esse resultado pode ter sido devido a uma limitação metodológica do presente estudo, pois IPAQ, versão curta – instrumento utilizado na avaliação do nível de atividade física – não possibilita avaliar a prática de atividades físicas em diferentes domínios do comportamento (no trabalho, no lazer, nas atividades domésticas e no transporte). Dessa forma, a possibilidade de comparar os resultados obtidos com os apresentados por outros estudos – que avaliam o nível de atividade física em vários domínios do comportamento, ou apenas no lazer – é restrita.

Adicionalmente, deve ser destacada a possibilidade de que a ausência de diferença no nível de atividade física entre os sexos e as faixas etárias, pode ter sido devida ao fato de todos exercerem a mesma função profissional, portanto com rotinas muito semelhantes; e que a idade variou entre 20 e 54 anos. No estudo de Malta *et al.* (2009) estão incluídos indivíduos com 65 ou mais anos de idade, estrato no qual foram observados os maiores percentuais de inatividade física no lazer.

A prática regular de atividades físicas na população é determinada por inúmeros fatores demográficos, sociais, físicos, ambientais, econômicos e psicológicos, que podem ser estimuladores ou, quando inibidores, constituem-se como barreiras (CASSOU *et al.*, 2008).

A falta de tempo e a jornada de trabalho – ou de estudos – são motivos frequentemente apontados em estudos científicos, como principais coibentes da adesão à prática de atividades físicas, entre indivíduos de diversas faixas etárias e categorias profissionais (DUNTON; SCHNEIDER, 2006; DASKAPAN; TUZUN; EKER, 2006; MARTINS, 2000; CASTRO-CARVAJAL *et al.*, 2008; REICHERT *et al.*, 2007), incluindo praticantes regulares de atividades físicas (TAHARA; SCHWARTZ; SILVA, 2003).

No atual estudo, quanto às barreiras para a prática de atividades físicas, os resultados revelaram os compromissos familiares como o principal motivo percebido como barreira para a prática de atividades físicas entre os policiais, seguido da jornada de trabalho, da falta de equipamento, do ambiente inseguro, da falta de companhia, das tarefas domésticas e da falta de recursos financeiros.

Esse resultado foi semelhante ao encontrado entre professores universitários da Universidade Federal de Santa Catarina (MARTINS, 2000). Entre outras barreiras percebidas por esses professores, destacaram-se a falta de interesse, as tarefas domésticas, a falta de companhia e a jornada de trabalho. Já no estudo de Reichert *et al.* (2007), falta de dinheiro foi a barreira mais frequente (40,3%), seguida pelo cansaço (38,1%), falta de companhia (32,2%) e de tempo (31,5%).

Entre os policiais de Feira de Santana, a jornada de trabalho foi o segundo motivo mais frequente percebido como barreira para a prática de atividades físicas. Isto pode estar relacionado com a baixa remuneração, que é uma situação que obriga os policiais a terem outros empregos informais (bicos ou biscates); e os professores universitários a darem aulas em mais do que uma Instituição de Ensino Superior, o que origina sua falta de tempo para atividades físicas, por conta dos compromissos de trabalho.

Outra observação importante é que uma jornada de trabalho extensa pode influenciar os indivíduos a perceberem como barreira para a prática de atividades físicas, motivos como a falta de energia, a ocorrência de dores e mal estar, o mau humor, em função da exigência física e psicológica da atividade laboral – apresentada como altamente estressante, tanto para professores quanto para policiais (OLIVEIRA; SANTOS, 2010; LIMA; OLIVEIRA FILHO, 2009; COSTA *et al.*, 2007). Mas é possível, também, que os compromissos familiares sejam influenciados da mesma maneira, já que o fato de o indivíduo ter pouco tempo livre – devido ao trabalho – pode levá-lo a optar por ficar em casa, na companhia de sua família, o que termina dificultando a prática de uma atividade física.

Observou-se que, entre os policiais investigados, os compromissos familiares e as tarefas domésticas foram significativamente mais frequentes entre as mulheres. Esse resultado ilustra questões relacionadas ao, ainda predominante, papel de cuidadora da família e de principal executora das tarefas domésticas, atribuído à mulher. Tal papel está alicerçado na reprodução biológica, com ênfase na maternidade, e consagra o que se pode chamar de divisão sexual do trabalho (MELO; CONSIDERA; DI SABBATO, 2007).

Um apontamento importante a ser feito é sobre a tendência de aumento da frequência de percepção de compromissos familiares, falta de recursos, limitações físicas, falta de habilidade e de conhecimento, com o avanço da idade entre os policiais pesquisados. Esse achado é contrário àqueles relatados no estudo de Martins (2000), realizado com professores da Universidade Federal de Santa Catarina, em que se constatou maior frequência de percepção de barreiras para atividade física entre os indivíduos de até 34 anos, com tendência a decréscimo com o avanço da idade.

Outro fator que se deve realçar é a percepção de ambiente inseguro como barreira para a prática de atividades físicas na amostra. Isto pode estar relacionado com os elevados índices de violência nas cidades de médio e grande porte do Brasil – como Feira de Santana –, mesmo considerando a possibilidade de os policiais realizarem atividades físicas ao ar livre armados. No caso específico de policiais, existe a probabilidade de que eles sejam identificados por bandidos enquanto praticam atividades físicas nas ruas da cidade, o que, portanto, traria riscos às suas vidas. Não foi possível, todavia, avaliar se este resultado se deve a uma percepção comum a todas as pessoas, devido à violência nos grandes centros urbanos, ou a uma questão própria dos policiais.

Conforme dados do Centro de Documentação e Estatística Policial (CEDEP), da Secretaria de Segurança Pública da Bahia (SSP-BA), entre os 23 municípios que integram a 1ª Coordenadoria Regional do Interior (1ª COORPIN), só em Feira de Santana foram registrados 71,9% de todas as ocorrências policiais no ano de 2008, entre homicídios e tentativas de homicídios, estupro, latrocínio, furto de veículos, roubo a ônibus urbano, apreensão de armas de fogo, entre outros (BAHIA, 2010). Esses altos índices de violência e criminalidade podem estar influenciando a percepção desses policiais.

Sabe-se que a segurança pública pode ser fator estimulador ou inibidor da prática de atividades físicas, principalmente ao ar livre. Dados de uma pesquisa realizada com frequentadores de um parque público do Paraná, colocam a segurança pública como um fator estimulador da prática de atividades físicas (SILVA; PETROSKI; REIS, 2009). Por outro lado, um estudo realizado com uma população norte-americana, apontou que a atividade física no lazer é significativamente inibida quando existem altas taxas de criminalidade urbana (MCGINN *et al.*, 2008).

Outras barreiras frequentes na percepção dos policiais investigados foram a falta de equipamento e de recursos financeiros. A falta de equipamento pode

ser interpretada, por exemplo, como a escassez de aparelhos de ginástica, que podem ser disponibilizados em espaços públicos; ou, de outro modo, como a falta de objetos pessoais, como tênis e vestimentas adequadas para realizar atividades físicas. Na primeira interpretação, essa barreira pode ser apresentada como uma questão social; já na segunda, como de ordem pessoal (econômica ou financeira), pois remete a questões individuais. Os indivíduos pesquisados podem ter encarado esse motivo de um modo ou de outro, o que dificulta uma análise mais precisa. Encontra-se, nesse ponto, uma limitação do instrumento de coleta utilizado, que não define o tipo de equipamento ao qual se refere.

Finalmente, a análise do efeito das barreiras percebidas sobre o nível de atividade física dos indivíduos, revelou que a prevalência de policiais insuficientemente é 1,5 vezes maior entre os que percebem barreiras pessoais, ajustado por sexo, idade e pelas barreiras ambientais, sociais e financeiras. No estudo realizado por Reichert et al. (2007), após o ajuste para gênero, idade, cor da pele e nível econômico, falta de tempo, desinteresse por exercícios, cansaço, falta de companhia, falta de dinheiro e pelas demais barreiras, permaneceram associados com a inatividade física. Embora a estratégia de análise do estudo de Reichert et al. (2007) tenha sido distinta da opção feita na presente pesquisa – o agrupamento das barreiras percebidas em quatro categorias – os motivos associados à inatividade física entre adultos de Pelotas, Rio Grande do Sul, são, evidentemente, de cunho pessoal e, portanto, semelhante ao que foi encontrado entre os policiais militares de Feira de Santana.

Entre os motivos que representam barreiras de cunho pessoal, os mais frequentes, independente do sexo e da idade, foram jornada de trabalho, compromissos familiares, tarefas domésticas, falta de companhia e mau humor. Esses motivos estão relacionados, em primeira instância, à falta de tempo dos policiais para se engajarem na prática de atividades físicas, em função da jornada extensa de trabalho – possivelmente por realizarem bicos ou biscates para complementar sua renda –, dos compromissos familiares e das tarefas domésticas; mas revelam, também, no caso do mau humor e da falta de companhia, a coexistência de motivos que dizem respeito a questões psicológicas – possivelmente associadas aos níveis de estresse desses trabalhadores – e da inexistência de uma política de promoção da prática de atividades físicas, esportivas e de lazer na corporação.

A importância verificada quanto à percepção de ambiente inseguro como barreira para a prática de atividades físicas, neste estudo, suscita a realização de uma nova pesquisa, que envolva outras categorias profissionais (não militares), para avaliar se existe diferença na percepção desse motivo na população de Feira de Santana, e que elementos possibilitam que cada indivíduo perceba o ambiente como inseguro.

Os resultados desta pesquisa possibilitaram concluir que, entre as barreiras percebidas para a prática de atividades físicas pelos policiais militares de Feira de Santana,

predominam as de cunho pessoal, que são influenciadas, entre outros motivos, pela falta de tempo, em função dos compromissos familiares e da jornada de trabalho. No entanto, podem ser também influenciadas pela falta de uma política de promoção da prática de atividades físicas, esportivas e de lazer na Polícia Militar no município.

Portanto, ações que visem intervir na remoção desses empecilhos não devem focalizar apenas os indivíduos. Mais que isso, devem constituir uma política institucional de atenção à saúde e à qualidade de vida desses trabalhadores, no sentido de promover a prática de atividades físicas, o que pode auxiliar na diminuição dos desgastes físicos e psicológicos, na prevenção de doenças crônicas e melhorando, também, o desempenho nas atividades policiamento.

Level of physical activity and perceived barriers to practice physical activities among military police

ABSTRACT: This research describes levels of physical activity and perceived barriers to physical activities of military police in Feira de Santana, Bahia. This is a cross sectional study, with a sample of 316 subjects. The results showed that in regard to physical activity, 37% of the military police are inactive, no significant difference related to gender and age. Among perceived barriers to practice physical activity stood out: family commitments (39.2%), the workday (36.7%), lack of equipment (30.4%), unsafe environment (26.9%), lack of company (25.6%), housework (20.6%) and lack of financial resources (20.3%). The prevalence of inactive police was higher among those who perceived personal barriers, adjusted by gender, age, and by environmental, social and financial barriers (OR: 1.5; CI95%: 1.00-2.26).

KEYWORDS: Physical activity; military police; perceived barriers; adults.

Nível de atividade física y barreras percibidas para la práctica de actividades físicas entre los policía militares

RESUMEN: El objetivo del estudio fue describir el nivel de actividad física y barreras percibidas a practicar actividades físicas en una muestra de 316 policía militar de Feira de Santana, Bahia. Hubo 37% de los oficiales de policía con el nivel de actividad física insuficiente, pero ninguna diferencia significativa entre los sexos y la edad. Entre las barreras percibidas para la práctica de actividad física se situó: compromisos con la familia (39.2%), la jornada laboral (36.7%), falta de equipo (30.4%), entorno inseguro (26.9%), carencia de la compañía (25.6%), tareas del hogar (20.6%) y la falta de recursos financieros (20.3%). La prevalencia actividad física insuficiente fue mayor entre los que se dan cuenta de las barreras personales, ajustadas por sexo, edad y por barreras ambientales, sociales y financieras (RP: 1.5; IC95%: 1.00-2.26).

PALABRAS CLAVE: Actividad motora; policia; percepción; adultos.

REFERÊNCIAS

- AMESTY, S. Barriers to physical activity in the Hispanic community. *Journal of Public Health Policy*, South Burlmngton, v. 24, n. 1, p. 41-58, mar. 2003.
- BAHIA. Secretaria de Segurança Pública. Centro de Documentação e Estatística Policial. *Principais registros de ocorrências policiais na 1ª COORPIN*. Disponível em: <http://www.ssp.ba.gov.br/estat/2008/Interior/Feira_2008.pdf>. Acesso em: 04 mar. 2010.
- CAMÕES, M.; LOPES, C. Fatores associados à atividade física na população portuguesa. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v. 42, n. 2, p. 208-216, abr. 2008.
- CASPERSEN, C. J.; PEREIRA, M. A.; CURRAN, K. M. Changes in physical activity patterns in the United States, by sex and cross-sectional age. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, Hagerstown, v. 32, n. 9, p. 1601-1609, sept. 2000.
- CASSOU, A. C. N. et al. Barreiras para a atividade física em idosos: uma análise por grupos focais. *Revista da Educação Física/UEM*, Maringá, v. 19, n. 3, p. 353-360, jul./set. 2008.
- CASTRO-CARVAJAL, J. A. et al. Aspectos Asociado a la actividad física en el tiempo libre em la población adulta de um município Antioqueño. *Revista de Salud Pública*, Colombia, v.19, n. 5, p. 679-690, dec. 2008.
- COSTA, M. et al. E. Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. *Revista Panamericana de Salud Pública*, Washington, v. 21, n. 4, p. 217-222, abr. 2007.
- DASKAPAN, A.; TUZUN, E. H.; EKER, L. Perceived barriers to physical activity in university students. *Journal of Sports Science and Medicine*, Turkey, v. 5, p. 615-620, 2006.
- DUMITH, S. C. Atividade física e sedentarismo: diferenciação e proposta de nomenclatura. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*, Londrina, v. 15, n. 4, p. 253-254, 2010.
- DUMITH, S. C. et al. Physical activity in Brazil: a systematic review. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 25 (Supl. 3), p. S415-S426, 2009.
- DUNTON, G. F.; SCHNEIDER, M. Perceived barriers to walking for physical activity. *Preventing Chronic Disease [serial online]*, Atlanta, v. 3, n. 4, p. 1-11, oct. 2006.
- HASKELL, W. L. et al. Physical activity and public health: updated recommendation for adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. *Circulation*, Baltimore, v. 116, n. 9, p. 1081-1093, aug. 2007.
- HILL, J. O.; WYATT, H. R. Role of physical activity in preventing and treating obesity. *Journal of Applied Physiology*, Bethesda, v. 99, p. 765-770, aug. 2005.

LIMA, M. F. E. M.; LIMA-FILHO, D. O. Condições de trabalho e saúde do/a professor/a universitário/a. *Ciências e Cognição*, Rio de Janeiro, v. 14, n. 3, p. 62-82, nov. 2009.

MALTA, D. C. et al. Padrão de atividade física em adultos brasileiros: resultados de um inquérito por entrevistas telefônicas, 2006. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, Brasília, v. 18, n. 1, p. 7-16, jan./mar. 2009.

MARTINS, M. *Estudo dos fatores determinantes da prática de atividade física de professores universitários*. 2000. 183 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2000.

MARTINS, M.; PETROSKI, E. L. Mensuração da percepção de barreiras para a prática de atividade física: uma proposta de instrumento. *Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano*, Florianópolis, v. 2, n. 1, p.58-65, 2000.

MCGINN, A. P. et al. The association of perceived and objectively measured crime with physical activity: a cross-sectional analysis. *Journal of Physical Activity and Health*, Champaign, v. 5, n. 1, p. 117-131, jan. 2008.

MELO, H. P.; CONSIDERA, C. M.; DI SABBATO, A. Os afazeres domésticos contam. *Economia e Sociedade*, Campinas, v. 16, n. 3, dez. 2007.

MINAYO, M. C. S.; ASSIS, S. G.; OLIVEIRA, R. V. C. Impacto das atividades profissionais na saúde física e mental dos policiais civis e militares do Rio de Janeiro (RJ, Brasil). *Ciência e Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 16, n. 4, p. 2199-2209, abr. 2011.

OLIVEIRA, K. L.; SANTOS, L. M. Percepção da saúde mental em policiais militares da força tática e de rua. *Sociologias*, Porto Alegre, v. 12, n. 25, p. 224-250, set./dez. 2010.

OLIVEIRA, N. F.; SANTANA, V. S.; LOPES, A. A. Razões de proporções e uso do método delta para intervalos de confiança em regressão logística. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v. 31, n. 1, p. 90-99, fev. 1997.

REICHERT, F. F. et al. The role of perceived personal barriers to engagement in leisure-time physical activity. *American Journal of Public Health*, Washington, v. 97, n. 3, p. 515-519, mar. 2007.

SILVA, D. A. S.; PETROSKI, E. L.; REIS, R. S. Barreiras e facilitadores de atividades físicas em frequentadores de parques públicos. *Motriz*, Rio Claro, v. 15, n. 2, p. 219-227, abr./jun. 2009.

TAHARA, A. K.; SCHWARTZ, G. M.; SILVA, K. A. Aderência e manutenção da prática de exercícios em academias. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, Brasília, v. 11, n. 4, p. 7-12, out./dez. 2003.

Recebido: 11 mar. 2010

Aprovado: 13 maio 2011

Endereço para correspondência:

Gilmar Mercês de Jesus

Rua Pássaro Vermelho, nº 32, Santa Mônica II,

Feira de Santana, Bahia.

CEP: 44080-320.