

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DO RIO GRANDE DO SUL
UNIDADE UNIVERSITÁRIA EM PORTO ALEGRE
CURSO DE ADMINISTRAÇÃO: SISTEMAS E SERVIÇOS DE SAÚDE**

ROGÉRIO DOS SANTOS FONTENELE

**A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE DOS POLICIAIS
RODOVIÁRIOS FEDERAIS**

**PORTO ALEGRE
2022**

ROGÉRIO DOS SANTOS FONTENELE

**A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE DOS POLICIAIS
RODOVIÁRIOS FEDERAIS**

Trabalho de Conclusão de Curso de Bacharelado de Administração: Sistemas e Serviços de Saúde da Universidade Estadual do Rio Grande do Sul como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Administração.

Orientadora: Prof.^a Dra. Vania Roseli Correa de Mello

PORTO ALEGRE

2022

ROGÉRIO DOS SANTOS FONTENELE

**A PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE DOS POLICIAIS
RODOVIÁRIOS FEDERAIS**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado como requisito parcial para a
obtenção do título de Bacharel em
Administração, na Universidade Estadual
do Rio Grande do Sul.

Orientadora: Prof.^a Dra. Vania Roseli
Correa de Mello

Aprovado em: __/__/__.

BANCA EXAMINADORA

Orientadora: Prof.^a Dra. Vania Roseli Correa de Mello
Universidade Estadual do Rio Grande do Sul – UERGS

Prof.^a Dra. Carla Garcia Bottega
Universidade Estadual do Rio Grande do Sul – UERGS

Prof.^a Dra. Paola Carmen Valenzuela Cánepa
Universidade Estadual do Rio Grande do Sul – UERGS

Dedico este estudo aos meus amigos da Polícia Rodoviária Federal, a minha família, colegas de faculdade e professores, que juntos foram fundamentais na realização desta conquista.

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar agradecer a Deus, pelo dom da vida e essa vontade incessante de busca pelo conhecimento.

A todos os servidores da Universidade Estadual do Rio Grande do Sul, trabalhadores abnegados em fortalecer uma universidade pública, gratuita e de qualidade em tempos tão difíceis. Muitos foram como anjos, uma presença constante durante essa jornada de busca pelo conhecimento, onde a simplicidade, empatia em querer resolver as demandas dos alunos, fizeram e fazem o diferencial da nossa querida e amada UERGS.

Aos meus pais Francisco Lourival Fontenele (em memória) e Antônia Regina dos Santos, que mesmo com poucos recursos financeiros, sempre primaram pela minha formação e são exemplos de luta e superação nas dificuldades da vida.

À minha esposa e dupla acadêmica, Roseneide e Silva Fontenele, que é a grande incentivadora e fonte de inspiração, na academia e na vida. Uma metamorfose ambulante que não consegue passar despercebida e criou um ambiente propício para a amizade, oferecendo um simples café compartilhado. Quantos significados estão por trás deste simples cafezinho!

Aos meus filhos: Matheus e Beatriz, que fizeram trocas de conhecimento me auxiliando muitas vezes no reavivamento da memória já cansada do dia de trabalho.

Aos demais colegas dos cursos de Administração da Universidade Estadual do Rio Grande do Sul, em especial a turma 2018.1 Administração: Sistemas e Serviços em Saúde. Quantos vínculos formados, quantas alegrias compartilhadas! Vocês também fazem parte desta conquista e são uma extensão da minha família, os meus parentes mais próximos aqui no Rio Grande do Sul.

À Professora Dra. Vania Roseli Correa de Mello, que com muita dedicação e paciência, soube compartilhar conhecimento, extraindo possibilidades realísticas para o desenvolvimento e elaboração desse trabalho.

*Nunca podemos deixar que cada dia
pareça igual ao anterior porque todos os dias são diferentes,
porque estamos em constante processo de mudança.*

Paulo Coelho

RESUMO

A profissão do Policial Rodoviário Federal cotidianamente demanda boas condições de saúde física e mental, diferenciando-se de outras atividades pelo constante tensionamento e alerta para atuação imediata, em um cenário crescente dos índices de criminalidade nas rodovias federais brasileiras. Esta pesquisa, de abordagem qualitativa e exploratória aborda a temática da atividade física e sua relação com a promoção de saúde para o Policial Rodoviário Federal a partir de uma revisão bibliográfica e documental de artigos científicos, revistas, sites, jornais e documentos públicos produzidos no intervalo da década de 2011 a 2021. Relacionaram-se as categorias saúde e prática de atividade física por Policiais Rodoviários Federais, assim como de outras carreiras de polícia, mediante os descritores: saúde, polícia e atividade física. Na coleta dos trabalhos, foi possível verificar inúmeros artigos relacionados a prática de atividade física para o policial em um contexto geral, mas quando direcionamos o foco para as pesquisas relacionadas aos Policiais Rodoviários Federais, o quantitativo ainda é um pouco tímido com apenas quatro artigos localizados. Quando consideramos a saúde vinculada a profissão do policial, temos vastos estudos de artigos, levando a crer que o processo de saúde/doença do PRF pode revelar um sujeito complexo a ser compreendido nas suas múltiplas necessidades. Neste contexto, o programa de educação física institucional da PRF tem sua importância e relevância expressa e referendada pela prática de atividade física, que além de favorecer um melhor desempenho operacional para a corporação, contempla iniciativas ligadas à cultura de um hábito de comportamento saudável para os servidores e seus familiares.

Palavras-Chave: Saúde. Atividade Física. Policial Rodoviário Federal.

ABSTRACT

The profession of the Federal Highway Police requires good physical and psychological health conditions, differentiating itself from other activities by the constant tension and alert for immediate action, in a growing scenario of crime rates on Brazilian federal highways. This research, with a qualitative and exploratory approach, addresses the issue of physical activity and its relationship with health promotion for the Federal Highway Police from a bibliographic and documentary review of scientific articles, magazines, websites, newspapers and public documents produced in the interval from the decade of 2011 to 2021. The categories health and physical activity practice by Federal Highway Police officers, as well as other police careers, were related through the descriptors: health, police and physical activity. In the collection of the works, it was possible to verify several articles related to the practice of physical activity for the police in a general context, but when we direct the focus to the research related to the Federal Highway Police, the quantity is still a little shy. When we consider health linked to the police profession, we have vast studies of articles, leading us to believe that the health/disease process of the PRF can reveal a complex subject to be understood in its multiple needs. In this context, the PRF's institutional physical education program has its importance and relevance expressed and endorsed by the practice of physical activity, which in addition to favoring a better operational performance for the corporation, includes initiatives linked to the culture of a healthy behavior habit for the servants and their families.

Keywords: Health. Physical activity. Federal Highway Patrol.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Quadro 1 - Sumarização dos artigos selecionados na busca	24
Figura 1 - Orientações chaves para prática de atividade física	30
Figura 2 - Causa “Mortis” PRF Jan 2017 a Jan 2020 – Total 18	32
Figura 3 - Correlação da Vitimização Fatal com Profissão – 2007 a 2020*	33
Total	92

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

BOPE -	BATALHÃO DE OPERAÇÕES POLICIAIS ESPECIAIS
BPM -	BATALHÃO POLICIAL MILITAR
CEBES -	CENTRO BRASILEIRO DE ESTUDOS DE SAÚDE
CID -	CLASSIFICAÇÃO INTERNACIONAL DE DOENÇA
DCNT -	DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS
DNER -	DEPARTAMENTO NACIONAL DE ESTRADAS DE RODAGEM
DPRF -	DEPARTAMENTO DE POLÍCIA RODOVIÁRIA FEDERAL
EFI -	EDUCAÇÃO FÍSICA INSTITUCIONAL
IMC -	ÍNDICE DE MASSA CORPORAL
MJSP -	MINISTÉRIO DA JUSTIÇA E SEGURANÇA PÚBLICA
NUAP -	NÚCLEO DE ADMINISTRAÇÃO DE PESSOAL
PC -	POLÍCIA CIVIL
PF -	POLÍCIA FEDERAL
PNPS -	POLITICA NACIONAL DE PROMOÇÃO DA SAÚDE
PM -	POLÍCIA MILITAR
PPS -	PROGRAMA PATRULHA DA SAÚDE
PRF -	POLÍCIA RODOVIÁRIA FEDERAL
SCIELO -	SCIENTIFC ELETRONIC LIBRARY
SUS -	SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE
UOP -	UNIDADE OPERACIONAL

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	12
2	REFERENCIAL TEÓRICO.....	14
2.1	A Polícia Rodoviária Federal.....	14
2.2	Aproximações ao campo da Saúde.....	16
2.3	Atividade Física e Promoção de Saúde do PRF.....	19
3	PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	22
4	RESULTADOS.....	24
5	ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS.....	29
5.1	Benefícios da atividade física para a prevenção do Policial Rodoviário Federal.....	29
5.2	Promoção da saúde dos Policiais Rodoviários Federais.....	33
6	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	36
	REFERÊNCIAS.....	38

1 INTRODUÇÃO

O trabalho dos Policiais Rodoviários Federais, assim como em outras atividades de cunho policial, é marcado por uma rotina extenuante de estresse e constante exposição a situações de conflito. Como trabalhador no serviço administrativo da Polícia Rodoviária Federal (PRF), desde junho de 2015, meu cotidiano é marcado por uma permanente interação com os policiais rodoviários, seja na entrega de fardamento, acautelamento de bens e registros de devolução ou extravio de material. Esses encontros, ainda que rápidos, servem de laboratório, pois sempre temos oportunidades de ouvir alguns relatos da atividade profissional dos colegas.

Foi trabalhando no suporte para atividade finalística da instituição que conheci e aprendi a respeitar esses trabalhadores, que muitas vezes se tornam invisíveis em suas fragilidades humanas. A farda em um Policial Rodoviário Federal pode estar recheada de um ser em constante conflito, próprios de sua atuação profissional. Afinal, como dizer para aquele pai desesperado que seu filho já fora retirado do veículo acidentado sem vida? E naquela colisão frontal, com os dois veículos destruídos, onde as vítimas precisam ser reconhecidas? Qual será o policial que vai recolher a documentação no que restou dos corpos?

Existem muitas implicações na dinâmica do agir de um Policial Rodoviário Federal que podem desencadear um adoecimento físico e psicológico, afetando diretamente a vida profissional e/ou pessoal do mesmo. Na tentativa de promover melhores condições de trabalho para seus servidores policiais, o Departamento de Polícia Rodoviária Federal em Brasília, através da Portaria nº 13, de 15 de março de 2013 (DPRF, 2013), instituiu o projeto “Qualidade de Vida dos Profissionais de Segurança Pública e Agentes Penitenciários”. Esse projeto faz parte de uma política institucional de promoção da saúde e valorização do trabalhador, prevista pelo Ministério da Justiça na Instrução Normativa nº 1, de 26 de fevereiro de 2010 (DPRF, 2013).

Em consonância com a lei 12.864 de 24 de setembro de 2013, que alterou o art. 3º da lei 8.080 ao incluir a atividade física como fator determinante e condicionante da saúde, o referido projeto permite que todo o PRF possa praticar alguma atividade física, durante o seu expediente de trabalho. Trata-se de uma estratégia para otimizar o bem-estar da categoria dos policiais rodoviários,

corroborando no desempenho de suas funções sem comprometer o tempo livre junto a seus familiares, uma vez que, segundo Silva (2012, p.82), “as influências deletérias do trabalho referem-se principalmente à diminuição do tempo livre e à família, à deterioração do tempo livre e à família”.

Como o trabalho do PRF é desenvolvido em regime de plantão, tal situação pode fomentar um quadro de institucionalização destes trabalhadores e trazer prejuízos à saúde dos mesmos, considerando o estresse do exercício da atividade policial e a precariedade dos equipamentos afirmativos de identificação deste adoecimento, que se vinculam a imagem de virilidade do cargo, onde o adoecimento pode significar uma demonstração de fraqueza do herói (CALAZANS, 2010).

O desenvolvimento de uma cultura habitual da prática de atividade física pode atenuar os sintomas físicos e psicológicos do estresse do trabalho, colaborando para a diminuição de síndromes metabólicas de imobilidade e congelamento, principalmente em situações de exposição traumática e nos atendimentos de acidentes de trânsito envolvendo vítimas fatais (URBANI, 2019).

De acordo com Nieman (2011) o bem-estar em termos de saúde, tem um enfoque pessoal de busca por hábitos saudáveis que reduzam o risco de surgimento de doenças prematuras, tais como, osteoporose, arteriosclerose, obesidade, artrite, diabetes e hipertensão arterial, que muitas das vezes são tratados com a prescrição de medicamentos quando poderiam ter seus efeitos combatidos e atenuados com adoção de uma rotina regular de atividade física. É, portanto, na perspectiva da prática de atividade física institucional da Polícia Rodoviária Federal, como instrumento para a promoção da qualidade de vida dos seus policiais, que esta pesquisa se justifica.

Assim, o objetivo geral desta pesquisa é analisar a prática de atividade física na promoção da saúde dos Policiais Rodoviários Federais e como objetivos específicos: descrever os programas institucionais da Polícia Rodoviária Federal, voltados à saúde de seus trabalhadores e relacionar a prática da atividade física com a promoção da saúde dos PRF.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

Nesta seção será apresentado o referencial teórico dividido em subtítulos como: A Polícia Rodoviária Federal; Aproximações ao conceito de saúde e Atividade Física como Promotora de Saúde do PRF.

2.1 A Polícia Rodoviária Federal

A Polícia Rodoviária Federal foi criada pelo presidente Washington Luiz, no dia 24 de julho de 1928, por meio do Decreto nº 18.323 (BRASIL, 1928). Nessa época, a Instituição recebeu a denominação de “Polícia de Estradas”. Sete anos depois, em 23 de julho de 1935, foi criado o primeiro quadro de servidores daqueles que hoje compõem a PRF, instituição policial federal ostensiva cuja principal função é garantir a segurança com cidadania nas rodovias federais e em áreas de interesse da União. Assim, a PRF combate as mais variadas formas de crimes nas rodovias e estradas (não pavimentadas) federais do Brasil e também monitora e fiscaliza o trânsito de veículos, bens e pessoas.

Suas competências são definidas pela Constituição Federal no seu artigo 144 (BRASIL, 1988), pela Lei nº 9.503/97, Código de Trânsito Brasileiro (BRASIL, 1997), pelo Decreto nº 1.655, de 3 de outubro de 1995 (BRASIL, 1995) e pelo seu regimento interno, aprovado pela Portaria Ministerial nº 219, de 27 de fevereiro de 2018 (BRASIL, 2018). Está presente em todas as unidades da federação, sendo administrada pelo Departamento de Polícia Rodoviária Federal (DPRF), com sede em Brasília/DF.

A estrutura do DPRF está organizada em unidades administrativas denominadas de Superintendências Regionais, subdivididas em delegacias que coordenam as Unidades Operacionais (postos de fiscalização). Temos o exemplo da Superintendência Regional da Polícia Rodoviária do Rio Grande do Sul que é composta por uma Sede Administrativa na capital Porto Alegre, 13 Delegacias e 47 Unidades Operacionais de Fiscalização, espalhadas nos vários municípios do estado, cobrindo uma malha viária federal de 6,1 mil km, contando com um efetivo de aproximadamente 755 policiais e 25 agentes administrativos (BRASIL, 2020).

O Decreto Nº 1.655, de 3 de outubro de 1995, redefiniu as competências e ações da Polícia Rodoviária Federal, ampliando sua autoridade de polícia de

trânsito, para as de colaborar e atuar na prevenção e repressão aos crimes contra a vida, os costumes, o patrimônio, a ecologia, o meio ambiente, os furtos e roubos de veículos e bens, o tráfico de entorpecentes e drogas afins, o contrabando, o descaminho e os demais crimes previstos em leis, traduzindo um pouco da dinâmica da evolução do trabalho da PRF.

Ricardo Antunes (1995) relata as metamorfoses no mundo do trabalho e como isso tem influenciado a expressão do valor social do mesmo e seus significados para a classe trabalhadora. A imagem folclórica de um patrulheiro rodoviário, idealizado como um herói por Ary Fernandes e que ganhou as telas da TV Tupi em 1961, no seriado “O Vigilante Rodoviário” interpretado por Carlos Miranda, marca um ideal de policial rodoviário que deve está sempre pronto para agir e que apesar da grande extensão de fronteiras do Brasil, consegue estar presente em todo território nacional, conforme ilustra a música tema do seriado do Vigilante Rodoviário.

Vigilante Rodoviário!
 De noite ou de dia.
 Firme no volante.
 Vai pela rodovia.
 Bravo Vigilante!
 Guardando toda estrada.
 Forte e confiante.
 É o nosso camarada.
 Bravo vigilante!
 O seu olhar amigo.
 É um farol que avisa do perigo.
 Audaz e temerário.
 Para agir a todo instante.
 Da estrada é o Vigilante.
 Vigilante Rodoviário!
 (Música e letra de Ary Fernandes)

A Polícia Rodoviária Federal é uma instituição quase centenária, teve que se adaptar aos diversos cenários políticos, passando por três repúblicas e sofrendo os efeitos de seis constituições. No entanto, sempre manteve seu escopo de trabalho na segurança de trânsito, na proteção das fronteiras e no enfrentamento ao crime, destacando-se os relacionados a circulação rodoviária, como tráfico de drogas e armas.

Houve importantes modificações na forma de agir no patrulhamento das rodovias federais brasileiras, incluindo em 1998 a conversão dos dez mil e noventa e oito cargos ativos de Patrulheiro Rodoviário Federal, ao quadro geral do Ministério

da Justiça, em novo cargo de Policial Rodoviário Federal. (BRASIL, Lei nº 9.654/1998).

Na data de 22 de setembro de 2008, por intermédio da Lei nº 11.784 a carreira passou a exigir o nível superior para seu ingresso, incrementando o quadro de servidores que se mostrava cada vez mais heterogêneo e qualificado, favorecendo as parcerias com a Secretaria Especial de Direitos Humanos da Presidência da República, que fez intensificar a atuação dos Policiais Rodoviários Federais no combate à exploração sexual de crianças e adolescentes, como também ao tráfico de pessoas e o trabalho análogo a escravidão.

No ano de 2018 o presidente da república Michel Temer, promoveu uma reforma ministerial instituindo o Ministério Extraordinário da Segurança Pública, que acabou se tornando Ministério da Segurança Pública, o qual incorporou os órgãos de segurança pública incluindo a Polícia Rodoviária Federal, que antes da reforma estavam subordinados ao Ministério da Justiça.

2.2 Aproximações ao campo da Saúde

A organização da saúde no Brasil é marcada por sucessivas reorganizações e arranjos políticos administrativos que remontam o período dominado por uma economia agroexportadora e rendeu para a cidade do Rio de Janeiro no final do século XIX a reputação de Túmulo dos Estrangeiros, exigindo do governo uma política de saneamento e controle de doenças voltada à circulação de pessoas e mercadorias exportáveis pelos portos (PAIM, 2015).

A saúde foi tratada como caso de polícia e adotava medidas rigorosas de punição para as pessoas que infringissem as medidas sanitárias de saúde. Surgem então os primeiros sanitaristas brasileiros, com destaque para Oswaldo Cruz e Carlos Chagas, que deram a base para evolução sanitária brasileira (BERTOLLI FILHO, 2011).

Vários foram os arranjos políticos e sociais tensionados pela causa da saúde pública no Brasil, sendo o mais significativo a Constituição Federal (CF), de 5 de outubro de 1988 (BRASIL, 1988) que sofreu grande influência das propostas elaboradas pelos agentes de saúde na 8ª Conferência Nacional de Saúde (COHN, 2005). Neste marco temporal surgem as bases do Sistema Único de Saúde (SUS) uma verdadeira revolução institucional para as ações e serviços públicos de saúde,

com direção única em cada esfera de governo, participação da comunidade e atendimento integral para todas as pessoas, com prioridade para as atividades preventivas, sem prejuízo dos serviços assistenciais.

No entanto, o texto constituinte também recebeu forte influência de setores conservadores da política nacional, mantendo em seu escopo a possibilidade de uma prestação de serviço de saúde privada em caráter complementar ao SUS, segundo diretrizes e mediante contrato de direito público ou convênio, tendo preferência as entidades filantrópicas e as entidades sem fins lucrativos.

Mesmo com todos os avanços tecnológicos na área da saúde, os investimentos públicos são prejudicados pela falta de financiamento do SUS e, em contrapartida, o setor privado de saúde conta com subsídios fiscais e com recursos públicos para comprar seus serviços e para investimentos em instalações e equipamentos, passando a ideia de que o acesso à saúde tem forte vinculação com o poder econômico da população assistida, persistindo um viés mercadológico da “Saúde” como direito de poucos. Essa é uma lógica do Capital e tem rendido altos lucros aos investidores deste segmento da economia.

Amélia Cohn (2005) destaca existência de uma extrema desigualdade social no Brasil e grande contingente de pessoas pobres necessitadas de terem reconhecido seus direitos na área social, incluindo-se os da saúde. No entanto, existe um imbróglio do financiamento federal para a saúde. O governo federal vem subfinanciando a saúde e o que o Brasil gasta de recursos com a pasta de saúde são insuficientes para oferecer os inúmeros serviços de cuidados em saúde individual e coletivos, quer sejam preventivos ou curativas, de baixa, média e principalmente os de alta complexidade. Parece que a meta é diminuir a universalidade da clientela, levando as pessoas a cada vez mais se utilizarem de planos privados de saúde, pagando mais sobre o que já é pago pelos seus impostos.

A realidade é que diante do subfinanciamento federal os municípios foram aumentando seus recursos muito acima do piso legal (15%) do Produto Interno Bruto (PIB) alguns chegando a gastar mais de 20% deste valor, e os Estados se aproximaram do piso legal de 12% do que produzem em riqueza (BRASIL,2012).

O direito universal à saúde, que é fruto de reiteradas lutas da sociedade brasileira organizada, mesmo constando na CF de 1988, encontra resistência de grupos que representam o capital internacional e defendem uma proposta de

Cobertura Universal de Saúde, proposta essa que oferece um acesso diferenciado para todos os serviços de saúde, já que fica condicionado a capacidade de endividamento e pagamento destes procedimentos por cada um de seus usuários (CEBES, 2014).

Tal defesa representa um retrocesso à proposta original do SUS quanto ao princípio da Universalidade, que mesmo tendo surgido do empenho dos movimentos sociais e das forças políticas tencionadas pela Reforma Sanitária no Brasil, e fortemente defendidas na 8ª Conferência Nacional de Saúde, agora se apresenta ameaçado por um viés mercadológico. Chama a atenção que a defesa da Cobertura Universal de Saúde já foi acolhida até mesmo pela Organização Mundial de Saúde cuja inclinação, em alguma medida, é influenciada por interesses de mercado para a indústria da saúde (CEBES, 2014).

Para Amélia Cohn (2005), existe uma dificuldade de estudar as políticas de saúde e a organização dos serviços de saúde por envolverem um conjunto de variáveis dinâmicas, com pesos diversos moldados pela conjuntura econômica, social, política e de governos. Uma gama de fatores que se relaciona aos interesses das diferentes instituições de saúde e complexos hospitalares, articulados com a indústria farmacêutica e o sistema privado de saúde.

O Sistema Único de Saúde (SUS), não pode constituir-se em um sistema de baixa qualidade de prestação de serviços de saúde, direcionado preferencialmente a população pobre, que não possui recursos financeiros que darão lucro ao crescente mercado da saúde. Diferentemente desta dinâmica de mercado o SUS tem sua formulação marcada pelos princípios da equidade, integralidade e universalidade na prestação de seus serviços, sendo a saúde um dever do Estado e um direito fundamental de todo cidadão brasileiro, cujo conceito de saúde retrata a partir de diversas conjunturas, como a apontada a seguir:

O conceito de saúde retrata a conjuntura social, econômica, política e cultural, desse modo, saúde não tem o mesmo significado e representação para todos os indivíduos. Será o produto dos valores sociais e concepções individuais de cada pessoa. A saúde é causa e produto do Sistema Nacional de Saúde que deve estar inteiramente integrado no processo de desenvolvimento social do país. (SCLAR, 2007, p. 25).

A organização do sistema de saúde do Brasil está redigida na Constituição brasileira de 1988 (BRASIL, 1988), onde comparece a ideia de que a gestão das

ações e dos serviços de saúde deve ser desenvolvida de maneira solidária e participativa, envolvendo a União, os Estados e os Municípios.

Tomando como referência a ampliação do conceito de saúde da OMS, como algo que não se restringe à ausência de doença, mas se vincula também às iniciativas ligadas ao comportamento e aos hábitos, podemos considerar que o processo de saúde/doença do PRF envolve um sujeito complexo que deve ser compreendido nas suas múltiplas necessidades. Ao considerarmos o conceito ampliado de saúde como resultado das condições de alimentação, habitação, educação, renda, meio ambiente, acesso e posse da terra, assim como o acesso a serviços de saúde e uma rotina de hábitos saudáveis, na qual deve constar a prática regular de atividades físicas, é possível refletir sobre o impacto de tais práticas como promotoras da saúde do PRF (SEGRE, 2021).

2.3 Atividade Física e Promoção de Saúde do PRF

A atividade física pode ser compreendida como qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que exijam algum gasto de energia. Qualquer indivíduo que execute tarefas simples que envolva movimentação do corpo fazendo com que o batimento cardíaco fique acelerado, executará uma atividade física. Portanto, várias das atividades que desenvolvemos no nosso cotidiano, estão relacionadas a atividade física:

Atualmente, a atividade física pode ser entendida como qualquer movimento corporal, produzido pela musculatura esquelética, que resulta em gasto energético, tendo componentes e determinantes de ordem biopsicossocial, cultural e comportamental, podendo ser exemplificada por jogos, lutas, danças, esportes, exercícios físicos, atividades laborais e deslocamentos. Porém, em todos os casos e de maneira sintética, podemos asseverar que os exercícios físicos do homem provêm de quatro grandes causas: a luta pela existência, os ritos e cultos, a preparação guerreira e os jogos e práticas atléticas (RAMOS, 1983, p.51).

No entanto, para potencializar os benefícios da saúde relacionados com a prática de atividade física é necessário fazer uma aproximação com a sua subcategoria, o exercício físico. A proposta do exercício físico é voltada para uma atividade planejada e estruturada, que orienta o corpo para que melhore a sua capacidade de realização das tarefas do dia-a-dia e o condicionamento físico dos indivíduos (SABA, 2008).

Neste sentido, a Instrução Normativa Nº 1, de 26 de fevereiro de 2010 do Ministério da Justiça, institui o Projeto Qualidade de Vida dos Profissionais de Segurança Pública e Agentes Penitenciários, tendo o objetivo de implementar políticas de qualidade de vida, bem-estar, saúde, desenvolvimento pessoal, exercício da cidadania e valorização desses profissionais. Especificamente com relação a prática de atividades físicas e outras atividades, o Artigo 17 da referida Instrução Normativa diz que:

Os órgãos de segurança pública dos entes federados de que trata o art. 4º incentivarão os profissionais de segurança pública e agentes penitenciários a praticarem atividade física e ginástica laboral, além de promoverem a educação desses indivíduos em temas como higiene, nutrição, saúde bucal, planejamento familiar, orçamento doméstico e prevenção de doenças, especialmente as sexualmente transmissíveis. (MINISTERIO DA JUSTIÇA, 2010, documento eletrônico não paginado).

Assim, a Portaria Interministerial nº 2, de 15 de dezembro de 2010 (DPRF, 2013), da Secretaria Especial de Direitos Humanos da Presidência da República e do Ministério da Justiça estabelece as Diretrizes Nacionais de Promoção e Defesa dos Direitos Humanos dos Profissionais de Segurança Pública. Entre as 14 diretrizes da referida portaria, a da saúde prevê a necessidade de que seja estimulada a prática regular de exercícios físicos, garantindo a adoção de mecanismos que permitam o cômputo de horas de atividade física como parte da jornada semanal de trabalho dos policiais.

O PRF faz sua adesão ao Programa de Educação Física Institucional por meio de Atestado de Saúde Ocupacional e ficha de avaliação de saúde da Patrulha de Saúde, além da assinatura de um Termo de Compromisso e participação do Teste de Aptidão Física (TAF), item obrigatório que tem uma pontuação ponderada com variação de conceito 01 à 05 para cada uma das suas modalidades de exercício físico. Conforme já mencionava Foucault (2010) uma técnica onde o que importa é esquadrihar ao máximo o tempo, o espaço e os movimentos para disciplinar o bom emprego do corpo.

Para alcançar os benefícios do EFI a Instrução Normativa, em seu Capítulo VI (DPRF, 2013), estabelece os compromissos do policial com o cumprimento do calendário de exames periódicos promovidos pela administração e participação nas atividades da Patrulha da Saúde. É importante também que o policial rodoviário procure o acompanhamento de um médico e/ou de um profissional educador físico,

que relacionará as atividades mais adequadas respeitando a sua individualidade e suas aptidões físicas, pois mesmo sendo um ótimo hábito para incluir no dia a dia, sua prática exagerada, pode ter efeito contrário ao da saúde, provocando dores musculares persistentes por todo o corpo, muito cansaço, anorexia, insônia, aumento da frequência cardíaca de repouso e menor desempenho sexual. É importante destacar que os Policiais Rodoviários Federais têm diferentes perfis e a atividade física deverá ser algo conveniente, prazeroso e significativo, tornando-se uma opção para a obtenção de saúde e não uma imposição da instituição.

Neste sentido, a promoção, proteção e recuperação de saúde dos sujeitos e dos coletivos, tem sido uma preocupação constante do SUS desde sua criação. Exemplo disto foi a definição pelo Ministério de Saúde, em 2005, de uma agenda de compromisso pelo pacto em defesa da vida, que envolveu os três entes federativos para a definição das suas responsabilidades no aprimoramento do acesso aos serviços prestados pelo SUS, incluindo informação e educação em saúde com destaque na promoção de atividade física, hábitos saudáveis de alimentação e vida, com controle do tabagismo e do uso abusivo de bebida alcoólica, entre outros (BRASIL, 2010).

Deste modo, com a Portaria nº 687, de 30 de março de 2006 conseguiu-se aprovar a Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS), ampliando as possibilidades de intervenção nos determinantes e condicionantes de saúde, entendendo a saúde como produção social de determinação múltipla e complexa que exige a participação ativa de usuários, movimentos sociais, trabalhadores de saúde, gestores do setor sanitário e de todos os atores que visem a melhoria da qualidade de vida da população.

Pensar a efetividade da Política Nacional de Promoção da Saúde é fazer valer a suas diretrizes nos aspectos da integralidade, equidade, responsabilidade sanitária, mobilização e participação social, intersetorialidade, informação, educação e comunicação e sustentabilidade. Um desafio de compromisso do setor saúde, mas, que envolve todos os setores da sociedade, em face da necessidade de ampliação dos mecanismos de escuta e acolhimento que garantam acesso universal e igualitário para todos os cidadãos.

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Trata-se de uma pesquisa de abordagem qualitativa, de caráter exploratório que aborda a temática da atividade física e a sua relação com a promoção de saúde do Policial Rodoviário Federal. Assim, procura um aprofundamento teórico tomando como ponto de partida a leitura de várias pesquisas sobre o tema:

Todo o esforço teórico, seja baseado na lógica quantitativa ou qualitativa, visa a ultrapassar o nível do senso comum e do subjetivismo na interpretação e alcançar uma vigilância crítica ante a comunicação de documentos, textos literários, biografias, entrevistas ou resultados de observação. (MINAYO, 2000, p.308).

De acordo com a proposta de Gil (2002), uma pesquisa do tipo exploratória, possibilita uma maior apreensão do objeto da pesquisa, amplia as opções de reflexão sobre o assunto, tendo como base os estudos já existentes sobre a temática escolhida. Desta forma, essa pesquisa consistiu de uma revisão bibliográfica e documental de artigos científicos na base de dados na Scientific Electronic Library Online (SCIELO), revistas, sites, jornais e de documentos públicos, relacionados à saúde e a prática de atividade física por Policiais Rodoviários Federais e demais carreiras policiais publicados no período de 2011 a 2021, onde as buscas foram iniciadas no mês de agosto de 2021 primeiramente com a leitura do resumo dos artigos selecionados, mediante os descritores: saúde, polícia rodoviária federal e atividade física. Sendo intensificadas suas leituras nos meses de março, abril, maio e junho de 2022, em virtude da necessidade de apropriação de referencial teórico para fundamentação da pesquisa.

Deste modo, para assumir o rigor científico e seus fundamentos, foi feito cruzamento dos descritores da busca e optou-se em trabalhar com amostras reunidas de maneira sistemática e mais significativa que contemplasse pelo menos um artigo para cada um dos anos do período da amostra, além de terem a validade dos procedimentos de coleta e dos seus resultados publicados no meio acadêmico e revistas científicas. O ano de 2017 foi o mais expressivo da amostra com quatro trabalhos publicados, destacando-se o autor Eduardo Frio Marins em dois artigos.

Segundo Minayo (2014) cabe ao pesquisador municiar-se de apurado instrumental teórico e metodológico que faça aproximação crítica da realidade para compreensão do objeto, como de seus próprios procedimentos de pesquisa.

Selecionado os trabalhos a serem analisados procede-se então às leituras e apreensão estruturada de aspectos considerados importantes para elucidação das questões problematizadas durante a pesquisa.

Para a análise e discussão dos resultados desta pesquisa foi utilizada a técnica de Análise de Conteúdo que, segundo Minayo (2000), possibilita uma interpretação temática cuja significação remete aos desafios de uma pré-análise na escolha dos documentos, seguido de uma operação exploratória de categorização das expressões ou palavras significativas para a sua abordagem, findando com o tratamento dos resultados obtidos e sua interpretação.

4 RESULTADOS

Este capítulo apresenta os resultados da pesquisa. A partir de critérios de maior aproximação com a temática proposta foram sumarizados 23 artigos conforme o Quadro 1 a seguir.

Quadro 1 – Sumarização dos artigos selecionados na busca

ARTIGO 1	TÍTULO: A importância da prática da atividade física para o bom desempenho da função policial militar no Estado do Rio Grande do Norte: um estudo comparativo entre o BOPE e o 4º BPM.
	OBJETIVO: Esclarecer que a prática regular de atividade física está relacionada com a prevenção de doenças, bem como minimizar ou sanar seus efeitos.
	METODOLOGIA: Estudo comparativo entre os policiais militares do BOPE e do 4º BPM com aplicação de questionário e pesquisa bibliográfica.
	AUTORIA: Gabriela Domitildes da Silva Xavier; Rosalina de Souza Câmara
	PUBLICAÇÃO: SUSP Repositório
	ANO: 2011
ARTIGO 2	TÍTULO: Impactos da participação em grupos de corridas no estilo de vida de Policiais Rodoviários Federais
	OBJETIVO: Estudar o impacto do grupo de corridas a partir da definição de seis categorias: motivos para engajamento no grupo de corrida, o grupo de corrida e nutrição; o grupo de corrida e a atividade física; o grupo de corrida e o comportamento preventivo; o grupo de corrida e os relacionamentos e o grupo de corrida e o controle do estresse
	METODOLOGIA: Pesquisa qualitativa através de entrevista semiestruturada
	AUTORIA: Ricardo de Oliveira Betat
	PUBLICAÇÃO: UFRGS Repositório
	ANO: 2012
ARTIGO 3	TÍTULO: Avaliação do condicionamento físico de policiais militares da 146ª Companhia Especial de Polícia Militar
	OBJETIVO: Avaliar o nível de condicionamento físico de militares da 146ª companhia especial de polícia militar.
	METODOLOGIA: Pesquisa qualitativa descritiva com 27 militares recrutados aleatoriamente dentro do batalhão.
	AUTORIA: Mauro Lúcio Mazini Filho , Aldo Coelho Silva , Gabriela Rezende de Oliveira Venturine Felipe José Aidar , Ingi Klain , Bernardo Minelli Rodrigues , Diogo Gama de Matos
	PUBLICAÇÃO: Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício
	ANO: 2012
ARTIGO 4	TÍTULO: Nível de atividade física e barreiras percebidas para a prática de atividade física entre policiais militares
	OBJETIVO: Descrever 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.
	METODOLOGIA: Estudo de corte transversal, realizado com um grupo de policiais do 1º Batalhão de Polícia Militar (1º BPM) em Feira de Santana, Bahia.
	AUTORIA: Gilmar Mercês de Jesus; Éric Fernando Almeida de Jesus
	PUBLICAÇÃO: Revista Brasileira de Ciências do Esporte
	ANO: 2012

(continua)

ARTIGO 5	TÍTULO: Envelhecimento e aposentadoria por Policiais Rodoviários Federais
	OBJETIVO: Análise dos significados do envelhecimento e aposentadoria configurados por Policiais Rodoviários em fase de aposentadoria.
	METODOLOGIA: Pesquisa exploratória com questionários sociodemográficos e entrevistas semiestruturadas.
	AUTORIA: Yana Thamires Mendes Felix e Maria de Fátima Fernandes Martins Catão
	PUBLICAÇÃO: UFSM Repositório
	ANO: 2013
ARTIGO 6	TÍTULO: Estresse, coping e síndrome de burnout em Policiais Rodoviários Federais
	OBJETIVO: Analisar as relações entre dados sociodemográficos, nível de estresse, estratégias de Coping e a ocorrência da Síndrome de Bounout em Policiais Rodoviários Federais.
	METODOLOGIA: Pesquisa de campo do tipo descritiva, explicativa com abordagem quantitativa
	AUTORIA: Andrea Karla Breunig Freitas
	PUBLICAÇÃO: UFSM Repositório
	ANO: 2013
ARTIGO 7	TÍTULO: Nível de adiposidade corporal e da aptidão física de policiais Militares de Boa Vista- Roraima
	OBJETIVO: Verificar e classificar o nível de aptidão física (AF) e de adiposidade corporal de policia militares de Boa Vista – Roraima.
	METODOLOGIA: Estudo transversal, descritivo e analítico em que 51 policiais militares de ambos os sexos (38 homens e 13 mulheres) de Boa Vista – Roraima
	AUTORIA: José Alexandre Barbosa dos Santos
	PUBLICAÇÃO: Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício
	ANO: 2013
ARTIGO 8	TÍTULO: Aptidão física e índices de capacidade de trabalho na polícia de segurança pública
	OBJETIVO: Analisar a Aptidão Física em função da população nacional, Saúde Física e aferir os Índices de Capacidade para o Trabalho dos elementos com funções policiais na PSP.
	METODOLOGIA: Estudo quantitativo, presencial e observacional, de natureza transversal, do tipo descritivo-correlacional
	AUTORIA: João Carlos Santos Prisciliano
	PUBLICAÇÃO: Instituto Superior de Ciências Policiais e Segurança Interna
	ANO: 2014
ARTIGO 9	TÍTULO: COMPREENDENDO A POLÍCIA NAS ESTRADAS: Uma análise sociológica do mandato e das práticas da Polícia Rodoviária Federal
	OBJETIVO: Investigar o exercício do mandato policial pela Polícia Rodoviária Federal, através da articulação entre suas dimensões legais/abstratas, práticas e simbólicas
	METODOLOGIA: Pesquisa documental e vinte entrevistas semiestruturadas, cujos produtos foram interpretados com o auxílio da análise de conteúdo.
	AUTORIA: Juliana Pereira Coutinho
	PUBLICAÇÃO: UFPE Repositório
	ANO: 2015
ARTIGO 10	TÍTULO: Fatores de risco e vitimização fatal de policiais: uma análise sobre a polícia rodoviária federal (prf) no Brasil (2007-2016).
	OBJETIVO: Realizar um levantamento de dados e identificar os fatores de risco e sob que circunstâncias os policiais rodoviários federais foram vitimizados fatalmente no Brasil, no período compreendido entre janeiro de 2007 e dezembro de 2016, quer seja durante o desenvolvimento de suas atividades profissionais, quer seja durante o seu horário de folga.
	METODOLOGIA: Análise de Conteúdo e da Triangulação Metodológica.
	AUTORIA: Wanderley Marques Martins
	PUBLICAÇÃO: UFBA Repositório
	ANO: 2016

(continua)

ARTIGO 11	TÍTULO: Qualidade de vida no trabalho: um estudo de caso sobre os Policiais Rodoviários Federais
	OBJETIVO: Analisar a percepção dos policiais rodoviários federais lotados no Edifício Sede-DF, sobre a qualidade de vida no trabalho, bem como identificar as variáveis que a impactam.
	METODOLOGIA: Pesquisa descritiva e quantitativa.
	AUTORIA: Andréia Bastos Cunha
	PUBLICAÇÃO: UNICEUB Repositório
	ANO: 2016
ARTIGO 12	TÍTULO: Estimativa de prevalência de estresse emocional em uma amostra de Policiais Rodoviários Federais do Estado de São Paulo
	OBJETIVO: Identificar a prevalência do estresse de Policiais rodoviários Federais do estado de São Paulo, além de identificar as prevalências de transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), de estresse ocupacional e, finalmente, a prevalência dos sintomas de Síndrome de Burnout.
	METODOLOGIA: Estudo transversal com amostra probabilística (n = 202) de policiais rodoviários federais do Estado de São Paulo
	AUTORIA: Léa Pinto de Arruda Oliveira
	PUBLICAÇÃO: USP Repositório
	ANO: 2017
ARTIGO 13	TÍTULO: Percepção de riscos e acidentes de trabalho com material biológico: vivências de Policiais Rodoviários Federais
	OBJETIVO: Descrever os acidentes de trabalho com material biológico ocorridos nos Policiais Rodoviários Federais visando compreender, em que situação estes acidentes ocorrem e qual é a percepção dos mesmos sobre os riscos a que estão submetidos no trabalho.
	METODOLOGIA: Pesquisa qualitativa com 29 policiais do município de Campo Grande, Brasil central.
	AUTORIA: Ariane Silva Mendonça, Letícia Antonio Costa, Luciana Contrera, Debora Sakamoto Silva, Priscila Maria Marcheti Fiorin, Maria Lúcia Ivo
	PUBLICAÇÃO: CIAIQ
	ANO: 2017
ARTIGO 14	TÍTULO: Programa Patrulha da Saúde: indicadores de saúde em Policiais Rodoviários Federais
	OBJETIVO: Avaliar o perfil sociodemográfico, de saúde, nutricional, físico e funcional de policiais rodoviários federais participantes do Programa Patrulha da Saúde e avaliar a associação dessas características com idade e tempo de serviço
	METODOLOGIA: Estudo transversal com policiais rodoviários federais de Pelotas, Rio Grande do Sul, em setembro de 2015.
	AUTORIA: Eduardo Frio Martins; Fabrício Boscolo Del Vecchio
	PUBLICAÇÃO: Scientia Medica
	ANO: 2017
ARTIGO 15	TÍTULO: Impactos do uso de equipamentos de proteção pessoal sobre parâmetros fisiológicos e motores de Policiais Rodoviários Federais
	OBJETIVO: O objetivo principal deste estudo foi comparar e quantificar os impactos do uso do conjunto de EPP necessários para PRF's nas respostas fisiológicas, perceptuais e de desempenho em testes de aptidão física e aptidão ocupacional.
	METODOLOGIA: Estudo experimental de medidas repetidas.
	AUTORIA: Eduardo Frio Martins
	PUBLICAÇÃO: UFPEL Repositório
	ANO: 2017

(continua)

ARTIGO 16	TÍTULO: Aptidão cardiorrespiratória e neuromuscular de Policiais Rodoviários Federais
	OBJETIVO: Este estudo visa descrever e avaliar o nível de aptidão cardiorrespiratória e neuromuscular de uma amostra nacional de policiais rodoviários federais.
	METODOLOGIA: Estudo transversal, com dados de 6.212 agentes da PRF. Como desfechos, consideraram-se: resistência abdominal (RA); resistência muscular de membros superiores (RMMS); força muscular de membros superiores (FMMS) e aptidão cardiorrespiratória (AC).
	AUTORIA: Eduardo Frio Marins, Rodrigo Wiltgem Ferreira, Fabrício Boscolo Del Vecchio
	PUBLICAÇÃO: Revista Brasileira de Medicina e Esporte ANO: 2018
ARTIGO 17	TÍTULO: Banco de dados no estudo da morbimortalidade na Polícia Rodoviária Federal
	OBJETIVO: Traçar o perfil de saúde do Policiais Rodoviários Federais a partir dos dados obtidos na PRF – Polícia Rodoviária Federal, através de dados demográficos institucionais e fichas de avaliação de saúde e compor com os dados de afastamentos por licenças de saúde através das informações do SIASS – Serviço Integrado a Atenção a Saúde do Servidor, vinculado ao MPOG – Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão.
	METODOLOGIA: Pesquisa documental
	AUTORIA: Daniel Washington Evangelista
	PUBLICAÇÃO: Fiocruz ANO: 2018
ARTIGO 18	TÍTULO: Distúrbios musculoesqueléticos em Policiais Rodoviários Federais de uma cidade do sul do Brasil
	OBJETIVO: Mensurar a prevalência de distúrbios osteomusculares entre policiais rodoviários federais (PRFs) de uma delegacia do sul do Brasil.
	METODOLOGIA: Estudo observacional descritivo transversal.
	AUTORIA: Eduardo Frio Marins; Ariane gomes Luçardo ; Marcelo dos Santos Vaz; Victor Silveira Coswig; Charles Bartel Farias;
	PUBLICAÇÃO: UFPEL Repositório ANO: 2019
ARTIGO 19	TÍTULO: Impactos da idade do Policial Rodoviário Federal no perfil e evolução de afastamento para licença de saúde: um estudo de coorte retrospectiva
	OBJETIVO: Avaliar o impacto da idade do PRF no perfil e evolução dos afastamentos para Licença de Saúde (LS) entre o período de 2014 a 2018, em interação com outros fatores intervenientes.
	METODOLOGIA: Revisão de literatura.
	AUTORIA: Flavio Castagna de Freitas;
	PUBLICAÇÃO: UFSM Repositório ANO: 2019
ARTIGO 20	TÍTULO: O perfil social dos Policiais Rodoviários Federais
	OBJETIVO: Observar, a partir das trajetórias educacionais e ocupacionais dos policiais rodoviários federais (PRF), em que medida a origem socioeconômica segue sendo determinante na organização do acesso a melhores oportunidades educacionais e no mercado de trabalho.
	METODOLOGIA: Pesquisa em documentos de arquivo disponibilizados pela PRF, entrevistas com antigos servidores e aplicação de questionário aos estudantes do curso de formação da PRF.
	AUTORIA: Gustavo Pegoraro Martins
	PUBLICAÇÃO: UFF Repositório ANO: 2020

(continua)

ARTIGO 21	TÍTULO: Avaliação das habilidades sociais, locus de controle e assertividade em Policiais Rodoviários Federais no Município de Campo Grande
	OBJETIVO: Identificar as habilidades sociais como nível secundário intensificador para enfrentamento dos riscos da atividade profissional do Policial Rodoviário federal.
	METODOLOGIA: Pesquisa exploratória com uso de questionário Sociodemográfico e ocupacional.
	AUTORIA: Liliana Andolpho Magalhães; Fernando Faleiros de Oliveira; João Massuda Junior; Vanusa Meneghel; Elaine Cristina Vaz Vaez Gomes; Sylvio Takayoshi Barbosa Tutya
	PUBLICAÇÃO: Researchgate
	ANO: 2020
ARTIGO 22	TÍTULO: Do cidadão ao Policial Rodoviário Federal: o curso de formação profissional como fator transformador do discente em policial consciente de seus deveres.
	OBJETIVO: Aprimorar o método teórico-pedagógico a ser aplicado na formação do Policial Rodoviário Federal consciente de seus deveres como servidor, que contribui no eixo da Segurança Pública, importante espectro do Desenvolvimento Nacional.
	METODOLOGIA: Pesquisa documental, tendo sido baseada, fundamentalmente, nos últimos Projetos Pedagógicos executados dos Cursos de Formação Profissionais da Polícia Rodoviária Federal, da Polícia Militar de Minas Gerais, da Polícia Militar de Alagoas e da Polícia Militar de Santa Catarina
	AUTORIA: Guido Marcelo Mayol
	PUBLICAÇÃO: Escola Superior de Guerra Repositório
	ANO: 2020
ARTIGO 23	TÍTULO: Saúde Ocupacional: Reflexões necessárias para o Policial Rodoviário Federal
	OBJETIVO: Refletir sobre a importância da saúde ocupacional no âmbito policial com ênfase nos profissionais que desempenham suas funções nas rodovias federais brasileiras.
	METODOLOGIA: Estudo descritivo de análise reflexiva, fundamentado em uma revisão integrativa de literatura nacional e internacional
	AUTORIA: Andrelise Maria Nicoletti
	PUBLICAÇÃO: BJHR Brazilian Journals
	ANO: 2021

Fonte: Autor (2022)

5 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Após a seleção dos artigos, procedeu-se a uma leitura exploratória dos estudos pesquisados e sistematização das informações relacionadas aos objetivos propostos nesta pesquisa. A partir disso, foram estabelecidas duas categorias para a discussão: Benefícios da atividade física para a prevenção de doenças do Policial Rodoviário Federal e Promoção da saúde dos Policiais Rodoviários Federais.

5.1 Benefícios da atividade física para a prevenção de doenças do Policial Rodoviário Federal

O modo de vida das pessoas e seus comportamentos são influenciadores da continuidade da saúde, ideia defendida por Nieman (2011) na medida em que favorecem o senso de responsabilidade dos indivíduos pela busca constante de manutenção da vida. Para esse autor, a tríade formada pela saúde, doença e morte, está moderada pelas atitudes das pessoas, o que conjuga os sujeitos a seus comportamentos, em uma atitude envolvendo riscos de adoecimento que em níveis elevados podem conduzir a problemas cardiovasculares, câncer, diabetes, obesidade e pressão arterial elevada entre outros.

No caso dos policiais rodoviários federais, esse conceito de continuum de saúde permite que sejam estabelecidas metas em suas atividades físicas, proporcionando energia e vitalidade para realizarem suas tarefas diárias, melhorando a capacidade dos mesmos de interagirem efetivamente no ambiente em que vivem, trazendo uma visão positiva em cultivar um estilo de vida mais saudável, capaz de proteger seu organismo de várias doenças (BRASIL, 2021).

Neste sentido, segundo José Gomes Temporão (2012), a nova ordem econômica impulsionada pela revolução tecnológica e industrial provocou mudanças drásticas do perfil de morbimortalidade da população, destacando o predomínio das doenças e mortes devidas às doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), onde a doença cardiovascular é a maior causa de morte entre os brasileiros.

Ricardo Betat (2012) em pesquisa sobre o impacto da participação de policiais rodoviários federais em um grupo de corrida indicou que os sujeitos participantes desta atividade perceberam um impacto muito positivo na alteração de seu estilo de vida.

De acordo com as pesquisas científicas deste autor, os efeitos do treinamento do grupo de corrida se destacam por ser um exercício aeróbico classificado como periférico (no músculo) e central (coração, sangue, pulmões e hormônios), trazendo benefícios para a função cardíaca. A participação do PRF no grupo de corrida foi capaz de proporcionar uma sensação de prazer, alegria e bem-estar, combatendo inclusive, a depressão e a ansiedade.

De acordo com a Figura 1, apresentada abaixo, a prática de atividade física em condições de intensidade moderada pelo menos durante 30 minutos diários em 5 dias de um intervalo semanal, são o suficiente para produzirem resultados para saúde e prevenção do risco de eventos cardiocirculatório como infarto e acidente vascular cerebral.

Figura 1. Orientações chaves para prática de atividade física.



Fonte: Brasil, Ministério da Saúde (2006)

De acordo com o Guia de Atividade Física para a População Brasileira (BRASIL, 2021), a prática de atividade física regular também pode prevenir a obesidade, caracterizada como uma doença relacionada ao acúmulo excessivo de gordura pelo corpo. Na medicina clínica cotidiana e para a avaliação em nível populacional, recomenda-se o uso do Índice de Massa Corporal (IMC) por sua facilidade de mensuração e por ser uma medida não invasiva e de baixo custo. A fórmula para o cálculo do IMC é: peso (em kg) dividido pela altura² (em metros).

O IMC, além de classificar o indivíduo com relação ao peso, também é um indicador de riscos para a saúde e tem relação com várias complicações metabólicas. As pessoas obesas estão mais suscetíveis a sofrerem de doenças cardíacas, diabetes, hipertensão e problemas ortopédicos. Um dos pilares para prevenção da obesidade é alimentação saudável, cujas diretrizes são estabelecidas pela Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) e pelo Guia Alimentar para a População Brasileira em energia total de consumo de colesterol inferior a 300mg/dia, aliada com a prática de alguma atividade física regular (BRASIL, 2014).

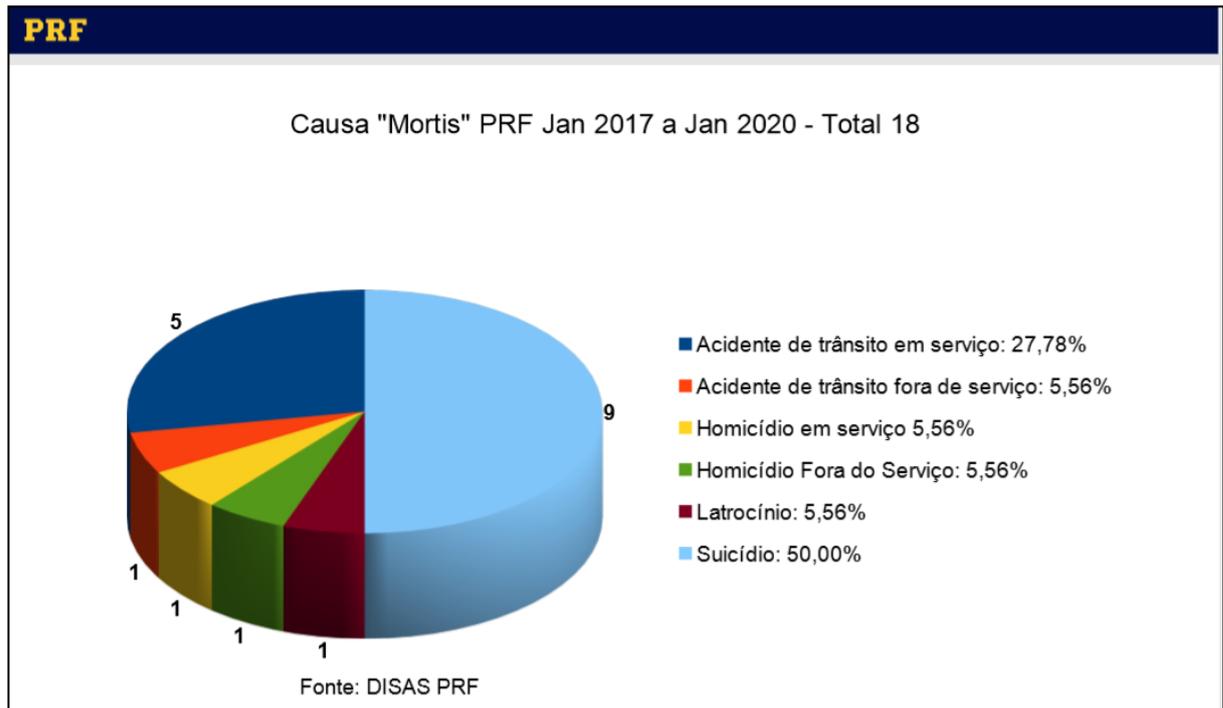
As atividades físicas são a melhor forma de combater o excesso de peso ou obesidade, além de ajudar a manter a perda de peso. Isto porque os exercícios aceleram o metabolismo do corpo, favorecendo o gasto de energia e a queima de calorias e, quanto mais intenso o exercício, mais calorias são queimadas.

De acordo com Prisciliano (2014), intercalar atividades aeróbicas como caminhada, corrida, natação ou ciclismo, com treinamento de força e resistência, como a musculação, pode maximizar a perda de gordura, pois o aumento da massa muscular contribui para acelerar o metabolismo e os músculos gastam mais energia do que as células de gordura, o que é essencial para eliminar o excesso de peso. Para o PRF a falta de treino e a incapacidade de resistência aeróbica podem ser potencializadas de problemas de saúde em indivíduos com IMC elevado, favorecendo o surgimento de doenças silenciosas causadoras de morte prematura.

A Síndrome de Burnout é outra situação que pode ser atenuada pela realização de uma boa rotina de exercícios físicos regulares. Caracterizado como um distúrbio psíquico, descrito primeiramente em 1974 pelo médico e psicanalista americano Herbert Freudenberger, caracteriza-se pelo estresse e esgotamento físico resultante de situação de trabalho desgastante, que demandam muita competitividade ou responsabilidade. Esse transtorno está registrado no grupo 24 do CID-11 (Classificação Internacional de Doenças) e para o qual os policiais são um grupo de alto risco devido a seu envolvimento interpessoal direto e intenso quando em serviço (FREITAS, 2013).

Segundo o levantamento de fatores de risco e vitimização fatal de policiais, realizados com dados da Divisão de Saúde e Assistência Social da Polícia Rodoviária Federal em Brasília, a saúde mental dos policiais rodoviários federais está entre os principais fatores de risco na profissão (FENAPRF, 2020).

Figura 2. Causa “Mortis” PRF Jan 2017 a Jan 2020 – Total 18.



Fonte: DISAS PRF (2020)

O Núcleo de Administração de Pessoal (NUAP) da PRF usou este estudo para atuar na prevenção do suicídio, responsável por 50% das mortes de policiais rodoviários federais no período de janeiro de 2017 a janeiro de 2020 (FENAPRF, 2020).

Para Silvino Santin (2003) existe uma dualidade antropológica na relação homem e consciência que é expressa pelos romanos em “*mens sana in corpore sano*”, uma perspectiva de um corpo serviçal capaz de eliminar tensões físicas e psíquicas através da prática da atividade física dirigida para o bem-estar ou equilíbrio orgânico do indivíduo.

Pesquisa realizada com 195 policiais militares da cidade de Belo Horizonte em amostra composta por 27% de militares, 29% de cabos e 44% de sargentos apontou que 38% estavam preocupados ou tristes com alguma coisa, 89% tinham relacionamento afetivo e 24% tinham algum problema nesse relacionamento, 28% relataram ter vivenciado situação traumática (ocorrências com tiros de arma de fogo e/ou ferimentos físicos em si ou em outras pessoas). Quanto à percepção emocional de quem vivenciou uma situação traumática, 24% afirmaram estar superando, 31% sofreram um pouco, 28% sofreram moderadamente e 17% ainda sofrem muito (SOARES, 2016).

Ainda na amostra deste estudo, os militares que declararam ter o nível de atividade física classificado como “Ativo” possuíam um menor percentual de indicadores de Bournout. Assim, a EFI da PRF parece ser uma boa estratégia de enfrentamento para a Síndrome de Bournout, justamente por favorecer a prática regular de exercício físico, potencializando a condição de “Ativo” para o PRF e colaborando para melhora das condições laborais destes profissionais.

Na Polícia Rodoviária Federal existe desde setembro de 2021 o Programa PRF Vida, um serviço com atendimento de psicólogos e psiquiatras com mais de três anos de experiência em tratamento clínico pós-traumático. Estes profissionais são credenciados através do edital Nº 2/2021/SAD-SC para atendimento aos policiais rodoviários federais em todo território nacional. As consultas podem ser realizadas na modalidade online, de acordo com a demanda apresentada para o serviço.

5.2 Promoção da saúde dos Policiais Rodoviários Federais

A promoção da saúde assenta-se em dois pilares fundamentais: comportamento cotidiano dos indivíduos e as circunstâncias em que vivem. Segundo dados da Divisão de Saúde e Assistência Social da Polícia Rodoviária Federal em Brasília, ocorreram 92 mortes de policiais rodoviários federais no período de 2007 a 2020. Deste total 51,09% dos casos de vitimização fatal de policiais da instituição estavam relacionadas ao serviço do PRF (FENAPRF, 2020).

Figura 3. Correlação da vitimização fatal com a Profissão – 2007 a 2020* – Total 92.



Fonte: DISAS PRF (2020)

Conforme a portaria interministerial nº 2, que estabelece as Diretrizes Nacionais de Promoção e Defesa dos Direitos Humanos dos Profissionais de Segurança Pública (BRASIL, 2010), são deveres da administração, [...]

- 17) Oferecer ao profissional de segurança pública e a seus familiares, serviços permanentes e de boa qualidade para acompanhamento e tratamento de saúde.
- 18) Assegurar o acesso dos profissionais do sistema de segurança pública ao atendimento independente e especializado em saúde mental.
- 19) Desenvolver programas de acompanhamento e tratamento destinados aos profissionais de segurança pública envolvidos em ações com resultado letal ou alto nível de estresse.
- 20) Implementar políticas de prevenção, apoio e tratamento do alcoolismo, tabagismo ou outras formas de drogadição e dependência química entre profissionais de segurança pública.
- 21) Desenvolver programas de prevenção ao suicídio, disponibilizando atendimento psiquiátrico, núcleos terapêuticos de apoio e divulgação de informações sobre o assunto.
- 22) Criar núcleos terapêuticos de apoio voltados ao enfrentamento da depressão, estresse e outras alterações psíquicas.
- 23) Possibilitar acesso a exames clínicos e laboratoriais periódicos para identificação dos fatores mais comuns de risco à saúde.
- 24) Prevenir as consequências do uso continuado de equipamentos de proteção individual e outras doenças profissionais ocasionadas por esforço repetitivo, por meio de acompanhamento médico especializado.
- 25) Estimular a prática regular de exercícios físicos, garantindo a adoção de mecanismos que permitam o cômputo de horas de atividade física como parte da jornada semanal de trabalho. (Documento eletrônico não paginado).

Por esse contexto a promoção da saúde do PRF tem uma significação abrangente, pois percebe os profissionais de segurança pública como um todo complexo, sendo que se realiza na articulação sujeito/coletivo, público/privado, estado/sociedade, clínica/política, setor sanitário/outros setores, visando romper com a excessiva fragmentação na abordagem do processo saúde/adoecimento dos PRFs a ponto de reduzir a vulnerabilidade, os riscos e os danos que nesta relação se produzem.

Com a EFI a PRF tem conseguido estimular a prática regular de exercícios físicos, permitindo o cômputo de suas horas como parte da jornada semanal de trabalho para os policiais rodoviários, mas segundo Cunha (2016) trata-se de uma compensação à ausência de um programa de qualidade de vida, conseguindo desenvolver apenas projetos e programas de saúde com adesão facultativa por isso não alcança a totalidade do efetivo em suas ações, uma vez que a instituição é desprovida de profissionais com atuação específica na área de saúde no seu quadro funcional de servidores.

O Programa Patrulha da Saúde (PPS) por sua vez, de acordo com Frio e Boscolo (2017), é uma das ações realizadas com a finalidade de avaliar capacidades físicas e promover conhecimento sobre medidas de prevenção a doenças e promoção da saúde dos PRFs. Se apresenta como uma estratégia que amplia a conscientização para prática de hábitos saudáveis do policial rodoviário federal, fazendo uma aproximação com o conceito de promoção da saúde, por perceber a prática de atividade física como atenuante de várias doenças evitáveis. O PPS consiste em um conjunto de avaliações que caracterizam o perfil sociodemográfico, de saúde, funcional e físico dos policiais rodoviários federais. O PPS visa também combater os fatores de risco associados ao trabalho policial, como práticas alimentares inadequadas e inatividade física, prevenindo lesões musculoesqueléticas, doenças cardiovasculares, distúrbios do sono e incapacidade prematura.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo aqui descrito avaliou o impacto da prática de atividade física na promoção da saúde dos Policiais Rodoviários Federais. Marins (2017) utiliza o termo “atletas táticos” para caracterizar o elevado nível de exigência de aptidão física no trabalho do policial rodoviário federal, ao mesmo tempo em que relata a prevalência de sintomas osteomusculares dos mesmos.

Diversos autores (NIEMAN 2011, DEL VECCHIO 2017, BOSCOLO 2017, e RAMOS 1983) pontuam os benefícios da prática de atividade física de forma regular, tanto na prevenção quanto na reversão de algumas doenças. Neste sentido a Educação Física Institucional da PRF tem se constituído em um forte aliado para a sua efetivação. Nas demais categorias profissionais a principal justificativa para a não adesão à atividade física está relacionada a ausência de incentivo por parte das suas instituições e a falta de oportunidades em virtude do seu horário de trabalho,

Freitas (2019) relata que o estilo de vida e fatores socioeconômicos e de trabalho influenciam no envelhecimento biológico precoce dos indivíduos prejudicando a sua capacidade laboral. No caso do PRF existem apenas requisitos médicos, físicos e psicológicos para ingresso na função, porém tais exigências são desconsideradas ao longo da carreira.

Nestes termos, merece reflexão o apontamento de Cunha (2016) relativo à ausência de um programa formal de qualidade de vida no trabalho para a PRF, que acaba dificultando a compreensão da promoção da saúde para esses trabalhadores e que pode ser atenuada com o EFI.

Por fim, este estudo permitiu constatar a influência negativa que o estresse e o Burnout têm no trabalho dos policiais. De um modo geral, os autores corroboram a importância de desenvolver estratégias para otimizar o bem-estar desses profissionais e a atividade física tem oferecido possibilidades de cunho preventivo de extrema importância quando consideramos a saúde vinculada à profissão do PRF.

Conclui-se que a prática de atividade física impacta positivamente as condições de saúde do policial rodoviário federal, considerando que as inovações tecnológicas transformaram as relações sociais e de trabalho das pessoas, ocupando todos os espaços da vida e reduzindo o seu tempo livre, sendo este, um agravante para os indivíduos não interagirem socialmente e não praticarem atividade física. Ainda que o foco desta pesquisa esteja orientado para prática da atividade

física do policial, restou evidenciado a importância de se adotar tal hábito salutar no cotidiano de todos os cidadãos, haja vista as inúmeras benesses tanto no âmbito pessoal quanto profissional que pode resultar.

Pesquisas como esta, buscam contribuir na organização da gestão de pessoas da PRF, principalmente no sentido de maximizar o impacto da Educação Física Institucional (EFI) na promoção da saúde destes trabalhadores e otimizar a eficiência nos serviços prestados pela Polícia Rodoviária Federal à sociedade.

Em geral, quer seja no campo do conhecimento comum ou no científico, o conhecimento acerca da PRF ocupa espaços institucionais, de difícil acesso. A prática de atividade física relacionada a promoção da saúde do policial rodoviário federal ainda não é muito estudada pelos pesquisadores brasileiros e isso foi uma das grandes dificuldades encontradas durante todo o trabalho. Assim, espera-se que este estudo motive novas reflexões sobre os resultados positivos da atividade física na promoção de saúde dos mesmos.

REFERÊNCIAS

ANTUNES, Ricardo. **Adeus ao Trabalho?** (Ensaio sobre as Metamorfoses e a Centralidade do Mundo do Trabalho). Unicamp: Cortez, 1995.

BERTOLLI FILHO, Claudio. História da Saúde Pública no Brasil. Ed. Ática.2011.

BETAT, Ricardo de Oliveira. Impacto da participação em um grupo de corrida no estilo de vida de policiais rodoviários federais. **Política Nacional de Promoção da Saúde**, Porto Alegre - RS, p. 5-35, 25 jun. 2012. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/70309/000875651.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 30 maio 2022.

BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília: Senado Federal, 1988. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/19503compilado.htm. Acesso em: 19 set. 2021.

BRASIL.**DECRETO nº 1655, de 3 de outubro de 1995**. Define a competência da Polícia Rodoviária Federal, e dá outras providências. Brasília, 1995. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto/d1655.htm#:~:text=D1655&text=DECRETO%20N%C2%BA%201.655%2C%20DE%203,que%20lhe%20confere%20o%20art. Acesso em: 20 nov. 2021.

BRASIL. **DECRETO nº 18.323, de 24 de julho de 1928**. Aprova o regulamento para a circulação internacional de automóveis, no território brasileiro e para a sinalização, segurança do trânsito e polícia das estradas de rodagem. Brasília, 1928. Disponível em: <https://www2.camara.leg.br/legin/fed/decret/1920-1929/decreto-18323-24-julho-1928-516789-publicacaooriginal-1-pe.html>. Acesso em: 20 nov. 2021.

BRASIL. **Lei nº 141, de 13 de janeiro de 2012**. Regulamenta o § 3º do art. 198 da Constituição Federal para dispor sobre os valores mínimos a serem aplicados anualmente pela União, Estados, Distrito Federal e Municípios em ações e serviços públicos de saúde; estabelece os critérios de rateio dos recursos de transferências para a saúde e as normas de fiscalização, avaliação e controle das despesas com saúde nas 3 (três) esferas de governo; revoga dispositivos das Leis nºs 8.080, de 19 de setembro de 1990, e 8.689, de 27 de julho de 1993; e dá outras providências. Brasília, 2012. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/lcp/lcp141.htm. Acesso em: 10 ago. 2021.

BRASIL. **Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990**. Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências. Brasília, 1990. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8080.htm. Acesso em: 10 ago. 2021.

BRASIL. **Lei nº 9.503, de 23 de setembro de 1997**. Institui o Código de Trânsito Brasileiro. Brasília, 1997. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9503compilado.htm. Acesso em: 10 ago. 2021.

BRASIL. **Lei nº 9.654, de 2 de junho de 1998.** Cria a carreira de Policial Rodoviário Federal e dá outras providências. Brasília, 1998. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/19654.htm . Acesso em: 15 abr. 2022.

BRASIL. **Lei nº 11.784, de 22 de setembro de 2008.** Dispõe sobre a reestruturação do Plano Geral de Cargos do Poder Executivo - PGPE, de que trata a Lei nº11.357, de 19 de outubro de 2006, do Plano Especial de Cargos da Cultura, de que trata a Lei nº11.233, de 22 de dezembro de 2005, do Plano de Carreira dos Cargos Técnico-Administrativos em Educação, de que trata a Lei nº11.091, de 12 de janeiro de 2005, da Carreira de Magistério Superior, de que trata a Lei nº7.596, de 10 de abril de 1987, do Plano Especial de Cargos do Departamento de Polícia Federal, de que trata a Lei nº10.682, de 28 de maio de 2003, do Plano de Carreira dos Cargos de Reforma e Desenvolvimento Agrário, de que trata a Lei nº11.090, de 7 de janeiro de 2005, da Carreira de Perito Federal Agrário, de que trata a Lei nº10.550, de 13 de novembro de 2002, da Carreira da Previdência, da Saúde e do Trabalho, de que trata a Lei nº11.355, de 19 de outubro de 2006, da Carreira de Fiscal Federal Agropecuário, de que trata a Medida Provisória nº2.229-43, de 6 de setembro de 2001, e a Lei nº10.883, de 16 de junho de 2004, dos Cargos de Agente de Inspeção Sanitária e Industrial de Produtos de Origem Animal, Agente de Atividades Agropecuárias, Técnico de Laboratório e Auxiliar de Laboratório do Quadro de Pessoal do Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento, de que tratam respectivamente as Leis nºs11.090, de 7 de janeiro de 2005, e 11.344, de 8 de setembro de 2006, dos Empregos Públicos de Agentes de Combate às Endemias, de que trata a Lei nº11.350, de 5 de outubro de 2006, da Carreira de Policial Rodoviário Federal, de que trata a Lei nº9.654, de 2 de junho de 1998, do Plano Especial de Cargos do Departamento de Polícia Rodoviária Federal, de que trata a Lei nº11.095, de 13 de janeiro de 2005, da Gratificação de Desempenho de Atividade de Execução e Apoio Técnico à Auditoria no Departamento Nacional de Auditoria do Sistema Único de Saúde - GDASUS, do Plano de Carreiras e Cargos do Hospital das Forças Armadas - PCCHFA, do Plano de Carreira e Cargos de Magistério do Ensino Básico, Técnico e Tecnológico, e do Plano de Carreira do Ensino Básico Federal; fixa o escalonamento vertical e os valores dos soldos dos militares das Forças Armadas; altera a Lei nº8.745, de 9 de dezembro de 1993, que dispõe sobre a contratação por tempo determinado para atender à necessidade temporária de excepcional interesse público, a Lei nº8.112, de 11 de dezembro de 1990, que dispõe sobre o regime jurídico dos servidores públicos civis da União, das autarquias e das fundações públicas federais, a Lei nº10.484, de 3 de julho de 2002, que dispõe sobre a criação da Gratificação de Desempenho de Atividade Técnica de Fiscalização Agropecuária-GDATFA, a Lei nº11.356, de 19 de outubro de 2006, a Lei nº11.507, de 20 de julho de 2007; institui sistemática para avaliação de desempenho dos servidores da administração pública federal direta, autárquica e fundacional; revoga dispositivos da Lei nº8.445, de 20 de julho de 1992, a Lei nº9.678, de 3 de julho de 1998, dispositivo da Lei nº8.460, de 17 de setembro de 1992, a Tabela II do Anexo I da Medida Provisória nº2.215-10, de 31 de agosto de 2001, a Lei nº11.359, de 19 de outubro de 2006; e dá outras providências. Brasília, 2008. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/ato2007-2010/2008/lei/11784.htm . Acesso em: 15 abr. 2022.

BRASIL. **Lei nº 12.864, de 24 de setembro de 2013**. Altera o **caput** do art. 3º da Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990, incluindo a atividade física como fator determinante e condicionante da saúde. Brasília, 2013. Disponível em:

http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2013/lei/l12864.htm#:~:text=LEI%20N%C2%BA%2012.864%2C%20DE%2024,determinante%20e%20condicionante%20da%20sa%C3%BAde.>.

Acesso em: 15 abr. 2022.

BRASIL. **Lei nº 13.690, de 10 de julho de 2018**. Altera a Lei nº 13.502, de 1º de novembro de 2017, que dispõe sobre a organização básica da Presidência da República e dos Ministérios, para criar o Ministério da Segurança Pública, e as Leis nº11.134, de 15 de julho de 2005, e 9.264, de 7 de fevereiro de 1996; e revoga dispositivos da Lei nº 11.483, de 31 de maio de 2007. Brasília, 2018. Disponível em:

http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2018/lei/L13690.htm .

Acesso em: 15 abr. 2022.

BRASIL. Ministério da Justiça e Segurança Pública. **Polícia Rodoviária Federal**: Rio Grande do Sul. [S. l.], 5 ago. 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/prf/pt-br/canais-de-atendimento/idades-prf/rio-grande-do-sul>. Acesso em: 26 nov. 2021.

BRASIL. Ministério da Justiça e Segurança Pública. **PORTARIA nº 219 de fevereiro de 2018**. Aprova o Regimento Interno da Polícia Rodoviária Federal. Brasília, 2018. Disponível em:

<https://www.justica.gov.br/Acesso/institucional/sumario/regimento/prf/regimento-interno-dprf-portaria-no-219-de-27-2-2018.pdf>. Acesso em: 22 nov. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Caderno de Atenção Básica; 14 / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. - p. 56 – 2006. Disponível em:

<file:///C:/Users/Rose/Desktop/Caderno%20Aten%C3%A7%C3%A3o%20basica.pdf>.

Acesso em: 20 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a População Brasileira [recurso eletrônico]** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – v. 2, 1. reimpr. p. 156. Brasília, 2014. Disponível em:

https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf . Acesso em: 15 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia de Atividade Física para a População Brasileira [recurso eletrônico]** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde, Departamento de Promoção da Saúde. – Brasília, p. 54, 2021. Disponível em:

https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_atividade_fisica_populacao_brasileira.pdf. Acesso em: 15 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Promoção da Saúde** / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. Brasília, v.7, n.3, p.60, 2010. Disponível em:

https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_promocao_saude_3ed.pdf. Acesso em: 05 jun. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 687, 30 de março de 2006**. Aprova a Política de Promoção da Saúde. Brasília, 2006. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0687_30_03_2006.html . Acesso em: 20 maio 2022.

BRASIL. Portaria Interministerial SEDH/MJ nº 2, de 15 de dezembro de 2010. Estabelece as Diretrizes Nacionais de Promoção e Defesa dos Direitos Humanos dos Profissionais de Segurança Pública. Brasília, DF: Ministério da Justiça, 2010. Disponível em: <http://campanhanaweb.com.br/acsmce-antigo/wp-content/uploads/2012/09/portaria-interministerial-n%C2%BA-02.pdf>. Acesso em: 23 jul. 2021.

CALAZANS, Márcia. Missão prevenir e proteger: condições de vida, trabalho e saúde dos policiais militares do Rio de Janeiro. **Cad. Saúde Pública**. Rio de Janeiro, v. 26, n. 1, p. 206-211, jan. 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/LtLKZDxS6DXKRNxbj8cyT5D/?lang=pt>. Acesso em: 15 de ago. 2021.

CEBES. Por que defender o Sistema Único de Saúde?: Diferenças entre Direitos Universal e Cobertura Universal de Saúde. **Centro Brasileiro de Estudos de Saúde**, [s. l.], 18 jul. 2014. Disponível em: <file:///C:/Users/Rose/Desktop/cebes.pdf>. Acesso em: 12 maio 2022.

COHN, A. & P. E. Elias. Saúde no Brasil, Políticas e organização de serviços. 6ª ed. São Paulo: Cortez-Cedec, 2005.

CUNHA, Andréia Bastos. **Qualidade de vida no trabalho**: um estudo de caso sobre os Policiais Rodoviários Federais. 2016. 29f. Monografia (Graduação) – Faculdade de Tecnologia e Ciências Sociais Aplicadas, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2016.

DPRF regulamenta atividade física para seus servidores. [S. l.], 20 mar. 2013. Disponível em: <https://sindprfce.com.br/noticias/dprf-regulamenta-atividade-f-sica-para-seus-servidores>. Acesso em: 20 nov. 2021.

FENAPRF. **Estudo de mortalidade alerta para alta de suicídio entre policiais rodoviários federais**. [S. l.]: Federação Nacional dos Policiais Rodoviários Federais, 28 ago. 2020. Disponível em: <https://fenaprf.org.br/novo/estudo-de-mortalidade-alerta-para-alta-de-suicidio-entre-policiais-rodoviarios-federais/>. Acesso em: 27 maio 2022.

FREITAS, Andrea Karla Breunig de. **Estresse, coping e síndrome de burnout em policiais rodoviários federais**. 2013. Dissertação (Mestrado) - Programa de pós-graduação em engenharia de produção, [S. l.], 2013. Disponível em: <https://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/8309/FREITAS%2c%20ANDREA%20KARLA%20BREUNIG%20DE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 16 maio 2022.

FREITAS, Flavio Castagna de. Impacto da idade do policial rodoviário federal no perfil e evolução de afastamento para licença de saúde. *In*: FREITAS, Flavio Castagna de. **Impacto da idade do policial rodoviário federal no perfil e evolução de afastamento para licença de saúde**: um estudo de coorte retrospectiva. 2019. Dissertação (Mestre em Gerontologia) - Mestranda, [S. l.], 2019.

FOUCAULT, Michel. Disciplina: os corpos dóceis. *In*: FOUCAULT, Michel. **Vigiar e Punir**: nascimento da prisão. 20. ed. Petrópolis: Vozes, 1999. cap. I.

GIL, A. C. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. São Paulo: Atlas, 2002.

MARINS, Eduardo Frio.; DEL VECCHIO, Fabricio Boscolo. Programa de Patrulha da Saúde: indicadores de saúde de policiais rodoviários federais. **Scientia Medica**, ISSN-e 1980-6108, v. 27, n. 2, 2017. Disponível em: dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6118071. Acesso em: 25 abr. 2022.

MARTINS, Wanderley Marques. **Fatores de risco e vitimização fatal de policiais**: uma análise sobre a polícia rodoviária federal (PRF) no Brasil (2007-2016). 2016. Trabalho de conclusão de curso (Especialização) - Graduação, [S. l.], 2016. Disponível em: https://dspace.mj.gov.br/bitstream/1/4172/1/Fatores%20de%20risco%20e%20vitimizac%C3%A7%C3%A3o%20fatal%20de%20policiais_uma%20an%C3%A1lise%20sobre%20a%20Pol%C3%ADcia%20Rodovi%C3%A1ria%20Federal%20%28PRF%29%20no%20Brasil%20%282007-2016%29.pdf. Acesso em: 25 maio 2022.

MINAYO, M.C.S. **O Desafio do Conhecimento**: Pesquisa Qualitativa em Saúde. 11. ed. São Paulo: Hucitec, 2000.

MINAYO, M.C.S. **O Desafio do Conhecimento**: Pesquisa Qualitativa em Saúde. 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2014.

MINISTÉRIO DA JUSTIÇA. Instrução Normativa nº 1, de 26 de fevereiro de 2010. Institui o Projeto Qualidade de Vida dos Profissionais de Segurança Pública e Agentes Penitenciários. **Instrução Normativa nº 1, de 26 de fevereiro de 2010**, Brasília - DF, 12 mar. 2010. Disponível em: <https://dspace.mj.gov.br/handle/1/969>. Acesso em: 14 abr. 2022

NIEMAN, David C. **Exercício e saúde**: teste e prescrição de exercício. Tradução Rogério Ferraz, Fernando Gomes do Nascimento. Barueri, SP: Manole, 2011.

PAIM, Jairnilson Silva. **O que é o SUS**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2015.

PRISCILIANO, João Carlos Santos. **Aptidão física e índices de capacidade de trabalho na polícia de segurança pública**. 2014. Dissertação (Mestre em Ciências Policiais) - Instituto Superior de Ciências Policiais e segurança Interna, Lisboa, 2014. Disponível em: <https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/15380/1/Disserta%C3%A7%C3%A3o%20Joao%20Prisciliano%20-%20CD%20final.pdf>. Acesso em: 30 maio 2022.

RAMOS, J.J. **Os Exercícios Físicos na História e na Arte**. São Paulo: Ibrasa, 1983.

SABA, Fábio. **Mexa-se: atividade física, saúde e bem-estar**. 2ªed. São Paulo: Phorte, 2008.

SANTIN, Silvino. **Educação Física: Uma Abordagem Filosófica da Corporeidade**. 2. ed. rev. Ijuí: Unijuí, 2003.

SCLIAR, Moacyr. História do conceito de saúde. **Rev. Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro, v. 17, p. 29-41, abr. 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/WNtwLvWQRFbscbzCywV9wGq/?lang=pt>. Acesso em: 15 de ago. 2021.

SEGRE, Marco.; FERRAZ, Flávio. O Conceito de saúde. **Rev. Saúde Pública**. São Paulo, v. 31, n. 5, p. 538-42, out. 1997. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/ztHNk9hRH3TJhh5fMgDFCFj/?lang=pt>. Acesso em: 15 de ago. 2021.

SILVA, R. **Aspectos relacionados à qualidade de vida e atividade física de policiais militares de Santa Catarina – Brasil**. Motri., Vila Real, v.8, n. 3, p. 81-89, jul.2012.Disponível em:http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646-107X2012000300009&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 24 jul. 2021.

SOARES, Deiveskan Serra. Análise dos níveis de atividade física e burnout em policiais militares. *In*: SOARES, Deiveskan Serra. **Análise dos níveis de atividade física e burnout em policiais militares**. 2016. Dissertação (Mestre em Ciências do esporte) - Curso de Mestrado em Ciências do Esporte da Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional, [S. l.], 2016.

TEMPORÃO, José Gomes. A Saúde na Rio+20. **Conselho Nacional de Secretarias Municipais de Saúde**, [S. l.], p. 1, 10 jul. 2012. Disponível em: <https://www.conasems.org.br/a-saude-na-rio20-por-jose-gomes-temporao/>. Acesso em: 10 jun. 2022.

URBANI, Gisele. Síndrome da disfunção da articulação temporomandibular e o estresse presente no trabalho policial: revisão integrativa. **Ciência & Saúde Coletiva**. v. 24, n.5 p.1753-1765. 2019.

VIGILANTE Rodoviário. [S. l.: s. n.], 1961. Disponível em: <https://www.letras.mus.br/joelho-de-porco/1034130/>. Acesso em: 19 jun. 2021.