

**ACADEMIA MILITAR DAS AGULHAS NEGRAS
ACADEMIA REAL MILITAR (1811)
CURSO DE CIÊNCIAS MILITARES**

Hélon da Silva Vidal

**O TREINAMENTO FÍSICO MILITAR E O DESENVOLVIMENTO DA
RUSTICIDADE E DA RESILIÊNCIA NO CADETE DA ACADEMIA MILITAR DAS
AGULHAS NEGRAS**

**Resende
2022**



**APÊNDICE II AO ANEXO B (NITCC) ÀS DIRETRIZES PARA A
GOVERNANÇA DA PESQUISA ACADÊMICA NA AMAN**

**TERMO DE AUTORIZAÇÃO DE USO DE DIREITOS AUTORAIS DE
NATUREZA PROFISSIONAL**

**AMAN
2022**

**TERMO DE AUTORIZAÇÃO DE USO DE DIREITOS AUTORAIS DE NATUREZA
PROFISSIONAL**

**TÍTULO DO TRABALHO: O TREINAMENTO FÍSICO MILITAR E O
DESENVOLVIMENTO DA RUSTICIDADE E DA RESILIÊNCIA NO CADETE DA
ACADEMIA MILITAR DASAGULHAS NEGRAS**

AUTOR: HÉLON DA SILVA VIDAL

Este trabalho, nos termos da legislação que resguarda os direitos autorais, é considerado de minha propriedade.

Autorizo a Academia Militar das Agulhas Negras a utilizar meu trabalho para uso específico no aperfeiçoamento e evolução da Força Terrestre, bem como a divulgá-lo por publicação em revista técnica da Escola ou outro veículo de comunicação do Exército.

A Academia Militar das Agulhas Negras poderá fornecer cópia do trabalho mediante ressarcimento das despesas de postagem e reprodução. Caso seja de natureza sigilosa, a cópia somente será fornecida se o pedido for encaminhado por meio de uma organização militar, fazendo-se a necessária anotação do destino no Livro de Registro existente na Biblioteca.

É permitida a transcrição parcial de trechos do trabalho para comentários e citações desde que sejam transcritos os dados bibliográficos dos mesmos, de acordo com a legislação sobre direitos autorais.

A divulgação do trabalho, em outros meios não pertencentes ao Exército, somente pode ser feita com a autorização do autor ou da Direção de Ensino da Academia Militar das Agulhas Negras.

Resende, 16 de junho de 2022

Assinatura do Cadete

Hélon da Silva Vidal

**O TREINAMENTO FÍSICO MILITAR E O DESENVOLVIMENTO DA
RUSTICIDADE E DA RESILIÊNCIA NO CADETE DA ACADEMIA MILITAR DAS
AGULHAS NEGRAS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Graduação em Ciências Militares, da Academia Militar das Agulhas Negras (AMAN, RJ), como requisito parcial para obtenção do título de **Bacharel em Ciências Militares**.

Orientador: Cap Alisson Nunes da Silva Lorenzoni

Resende
2022

Dados internacionais de catalogação na fonte

V648t VIDAL, Hélon da Silva

O treinamento físico militar e o desenvolvimento da rusticidade e da resiliência no Cadete da Academia Militar das Agulhas Negras. / Hélon da Silva Vidal – Resende; 2022. 43 p. : il. color. ; 30 cm.

Orientador: Alisson Nunes Da Silva Lorenzoni
TCC (Graduação em Ciências Militares) - Academia Militar das Agulhas Negras, Resende, 2022.

1.SIEsp 2.TFM 3.Rusticidade 4.Resiliência I. Título.

CDD: 355

Ficha catalográfica elaborada por Jurandi de Souza CRB-5/001879

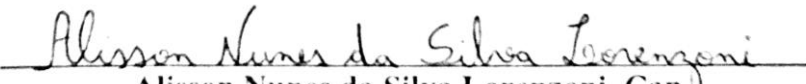
Hélon da Silva Vidal


**O TREINAMENTO FÍSICO MILITAR E O DESENVOLVIMENTO DA
RUSTICIDADE E DA RESILIÊNCIA NO CADETE DA ACADEMIA
MILITAR DAS AGULHAS NEGRAS**

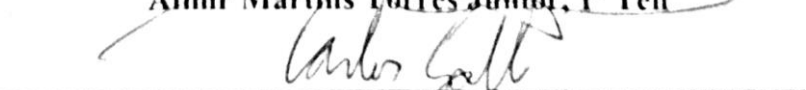
Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Graduação em
Ciências Militares, da Academia
Militar das Agulhas Negras (AMAN,
RJ), como requisito parcial para
obtenção do título de **Bacharel em
Ciências Militares**.

Aprovado em 16 de junho de 2022.

Banca examinadora:


Alisson Nunes da Silva Lorenzoni, Cap
(Presidente/Orientador)


Almir Martins Torres Júnior, 1º Ten


Carlos Andrei Bueno Galli, 1º Ten

Resende
2022

Dedico esse trabalho a minha família, em especial ao meu pai, Luiz Roberto Vidal, minha mãe, Angela Maria da Silva Vidal, e minha noiva, Luana Gouveia de Oliveira, que sempre me apoiaram e foram meu porto seguro diante de todas as provações que passei durante a formação.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, Senhor dos Exércitos, por ter me iluminado e conduzido durante o árduo caminho que é a formação de Oficial do Exército Brasileiro, permitindo, assim, a conclusão da formação com êxito.

Agradeço, também a minha família: meu pai, Luiz, minha mãe, Angela, e minha noiva, Luana, que me acompanharam durante toda a caminhada, nos dias de alegria e de incerteza, orientando-me para que eu tomasse as melhores decisões possíveis.

Agradeço, ainda, aos meus camaradas de arma, que me permitiram chegar até aqui, compartilhando todos os momentos, fossem eles de felicidade ou de tristeza e, principalmente, auxiliando-me nos desafios da formação. Por fim, agradeço ao meu orientador, Capitão Alisson Nunes da Silva Lorenzoni, pelo esforço, pela dedicação e pela lealdade em todos os assuntos referentes a esse trabalho. Sem a orientação e os direcionamentos passados pelo senhor, este trabalho não seria possível.

RESUMO

O TREINAMENTO FÍSICO MILITAR E O DESENVOLVIMENTO DA RUSTICIDADE E DA RESILIÊNCIA NO CADETE DA ACADEMIA MILITAR DAS AGULHAS NEGRAS

AUTOR: Hélon da Silva Vidal

ORIENTADOR: Alisson Nunes da Silva Lorenzoni

Anteriormente, os homens que entravam para os exércitos a fim de se tornarem combatentes apresentavam uma higidez física acima da média, pois a guerra e a forma como era realizada exigia elevada capacidade física e psicomotora do combatente. Atualmente, com os avanços tecnológicos e a modernização dos meios de emprego militar, diversas facilidades foram criadas. Entretanto, essas facilidades não podem levar o militar a se descuidar do preparo físico. O objetivo desse trabalho é analisar se o Treinamento Físico Militar (TFM) auxilia o cadete a desenvolver a rusticidade e a resiliência necessárias para o combate, concluindo sobre a importância daquela atividade no rendimento do cadete nas atividades operacionais. Para atingir tal objetivo, foi realizado um trabalho de caráter exploratório, descritivo e de campo, por meio de análise bibliográfica e documental, com abordagem qualitativa e quantitativa. Os resultados da pesquisa mostraram que o TFM é importantíssimo para o militar, visto que os cadetes devem desenvolver um perfil profissiográfico específico e o TFM auxilia no desenvolvimento de várias atitudes da área afetiva, como a rusticidade e a resiliência, que são muito utilizadas em situação de combate. Essas atitudes evidenciam diversas características que um líder combatente deve ter para comandar homens em situações de estresse e complexas. Por meio da compilação e análise dos dados obtidos, concluiu-se que o TFM auxilia o cadete a desenvolver a rusticidade e a resiliência que são necessárias para o combatente e, conseqüentemente, jamais deve ser dissociado do combate, visto que o resultado de um militar no TFM reflete diretamente o seu resultado em atividades operacionais.

Palavras-chave: SIEsp, TFM, Rusticidade e Resiliência.

ABSTRACT

THE MILITARY PHYSICAL TRAINING AND THE DEVELOPMENT OF RUSTICITY AND RESILIENCE IN THE CADET OF AMAN.

AUTHOR: Hélon da Silva Vidal

ADVISOR: Alisson Nunes da Silva Lorenzoni

In the past, the men who joined the army to become soldiers had an above average physical hygiene, because the war and the way it was waged demanded a high physical and psychomotor capacity by the combatants. Today, with technological advances and the modernization of the means of military employment, several facilities have been created. However, these facilities cannot lead the military to neglect physical fitness. The objective of this paper is to analyze if the Military Physical Training (MVT) helps the cadet to develop the hardiness and resilience necessary for combat, concluding on the importance of that activity in the cadet's performance in operational activities. To achieve this goal, an exploratory, descriptive, and field study was conducted through a bibliographic and documentary analysis, with a qualitative and quantitative approach. The results of the research showed that the TFM is very important for the military, since the cadets must develop a specific profissiographic profile and the TFM helps in the development of several attitudes of the affective area, such as hardiness and resilience, which are very used in combat situations, because these attitudes show several characteristics that a combatant leader must have to command men in stressful and complex situations. Through the compilation and analysis of the data obtained, it was concluded that the TFM helps the cadet to develop the hardiness and resilience that are necessary for the combatant and, so, should never be dissociated from combat, since the result of a military in the TFM directly reflects its result in operational activities.

Keywords: SIEsp, PT, Rusticity and Resilience.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Provas de TFM ao longo dos cinco anos de formação.....	21
Tabela 2 – Relação entre menção e nota	22

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Estágio de patrulha de longo alcance com características especiais	18
Figura 2 – Profissionais de educação física realizando TFM	19
Figura 3 – Militar realizando Pista de Natação Utilitária	26
Figura 4 – Militares realizando a Pista de Pentatlo Militar	27

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 – Turma de formação	30
Gráfico 2 – Cadetes destaques e não destaques.....	30
Gráfico 3 – Menções na SIEsp dos cadetes não destaques.....	31
Gráfico 4 – Menções de TFM dos cadetes do grupo A	31
Gráfico 5 – Menções de TFM dos cadetes do grupo B	32
Gráfico 6 – Menções de TFM dos cadetes do grupo C	33
Gráfico 7 – Conteúdos atitudinais apontados como os mais desenvolvidos pelo TFM	34

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AMAN	Academia Militar das Agulhas Negras
EsPCEx	Escola Preparatória de Cadetes
TFM	Treinamento Físico Militar
CA	Conteúdo Atitudinal
EB	Exército Brasileiro
SEsp	Seção de Instrução Especial
SEF	Seção de Educação Física
NDACA	Norma para Desenvolvimento e Avaliação dos Conteúdos Atitudinais
MC	Manual de Campanha
OM	Organização Militar
P	Página
TAF	Teste de Aptidão Física
I	Insuficiente
R	Regular
B	Bom
MB	Muito Bom
E	Excelente
%	Porcentagem
AC	Avaliação de Controle
CC	Corpo de Cadetes

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	13
1.1	OBJETIVOS	15
1.1.1	Objetivo Geral.....	15
1.1.2	Objetivos Específicos	15
2	REFERENCIAL TEÓRICO	17
2.1	AS ATIVIDADES OPERACIONAIS	17
2.1.1	As atividades Operacionais da SIEsp	17
2.2	TREINAMENTO FÍSICO MILITAR.....	18
2.2.1	O Treinamento Físico Militar e seus benefícios para a saúde	20
2.3	O TREINAMENTO FÍSICO MILITAR NA FORMAÇÃO DOS CADETES.....	20
2.4	AS COMPETÊNCIAS ATITUDINAIS	23
2.4.1	Rusticidade	24
2.4.2	Resiliência.....	24
2.5	A PRÁTICA DESPORTIVA E SUA RELAÇÃO COM O TFM E O COMBATE	25
2.5.1	Rusticidade e Resiliência x Treinamento Físico Militar.....	26
3	REFERENCIAL METODOLÓGICO	28
3.1	MÉTODO E TIPO DE PESQUISA	28
3.2	SEPARAÇÕES DENTRE OS PARTICIPANTES PELAS MENÇÕES DE TFM	28
4	RESULTADOS E DISCUSSÃO	30
4.1	TURMA DE FORMAÇÃO	30
4.2	MENÇÕES NA SIEsp DOS CADETES NÃO DESTAQUES	31
4.3	OS GRUPOS E AS MENÇÕES DE TFM	31
4.3.1	Grupo A e as menções de TFM	31
4.3.2	Grupo B e as menções de TFM	32
4.3.3	Grupo C e as menções de TFM	33
4.4	TFM X CONTEÚDOS ATITUDINAIS X COMBATE.....	34
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS	36
	REFERÊNCIAS	37
	APÊNDICE	39

1 INTRODUÇÃO

O Exército Brasileiro (EB) possui como capacidade militar terrestre e operativa a projeção de força em todo o território nacional e seu entorno estratégico, desde que em um período adequado e com a finalidade de cumprir alguma missão atribuída (BRASIL, 2015). Além disso, os conflitos atuais têm sofrido diversas alterações no que tange ao emprego de material militar e táticas militares, visto que a sociedade está em constante mudança e os avanços tecnológicos são acelerados. Contudo, embora sejam observadas evoluções na arte da guerra, o combate de alta intensidade e a guerra convencional ainda predominam nos conflitos recentes (BRASIL, 2017).

O integrante da Força Terrestre deve estar apto a sobreviver e se deslocar em qualquer ambiente operacional, atuando sob condições climáticas adversas para que, assim, seja capaz de bem cumprir as missões (BRASIL, 2021). Dessa forma, a fim de suportar a alta intensidade que o combate inevitavelmente irá requerer do militar, faz-se necessária uma constante preparação, de modo que este consiga suportar os principais agentes estressores do combate: psicológicos, ambientais, nutricionais e físicos (BRASIL, 2021).

A Academia Militar das Agulhas Negras (AMAN) é a escola de formação dos futuros oficiais do EB. Este estabelecimento de ensino busca formar oficiais das armas, quadro e serviço, para que esses sejam aptos para atuar até a função de Capitão não aperfeiçoado. A AMAN inicia a formação dos futuros líderes do EB, participando, assim, diretamente da formação da personalidade do futuro oficial, formando seu caráter militar e proporcionando todo o conhecimento acadêmico e técnico-profissional que o jovem oficial deve ter (REGIANI, 2018).

As atitudes da área afetiva são padrões de atuação estáveis diante de uma situação e relacionam o sentimento com alguma norma ou valor. A Rusticidade e a resiliência podem ser desenvolvidas por meio de atividades pedagógicas e de práticas específicas do ensino militar e, conseqüentemente, são importantes na formação da identidade do militar (BRASIL, 2018).

A rusticidade é a atitude que mensura a capacidade do militar de se adaptar a ambientes inóspitos, com restrições e privações, contudo, mantendo a eficiência. Dessa forma, um militar dotado de rusticidade consegue se ajustar a qualquer lugar, independente da falta de meios, suporta pequenas enfermidades como: assaduras, calos e dores ocasionais, mantêm-

se em condições de operar com restrição alimentar e, principalmente, é capaz de executar exercícios físicos prolongados e extenuantes (BRASIL, 2018).

Já a resiliência é a atitude da área afetiva que procura mensurar a capacidade do militar de se recuperar rapidamente de uma lesão, adversidade, contratempo, estresse ou choque. Por conseguinte, percebe-se que um militar resiliente é capaz de realizar tarefas exaustivas e prolongadas sem perder o ânimo e a energia, sendo capaz de rapidamente retomar o controle da situação após um acontecimento crítico. Além disso, consegue lidar bem com os obstáculos apresentados sem ceder à pressão independente da situação (BRASIL, 2018).

Nas Forças Armadas, os recursos humanos são doutrinariamente fundamentais para a ação e, para que essa seja bem executada, é impossível ignorarmos o fato de que deve ser dada atenção especial à saúde e condição física do homem. Com os avanços tecnológicos, o ser humano passou a ter algumas facilidades para cumprir tarefas que anteriormente demandavam mais tempo e o desgastavam fisicamente. Com isso, a falta da prática de atividade física pode acabar levando o militar a um sedentarismo e, conseqüentemente, a deformações e posturas erradas (BRASIL, 2021).

Em virtude disso, o Treinamento Físico Militar (TFM) no EB busca a padronização das técnicas e conhecimentos relativos à preparação física e, por conseguinte, o desenvolvimento, a manutenção ou a recuperação do condicionamento físico do militar, a fim de que este consiga cumprir suas atribuições. Além disso, o treinamento físico busca o desenvolvimento da prática desportiva no Exército e de diversas atitudes da área afetiva (BRASIL, 2021).

Para alcançar o perfil profissiográfico do futuro oficial do EB, a AMAN utiliza o ensino por competências. Esse modelo de ensino busca desenvolver o conhecimento, habilidades, atitudes e valores nos futuros oficiais. Para isso, durante a formação o cadete recebe instruções na parte militar e acadêmica. O Treinamento Físico Militar (TFM) está incluso na parte militar, tendo como objetivo não apenas o desenvolvimento da parte física dos cadetes, mas também, o desenvolvimento de CA (NIAA, 2021).

Ao buscar a máxima imitação do combate, a AMAN criou em 1967 a Seção de Instrução Especial (SIEsp). A SIEsp desenvolve anualmente estágios ministrados por militares especializados e com experiência de combate em ambientes operacionais variados. Esses estágios exigem preparação material, psicológica e física dos cadetes, impondo aos

futuros oficiais obstáculos para que sejam desenvolvidos os Conteúdos Atitudinais (CA) esperados de um oficial da linha militar bélica (AMAN, 2021).

Tendo em vista a formação do oficial combatente do EB objetivar o desenvolvimento de atitudes no cadete e a possível ligação do TFM às atividades operacionais da SIEsp, cabe o seguinte questionamento: O Treinamento Físico militar auxilia o cadete a desenvolver a rusticidade e a resiliência necessárias para o combate? Para responder a esse questionamento, foram elaborados os objetivos a seguir:

1.1 OBJETIVOS

1.1.1 Objetivo Geral

Analisar se o Treinamento Físico Militar auxilia o cadete a desenvolver a rusticidade e a resiliência necessárias para o combate, concluindo sobre a importância daquela atividade no rendimento do cadete nas atividades operacionais da SIEsp.

1.1.2 Objetivos Específicos

Examinar as pautas atitudinais da rusticidade e da resiliência.

Identificar as relações entre o desempenho de TFM e as atividades operacionais.

Apresentar um estudo quantitativo das atitudes mais desenvolvidas durante o TFM e que são utilizadas nas atividades operacionais.

O estresse advindo da complexidade das operações atuais exige maior preparo atitudinal do militar e principalmente dos oficiais. Diante disto, torna-se relevante relacionar e estudar tais áreas, pois, além de serem objetos de avaliações, na AMAN, são imprescindíveis para o combate.

A pesquisa justifica-se porque o TFM e os Conteúdos Atitudinais, presentes na formação do futuro oficial do Exército Brasileiro, precisam estar em constante evolução para que acompanhem os avanços tecnológicos e científicos das táticas e métodos de combate.

O trabalho foi dividido em cinco capítulos. Na introdução, apresenta-se resumidamente a conjuntura atual do Exército Brasileiro e uma breve descrição de alguns dos objetivos da formação dos futuros oficiais de carreira da linha militar bélica, a fim de que o conteúdo fique delimitado.

No referencial teórico foi realizada uma revisão bibliográfica acerca do Treinamento Físico Militar no Exército, os Testes de Aptidão Física (TAF) durante a formação de oficial, os conteúdos atitudinais avaliados durante a formação, dando ênfase às pautas referentes à rusticidade e a resiliência, com a finalidade identificar que existe acerca do tema na literatura. Ademais, é apresentada uma pesquisa histórica e documental sobre a Seção de Instrução Especial, uma das principais formas que a AMAN utiliza para desenvolver Conteúdos Atitudinais nos futuros oficiais do Exército Brasileiro.

No referencial metodológico foram descritos os instrumentos que foram utilizados para a pesquisa, os métodos e os tipos de pesquisa utilizados no trabalho. Além disso, os cadetes participantes da pesquisa foram separados em três grupos para que se tivessem grupos com o desempenho em atividades operacional mais homogêneo na hora de avaliar o desempenho de TFM dos cadetes.

Nos resultados e discussão, foram apresentados os gráficos feitos com base nas respostas colhidas dos cadetes que participaram da pesquisa e, conseqüentemente, as relações a que se pôde chegar, de acordo com as respostas obtidas e com o que foi encontrado na literatura.

Por fim, na conclusão, foram apresentadas formas de potencializar o rendimento do cadete em atividades operacionais, por meio das atitudes geradas durante as sessões de TFM.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 AS ATIVIDADES OPERACIONAIS

Os combates modernos ocorrem, atualmente, em áreas humanizadas ou perto delas. Dessa forma, as operações militares se tornaram muito complexas, pois os alvos se tornaram mais difíceis de serem identificados, visto que os mesmos conseguem se camuflar na população como cidadãos comuns. Diante disso, o preparo atitudinal do militar é mais exigido, para que esse consiga administrar o estresse e tome as decisões cabíveis em tempo hábil a fim de bem cumprir a missão (BRASIL, 2017 *apud* REGGIANI, 2018).

2.1.1 As atividades Operacionais da SIEsp

Durante os quatro anos de formação os cadetes são submetidos a quatro estágios da SIEsp diferentes, sendo eles: Estágio Básico do Combatente de Montanha (1º ano), Estágio de Vida na Selva e Técnicas Especiais (2º ano), Estágio de Patrulhas de Longo Alcance com Características Especiais (3º ano) e Estágio de Operações Contra Forças Irregulares (4º ano). O grau de dificuldade dos estágios é progressivo com o passar dos anos e os militares responsáveis pelas instruções são muito especializados e conduzem com maestria e segurança as instruções aos cadetes (AMAN, 2017).

Cada estágio divide a turma em duas partes. Assim o 1º e o 2º turno são realizados em semanas diferentes e respectivas com duração de 5 a 6 dias cada. Durante o período do estágio, os instrutores realizam avaliações e anotações quanto ao desempenho dos estagiários para que no final seja possível construir a menção da SIEsp de cada cadete (AMAN, 2021).

Durante todo o estágio os cadetes portam mochilas de campanha com peso definido pela equipe de instrução, equipamentos e armamentos. Ademais, os estagiários são testados fisiologicamente com restrição de comida e sono. Somado a isto, os cadetes são submetidos a forte pressão psicológica para que seja atingida a principal finalidade do estágio, a máxima imitação do combate em um ambiente operacional controlado. Salienta-se que as restrições de comida e sono são acompanhadas diariamente por médicos especializados para que não haja problemas de saúde nos estagiários (AMAN, 2017).

Diante disso, o principal foco da SIEsp é procurar desenvolver no cadete as atitudes necessárias para superar todos esses obstáculos, mesmo diante de todas essas dificuldades impostas (REGIANI, 2018).

Ao final do estágio os instrutores fazem a somatória da pontuação de cada um dos cadetes que participaram do estágio, para que todos os cadetes saibam seu desempenho individual. As menções possíveis são: Insuficiente (I), Regular (R), Bom (B), Muito Bom (MB) e Excelente (E). Ressalta-se que ao receber menção Insuficiente o cadete precisará refazer o estágio no ano seguinte. Além disso, aqueles que receberem as oito melhores notas (4 de cada turno) são considerados destaques da SIEsp (AMAN, 2021).

Figura 1 – Estágio de Patrulha de Longo Alcance com Características Especiais



Fonte: MARIANE (2020)

2.2 TREINAMENTO FÍSICO MILITAR

O Treinamento Físico Militar pode ser definido como a frequente prática de Educação Física em organizações ou áreas sobre jurisdição militar. O referido treinamento visa o desenvolvimento cognitivo, psicológico, social e físico, a fim de deixar militares em condições de serem empregados em combate (MEIRA RODRIGUES, 2020).

A atividade militar exige certo grau de condicionamento físico dos integrantes de unidades operacionais. Consequentemente, aqueles que estão aptos fisicamente apresentam Conteúdos Atitudinais como motivação, autoconfiança e possuem maior prontidão para o combate e, naturalmente, suportam melhor o estresse que o combate impõe (O'CONNOR, BAHRKE E TETU, 1990 *apud* CUNHA E NASCIMENTO, 2004).

Ao metodizar o TFM busca-se padronizar os aspectos técnicos e os procedimentos para que o mesmo seja conduzido de forma organizada, eficiente e coordenada em todo o Exército Brasileiro (BRASIL, 2021).

Além disso, no Exército Brasileiro, o TFM possui quatro objetivos principais, sendo eles previstos no manual de TFM EB70-MC-10.375:

São objetivos do treinamento físico militar:

- a) desenvolver, manter ou recuperar a aptidão física necessária para o desempenho das funções militares;
- b) contribuir para a manutenção da saúde do militar;
- c) cooperar para o desenvolvimento e manutenção de conteúdos atitudinais; e
- d) contribuir para o desenvolvimento do desporto no Exército Brasileiro. (BRASIL, 2021, p. 1-2).

Apesar disso, para que esses objetivos sejam atingidos os militares devem ter consciência que esses benefícios são advindos por meio da prática regular de treinamento físico. Para isso, os comandantes devem instruir seus comandados de modo que saibam os benefícios que o treinamento traz para a saúde e para a capacidade operacional do Exército (BRASIL, 2021).

Outro fator que influencia diretamente na motivação do militar para a prática da atividade física é a forma como o TFM é executado. Dessa forma, deve-se entender que o desconforto natural advindo do treinamento estará sempre presente, contudo, a prática regular de atividade física deve ser estimulada de maneira positiva. Dessa forma, o militar deixará de realizar as sessões apenas por obrigação e realizará a atividade física por opção (BRASIL, 2021).

Figura 2 – Profissionais de educação física realizando TFM



Fonte: IPCFEX (2021)

2.2.1 O Treinamento Físico Militar e seus benefícios para a saúde

O Treinamento Físico Militar auxilia o organismo a desenvolver adaptações que influenciam no desempenho do militar, sendo elas:

- a) aumento das cavidades e da espessura do músculo cardíaco com consequente lançamento no organismo de maior quantidade de sangue após cada contração (volume de ejeção);
- b) diminuição da frequência cardíaca para uma atividade de mesmo esforço submáximo, permitindo ao coração trabalhar menos, mantendo a mesma eficiência devido ao aumento do volume de ejeção;
- c) aumento da capacidade de transporte de oxigênio pela hemoglobina;
- d) diminuição da pressão arterial, devido à menor resistência dos vasos à passagem do sangue, e aumento da capacidade de consumir oxigênio, tornando o músculo mais resistente à fadiga;
- e) aumento da massa muscular, tornando o músculo capaz de produzir mais força;
- f) aumento das amplitudes articulares, acarretando maior extensibilidade dos músculos, dos tendões e dos ligamentos;
- g) melhora do desempenho nas atividades de combate, recreativas e no desporto;
- h) fortalecimento dos ossos e dos tendões, capacitando o organismo a suportar maiores esforços com menor possibilidade de ruptura desses tecidos;
- i) melhora do bem-estar físico, psíquico e social; e
- j) melhora da resposta a doenças, particularmente o sistema imune (BRASIL, 2021, p. 2-1).

É importante salientar que, a prática regular de treinamento físico diminui as lesões advindas da atividade militar. Contudo, deve-se entender que o militar que não treina regularmente sofre uma diminuição de sua condição física, por conseguinte ele fica mais vulnerável a possíveis lesões ao retomar os treinamentos com um pouco mais de intensidade (BRASIL, 2021).

O Treinamento Físico Militar visa o desenvolvimento da composição corporal do militar e os sistemas neuromuscular e cardiopulmonar. Dessa forma, a atividade física regular promove um aumento na qualidade de vida e ajuda no combate ao sedentarismo, diretamente associado a doenças cardiovasculares e coronarianas (BRASIL, 2021).

2.3 O TREINAMENTO FÍSICO MILITAR NA FORMAÇÃO DOS CADETES

O curso de formação de Oficiais é desenvolvido durante cinco anos. Nesse período, os alunos e cadetes são submetidos a dois Testes de Aptidão Física por ano em três competências diferentes de TFM. Assim, realizam ao final de um ano de formação seis provas de TFM. Atualmente, a portaria que regula as provas que são aplicadas aos cadetes é a PORTARIA Nº 099-DECEX, DE 18 DE MAIO DE 2018. De acordo com o referido documento, as

Avaliações de Controle às quais são submetidos os cadetes são divididas em TFM I, II E III. Com isso, o cadete deve atingir uma média mínima de 5,000 nas provas de TFM, a fim de desenvolver as capacidades físicas, habilidades e as competências necessárias para a liderança das pequenas frações. Desse modo, a avaliação do cadete torna-se mais rigorosa do que a realizada no corpo de tropa, visto que ainda se encontra em processo de formação.

A divisão das três provas faz com que os cadetes melhorem sensivelmente sua capacidade combativa. O TFM I é voltado para o treinamento utilitário que auxilia na manutenção, aprimoramento dos sistemas cardiopulmonares e neuromusculares, além do desenvolvimento de Conteúdos Atitudinais necessários para o combatente (BRASIL, 2021).

O TFM II mantém os níveis de força e resistência do militar para que esse consiga estar em situação operativa. Além do mais, aumenta o desempenho nas atividades de desporto, recreativas, combate, melhora a composição corporal e proporciona outros benefícios para o militar combatente (BRASIL, 2021).

Por fim, o TFM III visa o desenvolvimento e a manutenção da aptidão cardiopulmonar, sendo o conglomerado de atividades físicas estruturadas, controladas e planejadas por meio dos treinos de corrida contínua e o treinamento intervalado aeróbio (BRASIL, 2021).

Tabela 1 – Provas de TFM ao longo dos 5 anos de formação

Teste de aptidão física do curso de formação de oficiais do exército				
Estb Ens	Avaliação	1º Dia	2º Dia	3º Dia
EsPCEX	AC 1	Natação 50m	Corrida de 3000m	Flexão de Braços
	AC 2	Natação 50m	Corrida de 3000m	Flexão de Braços Flexão na Barra Fixa e Abdominal Supra
Estb Ens	Avaliação	1º Dia	2º Dia	
AMAN 1º ANO	AC 1	Subida na Corda com o Auxílio dos membros inferiores (TFM II.1) e Natação 50m (TFM I.1)	Corrida de 3000m, Flexão de Braços e Flexão na Barra Fixa	

AMAN 1º ANO	AC 2	Salto da Plataforma de 5,0m + Natação 100m	Corrida de 3000m, Flexão de Braços e Abdominal Supra
AMAN 2º ANO	AC 1	Subida na corda com o Auxílio dos membros inferiores e Natação 150m	Corrida de 400m e Flexão de Braços
	AC 2	Salto da Plataforma 5,0 ou 7,5m + Natação 200m	Corrida de 4000m, Flexão na Barra Fixa e Abdominal Supra
AMAN 3º ANO	AC 1	Salto da Plataforma 7,5 ou 10,0m + Natação Utilitária 50m	Corrida Rústica de 4000m e Flexão de Braços
	AC 2	PPM	Corrida de 5000m e Subida na Corda sem o Auxílio dos Membros Inferiores
AMAN 4º ANO	AC 1	Salto da Plataforma 10m + Nado Submerso Fardado 7m + Natação Fardado 50m	Corrida Rústica de 5000m e Subida na Corda sem o Auxílio dos Membros Inferiores
	AC 2	PPM e Flexão na Barra Fixa	Corrida de 3000m, Flexão de Braços e Abdominal Supra (TFM II.4)

Fonte: DECEX (2018)

2.3.1 RELAÇÃO ENTRE GRAU E DESEMPENHO

De acordo com o Art. 85 da NIAA da AMAN (2021) é possível mensurar o rendimento escolar do cadete a partir de suas notas, conforme tabela abaixo.

Tabela 2 – Relação entre menção e nota

MENÇÕES		NOTAS
Insuficiente	I	De 0,0 a 4,9
Regular	R	De 5,0 a 5,9
Bom	B	De 6,0 a 7,9
Muito Bom	MB	De 8,0 a 9,4
Excelente	E	De 9,5 a 10,0

Fonte: NIAA (2021)

2.4 AS COMPETÊNCIAS ATITUDINAIS

Por meio das atividades pedagógicas e de práticas específicas do ensino militar, os conteúdos atitudinais auxiliam no processo de formação da identidade militar e podem ser desenvolvidos no jovem cadete (BRASIL, 2018).

As NDACA (EB60 - N-05.013), conceitua os conteúdos atitudinais relacionados à profissão militar. Dessa forma, os cadetes são avaliados nos seguintes Conteúdos Atitudinais:

Abnegação: agir, renunciando a qualquer tipo de interesse, em favor da Instituição, grupos e / ou pessoas, no sentido do cumprimento da missão.

Adaptabilidade: ajustar-se a quaisquer mudanças de situações.

Autoconfiança: agir com segurança e convicção nas próprias capacidades e habilidades, em diferentes circunstâncias.

Camaradagem: relacionar-se de modo solidário, cordial e desinteressado com superiores, pares e subordinados.

Combatividade: defender de forma racional e intensa as ideias e causas em que acredita ou aquelas sob a sua responsabilidade.

Cooperação: contribuir espontaneamente para o trabalho de alguém e/ou de uma equipe.

Decisão: optar pela alternativa que lhe pareça mais adequada, em tempo útil e com convicção.

Dedicação: realizar as atividades necessárias ao cumprimento da missão com empenho e entusiasmo. É o desprendimento de si próprio em favor de outrem ou de alguma ideia.

Iniciativa: agir de forma adequada e oportuna, sem depender de ordem ou decisão superior.

Disciplina: agir em conformidade com normas, leis e regulamentos que regem a Instituição, voluntariamente, sem necessidade de coação externa.

Discrição: manter reserva sobre fatos do seu conhecimento, que não devam ser divulgados.

Equilíbrio emocional: agir controlando as próprias reações emocionais e sentimentos para se conduzir de modo apropriado, nas diferentes situações. É a capacidade de enfrentar obstáculos e ter controle dos sentimentos e das reações.

Honestidade: agir no sentido de reconhecer os direitos de propriedade de outrem. A honestidade se relaciona também com as atitudes de sinceridade e transparência na expressão de ideias e sentimentos, enfatizando a expressão da verdade. A honestidade, na cultura militar, exprime-se também no cumprimento da palavra dada.

Lealdade: ser fiel a pessoas e grupos, considerando as necessidades da Instituição, de modo a inspirar confiança.

Organização: desenvolver atividades profissionais, conforme um método preestabelecido, ordenando e distribuindo os elementos envolvidos na situação em prol do alcance de um objetivo.

Persistência: manter-se em ação continuamente na execução de uma tarefa.

Rusticidade: adaptar-se rapidamente a ambientes inóspitos, permeados de restrição e/ou privação, mantendo a eficiência.

Sociabilidade: relacionar-se com outros, por meio de ideias e ações, de modo adequado, considerando os sentimentos e ideias do grupo.

Responsabilidade: capacidade de cumprir suas obrigações independentemente de fiscalizarão, assumindo as consequências de suas atitudes e decisões (NDACA, 2018 p. 22).

Além disso, embora não avaliada no conceito do cadete, há outros conteúdos atitudinais previstos, como a resiliência: “predisposição a recuperar-se rapidamente após a ocorrência de contratempos, choques, lesões, adversidades e estresse” (NDACA, 2018).

2.4.1 Rusticidade

Em relação à rusticidade, as NDACA traz diversas pautas. A primeira delas é a capacidade, independente da falta de meios, de se adequar a qualquer lugar. Assim, o militar que possui esta atitude bem desenvolvida consegue se adaptar e tem a flexibilidade para ultrapassar os obstáculos existentes. Além disso, a rusticidade proporciona tolerância a enfermidades pequenas, de modo que o militar não se deixe abater e prossiga na missão determinado em bem cumpri-la (BRASIL, 2018).

Ademais, a rusticidade traz o tópico relacionado à capacidade de suportar a restrição alimentar, mantendo-se em condições de operar, pois é possível que o militar seja submetido à restrição alimentar, por imposição de questões logísticas, durante uma operação. A aptidão para suportar as alterações de temperatura dos ambientes operacionais é mais uma pauta relacionada à rusticidade, ou seja, o militar deve ter o psicológico e o fisiológico bem preparados para resistir às mudanças climáticas, visto que as alterações no tempo não podem ser controladas pelo homem. Dessa forma, a fim de suportar essas intempéries, deve-se preparar material e psicologicamente (BRASIL, 2018).

Por fim, a última pauta relacionada à rusticidade é a capacidade do militar em suportar os exercícios físicos prolongados. O futuro oficial receberá já em seu primeiro ano como comandante de pelotão diversas missões para cumprir com seus comandados, sendo um importante fator de liderança, o jovem oficial conseguir manter-se em operações o tempo que a missão demandar junto a seu pelotão (BRASIL, 2018).

2.4.2 Resiliência

A Resiliência possui também suas pautas no manual supracitado. A primeira característica desse conteúdo atitudinal é a capacidade do militar manter a qualidade do próprio trabalho ainda que esteja realizando tarefas exaustivas e prolongadas. Outra pauta desse conteúdo é a aptidão para retornar ao seu estado natural mesmo depois de uma situação crítica (BRASIL, 2018).

A qualidade do militar em manter o ânimo e a energia mesmo depois de jornadas difíceis, ou seja, o jovem oficial deve ter a capacidade de elevar a moral de seus comandados mesmo que se encontre em momentos difíceis é mais um aspecto da resiliência. Por fim, a última pauta citada no manual é a capacidade de lidar com os próprios problemas e vencer todos os obstáculos que se levantam sem ceder à pressão (BRASIL, 2018).

2.5 A PRÁTICA DESPORTIVA E SUA RELAÇÃO COM O TFM E O COMBATE

O desporto possui como objetivo tornar a prática de atividade física mais agradável e proporcionando momentos de descontração para os praticantes. Dessa forma, um grupo que pratica alguma atividade desportiva apresenta um bom relacionamento interpessoal e o bem estar entre seus integrantes. Além disso, a prática desportiva auxilia em fatores sociais, área afetiva e redução do estresse, preenchendo, assim, algumas lacunas deixadas pelas metodologias utilizadas pelo TFM (BRASIL, 2021).

Além disso, é importante mencionar que as competições desportivas promovem o conagraçamento entre militares. Ademais, o desporto apresenta-se como uma importante ferramenta no desenvolvimento de atitudes imprescindíveis para o combate, como concentração, capacidade de raciocínio sob pressão, coragem, liderança, superação, trabalho em equipe, equilíbrio emocional e, por fim, auxilia diretamente no desenvolvimento do espírito de corpo daquela fração (BRASIL, 2021).

O General George Smith Patton Jr em seu discurso ao terceiro Exército americano no dia 5 de junho de 1944, um dia antes do dia D proferiu as seguintes palavras aos seus comandados “Um exército é uma equipe. Ele vive, come, dorme e luta em equipe. Essa coisa de herói individual é besteira” (PATTON, 1944).

O General Douglas MacArthur, que foi um chefe do Estado maior do Exército dos Estados Unidos durante a década de 1930, participou de três guerras durante sua carreira militar, sendo elas as duas guerras mundiais e a guerra da Coreia. Dessa forma, por observar os seus comandados em combate o referido militar proferiu as seguintes palavras:

Lá nos campos de batalha, fiquei convencido de que os militares que participavam dos desportos tornavam-se os melhores combatentes. Esses homens, quando tomavam parte em batalhas, combatendo outros seres humanos e submetendo-se às regras do combate, eram os que mais prontamente estavam preparados para aceitar e fazer cumprir a disciplina (JUCOSKY apud MACARTHUR, 1928).

Figura 3 – Militar realizando Pista de Natação Utilitária



Fonte: EXÉRCITO BRASILEIRO (2015)

2.5.1 Rusticidade e Resiliência x Treinamento Físico Militar

Durante o combate, o militar pode ser exposto a diversos estressores, sendo eles físicos, psicológicos, ambientais, nutricionais, entre outros e, para isso, o militar deve estar constantemente preparado. Recentemente, uma pesquisa nos mostrou que o transporte de cargas é uma das atividades mais desgastantes para militares. Diante disto, evidenciou-se a necessidade do desenvolvimento da capacidade aeróbica antes da missão e uma forma de manter esse condicionamento durante a missão (BRASIL, 2021).

Há evidências de que os militares melhor preparados fisicamente são mais capazes de suportar o estresse gerado pelo combate e tomar decisões mais coerentes em meio a imprevistos. Devido a isto, a segurança da vida do militar e de seus companheiros é influenciada pelas qualidades físicas e morais que foram construídas por meio do treinamento físico regular. Além disso, os indivíduos com um bom condicionamento físico se recuperam mais rapidamente de lesões e são mais resistentes às doenças. Ademais, os militares com boa aptidão física demonstram ser mais autoconfiantes e motivados (BRASIL, 2021).

Jocko Willink e Leif Babin (2015), em diversos momentos citam o treinamento físico dos combatentes Seals que participaram da famosa “Unidade de Tarefas Bruiser”, tendo a mesma participada da Guerra do Iraque em 2003. O extenuante treinamento Seals é explorado em diversos momentos no livro, sendo um dos mais difíceis treinamentos militares do mundo. Além disso, o autor evidencia a disciplina desses militares em relação à higiene física que devem manter para o cumprimento de suas missões, pois essa tropa especial recebe missões

difíceis, em ambientes inóspitos, e muitas vezes sem apoio logístico. Dessa forma, devem ter condições de suportar o peso do equipamento enquanto progredem, pois uma eventual fadiga pode desviar a atenção dos militares e colocar seus companheiros em risco.

Figura 4 – Militares realizando a Pista de Pentatlo Militar



Fonte: MARIANE (2020)

3 REFERENCIAL METODOLÓGICO

3.1 MÉTODO E TIPO DE PESQUISA

Esse trabalho utilizou o método de pesquisa dedutivo. De posse de dados referentes ao TFM e aos estágios da SIEsp e aos Conteúdos Atitudinais, após uma análise estatística sobre a relação entre os graus obtidos nas provas de TFM e o rendimento dos cadetes nas Seções de Instrução Especial, foram realizadas inferências sobre o tema.

A pesquisa realizada neste trabalho é do tipo mista, pois os dados obtidos foram analisados de forma quantitativa e qualitativa para a solução do problema apresentado. A pesquisa foi dividida em quatro fases: Na primeira fase, fez-se uma pesquisa bibliográfica sobre o Treinamento Físico Militar na vida do cadete e a SIEsp e sua metodologia de imitação ao combate, buscando identificar quais atitudes os estágios buscam desenvolver nos futuros oficiais. Após isso, fez-se uma pesquisa documental referente às normas e às avaliações de TFM que os cadetes realizam durante os cinco anos de formação.

Durante a segunda fase da pesquisa, realizou-se um estudo de campo no corpo de cadetes de 2021. O questionário foi aplicado entre os meses de dezembro de 2021 e janeiro de 2022. A pesquisa foi difundida por meio da ferramenta online *Google Forms* e contou com 137 respostas válidas, levantando-se os graus obtidos na SIEsp, os graus obtidos no TFM e os destaques da SIEsp.

Durante a terceira fase, levantou-se no mesmo grupo amostral, os dois principais conteúdos atitudinais desenvolvidos por meio do Treinamento Físico Militar e que mais auxiliam o cadete durante a SIEsp.

Por fim, realizou-se a integração de todos os dados. Dessa maneira, a pesquisa examinou as pautas atitudinais da rusticidade e da resiliência, assim como identificou as relações entre o desempenho de TFM e o desempenho dos cadetes nas atividades operacionais da SIEsp.

3.2 SEPARAÇÕES DENTRE OS PARTICIPANTES PELAS MENÇÕES DE TFM

Os participantes da pesquisa foram divididos em três grupos (A, B e C) de acordo com o rendimento na SIEsp e com o intuito de relacionar esse resultado com o desempenho

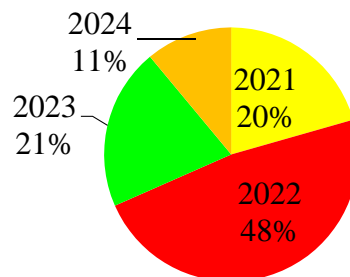
em TFM. O grupo A foi composto pelos cadetes destaques da SIEsp e pelos cadetes que obtiveram menção MB na SIEsp no ano de 2021, ficando, assim, com 19 militares. O grupo B foi composto por 52 cadetes que alcançaram menção B na SIEsp, no ano de 2021. Por fim, o grupo C foi composto por 66 cadetes que obtiveram menção R e I na SIEsp de 2021.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1 TURMA DE FORMAÇÃO

Da amostra de cadetes questionada, 65 (47,4%) são da turma que irá se formar em 2022, 29 (20,7%) são da turma que irá se formar em 2023, 28 (20,7%) são da turma que se formou em 2021 e 15 (11,1%) são da turma que irá se formar em 2024. Desses 137 cadetes, apenas 15 (11%) afirmaram serem destaques de algum exercício da Seção de Instrução Especial.

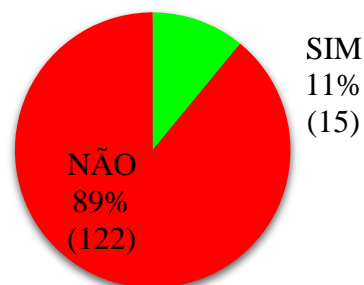
Gráfico 1– Turma de formação



Fonte: AUTOR (2022)

É importante salientar que, para o cadete ser considerado destaque das SIEsp, a menção obtida no estágio está entre as 4 melhores do estágio. Dessa forma, infere-se que o cadete destaque obteve ao menos uma menção MB na SIEsp.

Gráfico 2 – Cadetes destaques e não destaques

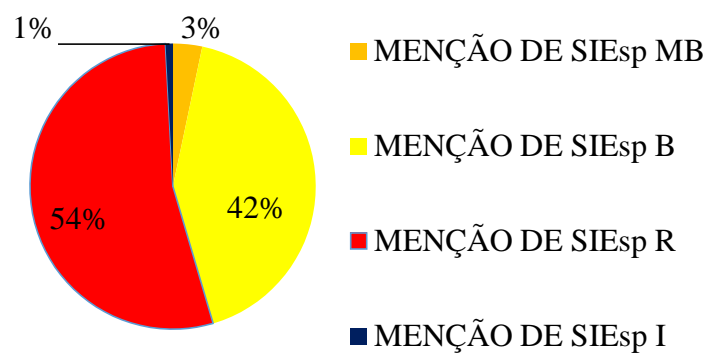


Fonte: AUTOR (2022)

4.2 MENÇÕES NA SIEsp DOS CADETES NÃO DESTAQUES

Perguntou-se aos cadetes que não são destaques suas respectivas menções na SIEsp no ano de 2021. Dessa forma obteve-se que 4 (3%) obtiveram menção MB, 52 (42%) afirmaram ter recebido uma menção B, 65 (54%) receberam uma menção R e apenas 1 (1%) obteve menção I.

Gráfico 3 – Menções na SIEsp dos cadetes não destaques.



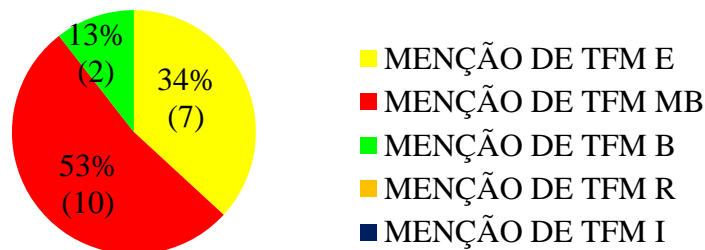
Fonte: AUTOR (2022)

4.3 OS GRUPOS E AS MENÇÕES DE TFM

4.3.1 Grupo A e as menções de TFM

Observou-se que o grupo A possuía 7 (34%) cadetes com menção de TFM E, 10 (53%) cadetes com menção de TFM MB e 2 (13%) com menção de TFM B. Nenhum dos cadetes do grupo A obteve menção de TFM R ou I.

Gráfico 4 – Menções de TFM dos cadetes do grupo A



Fonte: AUTOR (2022)

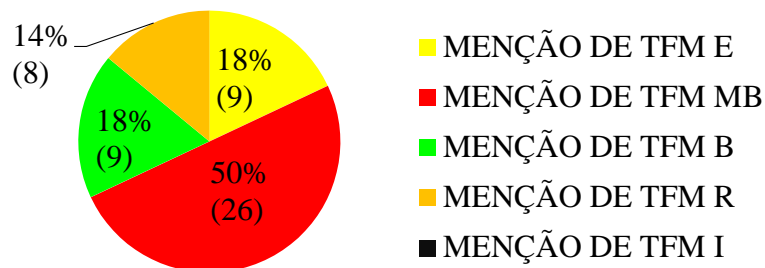
Diante do gráfico apresentado, o resultado encontrado corrobora o que foi apresentado na revisão da literatura, pois, dedutivamente, percebe-se que o excelente desempenho na SIEsp está diretamente atrelado ao bom desempenho no TFM.

Além disso, percebe-se que 87% dos cadetes que compõem o grupo A obtiveram menção de TFM E ou MB, ou seja, a participação do TFM no desenvolvimento das atitudes inerentes ao combate é direta, pois para um cadete alcançar a menção de TFM E ou MB são exigidos do cadete elevada dedicação e empenho acima da média. Diante do exposto, com o gráfico apresentado, ratifica-se a ideia do General Douglas MacArthur ao dizer que ele estava convencido de que os militares que praticavam mais desporto eram melhores combatentes. Cabe ressaltar, que nenhum cadete pertencente a esse grupo obteve menção de TFM R ou I.

4.3.2 Grupo B e as menções de TFM

O grupo B obteve 9 (18%) dos cadetes com menção de TFM E, 26 (50%) com menção de TFM MB, 9 (18%) com menção de TFM B, e 8 (14%) com menção de TFM R.

Gráfico 5 – Menções de TFM dos cadetes do grupo B



Fonte: AUTOR (2022)

Observa-se ao analisar os dados colhidos que o grupo B apresentou uma sensível redução na porcentagem de militares com menção de TFM E, o que mostra uma queda de desempenho em relação aos militares do grupo A. Além disso, houve um aumento de 5% no número de militares com menção de TFM B. Diferentemente do grupo A, o grupo B possui militares com desempenho R em TFM.

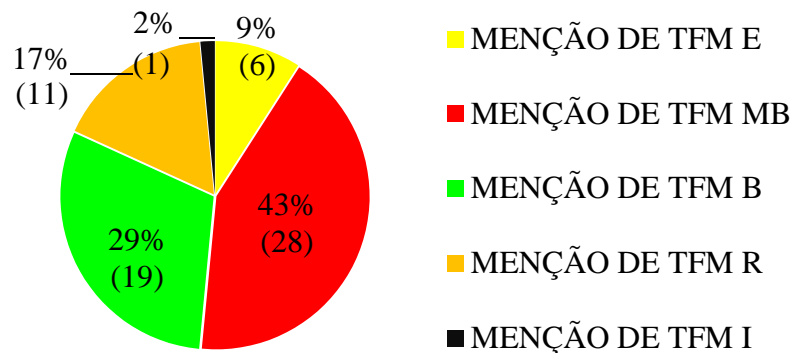
De acordo com o gráfico apresentado, o TFM está, outra vez, dedutivamente, relacionado às atividades operacionais. Diante disso, o resultado vai ao encontro do que foi exposto na revisão da literatura. Nota-se que o rendimento na SIEsp caiu, acompanhando a

queda no desempenho de TFM pois, de acordo com o que se sabe o TFM auxilia no desenvolvimento de diversas capacidades físicas e psicomotoras necessárias nessas atividades operacionais.

4.3.3 Grupo C e as menções de TFM

O grupo C obteve 6 (9%) dos cadetes com menção de TFM E, 28 (43%) dos cadetes com menção de TFM MB, 20 (29%) com menção de TFM B, 11 (17%) com menção de TFM R e 1 (2%) com menção de TFM I.

Gráfico 6 – Menções de TFM dos cadetes do grupo C



Fonte: AUTOR (2022)

Ao analisar os dados referentes ao grupo C, percebe-se que houve outra sensível queda de rendimento no TFM em relação aos dois grupos anteriores, reforçando, assim, o existente na literatura sobre o tema. Os militares pertencentes ao grupo C apresentaram perceptivas quedas entre as menções de TFM „E“ e „MB“ e houve um aumento significativo nas menções de TFM „B“ e „R“. Além disso, houve o aparecimento de um militar que se enquadrava na menção de TFM I.

Diante do encontrado, deduz-se que para que um militar consiga conseguir ter um bom rendimento em atividades operacionais, ele necessita estar bem preparado fisicamente.

Dessa forma, com os resultados dos três grupos analisados, observou-se que a pesquisa ratifica o que foi apresentado na revisão da literatura, pois os grupos apresentaram o mesmo padrão de resultados. Além disso, assim como na revisão foi exposto, o TFM auxilia diretamente no desenvolvimento dessas competências, tornando, assim, inegável a relação

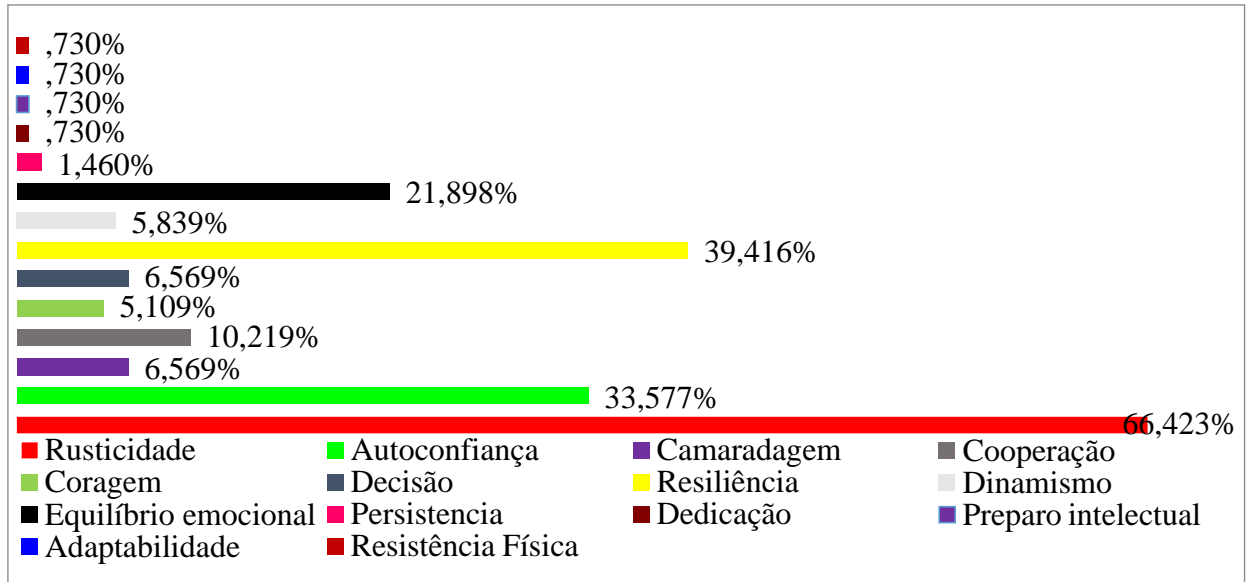
entre o TFM e as atividades operacionais da SIEsp, pois nessas atividades são impostas, ao cadete, dificuldades não apenas físicas, mas também, cognitivas, afetivas e psicomotoras para que o mesmo tenha que se posicionar e decidir em meio a situações de alta complexidade. Diante disso, como foi possível observar, a menção de TFM está diretamente relacionada ao combate, pois nos três grupos, à medida que o desempenho de TFM melhorou, o rendimento da SIEsp o acompanhou.

4.4 TFM X CONTEÚDOS ATITUDINAIS X COMBATE

Os cadetes participantes da pesquisa foram informados sobre os conteúdos atitudinais desenvolvidos pelo TFM segundo o manual de Treinamento Físico Militar.

Após isso, os militares foram questionados sobre quais desses conteúdos são mais desenvolvidos durante as sessões de Treinamento Físico Militar na AMAN. Com isso, os cadetes elegeram os dois conteúdos atitudinais que na percepção deles são desenvolvidos durante as sessões de TFM na AMAN e mais o ajudam na SIEsp.

Gráfico 7 – Conteúdos atitudinais apontados como os mais desenvolvidos pelo TFM



Fonte: AUTOR (2022)

A fim de responder ao objetivo específico, observa-se que 91 (66,42%) dos cadetes afirmaram que rusticidade é um dos dois conteúdos atitudinais mais desenvolvidos durante o TFM, 54 (39,42%) afirmaram que resiliência é um dos dois conteúdos atitudinais mais desenvolvidos. Diante disso, responde-se ao questionamento do problema, pois por meio do

questionário, percebe-se que os cadetes optaram pela rusticidade e pela resiliência como os principais conteúdos atitudinais obtidos por meio do TFM.

A resiliência é uma das 12 principais atitudes que são mais avaliadas pela SIEsp. Dessa forma, as atitudes escolhidas pelos cadetes como as que são desenvolvidas por meio do TFM e mais o ajudam são a rusticidade e a resiliência. De acordo com o que foi exposto na revisão da literatura, as pautas da rusticidade e da resiliência são muito utilizadas em situação de combate, pois essas atitudes evidenciam diversas características que um líder combatente deve ter para comandar homens em situações de estresse e complexas. Dessa forma o que foi apresentado na revisão da literatura foi ratificado pela pesquisa, pois o TFM é, além de um desenvolvedor de capacidades físicas, psicológicas e psicomotoras, um contribuinte direto para o desenvolvimento dos conteúdos atitudinais inerentes ao combate.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo buscou analisar se o Treinamento Físico Militar auxilia o cadete a desenvolver a rusticidade e a resiliência necessárias para o combate, concluindo sobre a importância daquela atividade no rendimento do cadete nas atividades operacionais da SIEsp. Para isso, o trabalho examinou as pautas atitudinais de dois dos principais conteúdos atitudinais necessários para o combate e avaliados pela SIEsp. Além disso, buscou identificar as relações entre o desempenho de TFM e as atividades operacionais.

A pesquisa de campo realizada com os cadetes evidenciou que o militar em combate precisa de higidez física, pois o desempenho do cadete na SIEsp está diretamente relacionado com o desempenho do cadete no TFM, conforme foi apontado pelos resultados da pesquisa. Além disso, o TFM mostrou-se importantíssimo para a formação militar, visto que os cadetes precisam alcançar um perfil profissiográfico específico e, conforme foi apresentado nos gráficos, o treinamento auxilia no desenvolvimento de várias atitudes da área afetiva.

Salienta-se que o TFM é um método cientificamente provado e inegável no que tange ao desenvolvimento da aptidão física e dos conteúdos atitudinais. Assim, evidencia-se a forma como o Exército Brasileiro utiliza o TFM para manter a tropa bem preparada fisicamente, visto que é obrigatório em todas as Organizações Militares.

Em meio a esse cenário, conclui-se então que o TFM auxilia o cadete a desenvolver a rusticidade e a resiliência que são necessárias para o combatente e, conseqüentemente, jamais deve ser dissociado do combate. O resultado de um militar no TFM reflete diretamente o seu resultado em atividades operacionais. Portanto, o TFM deve ser visto como uma ferramenta muito importante para o Exército e, conseqüentemente, para seus integrantes, que devem utilizá-lo para estarem sempre preparados para cumprir suas atribuições.

Esta pesquisa não exauriu o assunto e diversas atualizações nos manuais de TFM são publicadas regularmente. Desse modo, como oportunidade de pesquisas futuras, sugere-se o estudo voltado para militares concludentes de cursos operacionais, podendo, assim, ser feita uma pesquisa sobre quais dos conteúdos atitudinais desenvolvidos pelo TFM esses militares acreditam serem mais necessários para o combate, ou até mesmo o levantamento de quais atividades poderiam ser acrescidas nos treinamentos do Exército, a fim de aumentar a capacidade combativa dos executantes.

REFERÊNCIAS

ACADEMIA MILITAR DAS AGULHAS NEGRAS. Seção de Instrução Especial. **Estágio de Operações Contra Forças Irregulares**. Resende: Acadêmica, 2022.

BERTONHA, João Fábio. **Patton : o herói polêmico da segunda guerra**. 1. ed. São Paulo: Contexto, 2011.

BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **EB20-C-07.001**: catálogo de capacidades do exército. 1 ed. Brasília: EGGCF, 2015. Disponível em: <http://bdex.eb.mil.br/jspui/handle/123456789/433>. Acesso em: 13 jan. 2022.

_____. _____. **EB70-MC-10.223**: operações. 5 ed. Brasília: EGGCF, 2017. Disponível em: <http://bdex.eb.mil.br> Acesso em: 12 jan. 2022.

_____. _____. **EB70-MC010.375**: treinamento físico militar. 5 ed. Brasília: EGGCF, 2021. Disponível em: <http://bdex.eb.mil.br> Acesso em: 10 jan. 2022

_____. _____. **NIAA**: Normas Internas para Avaliação da aprendizagem do Curso de Formação e Graduação de Oficiais de Carreira da Linha de Ensino Militar Bélico. 2019. Disponível em: <https://intranet.aman.eb.mil.br/documentos> Acesso em: 14 jan. 2022

_____. _____. **Portaria 001 - DECEX, de 8 de janeiro de 2018**. Aprova as Normas para Desenvolvimento e Avaliação dos Conteúdos Atitudinais. Disponível em: <http://www.decex.eb.mil.br/images> Acesso em: 18 jan. 2022.

_____. _____. **Portaria 099 - DECEX, de 18 de maio de 2018**. Aprova o Padrão Especial de Desempenho Físico para os Cursos de Formação de Oficiais. Disponível em: <http://bdex.eb.mil.br> Acesso em: 18 jan. 2022.

Cunha, Rafael e Nascimento, Samuel. Efeito da frequência semanal do treinamento intervalado aeróbico sobre a potência aeróbica de militares do exército brasileiro – uma proposta de treinamento para o teste de avaliação física. **Revista de Educação Física**, Rio de Janeiro, n. 129, p. 27, 2004.

EXÉRCITO BRASILEIRO. **1ª Corrida Solidária do CCFEx/IPCFEx**. Disponível em: <http://ipcfex.eb.mil.br/ultimas-noticias> Acesso em: 17 jan. 2022.

_____. _____. **O alambari**. 2018. AMAN. Disponível em: <http://aman.eb.mil.br> Acesso em: 18 jan. 2022.

_____. _____. **Pentatlo Militar: Alinhamento de técnica e condicionamento físico**. Disponível em: <http://ipcfex.eb.mil.br> Acesso em: 17 jan. 2022.

JUCOSKY, SÉRGIO. **A utilização das tecnologias da informação e comunicação no treinamento do atletismo da Academia da Força Aérea de Pirassununga**. 2017. 189 f. Tese (doutorado) apresentada à Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro, SP, 2017.

MARIANE, Paula. **O espírito de corpo no Teste de Avaliação Física**. 2020. Disponível em: <http://paulamariane.com.br> Acesso em: 17 jan. 2022.

REGIANI, RICARDO. **Resiliência militar desenvolvida na seção de instrução especial da AMAN: identificando o perfil de resiliência dos cadetes da Academia Militar das Agulhas Negras**. 2018. 19 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Ciências Militares, com ênfase em gestão operacional) apresentada à Escola de Aperfeiçoamento de Oficiais, Rio de Janeiro, RJ, 2018.

SILVA, Matheus Henrique Freitas, Camelo, Emanuelle Santos, RODRIGUES, Gabriela Meira de Moura, Monteiro, Eliane Maria de Oliveira. O treinamento físico militar (TFM): benefícios e incidência de lesões. **Revista Liberum accessum**, p 21-30, 2020. Disponível em: <http://revista.liberumaccesum.com.br> Acesso em: 20 mar. 2022.

APÊNDICE

APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO

Questionário para levantar a relação entre o rendimento dos cadetes no TFM e em combate:

O presente instrumento é parte do trabalho de conclusão de curso, do Curso de formação da AMAN, do Cad Cav Hélon da Silva Vidal, cujo tema é: "O TREINAMENTO FÍSICO MILITAR E O DESENVOLVIMENTO DA RUSTICIDADE E DA RESILIÊNCIA NO CADETE DA AMAN" A pesquisa é direcionada aos aspirantes, cadetes e 3º sargento das turmas de 2021, 2022, 2023 e 2024 que tenham realizado algum estágio da SIEsp e possam evidenciar quais conteúdos atitudinais trabalhados durante as seções de Treinamento Físico Militar mais os auxiliaram durante os estágios. As declarações de cada participante serão tratadas de forma confidencial. A apresentação dos resultados será feita de maneira a não permitir a identificação das pessoas envolvidas. Agradeço a participação, caso queira entrar em contato deixo a disposição o telefone: (24) 9 81488261

Qual o seu ano de formação?

2021

2022

2023

2024

É destaque de algum estágio da Seção de Instrução Especial?

SIM

NÃO

Após isso com base na resposta da pergunta acima o militar era direcionada para uma seção diferente.

Caso a resposta tenha sido SIM:

No ano em que foi destaque da SIEsp, qual foi sua média no TFM I?

- Abaixo de 5
- Entre 5 e 5,9
- Entre 6 e 6,9
- Entre 7 e 7,9
- Entre 8 e 8,9
- Entre 9 e 10

No ano em que foi destaque da SIEsp, qual foi sua média no TFM II?

- Abaixo de 5
- Entre 5 e 5,9
- Entre 6 e 6,9
- Entre 7 e 7,9
- Entre 8 e 8,9
- Entre 9 e 10

No ano em que foi destaque da SIEsp, qual foi sua média no TFM III?

- Abaixo de 5
- Entre 5 e 5,9
- Entre 6 e 6,9
- Entre 7 e 7,9
- Entre 8 e 8,9
- Entre 9 e 10

Marque os 2 principais conteúdos atitudinais que foram desenvolvidos durante as seções de TFM e mais te ajudaram no estágio da SIEsp:

- Rusticidade
- Autoconfiança

- Camaradagem
- Cooperação
- Coragem
- Decisão
- Resiliência
- Dinamismo
- Equilíbrio emocional

Caso o militar tenha respondido que NÃO:

Qual menção foi obtida no estágio da SIEsp no ano de 2021?

- E
- MB
- B
- R
- I

No ano de 2021 qual foi sua média no TFM I?

- Abaixo de 5
- Entre 5 e 5,9
- Entre 6 e 6,9
- Entre 7 e 7,9
- Entre 8 e 8,9
- Entre 9 e 10

No ano de 2021 qual foi sua média no TFM II?

- Abaixo de 5
- Entre 5 e 5,9
- Entre 6 e 6,9
- Entre 7 e 7,9
- Entre 8 e 8,9

Entre 9 e 10

No ano de 2021 qual foi sua média no TFM III?

Abaixo de 5

Entre 5 e 5,9

Entre 6 e 6,9

Entre 7 e 7,9

Entre 8 e 8,9

Entre 9 e 10

Marque os 2 principais conteúdos atitudinais que foram desenvolvidos durante as seções de TFM e mais te ajudaram no estágio da SIEsp:

Rusticidade

Autoconfiança

Camaradagem

Cooperação

Coragem

Decisão

Resiliência

Dinamismo

Equilíbrio emocional