



ESCOLA DE APERFEIÇOAMENTO DE OFICIAIS

CAP INT PEDRO GEORGES GALVÃO

A IMPORTÂNCIA DA HIGIEDEZ FÍSICA PARA A OPERACIONALIDADE DO MILITAR COMBATENTE E O PAPEL DO OFICIAL POSSUIDOR DO CURSO DE INSTRUTOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA EsEFEx

**Rio de Janeiro
2018**



ESCOLA DE APERFEIÇOAMENTO DE OFICIAIS

CAP INT PEDRO GEORGES GALVÃO

A IMPORTÂNCIA DA HIGIEDEZ FÍSICA PARA A OPERACIONALIDADE DO MILITAR COMBATENTE E O PAPEL DO OFICIAL POSSUIDOR DO CURSO DE INSTRUTOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA EsEFEx

Trabalho acadêmico apresentado à Escola de Aperfeiçoamento de Oficiais, como requisito para a especialização em Ciências Militares com ênfase em Gestão Operacional.

**Rio de Janeiro
2018**



**MINISTÉRIO DA DEFESA
EXÉRCITO BRASILEIRO
DECEx - DESMil
ESCOLA DE APERFEIÇOAMENTO DE OFICIAIS
(EsAO/1919)**

DIVISÃO DE ENSINO / SEÇÃO DE PÓS-GRADUAÇÃO

FOLHA DE APROVAÇÃO

Autor: **Cap Int PEDRO GEORGES GALVÃO**

Título: **ALTERAÇÃO DO REGULAMENTO DE ADMINISTRAÇÃO EXÉRCITO.**

Trabalho Acadêmico, apresentado à Escola de Aperfeiçoamento de Oficiais, como requisito parcial para a obtenção da especialização em Ciências Militares, com ênfase em Gestão Operacional, pós-graduação universitária lato sensu.

APROVADO EM _____ / _____ / _____ CONCEITO: _____

BANCA EXAMINADORA

| Membro | Menção Atribuída |
|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
| GERSON BASTOS DE OLIVEIRA – Ten Cel Cmt Curso e Presidente da Comissão | |
| PEDRO PAULO ROCHA DE LIMA - Cap 1º Membro | |
| ALOÍSIO TEIXEIRA MACHADO - Maj 2º Membro e Orientador | |

PEDRO GEORGES GALVÃO – Cap
Aluno

A IMPORTÂNCIA DA HIGIEZ FÍSICA PARA A OPERACIONALIDADE DO MILITAR COMBATENTE E O PAPEL DO OFICIAL POSSUIDOR DO CURSO DE INSTRUTOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA EsEFEx

Pedro Georges Galvão*
Aloísio Teixeira Machado**

RESUMO

A carreira das armas exige que o militar esteja sempre muito bem preparado, material, intelectual ou fisicamente. Isso garante a operatividade das Forças Armadas (FFAA). No dia-a-dia dos quartéis, devido às grandes demandas administrativas e falta de prioridade ao treinamento físico, tem-se observado um decréscimo do condicionamento físico dos militares, o que pode vir a comprometer o cumprimento das missões da tropa. Essa queda de rendimento compromete a saúde dos combatentes e, com isso, há impacto negativo na realização das atividades fim da tropa e há aumento dos custos com tratamento médico e hospitalar. Com a constatação de existência de número significativo de militares acima do peso nos corpos de tropa, nos deparamos com uma situação que merece observação mais pormenorizada, que é o objetivo desse estudo, verificar se o Treinamento Físico Militar (TFM) está sendo executado corretamente nos corpos de tropa, tomando por base o seu planejamento, orientação, execução e fiscalização. Foram realizados questionários com militares sobre o TFM e o Teste de Aptidão Física (TAF) nos quartéis do Exército Brasileiro (EB) onde serviram em 2017. Ao final concluímos que o TFM no EB apresenta oportunidades de melhoria no tocante a planejamento, execução, fiscalização e avaliação. Isto sendo resultado, normalmente, da falta de prioridade dada ao treinamento físico em detrimento de outras atividades secundárias. Também observou-se a necessidade de melhor aproveitamento do militar formado na Escola de Educação Física do Exército, para que o EB tenha retorno do investimento feito na capacitação desse militar.

Palavras-chave: treinamento físico militar, condicionamento físico, higidez física, saúde, operacionalidade, operatividade.

ABSTRACT

The arms race requires that the military be always very well prepared, materially, intellectually or physically. This guarantees the operability of the Armed Forces (FFAA). In the day-to-day life of the barracks, due to the great administrative demands and lack of priority to the physical training, a decrease of the physical conditioning of the military has been observed, which can compromise the accomplishment of the missions of the troop. This fall in income compromises the health of the combatants and, with this, there is a negative impact in the accomplishment of the activities end of the troop and there is an increase of the costs with medical and hospital treatment. With the finding of a significant number of overweight soldiers in the troop corps, we are faced with a situation that deserves closer observation, which is the purpose of this study, to verify if the Military Physical Training (TFM) is being executed correctly in the bodies, based on their planning, orientation, execution and inspection. Military questionnaires were conducted on the TFM and the Physical Fitness Test (TAF) in the Brazilian Army (EB) barracks where they served in 2017. In the end we concluded that the TFM in the EB presents opportunities for improvement regarding planning, execution, supervision and evaluation. This is usually a result of the lack of priority given to physical training over other secondary activities. It was also observed the need for better use of the military trained in the School of Physical Education of the Army, so that the EB has a return on investment made in the training of this military.

Keywords: military physical training, physical conditioning, physical endurance, health, operability.

* Cap do Serviço de Intendência. Bacharel em Ciências Militares pela Academia Militar das Agulhas Negras (AMAN) em 2006. Bacharel em Educação Física pela Escola de Educação Física do Exército (EsEFEx) em 2017.

** Maj do Serviço de Intendência. Bacharel em Ciências Militares pela Academia Militar das Agulhas Negras (AMAN) em 2003. Pós-graduado em Ciências Militares pela Escola de Aperfeiçoamento de Oficiais (EsAO) em 2012.

1. INTRODUÇÃO

1.1 PROBLEMA

As Forças Armadas (FFAA) são instituições de Estado, permanentes e regulares, destinadas a defender a pátria, os poderes constitucionais e, mediante solicitação/iniciativa de qualquer um deles, a Lei e a ordem (Brasil, 1988).

A profissão militar exige muito de seus quadros, de diversas formas. O combate impõe situações extremas às quais o militar deve ser capaz de se adaptar para suportar as mais diversas situações e condições que o Teatro de Operações (TO) pode vir a apresentar.

Como partes dessa preparação, pode-se citar a psicológica, a intelectual, a material e a física. Todos esses critérios são essenciais, sendo a observância dos mesmos um fator de sucesso para o cumprimento das missões. Caso o militar esteja despreparado psicológica, intelectual, material ou fisicamente, há grande probabilidade de que a sua missão seja comprometida e, assim, esteja fadada ao insucesso.

Qualquer que seja a missão que o Exército Brasileiro (EB) tenha que cumprir, tudo começa pelo indivíduo. Face a isso, o indivíduo, o militar ou combatente, como queiramos chamar, deve estar muito bem preparado para desempenhar suas funções.

Historicamente, o EB mostrou sua capacidade operativa atuando com sucesso em missões reais, como ocorreu na 2ª Guerra Mundial e em missões de manutenção de paz da ONU, como a MINUSTAH (Haiti). Esse sucesso e reconhecimento obtidos pelo Exército, mesmo muitas vezes podendo não ter o melhor equipamento disponível, deu-se graças à qualidade de seu material humano, seus militares.

Nos corpos de tropa do Exército Brasileiro, o Treinamento Físico Militar (TFM) é realizado visando:

“desenvolver, manter ou recuperar a aptidão física necessária para o desempenho das funções militares, contribuir para a manutenção da saúde do militar, cooperar para o desenvolvimento de atributos da área afetiva e contribuir para o desenvolvimento do desporto no Exército Brasileiro.” (BRASIL, 2015, p.16-17).

Porém, no dia-a-dia das Organizações Militares (OM), devido às diversas outras atividades a serem cumpridas, muitos militares colocam o TFM em segundo plano, deixando de realizá-lo para cumprir missões diversas, que muitas vezes não deveriam ser fator para a não realização o TFM.

Isso causa um decréscimo na aptidão física dos militares, comprometendo, assim, sua operatividade. Hoje pode-se perceber nas OM uma quantidade considerável de militares que estão acima do peso e, muitas vezes, com problemas de saúde, devido à falta de atividade física, impactando não só na higidez física da

tropa, mas também nos custos de atendimento médico-hospitalar resultantes de doenças relacionadas ao sedentarismo.

Dentre essas mazelas decorrentes do sedentarismo pode-se citar o acúmulo de gordura corporal na região abdominal, aumento do risco de desenvolvimento de diabetes tipo 2 e da elevação do colesterol, dentre outras.

Entretanto a prática de atividade física por si só não resolve a situação, principalmente para os indivíduos que já se encontram em situações de risco com relação à sua saúde devido ao excesso de peso e à inatividade física. Há de se ter importante atenção, também, na alimentação desse grupo.

A execução de um treinamento eficaz passa pelo planejamento, orientação e acompanhamento das atividades por um profissional capacitado. Este profissional detém o conhecimento das peculiaridades dos tipos de treinamento e sabe julgar qual o melhor a ser empregado para cada militar, de acordo com sua individualidade biológica e seu condicionamento físico atual.

Diante disso, chegamos ao seguinte questionamento para estudo: o Treinamento Físico Militar está sendo executado corretamente nos corpos de tropa, tomando por base o seu planejamento, orientação, execução e fiscalização?

1.2 OBJETIVOS

OBJETIVO GERAL

- Identificar as oportunidades de melhoria na realização do TFM nos corpos de tropa, visando aprimorar a saúde e higidez física dos militares do EB.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar a visão do militar sobre a importância do TFM e do TAF;
- Comparar a visão dos alunos do CAO 2º Ano 2018 sobre o papel do Oficial de Treinamento Físico Militar nas Organizações Militares (OM) com previsto pelo Exército;
- Identificar os motivos de não realização de TFM nas OM;
- Propor oportunidade de melhoria para maior valorização do TFM, para que esteja em consonância com sua importância dentro da carreira do militar combatente.

1.3 JUSTIFICATIVAS E CONTRIBUIÇÕES

Do militar combatente é exigido que se mantenha a higidez física como parte da carreira, sendo que essa boa aptidão física está diretamente ligada à operacionalidade da tropa.

A capacitação física requer orientação adequada para sua execução. Dentro dessa necessidade, o Exército Brasileiro capacita profissionais qualificados para a realização da capacitação física adequada de sua tropa. Esses militares capacitados, para desempenhar a função, necessitam de maior apoio e condições para bem cumprir a missão de preparar a tropa fisicamente.

A capacitação física deve ser constante, fazendo com que o TFM receba a devida importância por parte dos Chefes Militares e seja considerado como atividade fundamental, prioritária e obrigatória no dia-a-dia dos militares combatentes do EB, pois Forças Armadas com recursos humanos que não possuem boa capacitação física, têm sua operatividade reduzida.

2. METODOLOGIA

Foi realizada uma pesquisa de abordagem mista, pois se buscou, mesmo que por vezes através de informações numéricas, a opinião dos participantes sobre os processos analisados, que fazem parte da realidade vivida pelos mesmos. Já no tocante a seus objetivos gerais, foi realizada uma pesquisa descritiva, onde foram descritas as características do fenômeno estudado para se conhecer melhor suas características e seus problemas. (RODRIGUES, 2005).

2.1 REVISÃO DE LITERATURA

2.1.1 Atividade física, saúde e operatividade

A prática regular de atividade física é fundamental para a manutenção da saúde e qualidade de vida do ser humano, bem como para a prevenção de diversas doenças relacionadas ao sedentarismo.

De acordo com Carvalho e colaboradores (1996), diversos estudos epidemiológicos têm demonstrado que há relação entre a adoção de um estilo de vida ativo e uma menor possibilidade de morte, com conseqüente melhoria da qualidade de vida. Segundo os autores, as possíveis complicações que poderiam decorrer da prática de atividades físicas são em muito superadas pelos males causados pelo sedentarismo, havendo assim uma relação custo/benefício bastante favorável à prática de atividades físicas.

Ainda de acordo com Carvalho e colaboradores (1996), o incremento da prática de atividade física em uma população, além de contribuir para a prevenção de doenças crônico-degenerativas provocados pelo sedentarismo, ainda contribui com a saúde pública, reduzindo significativamente os custos com tratamentos médicos e hospitalares.

Maron (2000), corroborando as afirmações supracitadas, afirma que a falta de atividade física e o sedentarismo estão relacionados a fatores de risco para o desenvolvimento ou agravamento de diversas doenças ou de alterações cardiovasculares e metabólicas.

De acordo com Glaner (2003), dentre as principais morbidades causadas pelo sedentarismo e que podem ser prevenidas com a prática regular de atividades físicas, podemos citar:

- Doença aterosclerótica coronariana
- Hipertensão arterial sistêmica
- Acidente vascular encefálico
- Doença vascular periférica
- Obesidade
- Diabetes melittus tipo II
- Osteoporose e osteoartrose
- Diversos tipos de câncer

No que tange ao âmbito militar, a prática de atividades físicas regulares sistematizadas e direcionadas é fundamental para a melhor formação do combatente, visando prepará-lo para melhor desenvolver as atividades específicas de suas funções militares.

Em seu estudo sobre a relação entre a execução de atividades militares, como progredir e atirar, Dias e colaboradores (2005) concluíram que o condicionamento físico dos militares afeta diretamente o seu rendimento em pistas de progressão, sendo os melhores resultados alcançados pelos mais bem preparados fisicamente, e os militares melhores condicionados também apresentarem melhor rendimento no tiro após a progressão.

Já Vargas, Moleta e Pilatti (2013), observaram que o treinamento físico militar planejado e orientado, previsto no Manual de Treinamento Físico Militar, realizado por Soldados de elite do EB, apresentarem resultados satisfatórios em relação à melhora do condicionamento, avaliado pela execução do Teste de Aptidão Física (TAF).

Para que possa atingir seu objetivo no que tange à prevenção de doenças e ao combate ao sedentarismo, a prática de atividades físicas deve ser planejada e

conduzida por profissionais devidamente capacitados para tal, sob pena de não serem atingidos os efeitos desejados ou de que possam ser causados prejuízos ainda maiores para a saúde dos praticantes.

Nesse sentido, destaca-se a importância dos instrutores e monitores de educação física, formados na Escola de Educação Física do Exército (EsEFEx), para a condução do treinamento físico para a tropa nas diversas Organizações Militares do país.

A Escola de Educação Física do Exército é uma instituição de educação superior do EB, subordinada ao Centro de Capacitação Física do Exército (CCFEx), que tem por missão:

- “1. Especializar oficiais em Educação Física e Desportos e em Esgrima; especializar oficiais médicos em Medicina Esportiva; especializar sargentos para o exercício das funções de monitor de Educação Física;
2. Cooperar e realizar pesquisas no campo da Educação Física e Desportos, inclusive em âmbito de educação escolar, com vistas a aplicação no Exército;
3. Apoiar o escalão superior na promoção e na realização de competições de caráter nacional e internacional, no treinamento de equipes do Exército e das Forças Armadas; e
4. Prestar assessoramento em assuntos relacionados à Educação Física e Desportos.” (EsEFEx, 2018)

Sua formação lhes permite preparar adequadamente os recursos humanos da Força, visando tanto o estímulo à prática de atividades físicas quanto o cumprimento da missão nos momentos em que sua atuação for determinada pelas autoridades competentes.

2.1.2 O Treinamento Físico Militar (TFM)

Serão abordados alguns aspectos relacionados ao TFM, todos previstos no seu respectivo manual, o EB20-MC-10.350, Treinamento Físico Militar, de 28 de dezembro de 2015.

O manual de TFM prevê o seguinte:

“A necessidade de treinamento físico nas Forças Armadas é inquestionável. Sendo o homem, segundo a doutrina, o elemento fundamental da ação, é imprescindível darmos especial atenção a sua saúde e condição física.

As condições de vida da sociedade moderna requerem uma mudança significativa na relação do homem com a natureza. A mecanização contínua da sociedade provoca uma carência de oportunidades para o desenvolvimento físico do indivíduo, submetendo-o, em muitas ocasiões, a um excessivo sedentarismo que pode conduzi-lo a posturas erradas e deformações.

Nos exércitos modernos, pretende-se a formação de um soldado de qualidade, que desenvolva seu trabalho em cenários muito diversificados e, às vezes, em condições extremas, o que exige grande versatilidade. Além da aptidão física, este deve ser capaz de

adaptar-se a situações ambientais novas e árduas, nas quais o fator psicológico sempre estará presente.” (p. 13).

O Manual de TFM (2015) ainda mostra a importância de a atividade física ser uma prática cotidiana, para que quando o militar necessite realizar algum teste a qualquer momento, ele não faça um esforço excessivo, pois já estará bem condicionado. O militar deve entender que o TFM é “ganho de tempo” no seu dia e não deve ser negligenciado, e sim receber a devida importância. Até porque o TFM é obrigatório a todo militar apto ao serviço do EB.

Algumas adaptações ocorrem através da realização de treinamento orientado e executado regularmente, trazendo melhoria do condicionamento nas funções profissionais e na saúde do militar. Além dos aspectos físicos, tem-se observado melhoria no humor e na saúde mental dos praticantes de atividades físicas (BRASIL, 2015).

Durante operações, a capacidade física dos militares sofre declínio, mostrando a necessidade de treinamento anterior à missão. Como a missão pode aparecer a qualquer momento, o militar deve estar constantemente em condições de cumpri-la.

Quanto ao foco principal do TFM, o Manual de Campanha EB20-MC-10.350 (2015) traz que:

“**2.2.3.1** O treinamento físico da tropa visa atender fundamentalmente à operacionalidade da Força e ao cumprimento de sua missão institucional.

2.2.3.2 Também busca atender da melhor forma aos interesses individuais e está relacionado com a saúde e o bem-estar, tendo objetivos e benefícios mais duradouros no tempo, proporcionando uma melhor qualidade de vida.

2.2.3.3 É evidente que o **aspecto operacional** é mais presente nas funções afetas ao cumprimento de missões de combate, enquanto o **aspecto saúde** é condição essencial para o desempenho de qualquer função, inclusive aquelas de cunho administrativo.

2.2.3.4 É fundamental entender o TFM como um instrumento promotor da saúde. Sendo assim, cabe ressaltar que as capacidades e limitações individuais devem ser respeitadas, mesmo que em detrimento da padronização de movimentos.” (pág. 21)

O responsável pelo planejamento, apoio e supervisão do condicionamento da tropa é o Comandante (Cmt), ou seja, o bom rendimento físico dos militares de uma OM depende da ênfase que o Comandante dá ao TFM. Os Cmt de Subunidade (SU) e fração são os responsáveis pela execução.

O Cmt responde pelos padrões físicos individuais e coletivos de sua OM. Para isso, é importante que nomeie oficial e sargento com curso da EsEFEx para as

funções de Oficial de Treinamento Físico Militar (OTFM) e monitor de TFM, respectivamente. Ele deverá orientar os Cmt SU a acompanhar os militares não suficientes até o restabelecimento das suas condições de saúde e suficiência. Além disso, deve assegurar que o OTFM possa desenvolver todas as suas atribuições, que são:

- a) Planejar, organizar e supervisionar o TFM da OM, garantindo a correta execução da atividade física planejada, realizando o seu treinamento físico individual em horário alternativo, se necessário;
- b) Adequar, se for o caso, o programa anual de TFM às particularidades de sua OM;
- c) Elaborar, em conjunto com o médico, os programas de desenvolvimento de padrões para os militares com índice não suficiente, nos casos em que não seja possível a execução do programa anual de TFM;
- d) Avaliar se a carga de trabalho físico está adequada à aptidão física dos militares;
- e) Acompanhar o TFM dos militares com índice não suficiente, em conjunto com o médico;
- f) Elaborar o relatório de avaliação do desempenho físico da OM;
- g) Compor a comissão de aplicação do TAF;
- h) Compor a comissão de planejamento do TFM alternativo, se para isso for habilitado;
- i) Planejar e dirigir as competições desportivas no âmbito da OM;
- j) Planejar, organizar e supervisionar o treinamento das equipes desportivas da OM;
- k) Ministras instruções sobre treinamento físico;
- l) Organizar e dirigir atividades desportivas de caráter recreativo com a participação dos públicos externo e interno;
- m) Orientar os demais instrutores e guias quanto aos princípios do TFM; e
- n) Atentar para que seja respeitada a individualidade biológica dos militares das SU durante a prática do TFM, mesmo que em detrimento da padronização dos movimentos.” (pág. 50)

Outro importante fator que deve ser trabalhado durante as seções de TFM é o desenvolvimento de Atributos da Área Afetiva (AAA), que estão relacionados ao comportamento e personalidade dos militares. Dentre eles, o Manual de Campanha EB20-MC-10.350 (2015) destaca: espírito de corpo, autoconfiança, camaradagem, cooperação, coragem, decisão, dinamismo, equilíbrio emocional, liderança, resistência e tolerância.

Para contribuir com o desenvolvimento dos AAA, o TFM deve, prioritariamente, ser executado por frações, onde o espírito de corpo é estimulado pois a tropa permanece unida, porém o treinamento não pode ser de alta intensidade.

Já para o melhor condicionamento da tropa, deve-se adotar o treinamento por níveis ou individual, que apesar de tirar o controle do comandante da fração, ele é atrativo pois possibilitar treinamento mais intenso e maior oportunidade de melhoria de desempenho.

2.1.3 A avaliação do TFM – Teste de Avaliação Física (TAF)

O treinamento físico militar é avaliado 3 (três) vezes ao ano através do Teste de Avaliação Física (TAF). Tem a finalidade de verificar o atual nível de condicionamento físico dos militares em cada momento. A Portaria Nr 032-EME, de 31 de março de 2008 é quem regula a avaliação do TFM.

O nível a ser atingido por cada militar depende de alguns fatores como: natureza da Organização Militar (OM) a qual faz parte (operacionais, não-operacionais, escolas de formação e estabelecimentos de ensino de natureza especial, quartéis-generais, forças de ação rápida e de emprego peculiar) e a idade do avaliado (a).

Nas avaliações os militares recebem uma menção de acordo com o índice obtido, o qual é pontuado na sua Quantificação do Mérito. As menções na ordem decrescente são: Excelente (E), Muito Bom (MB), Bom (B), Regular (R) e Insuficiente (I). Além disso, de acordo com o índice alcançado e o tipo de OM em que serve, o combatente recebe uma apreciação de suficiência: Suficiente (S) ou Não-Suficiente (NS).

O Comandante da OM é responsável pela suficiência dos seus subordinados. Já o conceito é responsabilidade de cada militar.

A Portaria traz os critérios de aplicação de cada prova da avaliação e os respectivos índices, de acordo com a idade e marca alcançada. A aplicação da avaliação é realizada em cada Organização Militar, por comissão nomeada em Boletim Interno (BI) pelo comandante da mesma.

2.2 COLETA DE DADOS

Na sequência do aprofundamento teórico a respeito do assunto, o delineamento da pesquisa contemplou a coleta de dados pelos seguintes meios: entrevista exploratória, questionário e grupo focal.

2.2.1 Questionário

Será aplicado questionários online (*Google Forms*) com os oficiais alunos brasileiros na fase presencial da EsAO no ano de 2018, para mapear a atual situação do TFM nas Organizações Militares do Exército.

A fase presencial da EsAO 2018 conta com 424 (quatrocentos e vinte e quatro) oficiais alunos do Exército Brasileiro e 7 (sete) fuzileiros navais brasileiros.

Foi realizado um pré-teste com 3 oficiais alunos, com a finalidade de identificar possíveis falhas e dificuldade de interpretação, e para validação do questionário. Ao

final do pré-teste, pequenas alterações, fruto das observações dos participantes, foram realizadas.

A amostra final exclui este autor e os 3 oficiais alunos com os quais foi realizado o pré-teste, perfazendo um total de 427 (quatrocentos e vinte e sete) oficiais alunos na mesma.

Buscou-se atingir uma amostra significativa para, assim, haver maior índice de confiabilidade no estudo. Para tal, utilizou-se como parâmetros o nível de confiança igual a 90% e erro amostral de 10%. Nesse sentido, a amostra dimensionada como ideal (n_{ideal}) foi de 59 (cinquenta e nove) respondentes ao questionário. (<http://www.publicacoesdeturismo.com.br/calculoamostral/>)

A partir do n_{ideal} (59), verifica-se que o tamanho amostral obtido ($n=99$) foi superior ao desejado para o tamanho populacional, chegando a um nível de confiança superior a 95% ($n_{95\%}=79$) com erro amostral de 10%.

2.2.2 Análise documental

Foram analisados os manuais militares e portarias que regulamentam o TFM em todas as suas etapas: planejamento, execução, fiscalização e avaliação. Também foram buscados artigos científicos que avaliam o TFM ou sua avaliação, assim como a importância das atividades físicas para a saúde e operatividade dos militares combatentes.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Passarei para a apresentação e discussão dos dados obtidos através das respostas dos 99 (noventa e nove) respondentes do questionário. Lembrando que todas as respostas foram dadas tomando por base o vivenciado por eles nas OM em que serviram no ano de 2017.

Os questionários foram de resposta voluntária e confidencial. O questionário aplicado consta no Apêndice "A" da presente pesquisa.

No primeiro questionamento, foi perguntado o seguinte: O Senhor considera que, para a profissão militar, é essencial que o combatente possua boa higiene física e que, para tal, o Treinamento Físico Militar (TFM) é necessário?

O Senhor considera que, para a profissão militar, é essencial que o combatente possua boa higidez física e...to Físico Militar (TFM) é necessário?
99 responses

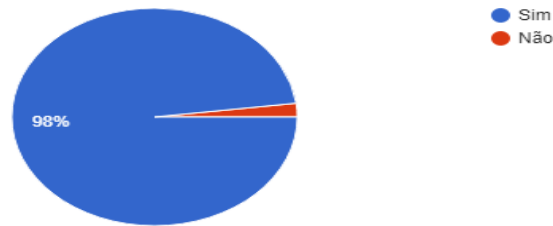


Fig 1. Pergunta 1

Neste caso, observa-se que a esmagadora maioria dos participantes, que são militares combatentes de carreira do Exército Brasileiro ou da Marinha do Brasil, consideram que a boa condição física é necessária ao combatente e que, para isso ele deve realizar o seu TFM.

No segundo questionamento perguntei quantas seções de TFM semanais a OM realizava.

A sua OM realizava quantas seções de Treinamento Físico Militar (TFM) por semana?
99 responses

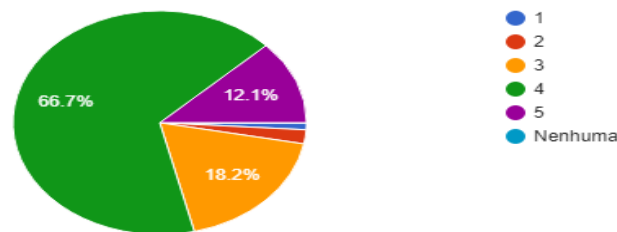


Fig 2. Pergunta 2

A continuidade da prática da atividade física é elemento essencial para que se alcance um bom condicionamento. É interessante que se realize ao menos 3 seções semanais, como previsto no próprio manual de TFM do Exército Brasileiro (EB). Sendo assim, foi observado que 21,2% das OM dos participantes não previam ao menos 4 seções semanais de TFM para seus militares, o que é o mínimo previsto no Manual EB20-MC-10.350 – Treinamento Físico Militar. Além disso, apenas 12,1% realizavam seu treinamento físico nos 5 dias da semana, o que é colocado no manual de TFM como sendo o ideal. Isso mostra que há uma certa falha quanto à continuidade do treinamento, com parcela significativa das organizações militares não realizando o mínimo de sessões previstas no manual.

No terceiro questionamento perguntei aos participantes com que frequência eles realizavam o TFM nos dias previstos.

Com que frequência o senhor, estando pronto para o serviço em sua OM, realizava o TFM nos dias previstos?

99 responses

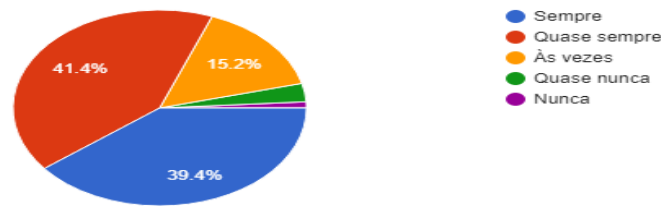


Fig 3. Pergunta 3

O que pode ser observado foi que apenas 39,4% dos participantes realizavam sempre o seu treinamento físico nos dias previstos, e que 19,2% realizavam seu TFM às vezes, quase nunca ou nunca. Levando em consideração que, como visto no questionamento anterior, já há um percentual considerável de OM que não realizam o mínimo de seções semanais e um outro índice considerável de militares que praticamente não realizam o TFM, percebemos que há um número considerável de combatentes que não estão realizando o mínimo de atividade física necessário para a manutenção de sua saúde, higidez física e operatividade.

No quarto questionamento busquei verificar quais os tipos de atividades eram realizadas nos quartéis dos respondentes.

Quais tipos de atividades físicas costumavam ser realizadas? (marque quantas alternativas corresponderem à resposta do questionamento)

99 responses

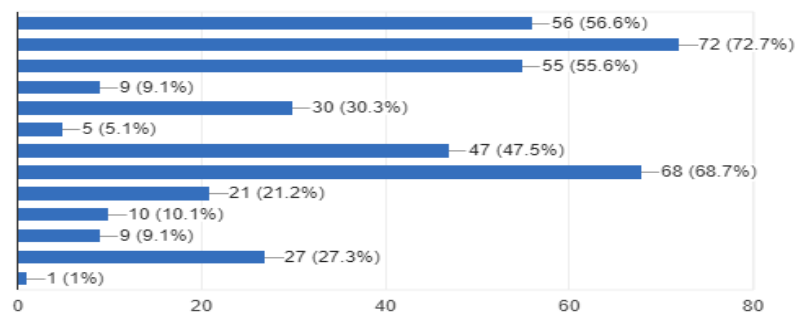


Fig 4. Pergunta 4

Obtive a informação de com que frequência as seguintes atividade eram realizadas: 56,6% corrida em forma; 72,7% treinamento livre; 55,6% prática desportiva; 9,1% pista de pentatlo militar (PPM); 30,3% ginástica básica; 5,1% ginástica com toros; 47,5% treinamento intervalado aeróbio (TIA); 68,7% corrida contínua ou caminhada livre; 21,2% pista de treinamento em circuito (PTC); 10,1% circuito operacional; 9,1% *cross* operacional; 27,3% musculação; e 1% *crossfit*.

Esses números mostraram que a ênfase no treinamento das OM tem sido a corrida, a prática desportiva e o treinamento livre, mostrando que há necessidade de se realizar mais treinamento neuromuscular nos quartéis. Além disso, os treinamentos utilitários e/ou funcionais estão sendo muito pouco realizados. Outro dado relevante é que em pouco menos da metade das OM, os participantes não realizavam corrida em forma, o que pode mostrar que não está havendo preocupação com a utilização do TFM para desenvolvimento de atributos da área afetiva, como espírito de corpo, camaradagem e outros.

Na quinta pergunta busquei verificar se o planejamento do TFM da OM era realizado por militar capacitado com o curso da Escola de Educação Física do Exército (EsEFEx).

Na sua OM, o Oficial responsável pelo planejamento do TFM era possuidor do Curso de Instrutor de Educação Física...ducação Física do Exército (EsEFEx)?
99 responses

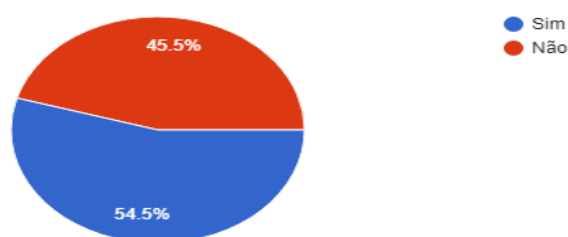


Fig 5. Pergunta 5

Foi observado que 45,5% dos quartéis não tinham um oficial “Calção Preto” (como são conhecidos os militares que realizaram o Curso de Instrutor de Educação Física – Bacharel – da EsEFEx). Esta ausência compromete a qualidade do treinamento físico desses quartéis, pois mesmo com a existência do Manual de Treinamento Físico Militar, existem os grupos de risco e militares que possam estar apresentando necessidades especiais de treinamento, o que um leigo não tem condições de planejar.

Faz-se necessário verificar como isso pode vir a ser resolvido, com a realização do correto planejamento, fiscalização e avaliação do TFM em todas as OM, além do acompanhamento diferenciado dos militares com condições especiais, respeitando-se a individualidade biológica dos mesmos.

Na pergunta seguinte busquei saber se os oficiais alunos verificavam o Quadro de Treinamento Físico Militar (QTFM) para realizar as atividades planejadas pelo oficial responsável (OTFM). Foi deixada a opção de outras informações para caso algum participante desejasse apresentar outras alternativas.

O senhor verificava e executava exatamente o previsto no Quadro de Treinamento Físico Militar (QTFM) semanal?

99 responses

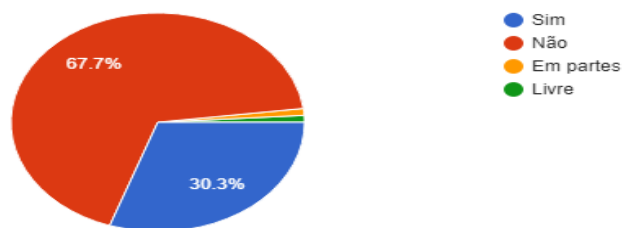


Fig 6. Pergunta 6

Pude constatar que apenas 30,3% dos militares observavam e executavam as atividades previstas no QTFM. Isso é um fato que necessita de correção, pois caso o militar sofra algum acidente, realizando uma atividade não prevista no QTFM, ela não será considerada acidente de serviço e ele não estará amparado pela legislação em caso de algo mais grave ou de demandas especiais.

Na pergunta seguinte questionei os participantes sobre quem fazia a retirada das faltas antes do início do TFM. Poderia haver mais de uma resposta por parte do respondente.

Quem fazia a verificação da presença e o acompanhamento da execução das sessões de TFM dos Oficiais e Sargentos?

99 responses

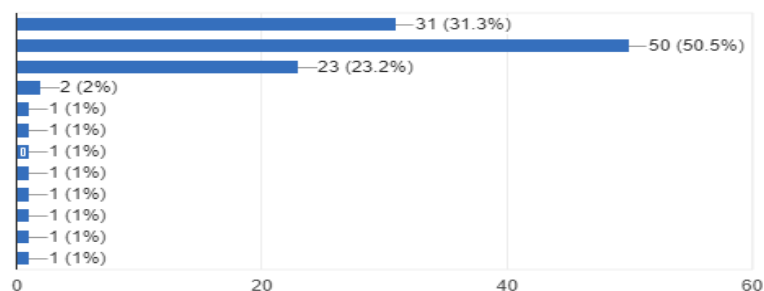


Fig 7. Pergunta 7

Apenas em 31,3% das OM era o comandante do quartel; em 50,5% era o comandante de companhia; em 5% o subcomandante; em 2% o S3; em 1% o chefe da Seção de Educação Física (SEF); e em 25,2% por ninguém verificava a presença e/ou o acompanhamento da sessão de TFM, o que facilita a não realização do mesmo por alguns militares.

Na oitava pergunta, quis verificar se havia TFM centralizado.

A OM realizava TFM centralizado ao menos 1 (uma) vez por semana?

99 responses

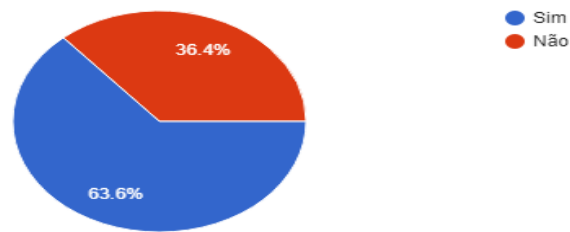


Fig 8. Pergunta 8

Obtive como resultado que 36,4% das OM nunca realizavam TFM centralizado. Esse alto índice mostra que o desenvolvimento de atributos, como o espírito de corpo, realmente está sendo deixado de lado nas sessões de treinamento físico militar.

No nono questionamento, perguntei sobre a postura do Comandante/Chefe/Diretor das organizações militares com relação ao TFM e ao TAF. Mais de uma opção poderia ser marcada na resposta.

Como o Comandante/Chefe/Diretor de sua OM tratava o TFM e o TAF da tropa? (marque quantas alternativas ...nderem à resposta do questionamento)

99 responses

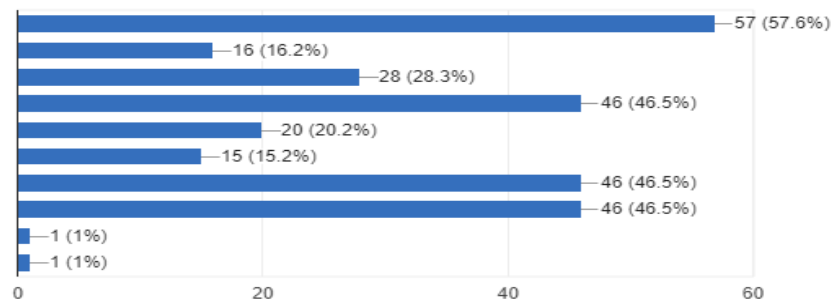


Fig 9. Pergunta 9

Seguem os índices: 57,6% cobrava a execução obrigatória de todos; 16,2% substituía as sessões de TFM por outras atividades; 28,3% realizava a fiscalização da execução; 46,5% executava o TFM diariamente; 20,2% cobrava a realização de palestra de orientação sobre a importância do TFM; 15,2% priorizava a manutenção das áreas de realização das atividades; 46,5% realizava o TAF junto com os demais oficiais; 46,5% cobrava a execução correta do TAF por todos; 1% não dava importância; e 1% treinava em domicílio.

No EB existe um ditado comum do ser ouvido nos quartéis e nas escolas de formação: “a tropa é o espelho do seu comandante”. Por isso foi colocada essa pergunta no questionário. E ela revelou que menos da metade dos comandantes

realizavam o TFM diariamente e o mesmo índice realizava o TAF junto com os demais militares da OM. 42,4% não cobravam a execução obrigatória das atividades físicas e índice maior não cobrava a correta realização da avaliação do treinamento.

Esses índices mostram muito do porque de, atualmente, haver certo relaxamento para com o TFM e o TAF. Como muitas vezes os Comandantes/Chefes/Diretores de OM possuem muitos encargos administrativos, para ganhar tempo durante o expediente, utilizam os horários de TFM no geral o individualmente para realizar outras atividades que também são muito importantes. O que há de ser evitado, é que o TFM seja substituído. Ele deve ser obrigatório para todos, pois é condição *sine qua non* para o sucesso das operações militares, que o militar esteja bem condicionado fisicamente.

Na pergunta 10 perguntei se todos os militares das OM dos participantes realizavam o TAF corretamente.

O Teste de Avaliação Física (TAF) era realizado conforme o previsto na sua portaria, com certeza, por todos os militares de sua OM?

99 respostas

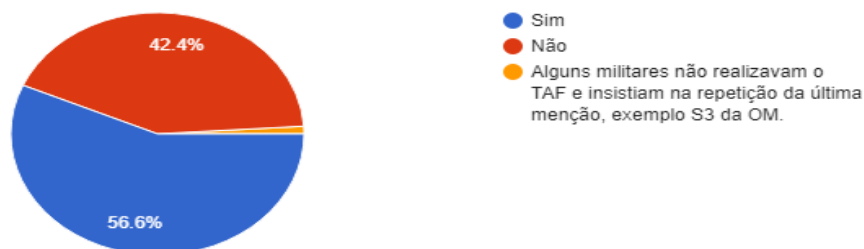


Fig 10. Pergunta 10

Apenas 56,6% dos militares participantes do estudo afirmaram que sim. Este é um dado alarmante, pois a menção do TAF influencia a carreira dos militares, já que vale ponto na quantificação do mérito dos mesmos. A portaria que regula a avaliação trata de como ela deve ser realizada para que a medição seja o mais padronizada possível, independentemente do local onde seja executada, proporcionando condições semelhantes para todos.

No próximo questionamento perguntei a opinião dos participantes sobre o resultado do TAF, se deve pontuar na quantificação do mérito (como é atualmente) ou se deve ser avaliada somente a suficiência (apto ou inapto).

O senhor julga que o TAF deve pontuar para a Quantificação do Mérito ou ser avaliado somente quanto à Suficiência/Apto ou Não Suficiente/Inapto)?

99 responses

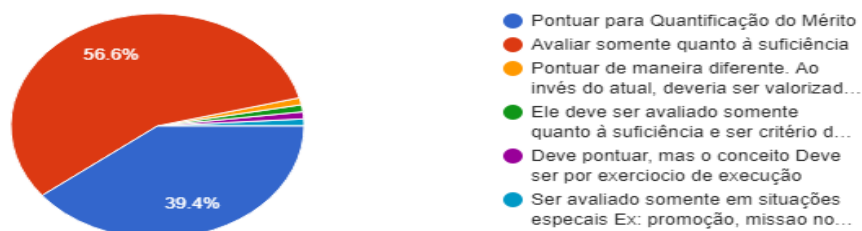


Fig 11. Pergunta 11

A opinião majoritária, 56,6%, foi de que o TAF deveria apresentar o resultado só para a suficiência, e não pontuar na quantificação do mérito como atualmente. Algumas outras sugestões foram colocadas: avaliar os Objetivos Individuais de Instrução (OII) ao invés de avaliação Global; diminuir a importância na quantificação do mérito ou só suficiência para atividades especiais; avaliar somente para situações especiais (promoção, missões no exterior, etc).

No 12º questionamento tentei identificar o que os respondentes acham que acontece com o TAF valendo para a quantificação do mérito. Deixei aberto para outras opiniões.

O que o senhor considera que acontece com o TAF pontuando na Quantificação do Mérito?

99 responses



Fig 12. Pergunta 12

Somente 35,4% acredita que o TAF, pontuando para a quantificação do mérito, estimula a maior prática do TFM para se alcançar melhores índices. A esmagadora maioria apontou que esse detalhe estimula a não realização ou realização inadequada do TAF ou até mesmo, a tentativa de alguns de não realizar a avaliação e mesmo assim lançar no sistema um índice superior ao que conseguiria se realmente a realizasse.

Na pergunta de número 13 quis saber dos participantes o que achavam do TAF. Deixei aberto para observações.

O senhor julga que o TAF é adequado ou deveria avaliar de maneira mais funcional (simulando demandas de com...) a aptidão física dos combatentes?

99 responses



Fig 13. Pergunta 13

Apenas 17,2% dos oficiais alunos participantes do estudo consideraram que o TAF é adequado. 78,8%, um índice significativo, julgaram que o TAF deveria avaliar de maneira mais funcional a aptidão física dos combatentes. Um dos participantes mencionou a importância de ser mais funcional, porém lembrou que isso demanda mais meios, o que poderia dificultar a implantação.

Cabe ressaltar que, durante a pesquisa, me deparei com o novo teste de condicionamento físico dos militares norte-americanos, que saíram de algo parecido com o realizado no Brasil para algo mais funcional. Não me aprofundi no assunto por não ser tema deste estudo, porém julgo válido conhecer melhor e aproveitar as atualizações e ensinamentos do exército mais testado em combate do mundo.

No 14º questionamento, busquei identificar se os respondentes julgavam adequado realizar o TAF centralizadamente nas grandes unidades (GU) enquadrantes, para garantir a correta execução.

Para assegurar a correta realização e execução padronizada do TAF por todos os militares, o senhor julga q...enquadrantes (Cmdo Mil A/DE/RM/Bda)?

99 responses



Fig 14. Pergunta 14

As respostas levaram a 55,6% de resposta julgando que seria interessante essa centralização. No meu ponto de vista, concordo com a maioria dos respondentes, pois a centralização ajudaria na transformação do TAF para algo mais funcional, tendo em vista que aos invés de vários, seriam pouco locais de aplicação,

além de garantir a correta execução e padronização da avaliação, já que seria aplicada para vários militares por uma mesma comissão de especialistas (“Calções Pretos”).

Esta centralização poderia contribuir para a resolução desses dois problemas verificados anteriormente. Lembrando que ela não seria algo novo, pois as GU já realizam a avaliação da Instrução Individual Básica. O Comandante de OM continua responsável pela suficiência e pela realização do TFM, porém a avaliação passar a ser responsabilidade do Grande Comando enquadrante, ou seja, do Comando Militar de Área, da Divisão de Exército, da Região Militar ou da Brigada.

No último questionamento obrigatório, perguntei sobre quantas vezes os participantes julgavam que o TAF deveria ser realizado por ano, a fim de proporcionar ao EB uma correta visualização sobre o condicionamento físico da tropa.

O senhor julga que o TAF deveria ser realizado quantas vezes no ano, visando proporcionar ao EB a correta v...re o condicionamento físico da tropa?

99 responses

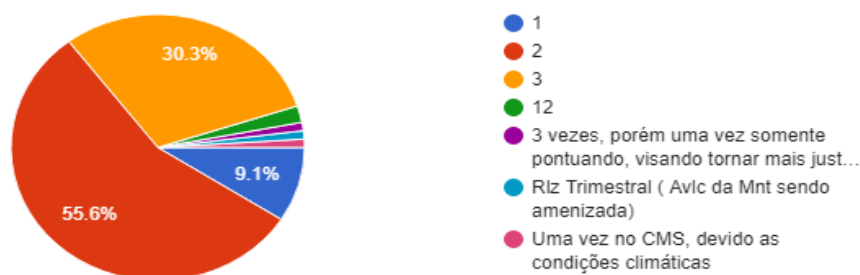


Fig 15. Pergunta 15

A grande maioria, 55,6%, julgou que seria interessante mudar o modelo atual de 3 avaliações para 2 no ano, enquanto que 30,3% julgaram que 3 deveria ser mantido. Alguns, 2%, ressaltaram as diferenças climáticas existentes no país para justificar a sugestão de 1 realização avaliada no ano, que já havia sido sugerida por outras 9,1% dos participantes.

Ao final do questionário, foi deixado um campo para que os participantes que desejassem, pudessem realizar qualquer tipo de comentário, crítica, elogio, sugestão ou oportunidade de melhoria sobre o TFM e o TAF, os quais apresentaram ideias variadas e interessantes:

Dentre os 99 (noventa e nove) respondentes, 21 (vinte e um) apresentaram sugestões e/ou observações, sendo que 4 (quatro) sugeriram uma reavaliação dos índices e exercícios que são realizados no TAF e que os índices avaliem o

condicionamento físico dos militares de acordo com o que a comunidade científica já validou como sendo os índices para saúde e/ou performance, não que sirvam para diferenciar os militares de acordo com a realidade atual da Força Terrestre, como é feito atualmente.

Outros 4 (quatro) mencionaram que o TAF entre na quantificação do mérito como apto ou inapto, visando ser mais justo, até porque não há como se padronizar o teste em todo o país, principalmente no tocante à corrida contínua, pois os percursos são demasiadamente variados.

Também foi comentado por 1 (um) respondente que: “O TAF é uma importante ferramenta de mensuração da capacidade cardiovascular do militar, pois se tratando de ser uma cópia do Teste de 12 minutos de Cooper, consegue determinar o valor aproximando do VO₂submáximo do executante e, assim, verificar aqueles militares que estão abaixo do VO₂ mínimo e portanto possuem maior tendência a desenvolver doenças cardiovasculares.”

No tocante à avaliação do TAF, 2 (dois) respondentes ainda comentaram sobre a importância de “avaliação cruzada”, ou seja, que militares de outras OM ou do Grande Comando enquadrante apliquem o teste para se evitar desvirtuações.

Outro comentário feito por 2 (dois) participantes foi no tocante à quantidade de TAF no ano, sugerindo maior espaçamento entre eles (os três são realizados em seis meses e fica-se seis meses sem avaliação), diminuindo a quantidade para dois no ano, levando em consideração também as características regionais para definição da data de realização, pois, por exemplo, no sul do país não há como realizar o TAF em perfeitas condições no inverno rigoroso, assim como no nordeste no verão extremo.

2 (dois) participantes sugeriram testes por especificidade funcional, natureza da tropa (comandos, paraquedistas, aviação, entre outras), com índices mínimos semelhantes para homens e mulheres combatentes.

Sobre a realização do TFM e TAF, 2 (dois) respondente comentaram que deveria haver mais ênfase na parte neuromuscular e de resistência muscular, alegando que o treinamento foca na parte cardiovascular.

Outros 3 (três) participantes comentaram sobre a falta de mentalidade de prática de atividade física na tropa, fazendo-se necessária a conscientização da mesma e o estímulo à prática dessa atividade que é vital para o cumprimento das missões do Exército.

Outro comentário interessante foi sobre a aplicação da corrida: “Creio que o teste de Cooper é de difícil coordenação, e são necessários muitos militares para a

fiscalização, o que pode comprometer o resultado final. Sou do CFN (Corpo de Fuzileiros Navais), e lá o teste é de 3200m para todos, com o grau sendo obtido em relação ao tempo com que cada um completa o percurso. Assim, se tem uma centralização do controle, e uma transparência maior nos resultados, principalmente para a tropa, pois todos estão vendo quem chegou antes/depois”.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A saúde e a higidez física do militar combatente são bases para a manutenção da operatividade do Exército Brasileiro. O militar tem de estar preparado em todos os aspectos, sejam eles o material, o intelectual, o psicológico ou o físico, todos são muito importantes para contribuir para o sucesso das missões.

Visando a preparação física dos combatentes, o EB criou e estimula o treinamento físico militar. Este é o meio disponível para que os militares alcancem a excelência no condicionamento físico e estejam aptos para o cumprimento de qualquer missão.

Porém, foi verificado neste estudo que o planejamento, a execução, a fiscalização e a avaliação do TAF não estão sendo realizados corretamente em um número considerável de organizações militares do Exército, por diversos motivos. Esse fato nos traz a necessidade de estudar soluções para que os mesmos sejam evitados.

Diversas sugestões foram apresentadas pelos participantes da pesquisa, as quais se mostram interessantes e viáveis em sua maioria. Dentre as principais, a de que a centralização de todo o processo pode levar a considerável diminuição dos problemas aqui identificados, pois, com somente a execução a cargo dos comandantes de OM, os mesmos só precisam se preocupar em conferir a presença dos seus subordinados e a manutenção das áreas de realização de atividades físicas, deixando o planejamento, avaliação e fiscalização para equipe centralizada do Grande Comando enquadrante.

Caso o Grande Comando (G Cmdo) enquadrante centralize seu pessoal especializado nas agências esportivas, por exemplo, funcionando com cerca de 15 oficiais “Calções Pretos” (esse número é uma sugestão, porém há necessidade de melhores estudos para a definição do quantitativo ideal), fica responsável pelo planejamento, fiscalização e avaliação do TFM, e as OM cumprem diretrizes de um Oficial General, aumentando a garantia de prioridade de execução da atividade, como é feito na avaliação da Instrução Individual Básica (IIB).

Além disso, poderiam realizar palestras nas OM sobre a importância do TFM, realizar o acompanhamento dos militares não suficientes e com necessidades especiais, realizar pesquisas relacionadas à capacitação física das tropas de sua GU enquadrante sob orientação do IPCFEX, realizar o planejamento, preparação e execução das competições de seus grandes comandos, dentre outras atividades de relevância para o Exército no tocante à higidez física e operatividade da tropa.

Assim o EB estaria, inclusive, justificando o investimento feito na capacitação desses oficiais, o que pode ser alvo de outro estudo posteriormente, para que esta especialização só venha a ser realizada no penúltimo ano de capitão, já direcionando os voluntários para, após a conclusão do curso na EsEFEx, o Quadro de Funções Específicas (QFE). Julgo que poderia ser viável pois o término do curso seria já com o militar promovido a Major e haveria seu direcionamento para uma área voltada a umas das atividades meio mais importantes da profissão militar, a capacitação física da tropa para a manutenção e aprimoramento de sua higidez física e, conseqüentemente, sua operatividade.

Por fim, concluo reforçando a necessidade de maior conscientização dos militares sobre a importância da saúde e higidez física para a operatividade do Exército Brasileiro, as quais só serão alcançadas com o correto planejamento, execução, fiscalização e avaliação do Treinamento Físico Militar (TFM), que passa, também, pelo correto emprego dos militares capacitados na Escola de Educação Física do Exército (EsEFEx), Bacharéis em Educação Física.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília, DF, 1988.

BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. Estado Maior do Exército. **EB20-M-3.150: Treinamento Físico Militar**. 4. ed. Brasília, DF, 2015.

CARVALHO, T. *et al.* **Posição Oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte: atividade física e saúde**. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. Vol. 2, Nº 4, Pág. 79 a 81. 1996.

DIAS, A. da C. *et al.* **A relação entre o nível de condicionamento aeróbio, execução de pista de obstáculos e o rendimento em um teste de tiro**. Revista Brasileira de Medicina do Esporte. Vol. 11, Nº 6, Pág. 341 a 346. 2005.

ESEFEX. **Missão**. Disponível em: <<http://www.esefex.eb.mil.br/missao>>. Acesso em: 29 mai. 2018.

GLANER, M. F. **Importância da aptidão física relacionada à saúde**. Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano. Vol. 5, Nº 2, Pág. 75 a 85. 2003.

RODRIGUES, M. G. V. **Metodologia da pesquisa: elaboração de projetos, trabalhos acadêmicos e dissertações em ciências militares**. 3. Ed - Rio de Janeiro: EsAO, 2005.

SILVA, R. S. *et al.* **Atividade física e qualidade de vida**. Ciência e Saúde Coletiva, 15 (1): 115-120. 2010.

VARGAS, L. M.; MOLETA, T.; PILATTI, L. A. **Diferença da aptidão física relacionada ao desempenho entre soldados de elite e convencionais do Exército Brasileiro**. Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, Campinas, Vol. 11, Nº 2, Pág. 148 a 167. 2013.

APÊNDICE “A” – Questionário

QUESTIONÁRIO

Este questionário faz parte de uma pesquisa que tem como finalidade verificar a importância da higidez física para a operatividade da tropa e o papel do Oficial possuidor do curso de Instrutor de Educação Física (Bacharel) da Escola de Educação Física do Exército (EsEFEx). Para tanto, peço sua colaboração, respondendo às perguntas que se seguem (não levará mais do que 5 minutos).

Não existem respostas certas ou erradas para as questões, pois o que importa é sua opinião sincera. Os dados desta pesquisa serão analisados em conjunto com as respostas dadas por todos os participantes e tratados de forma CONFIDENCIAL.

Responda tomando por base a Organização Militar (OM) em que o senhor servia no ano de 2017.

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE): Respondendo a este questionário, em conformidade com o disposto nas Resoluções 196/96 e 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde, você concorda em participar do estudo acima mencionado.

Estou ciente de que posso encerrar minha participação na pesquisa a qualquer tempo. Tendo ciência, também, de que os dados da amostra de participantes serão usados para fins acadêmicos e científicos, e que não é possível a identificação das respostas individuais. Em caso de maiores esclarecimentos, o Sr. poderá entrar em contato com a responsável, Cap Sv Int Galvão, pelo e-mail: pedrogalvao@gmail.com ou celular (21) 99876-1771.

Desde já, agradeço por sua valiosa colaboração!

1. O Senhor considera que, para a profissão militar, é essencial que o combatente possua boa higidez física e que, para tal, o Treinamento Físico Militar (TFM) é necessário?

() Sim () Não () Outro: _____

2. A sua OM realizava quantas seções de Treinamento Físico Militar (TFM) por semana?

- 1 2 3 4 5 Nenhuma Outro: _____
3. Com que frequência o senhor, estando pronto para o serviço em sua OM, realizava o TFM nos dias previstos?
- Sempre Quase sempre Às vezes Quase nunca Nunca
4. Quais tipos de atividades físicas costumavam ser realizadas? (marque quantas alternativas corresponderem à resposta do questionamento)
- Corrida em forma Treinamento livre Prática desportiva Pista de Pentatlo Militar (PPM) Ginástica Básica Ginástica com toros Treinamento Intervalado Aeróbio (TIA) Corrida contínua ou Caminhada livre Pista de Treinamento em Circuito (PTC) Circuito Operacional Cross Operacional Musculação
- Outro: _____
5. Na sua OM, o Oficial responsável pelo planejamento do TFM era possuidor do Curso de Instrutor de Educação Física (Bacharel) da Escola de Educação Física do Exército (EsEFEx)?
- Sim Não
6. O senhor verificava e executava exatamente o previsto no Quadro de Treinamento Físico Militar (QTFM) semanal?
- Sim Não Outro: _____
7. Quem fazia a verificação da presença e o acompanhamento da execução das sessões de TFM dos Oficiais e Sargentos?
- Comandante/Chefe/Diretor de OM Comandante de Companhia Ninguém Outro: _____
8. A OM realizava TFM centralizado ao menos 1 (uma) vez por semana?
- Sim Não Outro: _____
9. Como o Comandante/Chefe/Diretor de sua OM tratava o TFM e o TAF da tropa? (marque quantas alternativas corresponderem à resposta do questionamento)
- Cobrava a execução obrigatória de todos Substituía a sessão de TFM por outras atividades com certa frequência Realizava a fiscalização da execução pela tropa Executava seu TFM diariamente Cobrava a realização de palestra de orientação sobre a importância da realização do TFM Priorizava a manutenção das áreas de realização do TFM Realizava o TAF junto com os demais Oficiais e Sargentos da OM Cobrava a correta execução do TAF por todos os militares da OM
- Outro: _____

10.O Teste de Avaliação Física (TAF) era realizado conforme o previsto na sua portaria, com certeza, por todos os militares de sua OM?

Sim Não Outro:_____

11.O senhor julga que o TAF deve pontuar para a Quantificação do Mérito ou ser avaliado somente quanto à Suficiência (Suficiente/Apto ou Não Suficiente/Inapto)?

Pontuar para Quantificação do Mérito Avaliar somente quanto à suficiência Outro:_____

12.O que o senhor considera que acontece com o TAF pontuando na Quantificação do Mérito?

Estimula a não realização ou a realização inadequada do TAF
 Estimula a maior prática do TFM para se alcançar melhores índices
 Outro:_____

13.O senhor julga que o TAF é adequado ou deveria avaliar de maneira mais funcional (simulando demandas de combate) a aptidão física dos combatentes?

É adequado Deveria avaliar de maneira mais funcional a aptidão física dos combatentes Outro:_____

14.Para assegurar a correta realização e execução padronizada do TAF por todos os militares, o senhor julga que seria interessante que a aplicação fosse centralizada pelas Grande Unidades enquadrantes (Cmdo Mil A/DE/RM/Bda)?

Sim Não Outro:_____

15.O senhor julga que o TAF deveria ser realizado quantas vezes no ano, visando proporcionar ao EB a correta visão sobre o condicionamento físico da tropa?

1 2 3 Outro:_____

16.Apresente, se julgar necessário, oportunidades de melhoria e/ou sugestões relativas ao planejamento, execução, fiscalização e avaliação do TFM do EB.
