



ESTILO DE VIDA DE POLÍCIAIS MILITARES RECÉM-INCORPORADOS DO ESTADO DO PARANÁ

Eduardo Gauze Alexandrino; Danilo Francisco da Silva Marçal; Sonia Maria M. Gomes Bertolini.
Mestrado Interdisciplinar em Promoção da Saúde – UNICESUMAR, Maringá, Paraná, Brasil.
eduardogauze@hotmail.com

Introdução: A atividade policial militar configura-se como uma das profissões mais cobradas e estressantes da sociedade. Sua atribuição principal constitui na manutenção e restauração da ordem pública através do policiamento ostensivo e repressivo, sendo sempre a primeira intervenção frente à quebra da ordem. Assim, existe a necessidade de que o estado de saúde mental e física seja ideal para a realização dos esforços de atendimento da população, podendo os indicadores do estilo de vida auxiliar para qualificação do estado de saúde de policiais.

Objetivo: analisar o perfil do estilo de vida de policiais militares em período de formação da cidade de Paranaíba-PR. **Metodologia:** A amostra foi composta por 42 indivíduos do Curso de Formação de Soldados – CFSd 2013/2014 da PMPR, sendo 31 homens e 11 mulheres. Para analisar o estilo de vida foi utilizado o instrumento “Estilo de Vida Fantástico” (EVF) validado para população brasileira por Añez, Reis e Petroski (2008). Os dados foram analisados utilizando a estatística descritiva com valores expressos em percentual e desvio padrão. **Resultados:** Entre as mulheres a média de idade foi de 25 anos (+4,6) e IMC de 21,6 kg/m² (+1,7). Já entre os homens a idade foi 25,9 anos (+3,8) e IMC 23,6 kg/m² (+2,1). Quanto a escolaridade, 21,4% possuem apenas ensino médio completo, 31% estão cursando ensino superior e 47,6% possuem curso superior finalizado. A tabela mostra a classificação obtida pela amostra no questionário EVF:

	Regular	Bom	Muito Bom	Excelente
Total (n=42)	2,4% (n=1)	26,2% (n=11)	47,6% (n=20)	23,8% (n=10)
Homens (n=31)	3,2% (n=1)	29,1% (n=9)	48,3% (n=15)	19,4% (n=6)
Mulheres (n=11)	0%	18,2% (n=2)	45,5% (n=5)	36,3% (n=4)

Em análise pontual de determinados domínios que constituem o EVF, os resultados mostram que 100% da amostra afirmaram praticar seguro, possuem pessoas para conversar/desabafar e praticam atividade física mais de 4 vezes por semana. Em contrapartida, os resultados indicam que 10% da amostra fumam de 1-10 cigarros por dia; 83% apresentam estar com pressa nas atividades do dia-a-dia; 88% ingerem de 3-6 porções de bebidas de cafeína diariamente e 50% apresentam déficit de satisfação com o trabalho. **Conclusão:** Percebeu-se que a maior parte dos policiais obtiveram resultados satisfatórios em relação a um estilo de vida positivo, entretanto esses escores podem ser melhorados. Se faz necessária orientação adequada aos profissionais sobre melhor estilo de vida, principalmente nos aspectos de atividade física para o lazer, malefícios do tabaco alimentação e descanso de acordo com a demanda de trabalho, visando um comportamento preventivo para minimizar as potenciais e rotineiras situações estressantes de riscos.

Palavras-chave: estilo de vida; policiais militares; saúde; estresse.