

UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E FISIOTERAPIA  
GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – LICENCIATURA/BACHARELADO

FLAVIO BARRIENTOS DE OLIVEIRA

**FATORES MOTIVACIONAIS QUE LEVAM OS POLICIAIS MILITARES DE  
MINAS GERAIS A PRATICAREM ATIVIDADE FÍSICA**

UBERLÂNDIA  
2021

FLAVIO BARRIENTOS DE OLIVEIRA

**FATORES MOTIVACIONAIS QUE LEVAM OS POLICIAIS MILITARES DE  
MINAS GERAIS A PRATICAREM ATIVIDADE FÍSICA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade de Educação Física e Fisioterapia, da Universidade Federal de Uberlândia para conclusão de Graduação de Educação Física – Licenciatura/Bacharelado.

Orientador: Prof. Dr. Sérgio Inácio Nunes

UBERLÂNDIA  
2021

FLAVIO BARRIENTOS DE OLIVEIRA

**FATORES MOTIVACIONAIS QUE LEVAM OS POLICIAIS MILITARES DE  
MINAS GERAIS A PRATICAREM ATIVIDADE FÍSICA**

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof. Dr. SÉRGIO INÁCIO NUNES (ORIENTADOR) - FAEFI/UFU

---

Prof. Dr. EDUARDO HENRIQUE ROSA SANTOS - FAEFI/UFU

---

Profa. Dra. MARINA FERREIRA DE SOUZA ANTUNES - FAEFI/UFU

**Uberlândia**

**2021**

Dedico este trabalho aos meus pais, esposa e filhos. Vocês estiveram ao meu lado durante todos esses anos, me apoiaram e permitiram que essa mais essa etapa fosse alcançada.

## **AGRADECIMENTOS**

Primeiramente, agradeço à Deus pelas oportunidades que me trouxeram até esse momento. Agradeço também aos meus familiares, principalmente meus pais, esposa e filhos, que sempre estiveram presentes e me apoiaram ao longo de toda essa caminhada.

À minha amada esposa, agradeço pela paciência e dedicação durante todos esses anos. Obrigado por me auxiliar em todos os momentos, comemorar minhas conquistas, me apoiar nos momentos de dificuldades e me consolar nas minhas derrotas.

Ao meu filho Derick Rodrigues Barrientos pelo apoio, incentivo e auxílio durante todo o trabalho.

Ao meu orientador Prof. Dr. Sérgio Inácio Nunes, obrigado pelas orientações e pela paciência no decorrer dessa etapa e, aos demais professores, por contribuírem para minha formação.

Agradeço aos membros da banca examinadora Prof. Dr. Eduardo Henrique Rosa Santos e Profa. Dra. Marina Ferreira de Souza Antunes.

A Universidade Federal de Uberlândia e a todo corpo docente por todos os ensinamentos.

Ao Comandante da Nonagésima Segunda Companhia de Polícia Militar de Minas Gerais em nome do Sr. Capitão Genildo Moreira Lima por ter autorizado e apoiado a pesquisa com os militares no âmbito de uma de sua Companhia.

Por fim, aos meus amigos e a minha turma TRIBO 82, meu muito obrigado.

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	10
2. MATERIAIS E MÉTODOS.....	12
3. RESULTADOS E DISCUSSÃO .....	14
4. CONCLUSÃO.....	20
5. REFERÊNCIAS .....	22
6. APENDICE - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO .....	24
7. ANEXOS .....	25
ANEXO 1 - INSTRUMENTO 1 .....	25
ANEXO 2 - INSTRUMENTO 2 .....	26

## RESUMO

Este estudo teve como objetivo identificar os fatores motivacionais que levam os militares da Nonagésima Segunda Companhia de Polícia Militar de Minas Gerais a realizarem atividades físicas durante a chamada da Instrução Extensiva Semanal exercendo atividade física e em seus horários de folga. Para a coleta de dados foi utilizado um instrumento denominado *Participation Motivation Questionnaire* (PMQ) adaptado e questões discursivas sobre adesão, permanência e desafios encontrados na prática de atividade física. A pesquisa contou com a participação de 33 policiais militares da Nonagésima Segunda Companhia de Polícia Militar do sexo masculino e feminino atualmente na atividade operacional, com idades entre 27 e 49 anos. A aplicação do questionário foi sigilosa e totalmente confidencial. As respostas foram anônimas e as informações foram utilizadas exclusivamente para fins desta pesquisa, o que julgamos não ter promovido desconfortos e/ou constrangimentos aos participantes voluntários. Os resultados mostraram que os fatores motivacionais predominantes são, aptidão física, emoção e competência técnica, para exercer atividade profissional. Por outro lado, a maior dificuldade encontrada pelos militares são questões relacionadas à conciliação entre horários dos treinos e as demais atividades vinculadas à profissão.

**Palavras-chave:** Polícia Militar; Atividade Física; Motivação.

## **ABSTRACT**

This study aimed to identify the motivational factors that lead soldiers from the Ninety-Second Military Police Company of Minas Gerais to perform physical activities during the weekly Extensive Instruction call, exercising physical activity during and their free time. For data collection, an adapted instrument called Participation Motivation Questionnaire (PMQ) and discursive questions about adherence, permanence and challenges encountered in the practice of physical activity were used. The research included the participation of 33 male and female military police officers from the Ninety-Second Military Police Company currently in operational activity, aged between 27 and 49 years. The application of the questionnaire was confidential and completely confidential. The answers were anonymous and the information was used exclusively for the purposes of this research, which we believe has not caused discomfort and/or embarrassment to the volunteer participants. The results showed that the predominant motivational factors are physical aptitude, emotion and technical competence to exercise a professional activity. On the other hand, the greatest difficulty encountered by the military is issues related to reconciling training schedules and other activities related to the profession.

**Keywords:** Military Police; Physical activity; Motivation



## RESUMEN

Este estudio tuvo como objetivo identificar los factores motivacionales que llevan a los soldados de la Nonagésima Segunda Compañía de la Policía Militar de Minas Gerais a realizar actividades físicas durante la llamada semanal de Instrucción Extensa, realizando actividad física y en su tiempo libre. Para la recolección de datos se utilizó un instrumento adaptado denominado Cuestionario de Motivación para la Participación (PMQ) y preguntas discursivas sobre adherencia, permanencia y desafíos encontrados en la práctica de la actividad física. La investigación contó con la participación de 33 policías militares y policías militares de la Compañía Nonagésima Segunda de Policía Militar actualmente en actividad operativa, con edades comprendidas entre 27 y 49 años. La aplicación del cuestionario fue confidencial y completamente confidencial. Las respuestas fueron anónimas y la información fue utilizada exclusivamente para los propósitos de esta investigación, la cual creemos no ha causado malestar y / o vergüenza a los voluntarios participantes. Los resultados mostraron que los factores motivacionales predominantes son la aptitud física, la emoción y la competencia técnica para el ejercicio de una actividad profesional. Por otro lado, la mayor dificultad que encuentran los militares son las cuestiones relacionadas con la conciliación de horarios de entrenamiento y otras actividades relacionadas con la profesión.

**Palabras llave:** Policía Militar; Actividad física; Motivación.

## INTRODUÇÃO

A Polícia Militar de Minas Gerais (PMMG) tem como regulamento para poder fazer parte da corporação mediante concurso público tanto para provas do curso técnico de segurança pública (CTSP), para formação de soldados ou concurso para oficiais (CFO) além das provas de avaliação subjetivas são aplicadas provas de Aptidão física (TAF), apresentação de exames médicos e psicológicos que também são de caráter eliminatório.

O TAF possui caráter eliminatório e classificatório onde a soma da pontuação, obtida pelo candidato nas provas, corresponderá à sua nota nesta fase e o candidato que não atingir no mínimo 12 (doze) pontos em cada uma das provas do TAF será eliminado do processo seletivo, conforme Resolução nº 4607, de 03 de outubro de 2017 que revogou a Resolução nº 3.322, de 24 de setembro de 1996, que dispõe sobre o TAF a ser aplicado aos candidatos a cursos da Polícia Militar de Minas Gerais.

Diante de tal exigência os candidatos ao curso têm que gozar de saúde, ter aptidão física e conhecimentos a nível superior de escolaridade para fazer parte das fileiras da corporação.

A PMMG buscando uma melhor capacitação física dos militares para exercerem suas atividades operacionais com excelência devido as diversas e variadas situações nas quais o policial militar se depara utiliza por meio de sua carga horária mensal uma instrução extensiva semanal conforme Resolução número 4.285 de 10 de dezembro de 2013 - Dispõe sobre a jornada de trabalho na Polícia Militar e dá outras providências, para aprimoramento das qualidades técnicas específicas de defesa pessoal e condicionamento físico, sendo realizada nas terça feira ou quinta-feira de acordo com a programação da Companhia, no período da manhã e tarde para que possa atender os militares nas diferentes escalas de serviço nas quais exercem suas atividades operacionais ou administrativas .

Essa instrução é de caráter obrigatória, obedecendo o parágrafo 2º da Resolução nº 4.285 de 10 de dezembro de 2013, porém muitos militares encontram uma certa dificuldade, desconforto ou desânimo para exercer tal atividade, diante disso, o presente estudo objetiva identificar os motivos que levam os militares da Nonagésima Segunda Companhia de Polícia Militar de Minas Gerais (92º Cia PMMG) a praticarem atividade física. Mais especificamente, pretendemos conhecer quais as atividades praticadas pelos militares na chamada extensiva semanal para educação física; compreender quais são os fatores que mais motivam os militares a realizarem a atividade física praticada; verificar quais são as principais dificuldades encontradas pelos militares para compatibilizar o serviço com as atividades físicas praticadas

e, por fim, realizar levantamento da quantidade de militares que não praticam atividade física e suas causas.

Portanto, a motivação é uma questão importante para que os militares estejam envolvidos em uma atividade física para estarem ativamente preparados para o desempenho de suas funções laborais, uma vez que a qualquer momento serão chamados em ocorrência que demande de sua força, agilidade e condicionamento. A motivação é um tema que vem sendo abordado constantemente na literatura brasileira, vinculado a diferentes áreas. A motivação é a reunião das razões pelas quais alguém age de certa forma. Para La Rosa (2003, p.170), “a motivação é um processo através do qual os motivos surgem, desenvolvem-se e mobilizam comportamentos”.

Segundo Weinberg e Gould (2001), a motivação é um conceito que deve ser utilizado para compreender o complexo processo que coordena e dirige a direção e a intensidade de esforço dos seres humanos, o que torna, fundamental que técnicos e dirigentes esportivos reconheçam os fatores intervenientes no processo motivacional de seus atletas. Já que, entender o que leva um indivíduo a praticar determinada atividade esportiva e, ainda, compreender o que faz com que um sujeito esteja mais motivado do que outro corresponde a conhecimentos que devem fazer parte das bases e diretrizes do processo de treinamento, seja ele, de iniciação ou de alto rendimento. Assim, para criar uma teoria sobre o que motiva as pessoas, partiremos, em geral, do que motiva a nós mesmos. Para Machado (2006), a performance do atleta é afetada diretamente pelo fator psicológico durante o treinamento ou na própria competição.

A motivação é um tema que vem sendo abordado constantemente na literatura brasileira, vinculado a diferentes áreas. As palavras motivação e motivo estão diretamente relacionadas. Para Maggil (2001), motivo pode ser definido como uma força interior ou intenção, que leva uma pessoa a fazer algo ou agir de uma certa forma. Nesse contexto, para realizar uma discussão sobre motivação, deve-se primeiramente, investigar os motivos que influenciam determinado comportamento.

Vale ressaltar que este trabalho representa uma pesquisa no âmbito da Nonagésima Segunda Companhia de Polícia Militar de Minas Gerais (92º Cia PMMG) agregada ao Trigésimo Segundo Batalhão de Polícia Militar de Minas Gerais (32º BPM), que pertence e está subordinado à Nona Região da Polícia Militar de Minas Gerais (9º RPM).

## MATERIAIS E MÉTODOS

Esse trabalho se baseou em um estudo de campo. Segundo Ribas e Fonseca (2008) a pesquisa de campo consiste na observação de fatos e fenômenos tal como ocorrem espontaneamente. Em termos de objetivo este estudo pode ser enquadrado como uma pesquisa exploratória, em que há a busca de uma aproximação com o fenômeno, com levantamento de informações visando proporcionar uma maior familiaridade com o problema com a possibilidade de construção de hipóteses (GIL, 1991). Quanto a abordagem esta pesquisa é do tipo quantitativa, pois “(...) utiliza a linguagem matemática para descrever as causas de um fenômeno e as relações existentes entre as variáveis, permitindo a coleta sistemática de informações.” (FONSECA, 2002, p. 20).

Para o estudo de campo foi utilizado a escala Participation Motivation Questionnaire (PMQ), em uma versão traduzida, validada por Guedes; Silvério Neto, (2013) como instrumento de coleta de dados.

O questionário identifica o grau de importância de 30 itens, para cada militar, distribuídos entre 8 fatores motivacionais, sendo eles reconhecimento social, atividade em grupo, aptidão física, emoção, competição, competência técnica, afiliação e diversão.

Além disso, foi utilizado um questionário composto por três perguntas sobre a participação na instrução extensiva semanal, dificuldades e se o militar realiza ou não algum tipo de atividade física e a frequência dessa atividade.

Sobre os procedimentos para a coleta de dados, a primeira parte foi a aquisição da autorização pelo Comandante da Nonagésima Segunda Companhia de Polícia Militar de Minas Gerais na cidade de Uberlândia/MG para a realização da pesquisa entre dos militares da Companhia, sendo enviada uma solicitação via intranetpmmg (caixa de mensagens) solicitando que pudesse ser transmitida a todos os militares da Nonagésima Segunda Companhia o questionário e o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para tomarem ciência sobre o conteúdo e a finalidade da pesquisa.

A segunda etapa foi a divulgação e aplicação do questionário PMQ de forma coletar os dados necessários para a pesquisa, ainda que com a baixa coleta de dados devido as variáveis existentes na Cia (férias, militares licenciados, militares de atestado médico, etc). E tivemos a adesão de 33 voluntários na amostra. Nesta amostra, o motivo do maior número dos participantes serem homens é devido o efetivo feminino ser fixado pela Polícia Militar de Minas Gerais (PMMG) em 10% do previsto para os seus quadros de acesso (Minas Gerais, **Lei nº**

**21.976, de 24 de fevereiro de 2016**), sendo estes militares das diversas graduações e com as respostas de ambos os gêneros.

A coleta de dados iniciou-se em 20 de setembro de 2021 com envio de solicitação na caixa postal de mensagem da intranetpmmg para o Comandante da 92ª Cia PM informando sobre a pesquisa que gostaria de estar realizando junto a tropa da sua Cia. para presente Trabalho de Conclusão de Curso e que pudesse estar autorizando a mesma e que a administração da Cia. enviasse a sua tropa o formulário na forma do *google forms*, o questionário PMQ juntamente o TCLE em anexo na caixa de mensagem da intranetpmmg para assim coletar os dados da referida pesquisa.

Após a autorização do Sr. Capitão Genildo Comandante da Cia. a administração enviou a pesquisa para 84 militares da Cia. sendo que destes, 46 acessaram a caixa de mensagem com a pesquisa porém não participaram e 27 participaram preenchendo o questionário e respondendo às perguntas e tiveram acesso ao TCLE. Uma semana após a coleta foi feito novo contato com a administração da Cia. para que reenviasse novamente a pesquisa na caixa de mensagem da intranetpmmg. Enviado dia 27 de setembro aos 84 militares da Cia. e houve mais 6 militares que participaram da pesquisa, totalizando 33 participantes.

As respostas tiveram o anonimato de todos os militares e as informações foram utilizadas exclusivamente para fins de pesquisa. Todos os participantes convenientemente esclarecidos sobre a proposta do estudo e procedimentos aos quais foram submetidos e informados de que a participação seria voluntária e que a qualquer momento poderiam desistir da pesquisa, e que seriam preservados com o anonimato das informações e todos com acesso ao TCLE.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Entre as informações levantadas estão idade, tempo na PMMG, turno de serviço. Os dados obtidos estão demonstrados no quadro abaixo.

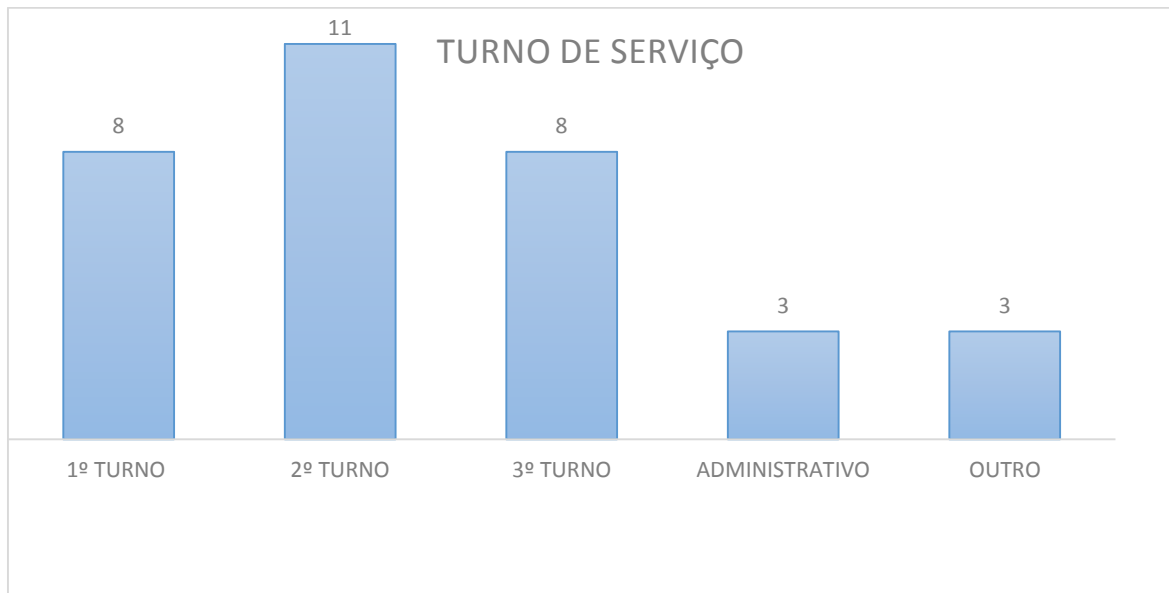
Quadro 1 – Idade, tempo de serviço na PMMG

N = 33	MINIMO	MAXIMO	MEDIA	DESVIO PADRÃO
IDADE	27	49	38,33	6,75
TEMPO PM	5	27	15,03	6,01

O quadro apresenta uma média relativamente de militares jovens e com uma certa experiência de profissão com uma média de 15,03 anos de efetivo serviço.

Dos 33 militares participantes da pesquisa 30 foram do sexo masculino e 3 do sexo feminino.

Gráfico 1. Turno de serviço dos militares participantes



O gráfico 1 apresenta uma maior participação dos militares que trabalham no 2º turno sendo das 15h00m às 23h:00min seguido dos militares que trabalham no 1º e 3º turnos sendo das 07h00min às 15h00min e 23h00min às 07h00min, respectivamente, e uma pequena porcentagem dos militares que trabalham no horário administrativo que compreende das 08h30m às 12h00 e das 13h00m às 17h00m e outros que compreende serviços que não se enquadram nestes, como escala especial, atividades operacionais e de recobrimento porém não

ultrapassam as 40h semanais conforme artigo 1º da resolução nº. 4.285 de 10 de dezembro de 2.013 que dispõe sobre a jornada de trabalho na PMMG. Aqui qualificado como sendo “outro” por ter uma minoria de militares neste turno e que poderiam estar participando também da pesquisa.

Uma provável hipótese de se ter obtido uma maior participação na pesquisa pelos militares do segundo turno pode estar relacionado a uma maior quantidade de militares que trabalham no referido turno.

Os 30 itens presentes no questionário PMQ adaptado podem ser classificados em 8 fatores motivacionais. O resultado dessa análise para os militares participantes da Nonagésima Segunda Companhia de Polícia Militar de Minas Gerais estão apresentados na tabela abaixo:

Quadro 2 – Análise dos fatores motivacionais a partir do questionário aplicado

<b>FATORES MOTIVACIONAIS</b>	<b>MÉDIA</b>	<b>DESVIO PADRÃO</b>
RECONHECIMENTO SOCIAL	<b>1,77</b>	<b>0,67</b>
ATIVIDADE DE GRUPO	<b>2,44</b>	<b>0,50</b>
APTIDÃO FÍSICA	<b>4,15</b>	<b>0,24</b>
EMOÇÃO	<b>3,16</b>	<b>0,24</b>
COMPETIÇÃO	<b>1,54</b>	<b>0,32</b>
COMPETÊNCIA TÉCNICA	<b>2,94</b>	<b>0,28</b>
AFILIAÇÃO	<b>2,09</b>	<b>0,95</b>
DIVERSÃO	<b>2,51</b>	<b>1,04</b>

Obteve-se que o principal fator motivacional para estes militares foi aptidão física, seguido por emoção, competência técnica, diversão, atividade em grupo, afiliação, reconhecimento social e, por fim competição.

Nota-se que os dois fatores motivacionais predominantes (aptidão física e emoção) apresentam além das mais altas médias, baixos desvios padrões. Segundo Rodrigues, Lima e Barbosa (2017), o desvio padrão é uma das medidas estatísticas mais comumente usadas para demonstrar a variabilidade dos dados. É uma medida que estima o grau em que o valor de determinada variável se desvia da média.

É possível, então, concluir que esses fatores além de terem alto grau de importância, foram um consenso entre todos os militares que participaram da pesquisa.

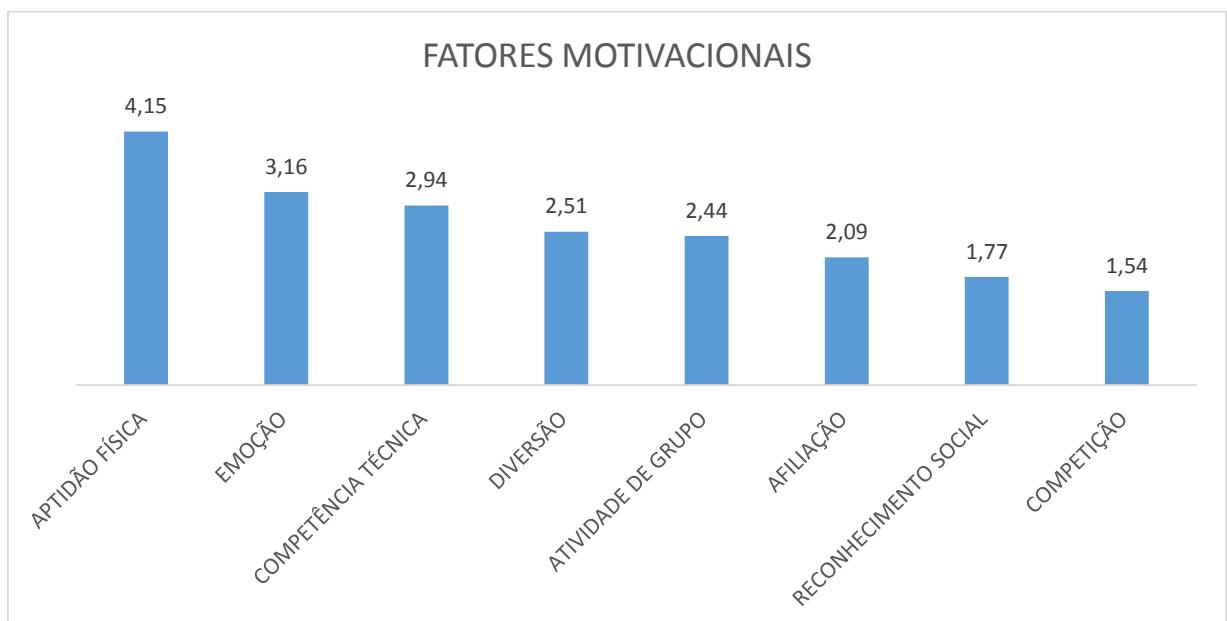
Assim, é possível reforçar a ideia de que estes fatores motivacionais se sobressaíram sobre os demais.

Os motivos que pertencem ao fator motivacional Aptidão Física (média 4,15) são: liberar energias, fazer exercício físico, estar em boas condições físicas e manter a forma física. Os motivos que pertencem ao fator motivacional Emoção (média 3,16) são: ter emoções fortes, superar limites, ter ação e liberar tensões.

Dentre os motivos que englobam a *Competência Técnica* (média 2,94), que ficou na terceira colocação entre os fatores motivacionais pertencentes ao formulário aplicado para os militares da 92ª Cia., estão: aprender novas habilidades, melhorar habilidade técnica, vencer desafios e fazer algo em que sou bom.

O gráfico abaixo apresenta a média dos fatores motivacionais, segundo a análise do formulário PMQ adaptado.

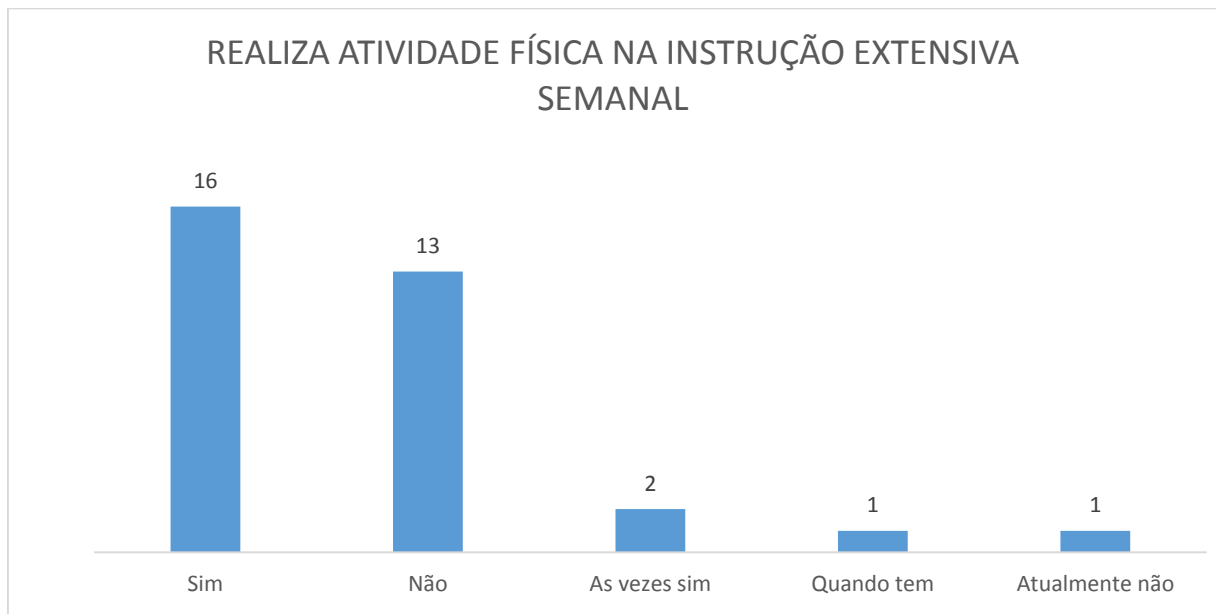
Gráfico 2. Média dos fatores motivacionais



A segunda análise considerou a entrevista realizada com os militares, embasada em três perguntas sobre praticar atividade física durante a chamada da instrução extensiva semanal, dificuldade em realizar a atividade e qual ou quais, se o militar pratica alguma atividade física ou esporte além da chamada da instrução extensiva semanal da PM e quantas vezes por semana. Os principais pontos levantados estão representados abaixo.

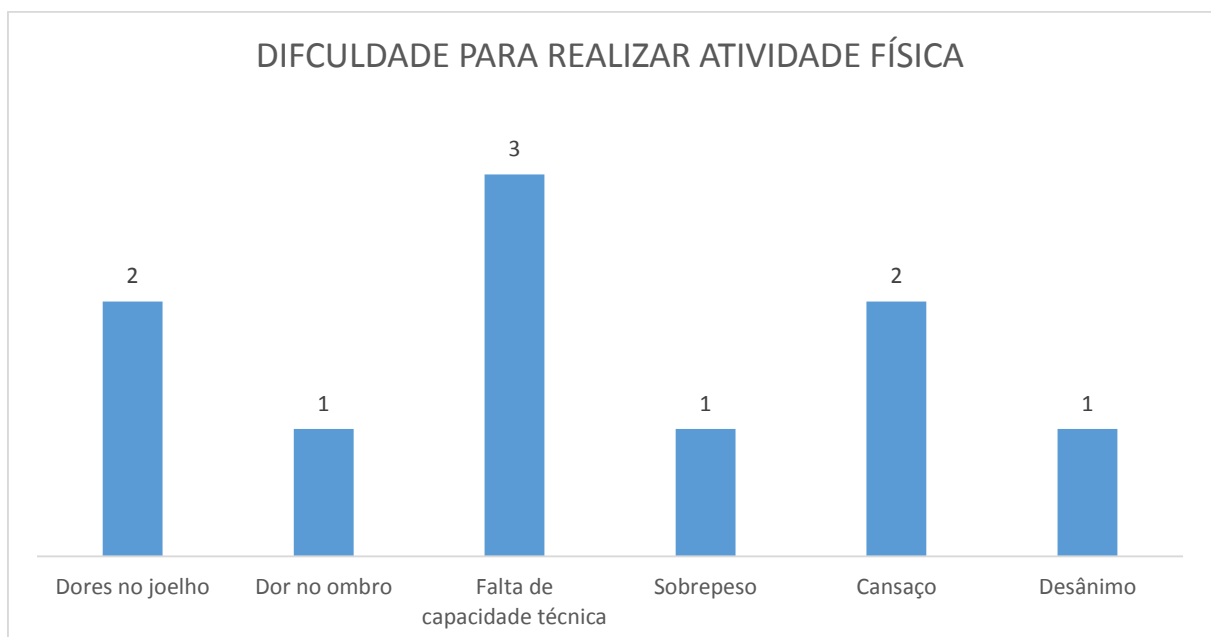


Gráfico 3. Realização de atividade física na Instrução Técnica Específica (Instrução Extensiva Semanal)



Nota-se no gráfico que existe uma considerável quantidade de militares que não praticam a atividade física durante o treinamento técnico específico, e uma pequena variável entre os que praticam as vezes ou que atualmente não praticam. Abaixo estão elencados alguns dos fatores que levam os militares a não realizarem a atividade física na chamada da instrução extensiva semanal de treinamento técnico específico e se tiveram ou não dificuldade em realizar a atividade física.

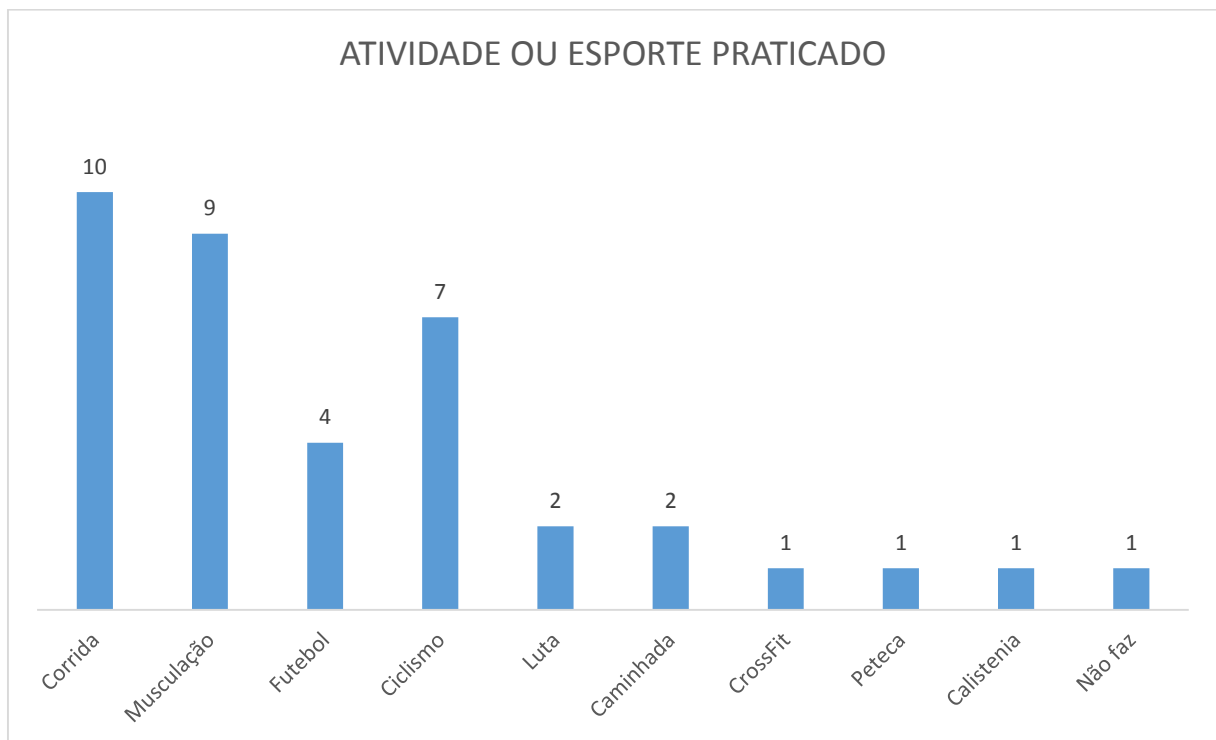
Gráfico 4. Dificuldade em realizar atividade física.



No gráfico apresentado podemos verificar que dos militares 19 militares que realizam a atividade física na instrução extensiva semanal um total de 10 apresentaram certa dificuldade em executar a atividade sendo a falta de capacidade técnica, dores no joelho seguido de cansaço as maiores queixas e um total de 14 militares que não praticam a atividade da instrução.

Outra questão levantada durante a pesquisa foi relacionada com atividade física ou esporte praticado além da instrução extensiva técnica específica e a frequência dessa atividade, conforme observado e relacionada no gráfico abaixo.

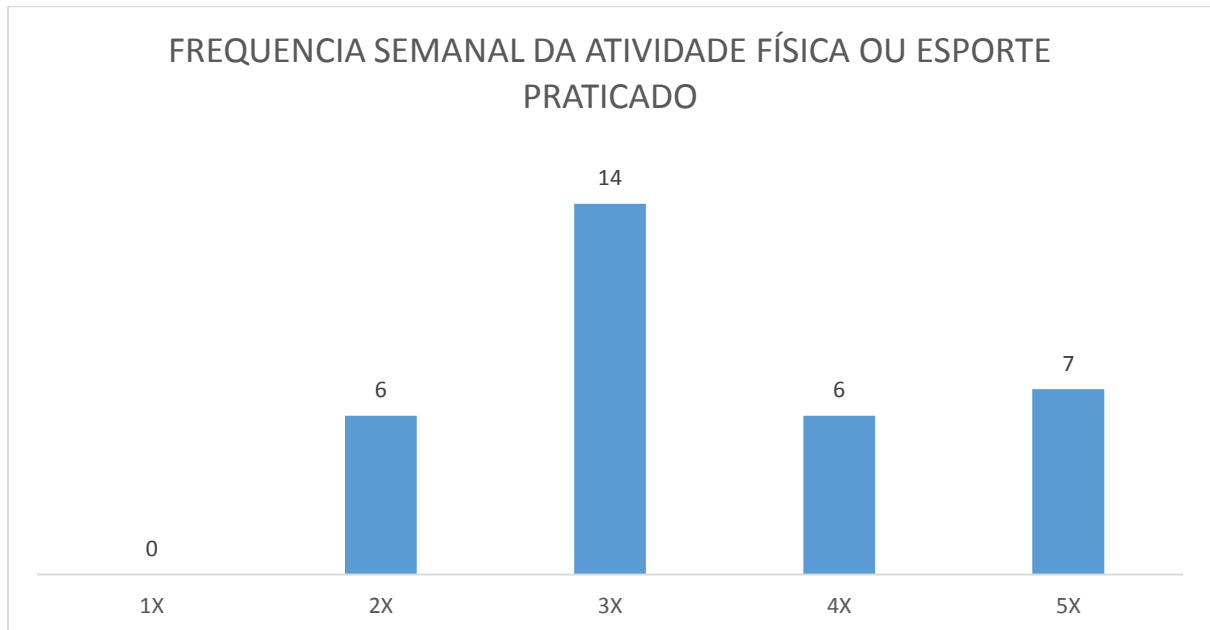
Gráfico 5. Atividade física ou esporte praticado pelos militares da Nonagésima Segunda Companhia de Polícia Militar de Minas Gerais



O gráfico acima demonstra uma participação maior dos militares que praticam a corrida seguida da musculação e ciclismo como as principais atividades e esportes praticados. Foi observado também que mais de um militar pratica mais de uma atividade física ou esporte o que se pode correlacionar com os fatores motivacionais citados anteriormente na obtenção de aptidão física e emoção, retratando também o alto número de participantes de ciclismo dentro da pesquisa realizada. A frequência dessa participação na atividade física foi analisada também

e demonstrou uma alta participação semanal nas atividades praticadas além da chamada da instrução extensiva semanal como nos mostra o gráfico abaixo.

Gráfico 6. Frequência semanal de atividade física ou esporte praticado



Obtivemos um maior frequência de 3 vezes por semana como maior adesão a prática de atividade física ou esporte praticado pelos militares da Nonagésima Segunda Companhia de Polícia Militar de Minas Gerais seguido por uma frequência de 5 vezes por semana o que nos demonstra que dentre os militares que realizam alguma atividade física ou esporte o fazem com uma certa frequência, caracterizando uma boa aptidão física e motivação para a continuidade da atividade ou esporte praticado.

Em outro estudo realizado por Balbinotti; Barbosa; Balbinotti e Saldanha (2011) sobre a Motivação à prática regular de atividade física concluiu-se não haver diferenças significativas nas respostas dos sujeitos quando controlada a variável sexo. Mesmo não sendo possível generalizar os resultados obtidos nesta pesquisa, pois o procedimento de coleta amostral foi não-aleatório, tanto o número de sujeitos em estudo quanto a pluralidade setorial onde foram coletadas as respostas dos sujeitos permitem algumas conclusões hipotéticas importantes. Mesmo considerando esta limitação de caráter amostral, pode-se concluir que o fato de pertencer a qualquer um dos sexos não afeta os índices gerais de motivação à prática regular de atividade física.

## CONCLUSÃO

Com base na pesquisa foi possível traçar um perfil inicial dos militares da Nonagésima Segunda Companhia de Polícia Militar de Minas Gerais, que participaram do estudo. Conforme já foi dito, a idade média é de aproximadamente 38 anos, tempo médio de efetivo serviço de 15 anos.

Por meio de um formulário PMQ adaptado, concluiu-se que os 8 fatores motivacionais analisados (reconhecimento social, atividade de grupo, aptidão física, emoção, competição, competência técnica, afiliação e diversão) possuem graus de importância altos, com médias entre 1,54 e 4,5 (em uma escala de 1 a 5). Entretanto, três fatores motivacionais se mostraram predominantes, sendo eles aptidão física, emoção e competência técnica respectivamente. Ambos apresentaram além das maiores médias, desvios padrões baixos. Conclui-se, assim, que esses itens não só são os mais importantes para os militares como trata-se de um consenso entre a tropa em estudo. A aplicação do questionário, composto por três questões discursivas, mostrou que os principais motivos para os militares participarem da atividade física é obtenção de aptidão física.

As maiores dificuldades encontradas pelos militares são a dificuldade técnica para realizar a atividade, cansaço e dores no joelho, o que deve ser fator a ser pesquisado em uma outra oportunidade.

Este estudo faz parte de um conjunto de trabalhos cujo objetivo é o levantamento dos fatores motivacionais que levam os militares da Nonagésima Segunda Companhia de Polícia Militar de Minas Gerais a praticarem atividade física. Entre as modalidades realizadas pelos militares foram destacadas a corrida, musculação, ciclismo e futebol com maior predominância. Futuramente, será possível fazer uma análise mais completa do perfil dos militares que treinam e que estejam participando de alguma competição, seja a nível regional, estadual ou nacional, apesar da baixa média de fator relevância para os mesmos o critério de competição dentro dos fatores motivacionais. Como já ocorre a nível da 9ª RPM podemos citar atletas como o Sr. Major Sandro Nunes de Paiva, lotado no 32º BPM, que compete a nível Internacional e Sul Americano, conseguindo o 2º lugar no Mundial de Taekwondo nos Estados Unidos em 2015, campeão Panamericano em 2014 em Florianópolis/SC, campeão Panamericano em Lima no Peru em 2017.

A Cabo Aline Raphaella Pereira Affonso lotada na 9ª RPM, campeã Brasileira de Jiu-jitsu em 2021 com ranking nas categorias 1º lugar leve, 1º lugar absoluto e 1º lugar categoria de peso (CBJJ – Confederação Nacional de Jiu-Jitsu) e 1º lugar na Confederação Internacional de

Jiu-jitsu (IBJJ – International Brazilian Jiu-Jitsu Federation) categoria light, 1º lugar categoria Open Class de 2020-2021.

O Soldado Ramon Augusto Francisco Soares da Costa lotado na 9º Cia PM, 2º lugar de fisiculturismo Superman Bodybuilding categoria classic acima de 1,75kg em 2018, dentre outros militares da 9º RPM que possuem reconhecimento no meio desportivo.

Portanto não podemos dispensar que a preparação, visto que a PMMG possui uma expressiva representação atlética de alto nível e o treinamento e a disciplina são fatores primordiais para exercer a profissão de policial militar, o que foi destacado nos fatores que levam os militares da Nonagésima Segunda Companhia de Polícia Militar de Minas Gerais a colocar a aptidão física como um dos principais motivos mesmo não sendo para nível de competição mas para auxílio nas suas atividades operacionais, qualidade de vida e melhorar suas habilidades técnicas nas atividades físicas das quais participam ou praticam.

## REFERÊNCIAS

BALBINOTTI, M. A. A.; BARBOSA, M. L. L. BALBINOTTI, C. A. A. SALDANHA, R. P. Motivação à prática regular de atividade física: um estudo exploratório. **Estud. psicol.** (Natal), Natal, v. 16, n. 1, p. 99-106, Abr. 2011 Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-294X2011000100013&lng=](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2011000100013&lng=) Acesso em: 08 de novembro de 2021.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE JIU-JITSU (CBJJ). **CBJJ 2020 – 2021 RANKING. Rankings, Kimono – Feminino – Master 2 – Azul.** Disponível em: [https://cbjj.com.br/2021-athletes-ranking?utf8=%E2%9C%93&filters%5Bs%5D=ranking-geral-gi-cbjj&filters%5Bgender%5D=female&filters%5Bage\\_division%5D=master2&filters%5Bbelt%5D=blue&filters%5Bweight%5D=&commit=Buscar](https://cbjj.com.br/2021-athletes-ranking?utf8=%E2%9C%93&filters%5Bs%5D=ranking-geral-gi-cbjj&filters%5Bgender%5D=female&filters%5Bage_division%5D=master2&filters%5Bbelt%5D=blue&filters%5Bweight%5D=&commit=Buscar) Acesso em: 15 outubro de 2021.

FONSECA, J. J. S. **Metodologia da pesquisa científica.** Fortaleza: UEC, 2002.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa.** São Paulo: Atlas, 1991.

GUEDES, Dartagnan Pinto; José Evaristo. SILVÉRIO NETTO, **Participation Motivation Questionnaire: tradução e validação para uso em atletas-jovens brasileiros**, Rev. Bras. Educ. Fís. Esporte, São Paulo, 2013

INTERNATIONAL BRAZILIAN JIU-JISU FEDERATION (IBJJF). **2020 – 2021 IBJJF RANKING. Rankings, Mater-GI – Female – Master 2 – Blue.** Disponível em: [https://ibjjf.com/2021-athletes-ranking?utf8=%E2%9C%93&filters%5Bs%5D=ranking-masters&filters%5Bgender%5D=female&filters%5Bage\\_division%5D=master2&filters%5Bbelt%5D=blue&filters%5Bweight%5D=light&filters%5Bsearch%5D=](https://ibjjf.com/2021-athletes-ranking?utf8=%E2%9C%93&filters%5Bs%5D=ranking-masters&filters%5Bgender%5D=female&filters%5Bage_division%5D=master2&filters%5Bbelt%5D=blue&filters%5Bweight%5D=light&filters%5Bsearch%5D=) Acesso em 15 outubro de 2021.

LA ROSA, J. **Psicologia e Educação: o significado do aprender.** Porto Alegre: Edipucrs, 2003.

MACHADO, A. A. **Psicologia do Esporte Da Educação Física Escolar ao Esporte de Alto Nível.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

MAGGIL, R. **A Aprendizagem Motora: Conceitos e Aplicações**. São Paulo: Edgard Blucher, 2001.

MINAS GERAIS. **Lei nº 21.976, de 24 de fevereiro de 2016**. Fixa o efetivo da Polícia Militar do Estado de Minas Gerais - PMMG – e do Corpo de Bombeiros Militar de Minas Gerais – CBMMG – para o ano de 2016. Disponível em: <<http://leisestaduais.com.br/mg/lei-ordinaria-n-21976-2016-minas-gerais-fixa-os-efetivos-da-policia-militar-do-estado-de-minas-gerais-pmmg-e-do-corpo-de-bombeiro-militar-de-minas-gerais-cbmmg-para-o-ano-de-2016>>. Acesso em 21 de setembro de 2021.

POLICIA MILITAR DO ESTADO DE MINAS GERAIS (PMMG). **Portfólios de cursos e concursos da Polícia Militar de Minas Gerais**, 2017. Disponível em:

<https://www.policiamilitar.mg.gov.br/conteudoportal/uploadFCK/crs/02012018113029327.pdf>

f. Acesso em 19 de setembro de 2021.

POLICIA MILITAR DO ESTADO DE MINAS GERAIS (PMMG) - **RESOLUÇÃO Nº 4.285, DE 10 DE DEZEMBRO DE 2.013**. Disponível em:

<https://www.policiamilitar.mg.gov.br/conteudoportal/uploadFCK/crs/28072017141432712.pdf>

f. Acesso em: 20 de outubro de 2021.

POLICIA MILITAR DO ESTADO DE MINAS GERAIS (PMMG) - **RESOLUÇÃO Nº 4.607, DE 03 DE OUTUBRO DE 2.017**. Disponível em:

<https://www.policiamilitar.mg.gov.br/conteudoportal/uploadFCK/crs/02012018113029327.pdf>

f. Acesso em: 20 de outubro de 2021.

RIBAS, Cíntia Cargin Cavalheiro, FONSECA, Regina Célia da. **Manual de metodologia OPET**. Curitiba, 2008.

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2001.

## APÊNDICE

### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E FISIOTERAPIA  
GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA – LICENCIATURA/BACHARELADO

### TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO – TCLE

Prezados militares da 92º Cia PM,

Você está sendo convidado(a) a participar da pesquisa intitulada “**FATORES MOTIVACIONAIS QUE LEVAM OS MILITARES DA POLÍCIA MILITAR DE MINAS GERAIS A PRATICAREM DE ATIVIDADE FÍSICA**”, sob a responsabilidade do pesquisador FLAVIO BARRIENTOS DE OLIVEIRA e de seu orientador Prof. Dr. Sérgio Inácio Nunes. A pesquisa tem como objetivo principal compreender as principais motivações que levam o(a)s militares a praticarem exercício físico. Sua participação é voluntária e envolve responder dois questionários, com duração de no máximo quinze minutos, e caso deseje interromper a participação ou quiser desistir de continuar em qualquer momento, tem absoluta liberdade de fazê-lo sem nenhum prejuízo ou coação. O instrumento está dividido da seguinte forma: a primeira parte contém alguns dados que nos permitirão traçar o perfil inicial, tais como: sexo, idade, turno de serviço e tempo de serviço na PM, e o questionário PMQ (Participation Motivation Questionnaire), com 30 itens equivalentes aos possíveis motivos, no qual o respondente indica o grau de importância. A segunda parte é um questionário com três questões abertas. Na publicação dos resultados desta pesquisa, sua identidade será preservada. Serão omitidas todas as informações que permitam identificá-lo. Mesmo não tendo benefícios diretos em participar, indiretamente você estará contribuindo para a compreensão do fenômeno estudado e para a produção de conhecimento científico. Qualquer dúvida a respeito da pesquisa, você poderá entrar em contato com o pesquisador FLAVIO BARRIENTOS DE OLIVEIRA pelo e-mail: flavionddj@hotmail.com ou com o orientador Prof. Dr. Sérgio Inácio Nunes pelo e-mail sin@ufu.br.

Uberlândia, 03 de Agosto de 2021

Eu aceito participar do projeto citado acima, voluntariamente, após ter sido devidamente esclarecido.

---

Participante da pesquisa



## ANEXOS

### ANEXO 1 – INSTRUMENTO 1

SEXO: F ( ) M ( )

IDADE:

TURNO DE SERVIÇO:

QUANTO TEMPO ESTÁ NA PM:

PMQ – PARTICIPATION MOTIVATION QUESTIONNAIRE (GUEDES; SILVÉRIO NETO, 2013).

Abaixo estão alguns motivos que podem levar as pessoas a praticarem esportes. Leia com atenção cada item e marque com “X” o quanto cada um desses motivos é importante atualmente para você praticar sua modalidade esportiva

De 1 a 5 marque a opção que melhor lhe convém,		NADA			MUITO	
sobre a prática de esportes Eu pratico esportes para:		IMPORTANTE			IMPORTANTE	
		1	2	3	4	5
1	Melhorar as habilidades técnica	1	2	3	4	5
2	Estar com os amigos	1	2	3	4	5
3	Ganhar dos adversários	1	2	3	4	5
4	Liberar energias	1	2	3	4	5
5	Viajar	1	2	3	4	5
6	Manter a forma física	1	2	3	4	5
7	Ter emoções fortes	1	2	3	4	5
8	Trabalhar em equipe	1	2	3	4	5
9	Satisfazer a família ou os amigos	1	2	3	4	5
10	Aprender novas habilidades	1	2	3	4	5
11	Fazer novas amizades	1	2	3	4	5
12	Fazer algo em que sou bom	1	2	3	4	5
13	Liberar tensões	1	2	3	4	5
14	Ganhar prêmios	1	2	3	4	5
15	Fazer exercício físico	1	2	3	4	5
16	Ter algo para fazer	1	2	3	4	5
17	Ter ação	1	2	3	4	5
18	Desenvolver espírito de equipe	1	2	3	4	5
19	Sair de casa	1	2	3	4	5
20	Competir	1	2	3	4	5
21	Sentir importante	1	2	3	4	5
22	Pertencer a um grupo	1	2	3	4	5
23	Superar limites	1	2	3	4	5
24	Estar em boas condições físicas	1	2	3	4	5
25	Ser conhecido	1	2	3	4	5
26	Vencer desafios	1	2	3	4	5
27	Satisfazer o professor/treinador	1	2	3	4	5
28	Ser reconhecido e ter prestígio	1	2	3	4	5
29	Divertir	1	2	3	4	5
30	Utilizar instalações e equipamentos esportivos	1	2	3	4	5

**ANEXO 2 – INSTRUMENTO 2****Questionário sobre atividade física dos militares da 92 cia PM**

1. Você realiza atividade física durante a chamada da instrução obrigatória do treinamento técnico específico?

---

2. Teve alguma dificuldade para realizar a atividade?

---

Qual ou quais?

-----  
-----

3. Você pratica alguma atividade física ou esporte além da chamada da instrução obrigatória do treinamento técnico específico da PM?

-----

Qual ou quais?

-----

Se pratica quantas vezes por semana?

-----