



Fatores clínicos e sociodemográficos associados ao tempo gasto sentado em policiais militares*

Clinical and sociodemographic factors associated with time spent sitting in military police

Factores clínicos y sociodemográficos asociados al tiempo de permanencia en la policía militar

Como citar este artigo:

Oliveira CCRB, Silva CTO, Coelho ACC, Carneiro BR, Bastos MC, Canuto PJ, Moraes MA, Mussi FC, Pires CGS. Clinical and sociodemographic factors associated with time spent sitting in military police. Rev Esc Enferm USP. 2023;57:e20230089. <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2023-0089en>

-  Cleise Cristine Ribeiro Borges Oliveira¹
-  Carla Tatiane Oliveira Silva¹
-  Ana Carla Carvalho Coelho¹
-  Bruna Rafaela Carneiro¹
-  Milena de Carvalho Bastos¹
-  Pollyanna Jorge Canuto¹
-  Mariana de Almeida Moraes¹
-  Fernanda Carneiro Mussi¹
-  Cláudia Geovana da Silva Pires¹

* Extraído da tese de doutorado: “Nível de atividade física em policiais militares: fatores preditores e protocolo de intervenção de Enfermagem”, Universidade Federal da Bahia, 2023.

¹ Universidade Federal da Bahia, Programa de Pós-Graduação em Enfermagem e Saúde, Salvador, BA, Brasil.

ABSTRACT

Objective: To verify the association between clinical and sociodemographic factors and time spent sitting in military police. **Method:** This is a cross-sectional study, with 432 military police officers from Eastern Regional Policing Command units of the Military Police of Bahia de Feira de Santana. Data collection took place from August to December 2022 through Google Forms using the International Physical Activity Questionnaire. **Results:** Men predominated (82.35%), race/color was black (87.04%), the head of the family had completed higher education (47.69%) and police officers with a partner (81.94%). The risk of time spent sitting ≥ 180 minutes per day was lower in males (IRR < 1). Increasing age was associated with a lower risk of time spent sitting ≥ 180 minutes per day (IRR < 1). **Conclusion:** Male police officers with more years of experience were less exposed to sedentary behavior. Specific interventions and health policies aimed at combating sedentary behavior become relevant, aiming to promote health and prevent diseases.

DESCRIPTORS

Police; Nursing; Sedentary Behavior; Motor Activity; Socioeconomic Factors.

Autor correspondente:

Cleise Cristine Ribeiro Borges Oliveira
Rua Augusto Viana, Campus Canela
40110-100 – Salvador, BA, Brasil
cleisecristine@gmail.com

Recebido: 06/04/2023
Aprovado: 14/11/2023

INTRODUÇÃO

Características peculiares à atividade laboral dos policiais militares contribuem para o adoecimento, sobretudo, pelas doenças cardiovasculares, que representam a primeira causa de mortalidade no mundo, sendo responsáveis por cerca de 17,9 milhões das mortes anualmente⁽¹⁾. Fatores de risco cardiovascular (FRCV) modificáveis, como tabagismo, consumo excessivo de bebida alcoólica, dislipidemias, níveis insuficientes de atividade física, comportamento sedentário e excesso de peso, estão associados ao desenvolvimento dessas doenças. Além disso, o convívio diário com a violência, a criminalidade, a extensa jornada de trabalho, o medo da morte e a insegurança no âmbito profissional podem gerar estresse e distúrbios relacionados à saúde mental^(2,3).

Entre os FRCV, o comportamento sedentário estimado pelo tempo gasto na posição sentada, reclinada ou deitada está associado a todas as causas de mortalidade, independentemente da atividade física regular, e merece ser investigada quanto aos níveis de atividade física. O comportamento sedentário pode ser caracterizado como qualquer atividade que diminua o gasto corporal energético a valores próximos ao de repouso, incluindo atividades como sentar, dormir, assistir televisão e usar o computador⁽⁴⁾.

Os policiais militares, mesmo exercendo uma profissão que necessita de bom condicionamento físico e da prática de atividade física regular, podem apresentar comportamento sedentário, dado que a natureza do trabalho demanda atividades administrativas e rondas realizadas na posição sentada⁽⁵⁾. Como a polícia militar é um dos principais órgãos para garantir a segurança da sociedade, os policiais e seus supervisores precisam ter consciência não apenas da manutenção da aptidão física da tropa⁽⁶⁾, mas também dos riscos que o comportamento sedentário traz à saúde e ao desempenho das atividades laborais.

No que se refere ao estado da arte, na busca na literatura científica nas bases de dados *Cochrane Central Register of Controlled Trials* (CENTRAL), *PubMed/National Library of Medicine*, Biblioteca Virtual de Saúde/BIREME e *Education Resources Information Center* (ERIC), utilizaram-se os descritores DeCS/MeSH (Polícia/*Police OR Police Force*; Atividade Física/*Physical Activity*; Doença Cardiovascular/*Cardiovascular Disease*; Comportamento Sedentário/*Sedentary Behavior*; Educação em Saúde/*Health Education*) em qualquer idioma, com os operadores booleanos *AND* e *OR*. Nos últimos dez anos, não foram encontrados estudos específicos sobre o comportamento sedentário em policiais militares. As pesquisas nacionais e internacionais focalizaram a atividade física e a aptidão física dessa categoria profissional, bem como os escassos programas educacionais direcionados para análise desses desfechos.

A lacuna na literatura torna relevante conhecer como se expressa o comportamento sedentário em policiais militares, visando direcionar intervenções e políticas públicas de estilos de vida saudável para esse grupo, o que poderá contribuir para a melhoria da saúde, satisfação pessoal e profissional⁽⁷⁾. Ressalta-se que o comportamento sedentário pode estar associado a fatores clínicos e sociodemográficos, como constatado em outros estudos com outros grupos populacionais^(8,9).

Com base no exposto, o presente estudo teve como objetivo verificar a associação entre fatores clínicos e sociodemográficos e o tempo gasto sentado em policiais militares.

MÉTODO

DESENHO E LOCAL DE ESTUDO

Estudo transversal, analítico, realizado no período de agosto de 2022 a dezembro de 2022, em todas as unidades do orgânico do Comando de Policiamento Regional Leste (CPR-Leste) da Polícia Militar da Bahia (PMBA), sediadas na cidade de Feira de Santana, nomeadamente: CPR-Leste; Ronda Escolar; Ronda Maria da Penha; Companhia Independente de Policiamento Tático (Rondesp/Leste); 64ª Companhia Independente de Policiamento (CIPM); 65ª CIPM; 66ª CIPM; e 67ª CIPM.

AMOSTRA DO ESTUDO E CÁLCULO AMOSTRAL

A amostra do estudo foi constituída por 432 policiais militares de todas as unidades do CPR-Leste de Feira de Santana, incluindo a categoria de praça (soldado, cabo, sargento e subtenente) e de oficiais (aspirante, tenente, capitão, major, tenente coronel e coronel). Todas as categorias tinham carga horária mínima de trabalho de 40 horas semanais. Durante a jornada de trabalho cotidiana, todos são orientados a realizar algum tipo de atividade física, mas não há supervisão quanto à sua adesão. Periodicamente, todos os profissionais da corporação, de ambas as categorias, são submetidos a teste de aptidão física.

O cálculo amostral foi efetuado considerando um erro amostral de 5% ($\alpha = 0.05$), um intervalo de confiança de 95% ($1 - \beta = 0.95$) e uma prevalência de sedentarismo de 37,25%⁽¹⁰⁾, de acordo com estudos previamente elaborados. Esse N amostral foi adotado quando se considera que não se trata de coleta em um único local, ou seja, desenho de estudo do tipo conglomerado, em que os policiais de diferentes CPRs participaram da pesquisa. Adotou-se a fórmula $n = N \cdot Z^2 \cdot p \cdot (1 - p) / Z^2 \cdot p \cdot (1 - p) + e^2 \cdot N - 1$, em que: n : amostra calculada; N : população; Z : variável normal; p : real probabilidade do evento; e : erro amostral. Assim, foi estimada uma amostra de 428 participantes.

INSTRUMENTOS E COLETA DE DADOS

A coleta de dados foi realizada por meio de um formulário construído no *Google Forms* constando as questões do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ). O IPAQ é um instrumento validado, elaborado pela Organização Mundial da Saúde através do *Centers for Disease Control and Prevention* e tem como objetivo estimar o nível habitual de atividade física e o comportamento sedentário em populações de diferentes países e contextos socioculturais, e foi validado para utilização no Brasil⁽¹¹⁾. Nesse questionário, na seção número cinco, constam questões relacionadas ao comportamento sedentário (medidas do tempo sentado) que foram respondidas pelos policiais: "Quanto tempo no total você gasta sentado durante um dia de semana?" e "Quanto tempo no total você gasta sentado durante um dia do final de semana?". Os policiais deveriam recordar em um dia típico o tempo em horas que permaneciam sentados no trabalho, em casa e durante o tempo livre, como, por exemplo, em descanso, lendo ou assistindo televisão, não sendo

considerado o tempo gasto sentado no ônibus, trem, metrô ou carro. As horas foram transformadas em minutos.

O tempo gasto sentado foi calculado da seguinte maneira: tempo gasto sentado durante um dia de semana (segunda a sexta) em minutos \times 5 somado ao tempo gasto sentado durante o final de semana \times 2, dividido por sete. Considerou-se tempo gasto sentado elevado o policial que ficava sentado \geq 180 minutos/dia⁽¹²⁾.

Adicionalmente, o instrumento foi composto por variáveis clínicas (diagnóstico de hipertensão arterial sistêmica (HAS), dislipidemia e doença arterial coronariana (DAC)) e sociodemográficas (idade, sexo, cor autodeclarada, escolaridade, situação conjugal, renda, número de pessoas que dependem da renda e despesa mensal).

Os participantes foram convidados a participar da pesquisa após a liberação do Comando da Polícia Militar. Após aquiescência, foi enviado o formulário *Google Forms* para o aplicativo *WhatsApp* dos participantes. Uma das pesquisadoras comparecia, durante a semana, nas unidades policiais para explicar o objetivo da investigação e esclarecer possíveis dúvidas quanto ao preenchimento das informações.

ANÁLISE ESTATÍSTICA

Todas as variáveis coletadas foram submetidas a análises descritivas. Para as variáveis categóricas, calcularam-se as frequências absolutas (n) e relativas (%). Para as variáveis numéricas, calcularam-se a média, a mediana, o desvio padrão, os quartis 1 e 3 (que equivalem, respectivamente, aos percentis 25 e 75) e os valores mínimo e máximo.

Para avaliar a associação entre o tempo gasto sentado e as variáveis sociodemográficas e clínicas, foram realizados testes de hipóteses. Para variáveis sociodemográficas e clínicas categóricas nominais, foi utilizado o teste qui-quadrado de independência, uma vez que os dados atenderam aos pressupostos desse teste (frequências esperadas superiores a 5 em pelo menos 80% das células e 100% das células com frequências esperadas superiores a 1)⁽¹³⁾. Testes qui-quadrado ou exato de Fisher estatisticamente significativos foram seguidos pela análise dos resíduos padronizados ajustados (resíduos r de Pearson) para identificar em quais categorias as frequências observadas diferiram das esperadas. Resíduos fora do intervalo $[-1,96; 1,96]$ foram considerados estatisticamente significativos⁽¹⁴⁾. Para variáveis sociodemográficas e clínicas numéricas ou ordinais, foi utilizado o teste de Mann-Whitney.

Devido ao impacto do tamanho da amostra no valor de p ⁽¹⁵⁾, para todos os testes, foram calculadas medidas de tamanho de efeito. Para o teste de Mann-Whitney, calculou-se o tamanho de efeito r , que pode ser classificado como pequeno ($r > 0,1$), médio ($r > 0,3$) ou grande ($r > 0,5$)⁽¹⁶⁾.

Para o teste qui-quadrado de independência, foi calculado o tamanho de efeito V de Cramer, cuja classificação depende dos graus de liberdade⁽¹⁶⁾. Os graus de liberdade para o V de Cramer correspondem ao valor mínimo entre a quantidade de linhas e a quantidade de colunas da tabela de referência cruzada menos um. A classificação está descrita na Tabela 1.

Na forma multivariada para avaliar o risco relativo (IRR, do inglês, *Incidence Risk Ratio*) associado ao tempo gasto sentado, foi aplicado o modelo de regressão de Poisson, com erros padrão

Tabela 1 – Classificação sugerida por Cohen⁽¹⁶⁾ para o tamanho de efeito V de Cramer de acordo com os graus de liberdade (gl) – Salvador, BA, Brasil, 2022.

gl	Irisório	Pequeno	Médio	Grande
1	<0,10	<0,30	<0,50	\geq 0,50
2	<0,07	<0,21	<0,35	\geq 0,35
3	<0,06	<0,17	<0,29	\geq 0,29
4	<0,05	<0,15	<0,25	\geq 0,25
5	<0,04	<0,13	<0,22	\geq 0,22

Para o V de Cramer, os graus de liberdade (gl) dependem do tamanho da tabela de referência cruzada, correspondendo ao valor mínimo entre: quantidade de linhas – 1 e quantidade de colunas – 1.

robustos (obtidos pelo estimador Huber-White)⁽¹⁷⁾. Esse modelo incluiu o tempo gasto sentado como variável dependente e idade, sexo, diagnóstico de HAS, diagnóstico de DAC e diagnóstico de dislipidemia como variáveis independentes.

Os coeficientes da regressão de Poisson com erros padrão robustos, ao serem exponenciados, resultam em riscos relativos. IRRs que não diferem estatisticamente de 1 (que, portanto, incluem o valor 1 no seu intervalo de confiança de 95%) indicam que aquela determinada variável independente não tem impacto sobre o risco de ocorrer desfecho – no caso, o tempo gasto sentado \geq 180 minutos por dia. IRRs estatisticamente superiores a 1 indicam aumento do risco de ocorrência do desfecho, enquanto IRRs estatisticamente inferiores a 1 indicam redução desse risco.

Para variáveis independentes numéricas, o IRR indica a modificação esperada no risco a cada uma unidade de aumento na variável independente. Para variáveis independentes categóricas, a interpretação do IRR precisa levar em consideração a categoria de referência: o IRR indica a modificação observada no risco de ocorrência do desfecho quando o participante pertence àquela determinada categoria *versus* quando pertence à categoria de referência.

Todas as análises foram conduzidas no *software* R versão 4.1.0⁽¹⁸⁾, e consideraram um nível de significância de 5%.

ASPECTOS ÉTICOS

A pesquisa seguiu as especificações da Resolução nº 466/12 e Resolução nº 510/16 do Conselho Nacional de Saúde, as quais regulamentam as pesquisas que envolvem seres humanos^(19,20). Segue as orientações para pesquisa em ambiente virtual do Conselho Nacional de Ética em Pesquisa, de acordo com o Ofício Circular nº 2/2021/CONEP/SECNS/MSA, que dispõe sobre as orientações para procedimentos em pesquisas com qualquer etapa em ambiente virtual. Foi submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa, e teve aprovação do mesmo em agosto de 2022, sob Parecer nº 5.577.350.

Todos os convidados para a pesquisa foram informados previamente sobre objetivos, as justificativas, bem como sobre os riscos e benefícios envolvidos com a participação. Foi obtida a anuência de cada convidado que concordou participar da pesquisa, através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), o qual também estava inserido no formulário do *Google Forms*, antecedendo as questões.

RESULTADOS

A amostra foi constituída por 432 participantes. Predominaram sexo masculino (82,35%), raça/cor negra (pretos e pardos) (87,04%), nível de escolaridade do chefe da família

superior completo (47,69%) e com companheiro(a) (81,94%). As médias verificadas foram de 39,31 anos de idade, 6,09 salários mínimos de renda mensal, 3,28 pessoas que dependiam da renda mensal e R\$ 4.596,41 de despesa mensal.

Tabela 2 – Fatores associados ao tempo gasto sentado em policiais militares das unidades do orgânico do Comando de Policiamento Regional Leste em Feira de Santana de agosto a dezembro de 2022 – Salvador, BA, Brasil, 2022 (N = 432).

Variável	Tempo sentado <180 min/dia (n = 75)	Tempo sentado ≥180 min/dia (n = 357)	p	TE
Sexo			0,190 ¹	0,063
Feminino	8 (10,67)	63 (17,65)		
Masculino	67 (89,33)	294 (82,35)		
Idade			0,020 ²	0,112
Média (DP)	41,12 (7,30)	38,93 (7,34)		
Mediana (Q1 – Q3)	42,00 (36,00–46,50)	39,00 (34,00–44,00)		
Raça/cor			0,769 ¹	0,014
Não negros	11 (14,67)	45 (12,61)		
Negros (pretos e pardos)	64 (85,33)	312 (87,39)		
Escolaridade do chefe da família			0,613 ²	0,024
Mediana (Q1 – Q3)	4,00 (4,00–5,00)	4,00 (4,00–5,00)		
Sem educação formal/Fundamental I incompleto	4 (5,33)	16 (4,48)		
Fundamental I completo/Fundamental II incompleto	1 (1,33)	15 (4,20)		
Fundamental II completo/Médio incompleto	1 (1,33)	10 (2,80)		
Médio completo/Superior incompleto	32 (42,67)	147 (41,18)		
Superior completo	37 (49,33)	169 (47,34)		
Renda mensal familiar			0,119 ²	-0,075
Média (DP)	6,03 (6,39)	6,11 (4,40)		
Mediana (Q1 – Q3)	5,00 (3,00–6,00)	5,00 (4,00–7,00)		
Quantidade de pessoas que dependem da renda			0,081 ²	0,084
Média (DP)	3,52 (1,46)	3,23 (1,24)		
Mediana (Q1 – Q3)	4,00 (2,00–4,00)	3,00 (2,00–4,00)		
Despesa mensal			0,165 ²	-0,067
Média (DP)	4410,93 (3112,34)	4635,38 (2535,14)		
Mediana (Q1 – Q3)	4000,00 (3000,00–5000,00)	4000,00 (3000,00–5000,00)		
Situação conjugal			1,000 ¹	0,000
Com companheiro	61 (81,33)	293 (82,07)		
Sem companheiro	14 (18,67)	64 (17,93)		
Hipertensão arterial sistêmica			0,338 ¹	0,046
Não	59 (78,67)	300 (84,03)		
Sim	16 (21,33)	57 (15,97)		
Doença arterial coronariana			0,913 ¹	0,021
Não	66 (88,00)	309 (86,55)		
Não sabe	4 (5,33)	19 (5,32)		
Sim	5 (6,67)	29 (8,12)		
Dislipidemia			0,549 ¹	0,053
Não	31 (41,33)	172 (48,18)		
Não sabe	3 (4,00)	14 (3,92)		
Sim	41 (54,67)	171 (47,90)		

1. Teste qui-quadrado de independência; 2. Teste de Mann-Whitney; TE = tamanho de efeito. Foram calculados os seguintes tamanhos de efeito: r, para o teste de Mann-Whitney; V de Cramer, para o teste qui-quadrado de independência.

No que tange aos antecedentes pessoais de risco cardiovascular, houve predomínio de pessoas sem HAS (83,10%), dislipidemia (49,07%) e sem DAC (86,81%).

Observou-se que os valores de idade do grupo com tempo gasto sentado ≥ 180 minutos por dia tenderam a ser inferiores ao grupo cujo tempo gasto sentado foi inferior a 180 minutos por dia ($W = 1.5676,5$; $p = 0,020$; $r = 0,112$). O tamanho de efeito r observado pode ser classificado como pequeno. Esses resultados estão detalhados na Tabela 2.

Não houve associação estatisticamente significativa entre tempo gasto sentado e as demais variáveis sociodemográficas e clínicas. Esses resultados estão detalhados na Tabela 2.

A regressão de Poisson indicou que idade e sexo são fatores estatisticamente associados ao tempo gasto sentado. Os resultados indicaram que o risco de pertencer ao grupo tempo gasto sentado ≥ 180 minutos por dia é menor entre os indivíduos do sexo masculino ($IRR < 1$), quando comparados aos do sexo feminino (categoria de referência). Com relação à idade, o aumento da idade foi associado a um risco menor de tempo gasto sentado ≥ 180 minutos por dia ($IRR < 1$). Esses resultados estão detalhados na Tabela 3.

DISCUSSÃO

Para a grande maioria dos policiais militares, foi identificado tempo gasto sentado maior ou igual a 180 minutos por dia (82,6%), mostrando a exposição a esse fator de risco cardiovascular em um grupo predominantemente em faixa etária jovem. No ambiente de trabalho, a permanência na posição sentada ocorre tanto no carro realizando patrulhamento quanto em atividades administrativas⁽⁸⁾. Durante a jornada de trabalho, passam a maior parte do tempo sentados, com picos pouco frequentes

de atividades intensas, carregando peso no corpo pelo fardoamento, equipamentos de proteção, como colete à prova de bala e armamento utilizado⁽²¹⁾, contribuindo para o comportamento sedentário, que pode desencadear doenças cardiometabólicas⁽²²⁾.

Considerando que cerca de 49,07% tinham dislipidemia, observa-se a possível agregação de FRCV na amostra estudada, o que revela a necessidade de medidas de prevenção e controle. A atividade reduzida de lipoproteína lipase observada em comportamentos de vigília que exigem baixo dispêndio de energia, na faixa de 1,0 a 1,5, equivalente/s metabólico/s (MET), em posição sentada, reclinada ou deitada, excetuando-se as horas de sono, associa-se ao aumento de trigliceridemia, aos baixos níveis de HDL, à HAS, à síndrome metabólica, entre outros⁽²³⁾. Ademais, o comportamento sedentário está associado ao desenvolvimento de diversas doenças e à mortalidade prematura, aumentando o risco de morrer em 50 vezes⁽⁵⁾.

O local do trabalho do policiais militares precisa ser considerado um espaço para o desenvolvimento de hábitos saudáveis, incluindo as atividades menos sedentárias, independentemente da função exercida, visto que o tempo diário dedicado às atividades laborais é de, no mínimo, 40 horas por dia. Embora os policiais sejam estimulados a realizar atividade física dentro da própria carga horária laboral, precisam também ser alvo de ações voltadas ao combate do excessivo tempo na posição sentada, deitada ou reclinada. Também devem ser estimulados a não realizar atividades diárias que não aumentam o gasto de energia substancialmente acima do nível de repouso, como utilizar o computador, trabalhar na posição sentada, entre outros comportamentos baseados em tela.

Na amostra do presente estudo, os policiais mais expostos ao tempo gasto sentado maior ou igual a 180 minutos por dia eram do sexo feminino e mais jovens. Nesse sentido, o planejamento de programas estratégicos de incentivo à mobilidade, como levantar a cada hora que passam sentados, pode protegê-los dos impactos negativos do comportamento sedentário, sendo prioritários e que precisam ganhar visibilidade no conjunto das corporações militares. Por exemplo, estudo de intervenção, com 24 policiais que trabalhavam em escritório da polícia, avaliou a teoria derivada da intervenção sedentária no local de trabalho, observando melhorias em sentar e levantar no local de trabalho na perda do peso e no relacionamento entre a equipe. Além disso, os participantes consideraram as intervenções altamente aceitáveis e praticáveis no cotidiano como medidas de proteção às doenças cardiovasculares⁽²⁴⁾.

Os dados deste estudo mostraram a escassez do serviço operacional de militares do sexo feminino que cada vez mais são direcionadas apenas a atividades administrativas no serviço militar, favorecendo o comportamento sedentário. O menor número de mulheres no estudo pode refletir também a diferença na oferta de vagas entre os sexos para concursos policiais, reforçando as desigualdades inerentes à divisão sexual do trabalho tanto nas restritas ocupações das mulheres quanto na desvantagem no tipo de trabalho realizado, nos salários, na carreira profissional e nas condições de trabalho⁽²⁰⁾.

A atividade física é algo intrínseco à profissão dos policiais militares, pois, como agentes de segurança pública, devem estar aptos para perseguições, seja com viaturas, motos, a cavalo, ou a pé⁽⁵⁾. Assim, a atenção das corporações militares é voltada ao

Tabela 3 – Regressão de Poisson com estimador robusto com tempo gasto sentado como variável dependente em policiais militares das unidades do orgânico do Comando de Policiamento Regional Leste de agosto a dezembro de 2022 em Feira de Santana – Salvador, BA, Brasil, 2022 (N = 432).

Variável independente	IRR	IC 95%	P
Dislipidemia			
Não	–	–	
Não sabe	1,000	0,902; 1,110	0,995
Sim	0,992	0,952; 1,035	0,721
Doença arterial coronariana			
Não	–	–	
Não sabe	1,003	0,922; 1,090	0,951
Sim	1,034	0,964; 1,109	0,347
Hipertensão arterial sistêmica			
Não	–	–	
Sim	0,996	0,936; 1,059	0,887
Sexo			
Feminino	–	–	
Masculino	0,950	0,903; 0,999	0,045
Idade			
	0,996	0,993; 1,000	0,025

IRR = risco relativo (*Incidence Risk Ratio*); IC = intervalo de confiança.

condicionamento físico, em particular força e aptidão cardiorrespiratória, para atenderem às demandas do trabalho. É preciso que essas corporações estimulem a prática de atividade física não apenas para doutrinar os corpos, mas para preservar a vida, incorporando também como meta o incentivo ao combate do comportamento sedentário durante a jornada laboral.

O envolvimento da corporação militar no estímulo aos policiais para terem uma vida saudável se faz indispensável para a saúde dos trabalhadores e para o desempenho eficiente de suas atividades e, conseqüentemente, para a qualidade dos serviços ofertados pela instituição⁽³⁾. Uma intervenção sólida para sensibilizar a corporação, os políticos e gestores de saúde é necessária, visando à implementação de programas específicos relacionados ao incentivo à adesão a estilos de vida saudáveis pelos policiais militares⁽²⁾, especialmente dirigidos aos grupos mais vulneráveis, como as mulheres e mais jovens, dando visibilidade à promoção da saúde dos policiais⁽⁸⁾.

Os resultados deste estudo devem ser interpretados com cautela, devido à amostra refletir a característica local dos policiais estudados, limitando a extrapolação dos dados. Além

disso, embora o instrumento usado na coleta de dados seja validado no país, foi autopreenchido pelos policiais por plataforma digital, o que pode subestimar ou superestimar o tempo gasto sentado. Um conjunto de variáveis ocupacionais não foi explorado no estudo, e merece atenção em outras investigações, pois pode influenciar o desfecho investigado. Salienta-se a originalidade deste estudo, pois é o primeiro a investigar o comportamento sedentário em policiais militares. Por essa razão, houve dificuldade de comparação dos resultados com outras pesquisas.

CONCLUSÃO

Elevado percentual de policiais militares estava exposto ao tempo gasto sentado maior ou igual a 180 minutos por dia, especialmente aqueles do sexo feminino e mais jovens. Intervenções específicas para reduzir o tempo gasto sentado durante as atividades laborais são essenciais. Essas ações poderão subsidiar futuras políticas públicas de estilos de vida saudáveis para os policiais militares, possibilitando melhoria de indicadores de saúde e prevenção de agravos.

RESUMO

Objetivo: Verificar a associação entre fatores clínicos e sociodemográficos e o tempo gasto sentado em policiais militares. **Método:** Estudo transversal, com 432 policiais militares das unidades do Comando de Policiamento Regional Leste da Polícia Militar da Bahia de Feira de Santana. A coleta de dados ocorreu de agosto a dezembro de 2022 através do *Google Forms* constando o Questionário Internacional de Atividade Física. **Resultados:** Predominaram homens (82,35%), raça/cor negra (87,04%), nível de escolaridade do chefe da família superior completo (47,69%) e policiais com companheiro(a) (81,94%). O risco do tempo gasto sentado ≥ 180 minutos por dia foi menor no sexo masculino (IRR < 1). O aumento da idade foi associado a menor risco de tempo gasto sentado ≥ 180 minutos por dia (IRR < 1). **Conclusão:** Policiais do sexo masculino e com mais anos de vida estavam menos expostos ao comportamento sedentário. Intervenções específicas e políticas de saúde voltadas ao combate do comportamento sedentário se tornam relevantes, visando à promoção da saúde e prevenção de agravos.

DESCRITORES

Polícia; Enfermagem; Comportamento Sedentário; Atividade Motora; Fatores Socioeconômicos.

RESUMEN

Objetivo: Verificar la asociación entre factores clínicos y sociodemográficos y el tiempo de permanencia en la policía militar. **Método:** Estudio transversal, con 432 policías militares de unidades del Comando de Policía Regional Este de la Policía Militar de Bahía de Feira de Santana. La recolección de datos se realizó de agosto a diciembre de 2022 a través de *Google Forms* utilizando el Cuestionario Internacional de Actividad Física. **Resultados:** Predominaron los hombres (82,35%), la raza/color fue negra (87,04%), el jefe de familia tenía estudios superiores (47,69%) y los policías con pareja (81,94%). El riesgo de pasar tiempo sentado ≥ 180 minutos por día fue menor en los hombres (IRR < 1). El aumento de la edad se asoció con un menor riesgo de pasar tiempo sentado ≥ 180 minutos por día (IRR < 1). **Conclusión:** Los policías varones con más años de experiencia estuvieron menos expuestos al comportamiento sedentario. Cobran relevancia intervenciones y políticas de salud específicas dirigidas a combatir el sedentarismo, con el objetivo de promover la salud y prevenir enfermedades.

DESCRIPTORES

Polícia; Enfermería; Conducta Sedentaria; Actividad Motora; Factores Socioeconómicos.

REFERÊNCIAS

1. World Health Organization. Global health estimates: Leading causes of death [Internet]. 2020 [cited 22 Feb 2023]. Available from: <https://www.who.int/data/gho/data/themes/mortality-and-global-health-estimates/ghe-leading-causes-of-death>
2. Silva OLP, Lima DG, Freitas AG, Imada KS, Pereira RS, Silva RPM. Fatores associados às doenças cardiovasculares em policiais militares de uma cidade na Amazônia ocidental. *South Am J Bas Edu Tec Technol*. 2018 [citado em 22 Feb 2023];5(1):78–91. Disponível em: <https://periodicos.ufac.br/index.php/SAJEBTT/article/view/1661>.
3. Silva WM, Pereira ES, Rodrigues AS, Pereira ES, Arruda SSR. Conhecimento sobre as condições de saúde de policiais militares atuantes em uma Companhia Independente de Polícia Militar. *REAS*. 2018;(19):e228. doi: <http://dx.doi.org/10.25248/reas.e228.2019>.
4. Sousa TF, Ferreira MD, Barros GR, Farias GS. Efeito da substituição do tempo de tela e atividades físicas no lazer na percepção positiva de saúde de universitários. *Rev Bras Ativ Fís Saúde*. 2020;24:1–9. doi: <http://dx.doi.org/10.12820/rbaf.s.23e0099>.
5. Ferraz AF, Andrade EL, Viana MV, Rica RL, Bocalini DS, Figueira Júnior A. Physical activity level and sedentary behavior of military police staff. *Rev Bras Med Esporte*. 2020;26(2):117–21. <http://dx.doi.org/10.1590/1517-869220202602208923>.
6. Rezende GAS. Nível de atividade física, estado nutricional e síndrome metabólica em policiais militares de Pouso Alegre-MG. *RBNE*. 2022 [citado em 22 Feb 2023];16(97):118–34. Disponível em: <http://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/1977>

7. Araújo FM, Nascimento VMS, Soares NMM, Oliveira DPM, Santos CKA, Vieira A. Nível de atividade física, percepção de qualidade de vida e saúde mental em policiais militares. *Motricidade*. 2020;16(1):113–23. doi: <http://dx.doi.org/10.6063/motricidade.22332>
8. Bernardo VM, Silva FC, Ferreira EG, Bento GG, Zilch MC, Sousa BA, et al. Atividade física e qualidade de sono em policiais militares. *Rev Bras Ciênc Esporte*. 2018;40(2):131–7. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.rbce.2018.01.011>.
9. Marçal RM, Finco MD. Práticas de atividade física: uma análise da motivação e satisfação dos policiais militares de João Pessoa. *Motrivivência*. 2020;32(63):1–21. doi: <http://dx.doi.org/10.5007/2175-8042.2020e73579>.
10. da-Silva CAC, Leite AL, Moreira JA, Abreu DDC, Oliveira PEA, Nunes DP, et al. Association of dyslipidemia, hypertension and overweight/obesity with work shift and duration of employment among police officers in a small town in Northeastern Brazil. *Rev Bras Med Trab*. 2019;17(4):537–44. doi: <http://dx.doi.org/10.5327/Z1679443520190401>. PubMed PMID: 32685753.
11. Matsudo S, Araújo T, Matsudo V, Andrade D, Andrade E, Oliveira LC, et al. Questionário internacional de atividade física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. *Rev Bras Ativ Fis Saúde*. 2020 [citado 22 Fev 2023];6(2):5–12. Disponível em: <https://www.rbafs.org.br/RBAFS/article/view/931>
12. Carballo-Fazanes A, Rico-Díaz J, Barcala-Furelos R, Rey E, Rodríguez-Fernández JE, Varela-Casal C, et al. Physical activity habits and determinants, sedentary behaviour and lifestyle in university students. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17(9):1–15. doi: <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph17093272>. PubMed PMID: 32397068.
13. McHugh ML. The chi-square test of independence. *Biochem Med (Zagreb)*. 2013;23(2):143–9. doi: <http://dx.doi.org/10.11613/BM.2013.018>. PubMed PMID: 23894860.
14. Sharpe D. Chi-square test is statistically significant: now what? *Pract Assess, Res Eval*. 2015;20(1):8. doi: <https://doi.org/10.7275/tbfa-x148>
15. Sullivan GM, Feinn R. Using effect size-or why the P value is not enough. *J Grad Med Educ*. 2012;4(3):279–82. doi: <http://dx.doi.org/10.4300/JGME-D-12-00156.1>. PubMed PMID: 23997866.
16. Cohen J. *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. 2nd ed. New York: Routledge; 1988. doi: <https://doi.org/10.4324/9780203771587>
17. Cummings P. Methods for estimating adjusted risk ratios. *Stata J*. 2009;9(2):175–96. doi: <http://dx.doi.org/10.1177/1536867X0900900201>.
18. R Core Team. *R: A Language and Environment for Statistical Computing* [Internet]. Vienna, Austria: R Foundation for Statistical Computing; 2021 [citado em 10 Mar 2023]. Disponível em: <https://www.R-project.org/>
19. Brasil. Ministério da Saúde. Resolução nº 466 de 12 de dezembro de 2012. Estabelece diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. *Diário Oficial da União*; Brasília; 12 dez. 2012 [citado em 10 Mar 2023]. Disponível em: <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>.
20. Brasil. Ministério da Saúde. Resolução nº 510 de 07 de abril de 2016. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais cujos procedimentos metodológicos envolvam a utilização de dados diretamente obtidos com os participantes ou de informações identificáveis ou que possam acarretar riscos maiores do que os existentes na vida cotidiana. *Diário Oficial da União*; Brasília; 24 mai. 2016 [citado em 10 Mar 2023]. Disponível em: https://www.in.gov.br/materia/-/asset_publisher/Kujrw0TZC2Mb/content/id/22917581.
21. Kim J, So WY, Kim S. Association between body fat percentage and physical performance in Male Korean police officers. *Sustainability*. 2020;12(9):3868. doi: <http://dx.doi.org/10.3390/su12093868>.
22. Roth GA, Mensah GA, Johnson CO, Addolorato G, Ammirati E, Baddour LM, et al. Global burden of cardiovascular diseases and risk factors, 1990-2019: Update from the GBD 2019 study. *J Am Coll Cardiol*. 2020;76(25):2982–3021. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jacc.2020.11.010>. PubMed PMID: 33309175.
23. Tremblay MS, Aubert S, Barnes JD, Saunders TJ, Carson V, Latimer-Cheung AE, et al. Sedentary Behavior Research Network (SBRN) – Terminology Consensus Project process and outcome. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2017;14(1):75. doi: <http://dx.doi.org/10.1186/s12966-017-0525-8>. PubMed PMID: 28599680.
24. Wang H, Xu Z, Yang J, Huang D. Promoting physical activity among working women: the influence of perceived policy effectiveness and health awareness. *Int J Environ Res Public Health*. 2023;20(2):1021. doi: <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph20021021>. PubMed PMID: 36673777.

EDITOR ASSOCIADO

Cristina Lavareda Baixinho

Apoio financeiro

Fundação de Amparo da Pesquisa do Estado da Bahia (FAPESB) – Apoio financeiro à pesquisa através da bolsa de doutorado concedida à discente autora.



Este é um artigo de acesso aberto distribuído sob os termos da Licença de Atribuição Creative Commons.