

PREVALÊNCIA DE LESÕES NO PERÍODO BÁSICO EM MILITARES RECÉM-INGRESSOS EM UM BATALHÃO DE INFANTARIA MECANIZADO DO EXÉRCITO

SILVA, W. S^{1.}; SILVA, L. O^{2.}

RESUMO

O objetivo deste trabalho foi levantar a prevalência de lesões em militares recém ingressos no período básico de formação militar. Para a intervenção utilizou-se o Questionário Inquérito de morbidade Referida (IMR) modificado. Participou do estudo 51 recrutas. Os resultados apontam que uma porcentagem considerável apresentou lesão, as prevalências e regiões mais acometidas. Conclui-se neste estudo, que os soldados recém incorporados são susceptíveis as lesões em decorrência de atividades físicas constantes.

Palavras-chave: Aptidão física, Lesões, Militares, Prevalência, Questionário.

ABSTRACT

The objective of this study was to raise the prevalence of injuries in newly entered military personnel in the basic period of military formation. For the intervention, the modified Referred Morbidity Survey Questionnaire (IMR) was used. 51 recruits participated in the study. The results indicate that a considerable percentage presented injury, the prevalences and the most affected regions. It is concluded in this study that newly incorporated soldiers are susceptible to injuries due to constant physical activity.

Keywords: Physical fitness, Injuries, Military, Prevalence, Questionnaire.

INTRODUÇÃO

Militares de todo o mundo devem evidenciar um porte físico com aptidões condizentes com as atividades que a profissão impõe. Um nível adequado de aptidão se torna um fator importante na prevenção de lesões e no

¹ Wesley Santos da Silva. Graduando do curso de Fisioterapia da Faculdade de Apucarana (FAP) Apucarana-PR. 2019.

² Laryssa Oliveira Silva. Mestre e Docente da Faculdade de Apucarana (FAP). Apucarana- PR. 2019.

desempenho físico. (TEIXEIRA; PEREIRA, 2010). Indivíduos mais aptos têm menor chance de serem acometidos por lesões, possuem maior capacidade de realizar esforços físicos e tendem a uma melhor recuperação física pós-esforço. (CARVALHO et al., 2017).

Os ingressos geralmente não têm as condições físicas necessárias para o desempenho das atividades militares, que exigem adaptações e versatilidade física.

Dessa forma, e para que ocorram melhorias e adaptações de força muscular e resistência aeróbica se faz necessário o treinamento físico militar (TFM). (ZAMAI; ROCHA; PAZELI, 2019).

São utilizados como meios de treinamento principais: corridas de médias e longas distâncias, ginástica básica (movimentos calistênicos), pista de treinamento em circuito (PTC), pista de pentatlo militar (PPM) e atividades desportivas. (AVILA et al., 2013).

Em cada sessão de TFM é realizado aquecimento, condicionamento e posteriormente alongamento de maneira centralizada, conforme prescreve o manual militar C 20-20.

As práticas de atividades físicas são benéficas, porém, se realizadas de maneira intensa, com esforços excessivos e atividades repetitivas trazem prejuízos ao militar recém incorporado, pois não há tempo hábil para respeitar a individualidade em nível de treinamento e condicionamento. Além disso, também não há medidas que contribuam para a prevenção de lesões musculoesqueléticas. (FERREIRA et al., 2018).

OBJETIVO

Tendo em vista esse contexto o objetivo do presente estudo foi verificar por meio da aplicação de um questionário, a prevalência de lesões no período básico em militares recém-ingressos.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal, descritivo, com análise quantitativa. Os dados foram coletados através da aplicação de um questionário de inquérito de morbidade referida (IMR) modificado. Os dados foram referentes somente ao período de formação básica militar, que dura em média 3 meses.

Neste estudo considerou-se lesão, qualquer dor ou afecções musculoesqueléticas que fossem suficientes para causar alterações na integridade física do indivíduo, e que o prejudique gerando ansiedade, frustração, medo e fatores psicológicos segundo Lima, Vieira e Silva (2017).

A amostra constituiu-se de um grupo de 51 militares do sexo masculino, de idades entre 19 e 21 anos de idade, incorporados no 30º Batalhão de Infantaria Mecanizado (Organização Militar do Exército Brasileiro).

Os critérios de inclusão serão: todos os soldados do efetivo variável (recrutas) incorporados na 2ª Cia de Fuzileiros no corrente ano.

Os critérios de exclusão serão os que apresentarem quaisquer outras patologias que não sejam inerentes às atividades físicas militares.

Os dados foram analisados através do programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS 20.0) A normalidade dos dados foi testada através do teste Shapiro-Wilk. Para a análise dos dados foi utilizado a estatística descritiva, através de frequência relativa e absoluta, média e desvio padrão.

RESULTADOS

As características antropométricas estão dispostas na tabela 1.

Tabela 1 – Caracterização da amostra

| Variável | Média |
|--------------|--------------|
| Idade (anos) | 19,08 ± 0,39 |
| Altura (cm) | 175,3 ± 5,50 |
| Peso (kg) | 70,6 ± 8,27 |

Fonte: Silva; Silva, 2019.

Gráfico 1 - Militares que eram ativos antes da incorporação



Fonte: Silva; Silva, 2019.

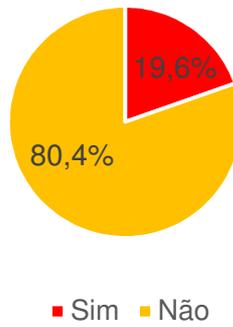
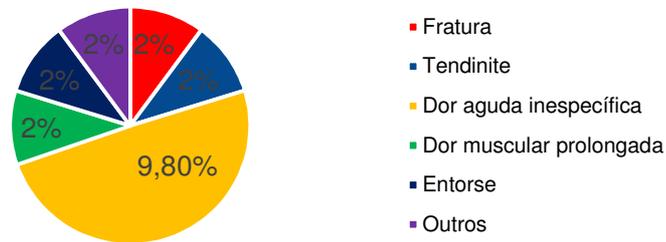


Gráfico 2 - Porcentagem de lesões amostra

Fonte: Silva; Silva, 2019.

Gráfico 3 - Tipos de lesões



Fonte: Silva; Silva, 2019.

Gráfico 4 - Região anatômica mais acometida



Fonte: Silva; Silva, 2019.

DISCUSSÃO

Os resultados demonstram que houve uma porcentagem considerável de lesões 19,6% da amostra, e que sua grande maioria eram ativos antes da incorporação 80,4% . Em relação dos acometimentos mais frequentes, a dor

aguda inespecífica apresentou a maior incidência 9,8%, seguidos por iguais valores as demais patologias 2%. A região do joelho foi a principal região acometida com 9,8% das lesões, seguido por regiões de pernas e pés 3,9% e as demais 2%. O objetivo inicial do estudo foi alcançado, entretanto necessitam-se de mais estudos que englobam essas populações para melhores análises, contribuindo assim para planejamento de atividades que visam correlacionar as causas das lesões.

CONCLUSÃO

Por fim, é de fundamental importância mais estudos nesse tema inclusive a continuidade nesta linha de pensamento. Acredita-se que analisar e discutir sobre lesões de forma comparativa com militares mais antigos em tempo de serviço se faz uma abordagem interessante, pois só desta forma poderemos continuar melhorando os estudos referentes a essa classe específica.

REFERÊNCIAS

AVILA, Josiel Almeida de et al. **Efeito de 13 semanas de treinamento físico militar sobre a composição corporal e o desempenho físico dos alunos da escola preparatória de cadetes do exército**. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, [s.l.], v. 19, n. 5, p.363-366, out. 2013..

CARVALHO, Themis Goretti Moreira Leal de et al. **Caracterização da composição corporal de recrutas ingressantes no serviço militar obrigatório da easa (2016)**. Revista Biomotriz, Cruz Alta, v. 11, n. 1, p.64-60, 01 abr. 2017. Disponível em: <http://revistaeletronica.unicruz.edu.br/index.php/BIOMOTRIZ/article/view/64-80>. Acesso em: 13 abr. 2019.

FERREIRA, Fernanda dos Santos et al. **Epidemiologia das lesões dos militares do 59º batalhão de infantaria motorizado do exército brasileiro**. Interfaces Científicas - Saúde e Ambiente, [s.l.], v. 6, n. 3, p.85-92, 26 jun. 2018.

TEIXEIRA, Clarissa Stefani; PEREIRA, Érico Felden. **Aptidão física, idade e estado nutricional em militares**. Arquivos Brasileiros de Cardiologia, [s.l.], v. 94, n. 4, p.438-443, abr. 2010.

ZAMAI, Carlos Aparecido; ROCHA, Rafael Turatto; PAZELI, Elynnie Márjore Siqueira. **Efeitos do treinamento físico militar sobre o condicionamento físico dos recrutas do comando da 11ª brigada de infantaria leve**. Revista Saude e Meio Ambiente, Tres Lagoas, v. 8, n. 1, p.75-86, jan. 2019.