

## RELAÇÃO ENTRE ATIVIDADE LABORAL E NÍVEL DE ESTRESSE EM POLICIAIS MILITARES NA CIDADE DE CRUZ DAS ALMAS/BA

Jeferson Silva Silva\*  
João Emanuel de Jesus Conceição\*  
Uildson de Souza Santos\*  
Fabrício Sousa Simões\*\*

A precariedade das condições de trabalho e de sua rotina tem influenciado substancialmente na qualidade de vida, e, em específico dos policiais militares, considerando sua relação com vivências de sofrimento e violência, e a rigidez estabelecida em sua forma de organização do trabalho, que proporciona um impacto que se projeta além dos limites da atividade laboral. Em função deste quadro, tem aumentado a preocupação de grande número de pesquisadores que estudam a influência do estresse na qualidade de vida das pessoas e seus fatores de influência, constatando assim a inatividade física, o estresse, fadiga muscular, obesidade e consequente desenvolvimento de doenças, associadas a um trabalho exaustivo, maus hábitos alimentares, fumo, álcool, etc., como principais fatores desencadeantes. Sendo assim, é cada vez mais necessário e importante promover em nossa sociedade, a atividade física como um meio de prevenção às doenças do nosso século, e proporcionar conhecimentos de como o estresse e a inatividade física podem afetar sua vida diária. Deste modo, o objetivo desse estudo é investigar em que medida o estresse originado da rotina de trabalho e a inatividade física influenciam na qualidade de vida de policiais militares do município de Cruz das Almas, Bahia. Pesquisa quantitativa descritiva, de base populacional, delineamento transversal que será realizada no 27º Batalhão da Polícia Militar, localizado na cidade de Cruz das Almas, Bahia. Os dados serão coletados através da mensuração dos indicadores antropométricos (peso, altura, e circunferências de cintura, abdômen e quadril), da aplicação do questionário internacional de atividade física (IPAQ) na sua versão curta para estimativa do nível de atividade física, a aplicação do Inventário de Sintomas de Estresse e da Escala de Estresse Percebido, e o questionário de qualidade de vida (SF-36). Após, os policiais serão submetidos à coleta do cortisol sanguíneo, respeitando todos os procedimentos em sua obtenção. A amostra será constituída dos policiais de ambos os sexos, que atuam especificamente na cidade de Cruz das Almas – BA. Os dados serão analisados pelo programa SPSS 20.0, e demonstrados através da estatística descritiva e inferencial.

**Palavras-chave:** Atividade Laboral. Estresse. Policiais Militares. Qualidade de Vida.

---

\* Graduandos da Faculdade Maria Milza. Participantes do Núcleo de Estudos em Educação Física e Saúde – NEEFS/FAMAM. Neefs-famam@hotmail.com

\*\* Professor da Faculdade Maria Milza. Coordenador do Núcleo de Estudos em Educação Física e Saúde – NEEFS/FAMAM.