



Revista Giro do Horizonte Edição 2015 - 1º Semestre

A EVOLUÇÃO DO CONDICIONAMENTO
FÍSICO DO OFICIAL DE INFANTARIA
DO EXÉRCITO BRASILEIRO ENTRE A FORMAÇÃO
(AMAN) E O APERFEIÇOAMENTO (ESAO):
O DESEMPENHO BASEADO NA CORRIDA
DE 12 MINUTOS DO TAF

Carlos Vinicius Carneiro Santana

GIRO
DO HORIZONTE

A EVOLUÇÃO DO CONDICIONAMENTO FÍSICO DO OFICIAL DE INFANTARIA DO EXÉRCITO BRASILEIRO ENTRE A FORMAÇÃO (AMAN) E O APERFEIÇOAMENTO (EsAO): O DESEMPENHO BASEADO NA CORRIDA DE 12 MINUTOS DO TAF

Carlos Vinicius Carneiro Santana^a

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo verificar a evolução do condicionamento físico do oficial de infantaria do Exército Brasileiro entre a sua formação na Academia Militar das Agulhas Negras (AMAN) e o seu aperfeiçoamento na Escola de Aperfeiçoamento de Oficiais (EsAO). Participaram do estudo 109 capitães-alunos do Curso de Infantaria da EsAO no ano de 2012.

O desempenho foi baseado na corrida de 12 minutos do Teste de Aptidão Física (TAF). A mensuração do peso e altura foi realizada para a determinação do índice de massa corporal (IMC). Foram coletados os resultados da amostra por ocasião da 2ª Prova Formal de Treinamento Físico Militar (TFM) na AMAN, e do 1º TAF na EsAO.

Foram empregados os testes de Shapiro-Wilk, para verificar a normalidade dos dados, e t de Student para verificar se houve diferença entre os momentos de avaliação, ambos com significância de 0,05.

Os resultados da corrida de 12 minutos apresentaram uma redução significativa de performance e de menção em relação ao padrão esperado. O IMC mostrou uma elevação significativa, e apresentou uma tendência geral ao “sobrepeso” motivada por um aumento no peso corporal. O VO₂máx apresentou uma redução de aproximadamente 6%.

De acordo com os resultados encontrados conclui-se que o condicionamento físico aeróbico do oficial de infantaria do Exército Brasileiro decresce entre a sua formação e o seu aperfeiçoamento. Além disso, verificou-se que o princípio da continuidade não vem sendo atendido no TFM da maioria das unidades do Exército Brasileiro.

Palavras-chave: Condicionamento Físico; Militares; Corrida de 12 minutos.

ABSTRACT

This present study aims to verify the fitness evolution of an infantry officer in the Brazilian Army between its formation in the Academia Militar das Agulhas Negras (AMAN) and its improvement in the Escola de Aperfeiçoamento de Oficiais (EsAO). Participants were 109 captains of EsAO Infantry Course in 2012.

The performance was based on a 12 minute running Physical Fitness Test (PFT). We collected the sample results on the occasion of the 2nd Formal Proof of Military Physical Training (MPT) in AMAN, and the 1st PFT in EsAO.

There were used the Shapiro-Wilk test to verify the normality of the data, and Student t tests to determine there are differences between time points, both with a 0,05 significance.

The results of the race of 12 minutes showed a significant reduction in performance and mentioned in relation to the expected standard. The body mass index (BMI) showed a significant increase, and showed tendency to “overweight” motivated by an increase in body weight. The VO₂max decreased by approximately 6%.

According to the results it is concluded that the aerobic fitness of an infantry officer in the Brazilian Army decreases between your training and its improvement. Furthermore, it was found that the principle of continuity is not being followed at MPT of most units of the Brazilian Army.

Keywords: Physical Fitness; Military; Race 12 minutes.

^a Capitão de Infantaria da turma de 2004. Mestre em Operações Militares pela Escola de Aperfeiçoamento de Oficiais em 2012. Foi instrutor da Seção de Educação Física da AMAN nos anos de 2008-2009-2010-2011.

A EVOLUÇÃO DO CONDICIONAMENTO FÍSICO DO OFICIAL DE INFANTARIA DO EXÉRCITO BRASILEIRO ENTRE A FORMAÇÃO (AMAN) E O APERFEIÇOAMENTO (EsAO): O DESEMPENHO BASEADO NA CORRIDA DE 12 MINUTOS DO TAF

1. INTRODUÇÃO

A importância do condicionamento físico para a atividade militar é um assunto consagrado mundialmente. Relatos de combate do Exército Americano em Granada, e do Exército Britânico nas Ilhas Falklands, destacaram que os militares mais bem preparados fisicamente apresentavam melhor desempenho em combate¹.

Aliada a essa realidade, a missão precípua da arma de Infantaria, que é “CERRAR SOBRE O INIMIGO PARA DESTRUÍ-LO OU CAPTURÁ-LO, UTILIZANDO-SE, PARA ISTO, DO FOGO, DO MOVIMENTO, E DO COMBATE APROXIMADO²”, permite dimensionar o desgaste físico que o oficial dessa arma será submetido na tarefa de conduzir homens em combate.

Em contrapartida, a literatura atual afirma que o processo natural de envelhecimento do ser humano ocasiona a redução dos principais parâmetros relacionados à capacidade física do indivíduo. Howley e Franks (2008) verificaram que o VO₂ máx^b diminui cerca de 1% ao ano em homens saudáveis após a idade de 20 anos³. S. Matsudo, V. Matsudo e Barros Neto (2000) constataram que o processo de envelhecimento é acompanhado por um aumento do peso corporal, associado a uma elevação no percentual de gordura, e por uma redução da massa muscular esquelética e da massa óssea⁴.

Nesse contexto, encontra-se uma situação bastante específica: a reconhecida necessidade do capitão de infantaria manter uma condição física compatível com as exigências de sua profissão, aliada às especificidades fisiológicas do ser humano e ao treinamento físico que lhe é proporcionado nos corpos de tropa. Essa situação ainda provoca o surgimento de alguns questionamentos: é possível manter a condição física desenvolvida no curso de formação (AMAN) ao longo dos anos? Até que ponto o envelhecimento do militar influi no desempenho na faixa considerada? O TFM realizado nas Unidades está de acordo com as necessidades do militar?

^b O VO₂máx representa o volume máximo de oxigênio que um indivíduo consegue utilizar por minuto, durante um esforço máximo capaz de levá-lo ao esgotamento em cerca de sete minutos, o consumo máximo de oxigênio é um referencial obrigatório para o planejamento científico de um treinamento⁵.

Em 31 de março de 2008, o ESTADO-MAIOR DO EXÉRCITO (EME) aprovou a Portaria Nº 032, que determinou a nova diretriz para o Treinamento Físico Militar (TFM) e sua Avaliação⁶. De maneira geral ocorreu uma elevação dos índices do Teste de Avaliação Física (TAF), que anteriormente eram regulados pela Portaria Nº 739 – ESTADO-MAIOR DO EXÉRCITO, de 16 de setembro de 1997. A portaria Nº 032 foi fruto de um estudo bastante elaborado do Instituto de Pesquisa da Capacitação Física do Exército (IPCFEx). Observa-se ainda nesse estudo, que o IPCFEx considera que o **auge do desempenho físico** do militar está entre 20 e 22 anos, que é a idade com que o aspirante costuma formar-se, por consequência a performance exigida é reduzida com o passar dos anos.

A corrida de 12 minutos tem por objetivo verificar o condicionamento aeróbico do executante. Ela é baseada no consagrado *Teste de Cooper*^c e tem na sua simplicidade de aplicação o principal motivo para ter sido escolhida para integrar o TAF. Dentro da avaliação física realizada pelo militar existem outros parâmetros, sendo este escolhido pelo fato de sua avaliação ser a menos subjetiva, haja vista que não depender da interpretação do avaliador.

A Portaria Nº 032-EME, de 31 de março de 2008, e o Manual C 20-20 definem dois objetivos básicos do TFM: desenvolvimento e manutenção de padrões. Sendo assim, espera-se que a menção alcançada na corrida de 12 minutos, por ocasião da formação da AMAN, seja mantida, ou melhorada, com o passar dos anos.

Nesse sentido, pretendia-se **verificar se o condicionamento físico do oficial de infantaria do Exército Brasileiro, entre sua formação (AMAN) e o seu aperfeiçoamento (EsAO), apresenta incremento, ou se mantém, em função dos índices exigidos no TAF**, avaliando em função não apenas do desempenho, mas principalmente das menções na corrida de 12 minutos do TAF (E – excelente, MB – muito bom, B – bom, R – regular e I – insuficiente), haja vista estas serem as referências de desempenho que o EB utiliza para avaliar o desempenho de seus militares.

De maneira geral, a população de militares brasileiros, particularmente dentro do EB, foi pouco estudada se comparada com a gama de pesquisas disponíveis na literatura atual. Através desse trabalho foi possível estudar de maneira global a realidade do condicionamento físico aeróbico do oficial de infantaria do EB até o

^c O Teste de Cooper é um protocolo de avaliação físico idealizado pelo médico e preparador físico norte-americano Kenneth H. Cooper.

posto de capitão e com esse estudo, sugerir alterações na sistemática de Treinamento Físico Militar adotada atualmente.

2. DESENVOLVIMENTO

O caminho percorrido na solução do problema de pesquisa levantado iniciou-se com a realização de pesquisas bibliográficas, onde foram analisados artigos científicos, obras literárias e documentos internos do EB referentes ao treinamento físico militar e a sua importância, à avaliação física no EB, às variáveis fisiológicas e a capacidade aeróbia, e à influência do processo de envelhecimento natural no condicionamento físico.

De maneira geral, a pesquisa bibliográfica possibilitou:

- Caracterizar e definir o TFM realizado no Exército Brasileiro, descrevendo a sua metodologia, os benefícios para a saúde e a sua importância para a higidez física do combatente;
- Descrever a avaliação física no EB, abordando a corrida de 12 minutos, e as particularidades da avaliação na AMAN e na EsAO;
- Definir a capacidade aeróbia, e descrever as variáveis fisiológicas relacionadas;
- Descrever a influência do processo de envelhecimento natural no condicionamento físico;

Em seguida, foram selecionados 109 capitães-alunos do Curso de Infantaria da EsAO-2012 para integrar a amostra. A seleção desses militares seguiu alguns critérios de exclusão, com o intuito de evitar a contaminação da amostra por indivíduos que sofreram efeito de algumas variáveis intervenientes específicas, a saber:

- ter seguido treinamento físico de alto rendimento por mais de 12 meses nos anos de 2010 e/ou 2011 (Ex.: Atletas da CDE);
- ter sido acometido por problemas de saúde que causaram incapacidade temporária por 6 meses ou mais, e que não recuperaram o desempenho físico até o 3º TAF de 2011; e
- estar em situação de dispensa médica ou incapacidade temporária por ocasião da 1º chamada do 1º TAF da EsAO-2012.

Os capitães-alunos integrantes da amostra foram submetidos à um questionário com perguntas abordando as condições de treinamento físico militar que os mesmos encontraram nos corpos de tropa, e alguns dados relacionados ao desempenho físico/prática desportiva em geral. Ainda dentro da amostra, os integrantes desta que realizaram o curso de instrutor de educação física da Escola de Educação Física do Exército, e desempenharam a função de oficial de treinamento físico militar (OTFM) nos corpos de tropa, responderam a outro questionário abordando aspectos relativos ao planejamento do TFM nas unidades em que serviram.

Foi realizada uma coleta de dados, junto às Seções de Treinamento Físico Militar da AMAN e da EsAO, relacionados ao desempenho físico dos integrantes da amostra. Além disso, foi enviado um questionário às estas seções que forneceram dados sobre o treinamento físico realizado nestas escolas.

A pesquisa buscou comparar o desempenho aeróbico da amostra na corrida de 3330m da 2ª Prova Formal de TFM na AMAN, com o apresentado na corrida de 12 minutos do 1º TAF realizado na EsAO. Buscou-se verificar se a menção que seria obtida na AMAN, segundo os parâmetros da corrida de 12 minutos previstos Portaria Nº 032-EME, foi mantida ou alterada na EsAO, segundo os mesmos parâmetros. Esta comparação considerou duas hipóteses estatísticas apresentadas a seguir em suas formas nula (H_0) e de estudo (H_1) respectivamente:

H_0 – O condicionamento físico aeróbico do oficial de infantaria do Exército Brasileiro não decresce, em função dos índices do TAF, entre sua formação na AMAN e seu aperfeiçoamento na EsAO;

H_1 – O condicionamento físico aeróbico do oficial de infantaria do Exército Brasileiro decrece, em função dos índices do TAF, entre sua formação na AMAN e seu aperfeiçoamento na EsAO.

Com relação às variáveis envolvidas no estudo, o “**condicionamento físico do oficial de infantaria do EB**” apresentou-se como variável independente, sendo esperado que a sua manipulação consiga exercer efeito significativo sobre a variável dependente que foi definida como o “**desempenho, em função da menção, na corrida de 12 minutos do TAF**”.

Por fim, foi operacionalizada a análise dos dados obtidos, sendo os mesmos tabulados e submetidos a um tratamento estatístico, antes de serem apresentados de forma clara, objetiva e sintética.

2.1 Resultados

Concluída a coleta de dados e a análise estatística dos resultados, foi possível comparar o desempenho da amostra por ocasião de sua formação na AMAN com a situação atual na Escola de Aperfeiçoamento de Oficiais.

2.1.1 CORRIDA DE 12 MINUTOS

Quanto à performance na corrida de 12 minutos, foi verificada uma redução significativa ($p < 0,05$), da ordem de 160,12 metros (m) na corrida de 12 minutos. Este resultado foi acompanhado por uma redução na menção obtida por 21,1% dos integrantes da amostra. O gráfico 1 apresenta a distribuição quantitativa da amostra quanto às alterações na menção:

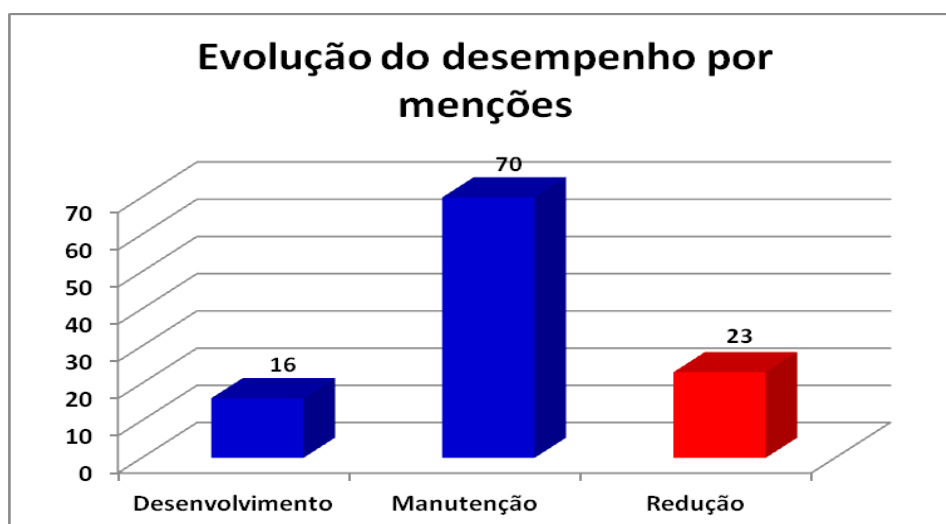


Gráfico 1 – Distribuição quantitativa da amostra segundo a evolução da menção na corrida de 12 minutos do TAF.

Fonte: O autor.

Compulsando ainda o gráfico 1, verifica-se que 86 militares mantiveram ou incrementaram seu condicionamento físico de acordo com a menção obtida. Esse quantitativo representa 78,9% da amostra. Esse resultado permite que a hipótese nula (H_0) rejeitada haja vista que, considerando a amostra do Curso de Infantaria da EsAO-2012, o condicionamento físico aeróbico do oficial de infantaria do Exército Brasileiro “**decreceu**”, em função da idade e dos índices do TAF, entre sua formação na AMAN e seu aperfeiçoamento na EsAO. Verifica-se então, que a amostra apresentou um decréscimo acima do esperado pelo IPCFEx

2.1.2 EVOLUÇÃO DO IMC E DO VO₂ MÁX

Analisando a evolução dos parâmetros de composição corporal da amostra no período considerado pela pesquisa, foi realizada uma comparação do Índice de Massa Corporal (IMC) apresentado por ocasião da formação na AMAN, com a situação atual na EsAO, correlacionando ainda com a média da população brasileira segundo o Ministério da Saúde⁷ (2012).

Verificou-se que IMC médio da amostra apresentou um aumento significativo ($p < 0,05$) de 2,33 Kg/m², que foi motivado por um incremento médio de 7,28 Kg no peso corporal da amostra, o que reforça os estudos S. Matsudo, V. Matsudo e Barros Neto⁸ (2000), que afirmaram que o processo natural de envelhecimento é acompanhado por um aumento de peso corporal.

Além disso, corroborando os estudos de Souza et al⁹ (2006), que estudou um grupo de 60 capitães-aluno da EsAO no ano de 2006, 56% dos capitães-alunos encontram-se na situação de “sobrepeso ou obesidade” estando sujeitos aos riscos para a saúde decorrentes desta realidade.

Comparando a evolução do IMC da amostra com os dados do Ministério da Saúde (MS) sobre o mesmo parâmetro em relação à população brasileira no ano de 2012, verifica-se que por ocasião da formação na AMAN apenas 14,7% da amostra encontrava-se em situação de sobrepeso, enquanto que o MS apresenta que para a faixa etária considerada 29,4% da população está nesta condição. Compulsando os dados do IMC apresentado na EsAO, 56% dos capitães encontram-se em situação de sobrepeso/obesidade, assim como a população brasileira que apresenta o índice de 55% dos indivíduos nesta situação. Verifica-se portanto que ao longo dos anos, a amostra deixou de ser uma referência positiva dentro da população brasileira, para estar em igualdade de condições com a massa geral.

Quanto ao VO₂ máx., a amostra apresentou uma redução significativa ($p < 0,05$) da ordem de 3,56 ml/kg/min⁻¹, que representa uma redução de aproximadamente 6%. Segundo Howley e Franks (2008), a redução esperada para indivíduos com mais de 20 anos de idade, e que seguem um programa vigoroso de exercícios físicos, seria entre 4 e 5%, e a dos sedentários estaria entre 8 e 10%.

Da comparação dos resultados verifica-se que os capitães-alunos, apesar de não terem atingido o resultado esperado para um grupo praticante de atividades

vigorosas, apresentaram melhores índices que o grupo de sedentários. Neste contexto verifica-se que a redução apresentada pela amostra encontra-se dentro da faixa especificada pela literatura atual. Observa-se ainda que a amostra encontra-se numa faixa intermediária entre o universo de indivíduos praticantes de exercícios vigorosos e o de sedentários.

2.1.3 PERCEPÇÃO DOS CAPITÃES-ALUNOS DO CURSO DE INFANTARIA DA EsAO

Da aplicação de questionários na amostra estudada, foi possível coletar alguns dados e informações relevantes, que permitiram uma análise mais aprofundada da realidade apresentada.

Inicialmente todos os integrantes responderam ao Questionário – A, que permitiu, entre outros aspectos, levantar os fatores que dificultaram a prática do TFM nos corpos de tropa. Segundo 34% dos capitães alunos, o “**pouco tempo disponível para a prática do TFM**” é o fator que mais dificulta a manutenção/desenvolvimento do condicionamento físico nas Organizações Militares e que serviram. O gráfico 2, apresenta ainda alguns outros fatores que foram levantados, a saber:

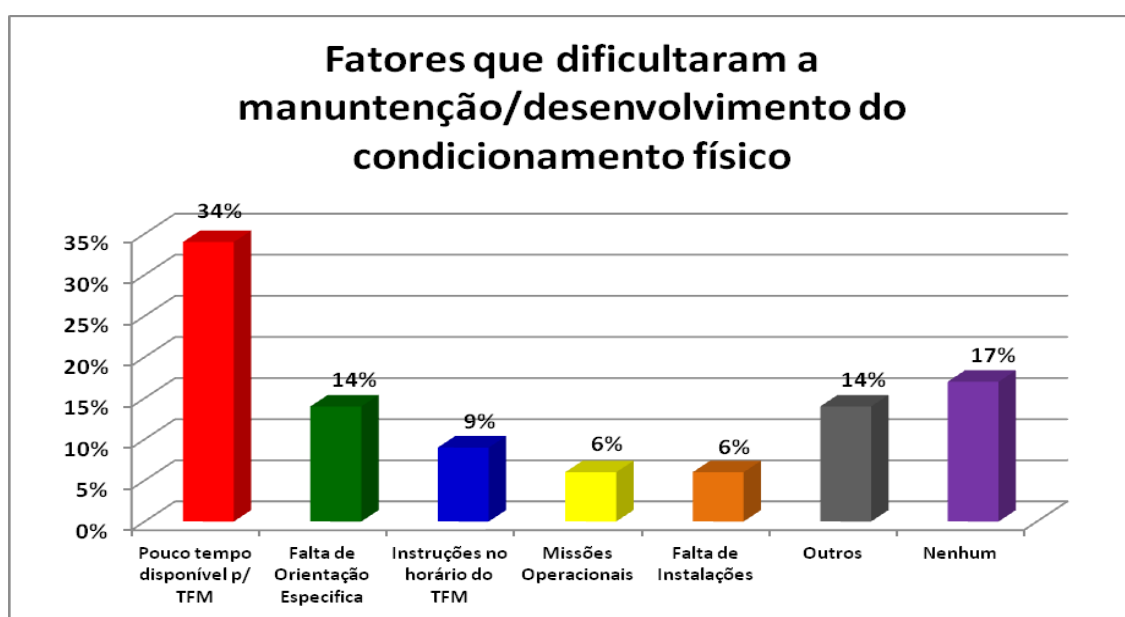


Gráfico 2 – Fatores que dificultaram a manutenção/desenvolvimento do condicionamento físico dos capitães-alunos nos corpos de tropa.

Fonte: O autor.

O Questionário – A verificou ainda que aproximadamente 42,2% dos militares avaliados afirmaram que as OM(s) em que serviram não conseguiram seguir a recomendação do PIM/COTer de realizar no mínimo 4 sessões de TFM por semana¹⁰.

As constatações supracitadas indicavam que o princípio do treinamento físico “*Continuidade*” poderia não estar sendo seguido, o que foi ratificado pelo Questionário – B. Este instrumento foi aplicado nos integrantes da amostra que possuíam o curso de Instrutor de Educação Física da Escola de Educação Física do Exército (EsEFEx), e que exerceram a função de Oficial de Treinamento Físico Militar (OTFM) das unidades em serviram.

Dentro ainda do Questionário “B”, foi aberta a possibilidade do militar apresentar sugestões e/ou observações que julgasse pertinente à este estudo. Dentre as apresentadas destacam-se as abaixo citadas:

“[...] o TFM, muitas vezes, é a primeira atividade a ser suprimida para se ajustar o planejamento das diretrizes semanais de instrução [...].”

“Sempre que possível, as OM(s) procuravam manter as seções de TFM, porém, a grande dificuldade era mantê-las face às diversas operações durante o ano. Dificilmente era possível ver todo o Batalhão no TFM [...].”

“[...] por ocasião do 1º TAF do ano de instrução, os militares integrantes das equipes de instrução dos soldados do Efetivo Variável ficam prejudicados por realizarem o TFM dos recrutas, que não é suficiente para que esses militares do efetivo profissional se preparem para as exigências do TAF [...].”

“Quanto à recomendação do PIM/COTer de realizar no mínimo 4 sessões semanais de TFM na OM, é possível atender de maneira geral. Mas apesar de estarem previstas 4 sessões semanais, diversas atividades impedem que individualmente o militar atenda à recomendação do COTer. Dentre estas atividades destaco o serviço de escala e as missões operacionais [...].”

3. CONCLUSÃO

A evolução da arte da guerra é alvo de estudos aprofundados nas escolas do Exército Brasileiro. Grande parte das mudanças nas técnicas, táticas e procedimentos do combate foram motivados pelo desenvolvimento tecnológico que cresce de maneira exponencial. Entretanto, autores como Mayer (1975) e Câmara (1985), corroborados pelo Manual C 20-20, mostraram as conclusões de renomados

chefes militares e de Exércitos que participaram ativamente de combates no último século, que foram categóricos em destacar que a importância da capacidade física para o sucesso nos campos de batalha se mantém inalterada ao longo dos anos.

De acordo com este contexto, a presente investigação buscou verificar a evolução do condicionamento físico do oficial de infantaria do EB, entre a sua formação na AMAN e o seu aperfeiçoamento na EsAO, em função do seu desempenho na corrida de 12 minutos do TAF.

Para que uma conclusão fosse estabelecida foi necessário comparar o desempenho apresentado pela amostra por ocasião da sua formação na AMAN, com a situação atual na EsAO.

Os resultados apresentados na presente pesquisa são significativos, claros e objetivos, e permitiram a rejeição da hipótese nula (H_0), haja vista, que o condicionamento físico aeróbico da turma do CAO Infantaria-2012 “**decreceu**”, em função dos índices do TAF, no período considerado.

Entretanto, a confirmação da Hipótese de Estudo Nr 1 (H_1), não permite uma conclusão plena sobre a evolução do condicionamento físico em geral, haja vista que o TAF contempla outros testes além da “corrida de 12 minutos”. No entanto, assim como está ocorrendo com o condicionamento aeróbico, é possível que não esteja acontecendo a manutenção ou incremento do “**condicionamento físico geral**” como espera o Exército Brasileiro.

Em contrapartida, convém ressaltar que segundo a Portaria Nº 032-EME, de 31 de março de 2008, a suficiência no TAF é responsabilidade do comando, e esta foi atingida pela maioria absoluta da amostra. O índice de suficiência para a “corrida de 12 minutos”, considerando o Padrão Avançado de Desempenho (PAD) exigido nas OM operacionais, é a menção “B”, que deixou de ser atingida por apenas 2,75% da amostra (3 militares).

A fotografia final da pesquisa apresenta uma situação ainda em conformidade com o exigido pelo Exército Brasileiro, aliada a uma comprovada tendência de queda do condicionamento físico acima do esperado pelo IPCFEx. Esta situação pode ter reflexos diretos na capacidade operacional do Exército Brasileiro, haja vista, que estes militares, dentre outras funções, podem ser responsáveis pela condução de homens em combate, particularmente no nível subunidade. Atividade essa que sofre influência direta da capacidade física.

O verdadeiro valor trabalho está em apresentar sugestões que possam servir

de solução para a situação encontrada. Desta forma, sugere-se:

- a. Aumentar a valorização dos militares que atingem os níveis mais altos do TAF, e que mantêm ou desenvolvem seu condicionamento físico ao longo dos anos. Esta medida iria estimular a busca pela melhoria da condição física individual, o que iria se refletir numa elevação geral da tropa.
- b. Fiscalizar e cobrar a frequência ao TFM em todos os níveis, o que proporcionaria o atendimento do **princípio da continuidade**, que foi levantado nesta pesquisa como sendo aquele mais prejudicado na prática do TFM. O objetivo desta fiscalização, é evitar que as janelas entre a execução das sessões de TFM exceda às 48 horas e deixe de atender a este princípio.
- c. Disponibilizar recursos para a melhoria das instalações de treinamento físico, tornando o mesmo mais eficiente e atrativo para os militares.
- d. Determinar em legislação específica, que as Escolas de Formação e Aperfeiçoamento do EB realizem testes físicos e coleta de medidas antropométricas/fisiológicas padronizadas, para que a evolução física dos militares possa ser acompanhada sistematicamente. Uma grande dificuldade desta pesquisa foi a elaboração da metodologia com o intuito de comparar o desempenho da amostra nos dois momentos de avaliação, o que não ocorreria se as escolas de formação e aperfeiçoamento (AMAN e EsAO) realizassem os mesmos testes.
- e. Pesquisar a incidência de doenças coronarianas, hipertensão e diabetes dentro do EB, fruto da constatação de que 56% da amostra encontra-se em situação de sobrepeso/obesidade. Com isso poderiam ser desenvolvidos programas educacionais com o objetivo de conscientizar os militares quanto à importância da prática regular do TFM como instrumento promotor da saúde.

Sugere-se ainda que sejam realizados estudos longitudinais que aprofundem o tema e verifiquem se os resultados apresentados, pela turma de infantaria do CAO da EsAO no corrente ano, se repetem com outras turmas.

Por fim, destaca-se, ainda, que o EB do século XXI na busca de ser

permanentemente reconhecido como uma instituição compromissada, de forma exclusiva e perene, com o Brasil, o Estado, a Constituição e a sociedade nacional, de modo a continuar merecendo a confiança e o apreço da população brasileira, precisa ficar atento à conjuntura atual do preparo físico e da saúde dos seus quadros. A partir da constatação de que o condicionamento físico aeróbico do oficial de infantaria do EB está decrescendo entre a sua formação e o seu aperfeiçoamento, é possível concluir que a operacionalidade da força também poderá estar sendo depreciada. Definitivamente, de acordo com os resultados desta pesquisa, o capitão de infantaria da turma do CAO Infantaria-2012, não é uma referência positiva de capacidade física para a população brasileira, e esta realidade vai de encontro à visão de futuro do Exército Brasileiro, que espera ser constituído por pessoal altamente qualificado, motivado e coeso, que professe valores morais e éticos, que identificam, historicamente, o soldado brasileiro, e tenham orgulho de servir com dignidade à Instituição e ao Brasil, sendo reconhecido internacionalmente por seu profissionalismo, competência institucional e capacidade de dissuasão, para ser respeitado na comunidade global como poder militar terrestre apto a respaldar as decisões do Estado.

REFERÊNCIAS

1. BRASIL. Estado-Maior do Exército. **C 20-20: Treinamento Físico Militar**. 3. ed. Brasília: EGGCF, 2002.
2. BRASIL. Estado-Maior do Exército. **C 7-20: Batalhão de Infantaria**. 4. ed. Brasília: EGGCF, 2007.
3. HOWLEY, Edward T.; FRANKS, B. DON; **Manual de condicionamento físico**. 5. Ed. Rio de Janeiro: Artmed, 2008.
4. MATSUDO, S. M.; MATSUDO, V. K. R.; BARROS NETO, T. L.; Impacto do envelhecimento nas variáveis antropométricas, neuromotoras e metabólicas da aptidão física. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**. Brasília, v. 8, n. 4, p. 21-32. 2000.
5. TUBINO, Manoel J. G.; MOREIRA, Sérgio B.; **Metodologia Científica do Treinamento Desportivo**; 13. ed. Rio de Janeiro: Shape, 2003.
6. BRASIL. Estado-Maior do Exército. **Portaria n. 032, de 31 de Março de 2008**. Brasília: EGGCF, 2008.
7. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Quase metade da população brasileira está acima**

do peso. Brasília, 2012. Disponível em: <portalsaude.saude.gov.br>. Acesso em 14 jul. 2012.

8. MATSUDO, S. M.; MATSUDO, V. K. R.; BARROS NETO, T. L.; Impacto do envelhecimento nas variáveis antropométricas, neuromotoras e metabólicas da aptidão física. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento.** Brasília, v. 8, n. 4, p. 21-32. 2000.

9. SOUZA, Daniel F. X. et al.; **COMPARAÇÃO DO ESTADO NUTRICIONAL E DO NÍVEL DE CONDICIONAMENTO FÍSICO DE OFICIAIS COMBATENTES DO EXÉRCITO BRASILEIRO NOS CURSOS DE FORMAÇÃO, APERFEIÇOAMENTO E COMANDO E ESTADO-MAIOR.** 2006. Artigo Científico – Escola de Educação Física do Exército. Disponível em: <HTTP://www.esefex.ensino.eb.br>. Acesso em 16 abr. 2012.

10. BRASIL. Comando de Operações Terrestres. **Programa de Instrução Militar (PIM).** Brasília: EGGCF, 2011.