



IMPACTOS DO TREINAMENTO DE SOBREVIVÊNCIA NO MAR SOBRE O PERFIL ANTROPOMÉTRICO DE MILITARES

Eduardo Heidi Ozaki ¹

Willian Carrero Botta ²

José Maurício Magraner Paixão Dos Santos ³

Fábio Angioluci Diniz Campos ⁴

Os militares da Força Aérea Brasileira devem estar preparados para desempenharem suas atividades profissionais em ambientes hostis. Para tanto, nas escolas de formação os alunos são submetidos a diversos treinamentos operacionais e instruções de sobrevivência, inclusive no mar, que devem se aproximar o máximo possível das dificuldades enfrentadas em uma missão real. Deste modo, mensurar o impacto destas atividades sobre os participantes é fundamental para garantir um treinamento adequado. O presente relato de experiência teve como objetivo identificar o comportamento do perfil antropométrico de militares submetidos a dois dias de treinamento de sobrevivência no mar, expostos a agentes estressores como amplas variações de temperatura, restrições de consumo de água e alimentos e espaço confinado. A amostra foi composta por 23 cadetes, sendo 17 homens, pertencentes à Academia da Força Aérea, voluntários, com idades entre 19 e 25 anos, saudáveis e escolhidos de forma não-aleatória. Os sujeitos passaram por avaliação antropométrica em dois momentos distintos: a primeira ocorreu 30 minutos antes do início do treinamento e a segunda após 48 horas do término da atividade. A referida avaliação englobou a medição da estatura (m), massa corporal (kg) e o cálculo do percentual de gordura (%G) por meio do protocolo de *Jackson e Pollock* (1978) para três dobras cutâneas para estimar a densidade corporal, com posterior utilização da equação de Siri (1961). Para caracterização da amostra foi utilizada estatística descritiva a partir dos cálculos de média e desvio padrão. A distribuição dos dados foi analisada por meio do teste de *Kolmogorov-Smirnov*. Os dados das duas coletas foram comparados através do teste *t* de *Student* para amostras dependentes com nível de significância de $p < 0,05$. Foram identificadas reduções significativas entre as médias das duas coletas para as variáveis massa corporal ($\Delta K_g = 2,58 \pm 0,68$, $p < 0,01$) e percentual de gordura ($\Delta \%G = 0,75 \pm 1,01$, $p < 0,02$). Conclui-se que dois dias de treinamento de sobrevivência no mar foram capazes de diminuir significativamente a massa corporal e o percentual de gordura dos sujeitos da amostra. Sugerem-se estudos posteriores a fim de verificar se alterações no perfil antropométrico em treinamentos de sobrevivência podem ser utilizadas como parâmetro para planejar, executar, avaliar e modificar o treinamento operacional, bem como o nível de exigência a que os sujeitos estão sendo submetidos.

¹ Professor na Escola de Especialista de Aeronáutica - SP, ozakieho@gmail.com;

² Mestre pelo Programa de Pós-graduação em Desempenho Humano Operacional da Universidade da Força Aérea - RJ, al_botta@hotmail.com;

³ Pesquisador do Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Escola de Educação Física e Esporte de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo - SP, jmmagraner@usp.br;

⁴ Professor na Academia da Força Aérea - SP, fabiocampos06@gmail.com;