

UNIVERSIDADE ESTADUAL DO MARANHÃO  
CENTRO DE CIÊNCIAS TECNOLÓGICAS  
CURSO DE FORMAÇÃO DE OFICIAIS BOMBEIRO MILITAR

**MATHEUS AURÉLIO COSTA FRAZÃO**

**A RELEVÂNCIA DA PRÁTICA CONTÍNUA DE DEFESA PESSOAL NA  
ATIVIDADE BOMBEIRO MILITAR:** condicionamento físico e motor para responder  
às ocorrências que ofereçam risco de agressão ao socorrista

São Luís  
2019

**MATHEUS AURÉLIO COSTA FRAZÃO**

**A RELEVÂNCIA DA PRÁTICA CONTÍNUA DE DEFESA PESSOAL NA  
ATIVIDADE BOMBEIRO MILITAR: condicionamento físico e motor para responder  
às ocorrências que ofereçam risco de agressão ao socorrista**

Monografia apresentada ao Curso de Formação de Oficiais da Universidade Estadual do Maranhão, em cumprimento das exigências para obtenção do grau de Bacharel em Segurança Pública e do Trabalho.

Orientador: 1º Tenente QOABM Adailson Raimundo Moreira Garcez.

São Luís  
2019

Frazão, Matheus Aurélio Costa.

A relevância da prática contínua de defesa pessoal na atividade bombeiro militar: condicionamento físico e psicológico para responder as ocorrências que ofereçam risco de agressão ao socorrista / Matheus Aurélio Costa Frazão. – São Luís, 2019.

55 f

Monografia (Graduação) – Curso de Formação de Oficiais Bombeiro Militar, Universidade Estadual do Maranhão, 2019.

Orientador: Prof. Ten. QOABM Adailson Raimundo Moreira Garcez.

1.Defesa pessoal. 2.Prática contínua. 3.Bombeiro militar. I.Título

CDU: 355.55

**MATHEUS AURÉLIO COSTA FRAZÃO**

**A RELEVÂNCIA DA PRÁTICA CONTÍNUA DE DEFESA PESSOAL NA  
ATIVIDADE BOMBEIRO MILITAR:** condicionamento físico e motor para responder  
às ocorrências que ofereçam risco de agressão ao socorrista

Monografia apresentada ao Curso de  
Formação de Oficiais da Universidade  
Estadual do Maranhão, em cumprimento das  
exigências para obtenção do grau de  
Bacharel em Segurança Pública e do  
Trabalho.

Orientador: 1º Tenente Adailson Raimundo  
Moreira Garcez.

Aprovado em \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

**BANCA EXAMINADORA**

---

**1º Tenente Adailson Raimundo Moreira Garcez (Orientador)**  
Profº. Ms em educação – IPG (Portugal)  
Corpo de Bombeiros Militar do Maranhão

---

**1º Tenente Ivan Robson Rodrigues Silva**  
Bacharel em Segurança Pública e do Trabalho - UEMA  
Corpo de Bombeiros Militar do Maranhão

---

**2º Tenente Mayara Verusca do Nascimento Moreira Pereira**  
Licenciada em Educação Física - CEUMA  
Corpo de Bombeiros Militar do Maranhão

Ao Deus, todo-poderoso, pela proteção;  
aos meus pais, Gilmar e Rivânia, pelo  
incentivo e confiança; a minha  
companheira, Karolina, pelo apoio e  
instrução.

## AGRADECIMENTOS

Segundo o Dicionário Online de Língua Portuguesa Priberam agradecer é conceituado como um ato de retribuição. A todos os momentos recebemos dádivas, muitas delas divinas e outras de pessoas que amamos, por diversas vezes físicas e palpáveis que as tornam fáceis de serem reconhecidas, mas por outras são intangíveis e quase imperceptíveis a nossos olhos pouco atentos e mentes distraídas com tantas atividades do cotidiano.

No entanto, a gratidão é uma retribuição simples a dívidas que jamais poderão ser pagas, que não tem como serem quitadas nem mesmo quando se devolve objeto de mesma espécie, em mesma quantidade ou corrigido.

Dessa forma quero expressar minha eterna gratidão a Deus porque tudo é dele, existe por meio dele e é para ele (Romanos 11).

A meus amados pais, Gilmar e Rivânia, que sempre se empenharam em oferecer o melhor a mim e a meus irmãos, ainda que lhes custassem finais de semana de descanso, noites de sono e por mais que as coisas chegassem a situações críticas souberam ser fortes e sábios para nos oferecer o melhor que puderam.

A minha amada noiva, Karolina, por toda compreensão, companhia ainda que distante, sabedoria e amor que soube empregar incondicionalmente, também por sua garra e força de vontade que me inspiram a ser melhor e querer crescer junto.

A meus irmãos, João Pedro e Gilvânia, os quais admiro muito, vibro por cada uma de suas conquistas e desejo sempre o melhor dessa vida a ambos, que sejam sábios, inteligentes e fortes para alcançarem seus objetivos de vida.

A meus avós – João Moreira, Raimunda, Aniceto e Maria – por todo amor e carinho que conferiram a mim independentemente de qualquer coisa e também por cada palavra de sabedoria ministrada.

A cada um dos meus tios e primos de sangue e de coração, cujos nomes não citarei para evitar de vir a esquecer alguém pois certamente são muitos os que merecem serem mencionados, que sempre deram muito apoio a meus propósitos e depositaram em mim a confiança de que o sucesso seria alcançado e certamente o presente trabalho é o marco de que estou atingindo tal objetivo.

A meus colegas da 11ª turma do curso de Formação de Oficiais Bombeiro Militar, cuja convivência nos levou a formar laços que serão levados para a vida toda, em

especial meus irmãos de coração, os laranjeiras<sup>1</sup>, João Lucas, Nicolas e Filipe Ribeiro, sem os quais esses três anos teriam sido muito mais longos pelo agrave que seria causado pela solidão.

A meu sensei<sup>2</sup> de Judô Paulo Mota por todo esmero, disponibilidade, atenção e empenho em contribuir com a formação do meu caráter e conhecimento desde meus 8 anos de idade até os dias de hoje com muita simplicidade e amizade.

Aos amigos, José Victor e Allany, que levarei comigo a vida toda, que estiveram comigo em bons e maus momentos e sei que aplaudem com sinceridade as vitórias que conquisto assim como eu as deles.

Aos instrutores e professores que tive por toda vida até o presente momento, pois cada um, por mais breve que tenha sido o contato, deixou marcas que compõem o conhecimento que me trouxe até aqui e o caráter que forma a minha personalidade, em especial ao Senhor 1º Tenente QOABM Garcez, meu sensei de Judô nesses 3 anos de formação acadêmica que, com habilidade, persistência e conhecimento disponibiliza-se a instruir o corpo de cadetes nessa nobre arte marcial.

---

<sup>1</sup> Militares que residem no quartel.

<sup>2</sup> Professor em japonês

*“Sorte é o que acontece quando a  
preparação encontra a oportunidade.”*

Sêneca

## RESUMO

O presente trabalho analisa a relevância da prática contínua de defesa pessoal na atividade bombeiro militar ao passo em que investiga a necessidade de condicionamento físico e motor por parte do socorrista visando responder com êxito às ocorrências que ofereçam risco ao mesmo. Para tanto foi orientada por meio de abordagem qualitativa, a partir de observação estruturada da realidade vivenciada pelos militares tidos como sujeitos da pesquisa, análise bibliográfica de material relacionado à temática, tal qual materiais de cunho oficial, além de entrevista semiestruturada com o instrutor de Defesa Pessoal e cadetes do Curso de Formação de Oficiais III da Academia de Bombeiro Militar “Josué Montello”, tendo como objetivo geral analisar a relevância da prática contínua de defesa pessoal na atividade bombeiro militar e como objetivos específicos refletir quanto a segurança dos militares no serviço e ameaças do cotidiano; caracterizar o conceito de defesa pessoal, tal qual seu elemento base e benefícios do treinamento contínuo e compreender *se e como* as práticas de defesa pessoal auxiliam no desempenho das atividades diárias dos cadetes do Curso de Formação de Oficiais III da Academia de Bombeiros Militar “Josué Montello”. As considerações finais vislumbradas por meio da pesquisa apontaram que a prática da defesa pessoal, aplicada no treinamento físico militar, visa a continuidade do treinamento de técnicas de autodefesa para aprimorá-las, trabalhando a memória neuromuscular dos militares, melhorando a psicomotricidade dos mesmos a fim de que sejam cada vez mais hábeis na execução de atividades e ágeis no processo de aprendizagem de novas técnicas e, ainda, tornando-os mais condicionados fisicamente, o que contribui para a melhoria do desempenho da atividade fim.

**Palavras-Chave:** Defesa pessoal. Prática contínua. Bombeiro militar.

## **ABSTRACT**

The present work analyzes the relevance of the continuous practice of personal defense in the military firefighter activity, while investigating the need for physical and motor conditioning by the rescuer to respond successfully to occurrences that pose a risk to the same. For this purpose, it was guided by a qualitative approach, based on a structured observation of the reality experienced by the military as subjects of the research, bibliographical analysis of material related to the research topic, such as official materials, in addition to a semi-structured interview with the instructor of Personal Defense and cadets of the Officers Training Course III of the Military Firefighter Academy "Josué Montello", with the general objective of analyzing the relevance of the continuous practice of personal defense in the military firefighter activity and as specific objectives to reflect on the safety of the military in the daily threats; characterize the essential elements of self-defense, as well as the benefits of continuous training, and understand how the self-defense practices aid in the performance of the daily activities of the cadets of the Officers Training Course III in the "Josué Montello" Military Training Academy. The final considerations considered by the research indicated that the practice of personal defense, applied in military physical training, aims at the continuation of the training of self-defense techniques to improve them, working the neuromuscular memory of the military, improving the psychomotricity of the same in order that they are more and more skilled in the execution of activities and agile in the process of learning new techniques and also making them more physically conditioned, which contributes to the improvement of the performance of the end activity.

**Keywords:** Self-defense. Continuous practice. Military firefighter.

## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

FIGURA 1	- Gradiente de força.....	22
FIGURA 2	- Postura e posicionamento dos agentes.....	23
FIGURA 3	- Aviso ou negociação.....	24
FIGURA 4	- Contenção física do agressor por chave de braço.....	25
FIGURA 5	- Contenção da agressão com arma branca e golpe contundente para neutralização do agressor.....	26
FIGURA 6	- Enquadramento com arma fogo de agressor com arma branca a distância maior que 7 metros.....	28
FIGURA 7	- Pirâmide de aprendizagem de William Glasser.....	35
GRÁFICO 1	- As 10 ocorrências mais frequentes na grande de São Luís no período de 2014 a 2018.....	44

## LISTA DE SIGLAS E ABREVIações

A01 – Paciente psiquiátrico

ABMJM – Academia de Bombeiros Militar “Josué Montello”

AM – Artes Marciais

Art. – Artigo

CBMMA – Corpo de Bombeiros Militar do Maranhão

CC – Código Civil

CFO – Curso de Formação de Oficiais

CIOPS – Centro Integrado de Operações de Segurança Pública

CP – Código Penal

DP – Defesa Pessoal

LOB – Lei de organização básica

PMMA – Polícia Militar do Maranhão

POP – Procedimento Operacional Padrão

RCONT – Regulamentos de continências, honras, sinais de respeito e cerimonial militar das forças armadas

RDE – Regulamento Disciplinar do Exército

RISG – Regulamento Interno de Serviços Gerais

SAMU – Serviço de Atendimento Móvel de Urgência

TFM – Treinamento Físico Militar

UBM – Unidade Bombeiro Militar

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>13</b>
<b>2</b>	<b>NOÇÕES BÁSICAS E PRINCÍPIOS NORTEADORES DA ATIVIDADE BOMBEIRO MILITAR.....</b>	<b>15</b>
<b>2.1</b>	<b>Segurança dos militares no serviço e ameaças do cotidiano.....</b>	<b>15</b>
<b>2.2</b>	<b>Abordagem a pacientes psiquiátricos.....</b>	<b>18</b>
<b>3</b>	<b>BASE DA DEFESA PESSOAL.....</b>	<b>20</b>
<b>3.1</b>	<b>Uso da força.....</b>	<b>21</b>
<b>4</b>	<b>DESENVOLVIMENTO PRÁTICO DA DEFESA PESSOAL.....</b>	<b>30</b>
<b>4.1</b>	<b>Aprendizado de novas habilidades.....</b>	<b>30</b>
<b>4.2</b>	<b>Benefícios do treinamento contínuo.....</b>	<b>32</b>
<b>5</b>	<b>DEFESA PESSOAL NA ACADEMIA BOMBEIRO MILITAR JOSUÉ MONTELLO.....</b>	<b>34</b>
<b>6</b>	<b>METODOLOGIA.....</b>	<b>36</b>
<b>7</b>	<b>RESULTADOS E DISCUSSÕES .....</b>	<b>38</b>
<b>8</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>47</b>
	<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>51</b>
	<b>APÊNDICES.....</b>	<b>53</b>
	<b>APÊNDICE A – ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA COM INSTRUTOR DE DEFESA PESSOAL.....</b>	<b>54</b>
	<b>APÊNDICE B – ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA COM CADETES CURSO DE FORMAÇÃO DE OFICIAIS III.....</b>	<b>55</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Segundo arcabouço legal, a saber o Manual de Campanha do Exército Brasileiro – Treinamento Físico Militar: Lutas C 20-50 (2002) que, entre outras questões, estabelece bases para estruturação e condução para todas as formas de ataque e defesa em combates corpo a corpo, objetivando preparar o militar para defender-se na ocorrência de agressões a partir do desenvolvimento e aperfeiçoamento pessoal constantes, para que o mesmo tenha confiança no tocante à aplicação de técnicas e obtenha êxito em situações reais de exposição ao risco quando em contato com a população é necessária prática constante a fim de que os movimentos e repetições sejam, assim, internalizados e tornem-se atos reflexos.

Porém, se observa no cotidiano de cadetes, praças e oficiais do Corpo de Bombeiros a inexistência desse contato tão necessário com atividades de defesa pessoal, pois aos cadetes é ofertada apenas uma disciplina específica para o desenvolvimento de tais práticas, a cadeira de Defesa Pessoal, ministrada no último semestre do curso. Assim, o desenvolvimento dessas vivências durante a formação resume-se às iniciativas pessoais dos já praticantes de alguma arte marcial, porém compõem uma pequena parcela dos integrantes das turmas.

Então, o presente trabalho se propõe a responder a seguinte indagação: Qual a relevância da prática contínua de defesa pessoal na atividade bombeiro militar?

Supõe-se que seja totalmente imprescindível, pois é improvável que o militar esteja apto a atuar depois de decorridos anos sem contato com as técnicas, o que deve diminuir a capacidade cognitiva deste. De forma que o mesmo se torne inseguro para agir. Ou, talvez seja pelo menos parcialmente necessário, uma vez que o conhecimento assimilado ainda que não praticado não deixa de ser ciência e o militar, mesmo sem manter este contato, ainda é capaz de fazer as associações e definir estratégias e táticas baseadas nos procedimentos que foram aprendidos.

Quanto aos oficiais e praças lotados em São Luís é obrigatória a prática de treinamento físico duas vezes na semana, porém as mesmas ocorrem, por muitas vezes, sem nenhum tipo de acompanhamento ou supervisão, nem ao menos se testifica a existência de organização de um cronograma para sistematização de tais atividades.

Constante a isso, a proposta geral desta pesquisa sedimenta-se na necessidade de identificar a relevância da prática de defesa pessoal na atividade

bombeiro militar de modo constante e como a mesma pode auxiliá-los na preparação para situações reais de agressão, haja vista a sua indispensabilidade em casos do cotidiano pelo constante contato com a população.

Para tanto, o objetivo geral da presente pesquisa é analisar a relevância da prática contínua de defesa pessoal na atividade bombeiro militar e tem como objetivos específicos: refletir quanto a segurança dos militares no serviço e ameaças do cotidiano; caracterizar o conceito de defesa pessoal, tal qual seu elemento base e benefícios do treinamento contínuo e compreender se e *como* as práticas de defesa pessoal auxiliam no desempenho das atividades diárias dos cadetes do Curso de Formação de Oficiais III da Academia de Bombeiros Militar “Josué Montello”.

A metodologia adotada se orienta pela abordagem qualitativa, sendo a coleta de dados realizada a partir da observação estruturada da realidade vivenciada pelos militares tidos como sujeitos da pesquisa, análise bibliográfica de material de profissionais especializados na área de educação física e defesa pessoal, tal qual de materiais oficiais, como Manual de Campanha do Exército Brasileiro – Treinamento Físico Militar: Lutas C 20-50, além de entrevista semiestruturada com o instrutor de Defesa Pessoal e cadetes do Curso de Formação de Oficiais III da Academia de Bombeiro Militar “Josué Montello”.

As inquietações que subsidiaram a escolha do tema deram-se por meio de reflexões quanto aos possíveis malefícios do breve contato dos militares com a defesa pessoal, restrito apenas aos dos cursos de formação embora tão necessário durante atividades do bombeiro militar em prevenções e no atendimento pré-hospitalar a pacientes psiquiátricos ou usuários de substâncias entorpecentes, entre outros casos.

A motivação partiu da percepção pessoal sobre os benefícios advindos por meio da prática de judô desde os oito anos, concluindo que o treinamento gera uma memória neuromotora, que é notória na execução de movimentos com facilidade e agilidade, habilidades estas ainda em estado latente em iniciantes ou não praticantes e só possíveis ao alcance a partir da prática permanente.

A prática constante ainda proporciona confiança e aptidão para agir com maiores chances de êxito pela segurança no tocante à como se comportar e quais procedimentos adotar para neutralizar as ameaças e mitigar os danos que elas possam causar.

## **2 NOÇÕES BÁSICAS E PRINCÍPIOS NORTEADORES DA ATIVIDADE BOMBEIRO MILITAR**

As instituições militares estaduais (Polícia Militar e Corpo de Bombeiros Militar) são componentes da administração pública e, portanto, tem o dever de agir em prol do interesse público, mais especificamente na manutenção da ordem dentro de suas esferas de atuação.

Ambas as forças são munidas pelo poder de polícia<sup>3</sup> (FILHO, 2017) sendo responsáveis pelas ações adotadas dentro de suas áreas de atuação. Em geral, o poder de polícia é vinculado a obrigação de agir, considerando que o agente provido do poder-dever, ao se omitir, incorre em crime e pode ser responsabilizado havendo comprovação de que sabia e podia atuar e ainda assim se negou conforme o art. 13º, parágrafo 2º do Código Penal (1940, p.4):

- 2º - A omissão é penalmente relevante quando o emitente devia e podia agir para evitar o resultado. O dever de agir incumbe a quem:
- a) tenha por lei obrigação de cuidado, proteção ou vigilância;
  - b) de outra forma, assumiu a responsabilidade de impedir o resultado;
  - c) com seu comportamento anterior, criou o risco da ocorrência do resultado.

Assim, a diferença entre o cidadão comum e o profissional de segurança pública é que este último passa por treinamentos, os quais aquele normalmente não, que o preparam para situações de estresse, tornando-o capaz de manter a calma em momentos de desordem e, dessa forma, possa encontrar a melhor maneira de atuar e extinguir os danos ou pelo menos mitigá-los.

### **2.1 Segurança dos militares no serviço e ameaças do cotidiano**

Os militares, além de todas as obrigações inerentes ao serviço público em geral e da segurança pública, mais particularmente, ainda são sujeitos a regulamentos disciplinares que regem suas condutas e estabelecem padrões de comportamento rígidos e peculiares da vida castrense dentro e fora da atividade, haja vista que o profissional permanece sendo militar mesmo não estando em serviço e como tal deve preservar uma conduta ilibada perante a sociedade em consonância com os Regulamentos de Continências, Honras, Sinais de Respeito e Cerimonial Militar das Forças Armadas (RCONT), Regulamento Disciplinar do Exército (RDE), Regulamento

---

<sup>3</sup> Instrumento de coercibilidade que o estado tem para restringir o exercício de direitos individuais em prol do interesse público.

Interno e dos Serviços Gerais (RISG) e as demais normas específicas de cada corporação e unidade, a fim de regular as atividades considerando as particularidades.

As atividades diárias do Bombeiro Militar são subsidiadas pelo lema “Aliena Vita et Bona Salvare”<sup>4</sup>, tendo como objetivo central a preservação de tais bens jurídicos protegidos como cláusulas pétreas pela Constituição Federal no caput do art. 5º que preconiza:

Art. 5º Todos são iguais perante a lei, sem distinção de qualquer natureza, garantindo-se aos brasileiros e aos estrangeiros residentes no País a inviolabilidade do direito à vida, à liberdade, à igualdade, à segurança e à propriedade [...] (BRASIL, 1988, p. 5).

E, como componentes da administração pública e dos órgãos de defesa da soberania nacional e da segurança pública, a obrigação de defender tais direitos é incumbida às forças militares, sejam elas federais ou estaduais. E, comumente, o exercício do dever expõe o militar a um constante contato com emergências e iminente perigo.

No concernente ao seu campo de atuação, o arcabouço legal que trata do mesmo, a saber a lei de Organização Básica do Corpo de Bombeiros Militar do Maranhão, Lei 10.230/2015, traz em seu artigo 1º que o mesmo é definido como força auxiliar do exército e órgão central do Sistema Estadual de Proteção e Defesa Civil. Assim, suas competências são listadas no artigo 2º:

Art. 2º - Ao Corpo de Bombeiros Militar do Maranhão, órgão com competência para atuar no âmbito do Estado, cabe:

- I - desenvolver a política Estadual de Proteção de Defesa Civil, nas ações de proteção da incolumidade e do socorro das pessoas em caso de infortúnio ou de calamidade;
- II - prestar socorro nos casos de inundações, alagamentos, deslizamentos, desabamentos e/ou catástrofes, sempre que houver ameaça de destruição de haveres, vítimas ou pessoas em iminente perigo de vida;
- III - exercer atividades de polícia administrativa para os serviços de Segurança Contra Incêndio e Pânico e de Salvamento, podendo, por meio de estudos, vistorias, análises, planejamento, fiscalização e controle de edificações, embargar, interditar obras, serviços, habitações e locais de diversões públicas que não oferecerem condições de segurança e de funcionamento;
- IV - controlar e fiscalizar a formação de guarda-vidas em meio aquático;
- V - realizar serviços de busca e salvamento de pessoas, animais, bens e haveres;
- VI - realizar prevenção no meio aquático e serviço de guarda-vidas;
- VII - realizar serviços de atendimento e transporte pré-hospitalar em vias e logradouros públicos;
- VIII - proceder à perícia de incêndios, bem como o controle de edificações e seus projetos, visando à observância de requisitos técnicos contra incêndio e

---

<sup>4</sup> Vidas alheias e riquezas salvar.

outros riscos, prevenindo e extinguindo incêndios urbanos e florestais [...].  
(MARANHÃO, 2015, p.2)

Em síntese, o campo de possível atuação do Bombeiro Militar é absolutamente amplo, fazendo-se necessária, portanto, uma constante preparação técnica, psicológica e física, sobretudo nos casos relacionados ao que se destaca no inciso I, que trata da Proteção de Defesa Civil, como apontam Filho e Moreira (2018, p.16):

O trabalho que é exercido pelo Bombeiro Militar é, em sua maioria, diversificado, com atuação em diversas áreas, seja na terra, no ar ou no mar, e exige uma performance especializada, técnica, de precisão, resultando em uma ação rápida e eficaz no atendimento de qualquer ocorrência.

Constante a isso, a prática contínua de atividades de Defesa Pessoal se torna absolutamente necessária, pois o Bombeiro Militar está, diariamente, em contato com a população no caso da ocorrência de situações como prevenções e no atendimento pré-hospitalar a pacientes psiquiátricos ou usuários de substâncias entorpecentes, entre outros casos, necessitando, portanto de absoluto e constante preparo físico, técnico e psicológico.

O militar despreparado, cujo treinamento seja inexistente ou inefetivo, quando exposto a situações reais de combate e prevenção, tem aumentadas as possibilidades de que a situação fuja ao seu controle e o mesmo não saiba o que fazer e ainda agrave a ocorrência ocasionando riscos a si, a sua guarnição, demais pessoas que possam eventualmente estar presenciando o momento e para quem está envolvido diretamente, a saber as vítimas e agressores.

No cotidiano das tarefas que envolvem ofício militar, há diversas ocasiões em que o estresse natural da atividade e a instabilidade das áreas de atuação colocam em risco a vida do profissional inclusive em conflitos de combate corpo a corpo com elementos que ameacem a ordem e a segurança pública, conforme afirmam Cantanhede *et al* (2011, p. 1):

Profissionalmente o militar (tanto das Forças Armadas: Exército, Marinha e Aeronáutica quanto das Forças Auxiliares: Polícia Militar e Corpo de Bombeiros) é um indivíduo que, em virtude do seu trabalho, pode ser (no caso das Forças Armadas) ou é (militar das Forças Auxiliares) alvo de constantes ameaças à sua integridade física. Sendo assim, faz-se necessário que esse profissional saiba se conduzir em uma situação de confronto corpo-a-corpo, desarmado ou com armas brancas.

Em face a supracitada variedade de atividades desempenhadas pelo corpo de bombeiros no labor inerente a profissão é exigido do profissional presteza no

raciocínio a fim de definir o que fazer, controle emocional, preparo físico para que o corpo seja capaz de suportar a carga de trabalho até que o mesmo seja concluído e aprimoramento de técnicas que habilitem o militar a executar seu dever com precisão e rapidez.

Nesse contexto é necessária a compreensão do militar quanto ao seu papel e como deve desempenhá-lo e, mais ainda, saber que é inteiramente responsável por seus atos e que age em nome do estado, portanto deve estar sempre consciente de seus direitos e deveres, conhecer as técnicas e aplicá-las de acordo com a necessidade sem jamais se exceder em seus procedimentos, uma vez que pode ser responsabilizado e responder criminalmente caso suas ações acarretem danos desnecessários a saúde ou a vida de outrem.

Suas ações devem ter respaldo legal e, para isso, é necessário que tenha, além do conhecimento da legislação que rege sua atividade, conhecimento prático para que atue dentro do que preconiza o Código Penal no que tange exclusão de ilicitude, nesse contexto mais especificamente no aspecto da legítima defesa, que regula:

Art. 23. - Não há crime quando o agente pratica o fato:

I - em estado de necessidade;

II - em legítima defesa;

III - em estrito cumprimento de dever legal ou no exercício regular de direito.

Parágrafo único. O agente, em qualquer das hipóteses deste artigo, responderá pelo excesso doloso ou culposo. (BRASIL, 1940, p. 6)

Tendo por base essa conjuntura, a defesa pessoal é uma questão elementar, cuja abordagem reduzida e restrita na formação e menos presente ainda no dia-a-dia dos profissionais não os garante o preparo adequado e não confere a devida propriedade no assunto que deveriam ser inerentes ao profissional de segurança pública, o qual a própria atividade o coloca diante do iminente perigo de um confronto corpo a corpo cotidianamente.

## **2.2 Abordagem a pacientes psiquiátricos**

O Corpo De Bombeiro Militar do Maranhão em parceria com o Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (SAMU), comumente, prestam serviço de atendimento pré-hospitalar a pacientes psiquiátricos e realizam a condução dos mesmos as unidades de saúde que tenham competência para prestarem o devido atendimento aos mesmos a fim de medicá-los adequadamente.

Nesse contexto há muitas variáveis que podem afetar o curso da ocorrência, como a alteração do estado neurológico do paciente por substâncias psicoativas como

álcool, drogas ilícitas e, até mesmo, medicamentos que o mesmo utilize de forma inadequada, sem a devida orientação, deixando-o agitado e levando-o a um estado de excitação e agressividade.

Segundo Alheira et al. (2010, p.96), “a agitação pode ser definida como uma atividade motora excessiva associada a uma experiência subjetiva de tensão”. E, dependendo do grau de afetação do paciente em relação a sua agitação e agressividade, ele pode representar um elevado grau de risco aos profissionais, a outras pessoas, por exemplo, familiares e a si mesmo.

Há muitas causas possíveis para os surtos vivenciados por esses pacientes e a própria condição em si pode advir de diversas situações como sequela oriunda de hipoglicemia, hipóxia, acidente vascular encefálico, entre outros, bem como pela utilização de substâncias psicoativas e, normalmente, o paciente se quer tem consciência de sua condição.

Ainda que o estado neurológico desses pacientes se encontre fora das condições de normalidade, legalmente, os mesmos não têm capacidade de serem imputados criminalmente com base no artigo 26 do Código Penal (BRASIL, 1940, p.06) que rege:

“Art. 26. - É isento de pena o agente que, por doença mental ou desenvolvimento mental incompleto ou retardado, era, ao tempo da ação ou da omissão, inteiramente incapaz de entender o caráter ilícito do fato ou de determinar-se de acordo com esse entendimento.”

Ou civilmente, conforme a regência do artigo 3º inciso II do Código Civil (BRASIL, 2002) que estabelece que os mesmos, de acordo com o seu nível de agitação e agressividade, podem representar riscos a vida e a saúde do próprio paciente bem como de outras pessoas.

Portanto, considerando que suas atitudes não possuem coordenação mental normal devido a sua faculdade de raciocínio alterada pelos distúrbios psicológicos, o mesmo não pode ser considerado e tratado como criminoso, pois sua dignidade deve ser preservada e os agentes responsáveis pela aplicação da lei têm a obrigação de garantir isso de acordo com o que determina o Código de Conduta para os Funcionários Responsáveis pela Aplicação da Lei, no seu artigo 2º (1979, p.1): “no cumprimento do dever, os funcionários responsáveis pela aplicação da lei devem respeitar e proteger a dignidade humana, manter e apoiar os direitos humanos de todas as pessoas”.

Constante a isso e levando-se em consideração o conceito disposto no caput do art. 78 do Código Tributário Nacional que define poder de polícia como:

Atividade da administração pública que, limitando ou disciplinando direito, interesse ou liberdade, regula a prática de ato ou a abstenção de fato, em razão de interesse público concernente à segurança, à higiene, à ordem, aos costumes, à disciplina da produção e do mercado, ao exercício de atividades econômicas dependentes de concessão ou autorização do Poder Público, à tranquilidade pública ou ao respeito à propriedade e aos direitos individuais ou coletivos (FILHO, 2017, *Apud* BRASIL, 1966, p.84).

A administração pública é munida pelo poder de polícia (FILHO, 2017) e tem o intuito de estabelecer a ordem e garantir que o interesse público seja respeitado. Tem como características a discricionariedade, que permite ao agente definir a forma de agir, dentro dos limites legais, a auto executoriedade a qual delibera acerca dos atos de exercício desse poder que são presumidamente legítimos e tem efeitos a partir do momento em que são realizados e a coercibilidade que permite que a vontade do estado seja imposta, ainda que pela força.

Apesar da discricionariedade quanto a forma de agir, é vinculada a necessidade de atuação do administrador, logo, havendo situação de ameaça a ordem e interesse público ele tem o poder-dever de agir para preservar o bem-estar social.

Nesse contexto, é encontrado o respaldo para a intervenção do corpo de bombeiros militar em ocorrências de Código A01<sup>5</sup> – Paciente Psiquiátrico Agressivo, que ofereçam resistência para a condução e risco a comunidade em que está inserido.

### **3 BASE DA DEFESA PESSOAL**

Cabe aqui destacar, inicialmente, o conceito de Defesa Pessoal que, segundo Barreto (2012), diz respeito a táticas de proteção utilizadas em momentos de exposição ao perigo para defender a si mesmo, ao patrimônio ou a terceiros, tendo como foco não a propagação de violência ou agressão, mas como um meio de defesa. Na proa desse raciocínio, aponta que:

Defesa Pessoal são todas as técnicas de reação utilizadas para preservar a integridade física e emocional própria e de terceiros. A melhor defesa pessoal se baseia na prevenção, evitando chegar a condição de vítima através do conhecimento dos riscos e adoção de procedimentos de segurança pessoal que dificultem uma ação violenta por parte do agressor. (BARRETO, 2012, p. 2 *apud* NAKAYAMA, 2012).

---

<sup>5</sup> Classificação realizada pelo Centro Integrado de Operações de Segurança Pública (CIOPS)

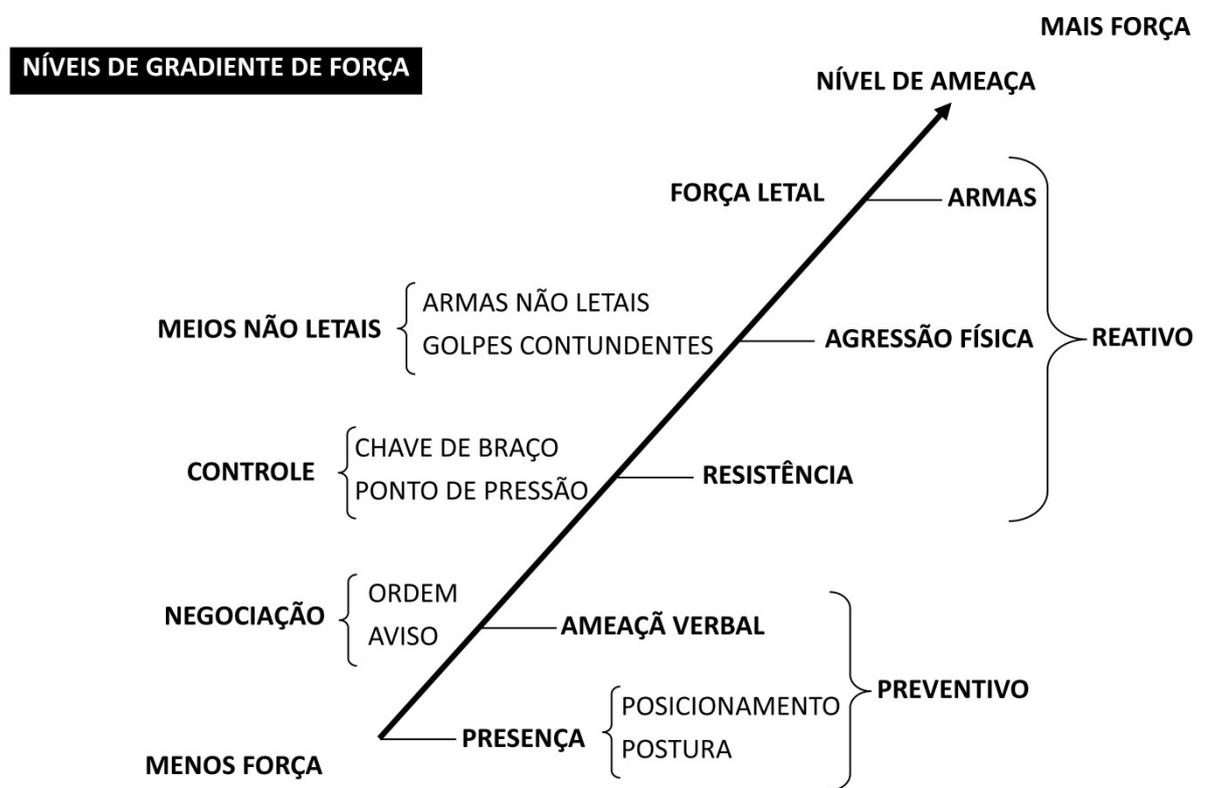
Essa conceituação é diretamente relacionada a profissão de agente de segurança pública, em geral, pois todas as suas ações devem ser pautadas em técnicas advindas de treinamentos de formação e especializações que o mesmo venha a possuir, bem como de manuais em geral que regulem as suas responsabilidades. Logo, o profissional que não tem preparação e, portanto, não atua em consonância com padrões adequados incorre no risco de ser culpado pela tomada de atitudes inadequadas.

### **3.1 Uso da força**

A atuação do agente do estado diante de uma situação de confronto armado ou não, deve se respaldar na utilização adequada do gradiente de força, não fugindo da proporcionalidade da agressão de forma que seja capaz de neutralizar a ameaça sem tomar medidas drásticas que incorram em danos além do necessário.

Logo, o gradiente de força é a progressão do uso desta de acordo com o nível de ameaça que o agressor representa, para que dessa forma o agente garantidor da lei utilize os meios adequados para a contenção dos riscos sem ferir, na medida do possível, os bens jurídicos comuns a todos como o direito à vida e dignidade da pessoa humana (DIAS et al.,2009).

FIGURA 1 - Gradiente de força.



Fonte: Manual de Defesa Pessoal (XTURBO, 2007).

Na figura 2, é possível visualizar a utilização do controle de ameaças partindo do posicionamento estratégico e da postura adequada do agente.

FIGURA 2 - Postura e posicionamento dos agentes.



Fonte: Autor (2019).

Havendo identificação de ameaça o agente deve progredir o procedimento para o aviso ou negociação.

FIGURA 3 - Aviso ou negociação.



Fonte: Autor (2019).

Quando houver resistência com menor potencial ofensivo, o agente garantidor da lei e da ordem pode executar a contenção física por meio de chaves de braço e tensionamento de pontos de pressão que neutralizem a ação do agressor. Na figura 4, simula-se o que o indivíduo tenha invadido a zona interpessoal do militar

FIGURA 4 - Contenção física do agressor por chave de braço.



Fonte: Autor (2019).

Havendo maior potencial ofensivo por parte do agressor - como quando este está a portar uma arma branca - são necessárias medidas mais hostis para a retenção do atacante, por meio da utilização de golpes contundentes e armas não letais.

Quando o possível agressor está desarmado a abordagem pode ser realizada a uma distância mínima de 3 metros (ABRAHÃO & NAKAYAMA, 2013), uma vez que oferece menor risco a integridade física e a vida do abordador e de outros transeuntes. No entanto, o mesmo pode estar portando objeto perfurocortante escondido de forma que exija medidas imediatas por parte do militar a fim de evitar que se agrave a situação.

FIGURA 5 – Contenção da agressão com arma branca e golpe contundente para neutralização do agressor.





Fonte: Autor (2019).

E, em última instância, a força letal, para as situações em que o agressor ofereça alto risco à integridade física e a vida dos socorristas e terceiros.

Quando o atacante porta uma arma branca a abordagem deve ser realizada a uma distância mínima de 7 metros segundo Abrahão e Nakayama (2013), pois com

esse raio há tempo suficiente para que o abordador possa pensar e decidir qual a melhor atitude a ser adotada para neutralizar o agressor, inclusive a realização do saque da arma de fogo com segurança, de forma que ofereça o mínimo de danos à saúde e a vida de todos os envolvidos na cena.

FIGURA 6 – Enquadramento com arma fogo de agressor com arma branca a distância maior que 7 metros.



Fonte: Autor (2019).

O militar deve sempre tomar as medidas cabíveis de acordo com o comportamento do agressor, atuando segundo seu treinamento e sabendo como proceder caso ocorra violência, uma vez que tenha realizado a análise de risco que compete ao agente no estágio preventivo da defesa pessoal, de maneira que o mesmo nunca se submeta a situações de vulnerabilidade por desconhecer o ambiente.

No entanto, a partir da observação é constatável a impossibilidade da aplicação adequada das técnicas no momento em que se exige sem o devido treinamento, sendo necessária a correção constante para condicionamento da coordenação motora do movimento e, assim, o desenvolvimento do ato reflexo conforme respalda o Manual de Campanha do Exército Brasileiro, C20-50: Lutas (BRASIL, 2002).

Essa condição depende de adestramento do corpo (BRASIL, 2002) pois, devido ao treinamento realizado apenas com arma de fogo o militar, que na circunstância em que se encontra na ausência da mesma, pode não conseguir cumprir seu dever – o qual no caso das forças auxiliares é proteger a população – partindo do princípio de que o condicionamento de seu corpo não está pronto para o confronto corpo a corpo com o inimigo, uma vez que depende exclusivamente da criação de memória neuromuscular, as quais advém da prática contínua.

Ainda na esteira de pensamento do referido manual, o treinamento deve ser enquadrado na prática do Treinamento Físico Militar (TFM), de forma que haja contato dos militares da unidade pelo menos uma vez por semana conforme a seguinte colocação: “[...] o número de sessões por semana dependerá da programação do TFM, sendo imprescindível que se pratique tais técnicas toda semana, visando estar o homem sempre apto a empregá-las em situação real.” (BRASIL, 2002, p. 10).

Havendo um militar com formação e conhecimento prático, o mesmo pode assumir a orientação dos exercícios a serem praticados pelos demais. No entanto, na falta do mesmo, quaisquer oficiais<sup>6</sup> ou graduados<sup>7</sup> que integrem a Unidade Bombeiro Militar (UBM) podem comandar o treinamento a partir das especificações do Manual de Campanha do Exército Brasileiro C20-50: Lutas, cuja estrutura estabelece as diretrizes para o treinamento partindo do aquecimento e alongamento que visam

---

<sup>6</sup> Militares que exercem certo grau de comando, os quais integram o do Quadro de Oficiais da corporação por possuírem patentes superior à de aspirante-a-oficial.

<sup>7</sup> Militares integrantes do Quadro de Praças da corporação cuja patente seja superior a de soldado e inferior a de aspirante-a-oficial.

preservar a saúde dos militares, garantindo que o corpo dos mesmos estejam aptos a executarem os movimentos sem se lesionarem.

Na sequência desse primeiro momento é realizada uma breve explanação teórica acerca das técnicas a serem treinadas, apresentação dos pontos de vulnerabilidade do corpo e a demonstração da aplicação por meio de fotografias do passo a passo da execução de cada procedimento.

Diversos autores concordam que as artes marciais são práticas que geram bons resultados no alcance de uma capacitação física adequada a atividade militar e para a saúde em geral (VUORI, 1995; MCARDLE et al., 1998). Portanto, o treinamento continuado de artes marciais contribui para um bom condicionamento físico e psicológico além de aprimorar as habilidades motoras para a resposta a situações de confronto (MAGILL, 1984; BRASIL 2002).

#### **4 DESENVOLVIMENTO PRÁTICO DA DEFESA PESSOAL**

A aplicação do treinamento se baseia no princípio da repetição, cuja finalidade é fazer com que a memória neuromuscular seja trabalhada, desenvolvida e fixada no intuito de que a aplicação das técnicas decorra de forma ágil e adequada, como atos reflexos, ou seja, atitudes que não dependem de estímulos conscientes para a sua aplicação, a exemplo do que ocorre quando a pele encosta em superfície quente e a resposta do corpo se dá de forma naturalmente instintiva, sem precisar que o indivíduo sinta dor, procure saber o que ocasiona e onde se localiza, para só então tomar uma atitude.

##### **4.1 Aprendizado de novas habilidades**

O livro “O monge e o executivo” (HUNTER, 2004), aborda um relevante conceito acerca do aprendizado, no qual estabelece que há quatro estágios nos quais um sujeito pode se encontrar no desempenho de atividades e atribuições, sejam elas profissionais, desportivas e até mesmo no lazer.

O primeiro estágio é conhecido como Inconsciente e Sem Habilidade. Nessa situação o desenvolvedor da atividade não sabe o que fazer e muito menos como deve fazer, encontra dificuldades e precisa de muita concentração a cada passo que assume e, mesmo assim, dificilmente consegue executar com perfeição, como uma criança que tenta caminhar, mas seu cérebro precisa de muita concentração para utilizar um pé e depois o outro e para manter-se em pé precisa de apoio, ou também

uma pessoa que não tem intimidade com teclado de computadores cuja necessidade de procurar cada letra exige concentração e custa-lhe tempo até que desenvolva um texto ou frase simples (HUNTER, 2004).

O segundo estágio, Consciente e Sem Habilidade, é onde o indivíduo já tem conhecimento das suas falhas e dificuldades, sabe quais pontos precisa melhorar, no entanto ainda não consegue desempenhar sua tarefa como deseja, isto é, por mais que saiba o que tem que fazer, ainda não compreendeu como fazer. O exemplo da criança que já aprendeu a ficar em pé sozinha, mas andar ainda é uma dificuldade, suas pernas tremem, sua mente sabe o que quer, mas o corpo não entende, afinal nunca o fizera anteriormente (HUNTER, 2004).

No terceiro estágio, Consciente e Habilidade, é o grau de desenvolvimento em que a pessoa sabe bem o que quer fazer e como fará, depende de sua concentração na atividade, mas já a desempenha muito bem. Nesse ponto um jogador de videogame conhece bem o controle de seu aparelho e o utiliza bem, conhece os comandos e os executa sem precisar olhar para as próprias mãos (HUNTER, 2004).

O quarto e último estágio, chamado de Inconsciente e Habilidade, é o plano em que se encontra o praticante que não precisa pensar ou mesmo se concentrar para executar seus movimentos, pois tem mecanizada toda a cinemática a ser realizada de maneira enraizada em sua mente, põe em prática e normalmente obtém êxito. O autor cita Michael Jordan, famoso ex-jogador de Basquetebol da liga norte-americana, cuja atuação em quadra se dava de forma tão esplendida para os espectadores quanto natural para o próprio atleta (HUNTER, 2004).

Esses estágios são alcançáveis por quaisquer pessoas em todas as suas atividades rotineiras, assim como o aluno da autoescola que tem dificuldade até mesmo de se manter equilibrado sobre uma moto, ou manter o carro funcionando e conduzi-lo de maneira confortável, tornam-se hábeis motoristas com a prática do dia a dia, quando se empenham a obedecerem as regras de trânsito que protegem os condutores, passageiros e pedestres.

Dessa forma também é possível alcançar níveis de alto desempenho na atividade de defesa pessoal, com treinamento contínuo e corretivo, buscando treinar os conhecimentos já adquiridos treino a treino e conhecendo novas técnicas o praticante se tornará hábil e confiante para agir em situação de risco, terá conhecimento do que fazer, como fazer e experiência, tendo em vista que já está

familiarizado com os movimentos e os mesmos fluem de maneira natural de forma que podem ser aplicados efetivamente para neutralizar as ameaças e preservar-lhe a vida e dos demais envolvidos cuja segurança dependa da boa resposta desse.

#### **4.2 Benefícios do treinamento contínuo**

A defesa pessoal (DP), segundo material do Instituto INSEAD [201-?], é composta por três aspectos gerais, sendo o primeiro deles o mais importante que é a prevenção, a qual contribui em 90% para a efetividade do ato de defender-se. Durante esse passo, a possível vítima toma as devidas precauções e evita que as possíveis ameaças ultrapassem a sua zona social – raio de 10m – a zona de aproximação – raio de 5m – e a zona de interpessoal – raio de 1m (MUNHOZ, 2018).

Esse aspecto também envolve o prévio treinamento da autodefesa a partir da prática de artes marciais ou cursos específicos de DP, para que seja aprimorada no praticante a habilidade de identificar os riscos e assim evitá-los. A prevenção é tão essencial que nessa fase a possível vítima é capaz de, até mesmo, dissuadir o criminoso que, não detectando pontos de vulnerabilidade, desiste da abordagem, o que configura a máxima eficiência da utilização do conhecimento técnico.

Os outros dois aspectos que complementam a defesa pessoal são a reação em si, que corresponde a atitude tomada em decorrência da situação em que a vítima se encontra sendo equivalente a 5% no sucesso e o fator sorte que também contribui com 5%. Vale ressaltar que, quanto maior o preparo, maior a possibilidade de se deparar com uma conjuntura já analisada, estudada e treinada, de forma que o indivíduo tenha maior confiança e habilidade para agir adequadamente.

Evitar situações em que o Bombeiro Militar recaia na condição de vítima é sempre a abordagem mais indicada, porém quando for necessário fazer uso de táticas de defesa, o mesmo precisa estar preparado física e psicologicamente para tal, sempre tendo em mente que seu dever, ao fazer uso de estratégias de defesa pessoal, é finalizar o ato de agressão com a devida consciência e segurança, e não dar continuidade ao mesmo.

Defender-se é uma atitude absolutamente natural do ser humano, conceito este muito ligado ao de sobrevivência que nos acompanha desde o princípio sob o viés da necessidade constante de evolução e adaptação ao meio. O significado de defesa amplia-se aqui, indo além do ataque ou agressão, mas subsidiado pela emergência

de mitigação dos efeitos destes visando sua própria proteção ou proteção de outrem e, conseqüentemente, sobrevivência.

São muitas as razões que podem justificar a necessidade de aperfeiçoamento constante de atividades de Defesa Pessoal a qualquer indivíduo, sendo plausível citar algumas absolutamente relacionadas ao bom desempenho do Bombeiro Militar em suas atividades rotineiras, a saber: evitar o conflito; aprender a portar-se em situações de pressão, desenvolver disciplina, concentração e autocontrole; preservação da segurança e integridade e melhora constante do condicionamento físico, emocional e psicológico (BARRETO, 2012).

As atividades diárias do Bombeiro Militar, seja na água, fogo ou em terra firme exigem do mesmo absoluto preparo físico e psicológico, aptidões estas constantemente aperfeiçoadas a partir da prática constante de atividades físicas, como destaca Barreto, p. 6 (2012, *apud* Pereira, 2011):

Os exercícios físicos dentro da profissão bombeiro militar, são de fundamental importância para a manutenção dos componentes da aptidão física, além de trazer benefícios pessoais e para a corporação, sabe-se que as atividades desempenhadas dentro da profissão necessitam, além de capacidade técnica, um padrão ideal de condicionamento físico. Este padrão diz respeito ao poder de resposta do bombeiro nas atividades que exigem grande desprendimento energético, ou seja, vigor físico para alcançar os objetivos da emergência com segurança.

Na proa dessa tese, defende-se que a ausência de aptidão física no desenvolvimento das atividades cotidianas pode comprometer tanto a execução plena dessa, quanto colocar em risco sua vida e a de terceiros. Assim, o contato contínuo com atividades ligadas a defesa pessoal auxilia no desempenho pessoal e profissional do Bombeiro Militar, melhorando sua qualidade de vida e produtividade no trabalho.

A necessidade de aprimoramento constante quanto ao domínio de técnicas de Defesa Pessoal também se resguarda no fato de que ao Bombeiro Militar, no desempenho de suas atividades diárias, não cabe fazer uso da força objetivando a agressão, por outro lado, também não pode se omitir de suas responsabilidades quando estas se fazem necessárias, como destacam Filho e Moreira (2018, p. 18 *apud* Rosa, 2011, p. 66), citando aparato legal, diz que “o parágrafo 2º, do art. 29, do Código Penal Militar, estabelece de forma expressa que a princípio a omissão não é causa de responsabilização, mas a omissão se torna relevante como causa quando o omitente devia e podia agir para evitar o resultado”.

Assim, a omissão ou mau desempenho por parte do militar em tais situações podem, ainda, comprometer a visão da população em relação a corporação, tal qual

desenvolver na mesma o sentimento de insegurança frente ao trabalho prestado pelo Corpo de Bombeiros Militar.

## **5 DEFESA PESSOAL NA ACADEMIA BOMBEIRO MILITAR JOSUÉ MONTELLO**

Atualmente, na Academia Bombeiro Militar Josué Montello (ABMJM), a defesa pessoal é ministrada como uma cadeira de 60h que faz parte da grade do Curso de Formação de Oficiais, a qual é oferecida no 6º (sexto) período para os cadetes do terceiro ano. No período que compreende as instruções da carga horária da disciplina devem ser ministrados os conhecimentos de técnicas segundo a ementa:

Postura defensiva. Queda e rolamento. Esquivas. Tipos de agressões mais usuais e defesas correspondentes. Agarramento ao corpo: pela frente, pelas costas, sendo sobre o solo os braços. Agarramento à roupa. Gravatas e enforcamento: frontal, lateral e pelas costas. Estrangulamento: pela frente e pelas costas. Bofetadas. Cutelada: socos e ponta-pé: frontal, ascendente (UEMA, 2014, p. 85).

No entanto há também outros aspectos essenciais ao serviço bombeiro militar cuja ementa não aborda, mas que fazem parte do cotidiano da atividade bombeiro militar, a exemplo da abordagem de pacientes psiquiátricos e suicidas, cujas situações são peculiares e necessitam de treinamento adequado para que os profissionais galguem êxito no desempenho de suas atividades.

Neste contexto, Moreira e Filho (2018) fazem uma proposta de adequação da defesa pessoal para distribuir o conteúdo nos três anos de curso, de maneira que o primeiro módulo seria estudado e praticado no primeiro período do curso, juntamente com as disciplinas de Armamento e Tiro e Atendimento Pré-hospitalar, que são consideradas cadeiras básicas na preparação dos cadetes, as quais os habilitam a realizarem as atividades de serviços internos na guarda da Unidade Bombeiro Militar (UBM) e externos.

Dessa forma, o conteúdo poderia ser devidamente assimilado aproximadamente a sua integralidade pelos alunos, havendo mais aulas e maior quantidade de conteúdo ministrado de forma mais ativa com práticas. Assim, a formação dos mesmos se tornaria mais sólida e abrangente de forma que os mesmos se tornariam profissionais mais capacitados, pois:

O desenvolvimento mental é uma construção contínua, comparável à edificação de um grande prédio que, à medida que se acrescenta algo, ficará mais sólido, ou à montagem de um mecanismo delicado, cujas fases gradativas de ajustamento conduziram a uma flexibilidade, e uma mobilidade das peças (TREVISIO & ALMEIDA, *apud* PIAGET, 2014, P.233).

Isto é, quanto mais se buscar a apreensão dos conteúdos e colocá-los em prática, mais íntimos da atividade os praticantes se tornarão, consolidando, assim, cada vez mais o aprendizado e as habilidades do profissional bombeiro militar.

De acordo com a pirâmide de aprendizado de William Glasser<sup>8</sup> o indivíduo tem maior aproveitamento no processo de aprendizagem quando tem participação ativa, a exemplo de atividades práticas, ou quando se propõe que o educando faça explanação do conteúdo estudado.

Logo, a defesa pessoal ministrada atualmente na ABMJM, do ponto de vista metodológico, demonstra um elevado grau de aprendizagem por parte dos instruídos, uma vez que das 60 horas que compõem a disciplina apenas 15h/aula são teóricas, os demais 75% da carga horária da cadeira são abordados de forma prática com participação ativa dos cadetes que observam e executam as técnicas transmitidas pelo instrutor.

FIGURA 7 - Pirâmide de aprendizagem de William Glasser



Fonte: Medium (2017).

<sup>8</sup> Psiquiatra norte-americano autor dos livros “Teoria de controle na Sala de aula” e “O professor escolar de qualidade”.

A proposta feita por Moreira e Filho (2018), é absolutamente relevante e contribui para o aprimoramento das questões relacionadas a defesa pessoal quando levada em consideração sua divisão teórico-metodológica pois, nas condições propostas, certamente a assimilação de conteúdo seria muito mais ampla e contínua por parte dos cadetes.

Contudo, tendo em vista que tais disposições limitam-se apenas ao seu período de formação, não é o suficiente para que os militares estejam preparados para os pelo menos 27 anos de carreira militar que se seguirão após o término do curso, pois o treinamento contínuo é quesito essencial de acordo com o Manual de Campanha do Exército Brasileiro c20-50 que rege: “Para que os homens tenham confiança nas técnicas e para que as mesmas sejam eficientes, é necessário a prática constante, a fim de que os movimentos, pelas suas repetições, se tornem atos reflexos” (BRASIL, 2002, p. 08).

## **6 METODOLOGIA**

De acordo com o raciocínio apresentado por Triviños (1987), que destaca como uma das principais características da pesquisa qualitativa uma investigação pautada, inicialmente, pela escolha do problema, seguindo após a coleta de dados e análise subjetiva das informações, a presente pesquisa classifica-se como qualitativa.

O embasamento qualitativo também faz parte da característica essencial das pesquisas em ciências sociais, que se firmam na impossibilidade de representar os fenômenos através de medidas ou mensurações, segundo destaca Holanda (2006, p. 363, *apud* MUCCHIELLI, 1991, p. 3):

Os métodos qualitativos são métodos das ciências humanas que pesquisam, explicitam, analisam, fenômenos (visíveis ou ocultos). Esses fenômenos, por essência, não são passíveis de serem medidos (uma crença, uma representação, um estilo pessoal de relação com o outro, uma estratégia face um problema, um procedimento de decisão...), eles possuem as características específicas dos “fatos humanos”. O estudo desses fatos humanos se realiza com as técnicas de pesquisa e análise que, escapando a toda codificação e programação sistemáticas, repousam essencialmente sobre a presença humana e a capacidade de empatia, de uma parte, e sobre a inteligência indutiva e generalizante, de outra parte.

Ainda segundo Triviños (1987, p. 110) “o estudo descritivo pretende descrever ‘com exatidão’ os fatos e fenômenos de determinada realidade”. Portanto, esta pesquisa classifica-se como descritiva quando ao seu objetivo pois, entre outras questões, caracteriza a defesa pessoal, foco central deste trabalho.

Partindo deste pressuposto, Gil (2002) aponta que as pesquisas descritivas podem ser usadas como introdução a determinada problemática sendo posteriormente adotado o método explicativo pois uma pesquisa explicativa pode ser a continuação de uma descritiva. Assim, a seguinte pesquisa também se caracteriza como explicativa por ir além do ato de descrever, quando se compromete a identificar a relevância da prática contínua da defesa pessoal na atividade bombeiro militar.

A escolha cuidadosa dos referências teóricos relacionados à temática configura-se como um dos mecanismos iniciais da pesquisa, dando a mesma um caráter também bibliográfico, pois parte da indispensabilidade de revisão aprofundada da literatura que trata do tema como subsídio para a formulação concreta do foco da pesquisa e das investigações e definição planejada e consciente de quais informações são necessárias ao bom andamento da pesquisa e quais os sujeitos aptos a contribuir com a mesma.

A análise documental também foi requisitada durante o desenvolvimento da pesquisa, partindo da possibilidade de exploração de documentos oficiais que tratam de questões relacionadas ao treinamento físico militar e sua respectiva abordagem dentro do Corpo de Bombeiros Militar do Maranhão (CBMMA).

As técnicas de coleta de dados foram definidas levando em consideração a subjetividade dada à pesquisa a partir do uso da abordagem qualitativa, devendo ser passíveis de interpretação por parte do pesquisador à luz de embasamento teórico e conhecimento prático. Assim, a técnica que mais se aproxima da necessidade do foco a ser pesquisado é a análise do autor pela observação estruturada (LAVILLE & DIONNE, 1999), com respaldo na entrevista semiestruturada, a ser desenvolvida com os sujeitos da pesquisa, buscando fomentar análise sobre suas percepções e experiências pessoais quanto a necessidade de maior estruturação de atividades de defesa pessoal no treinamento físico militar, tal qual levantar dados que comprovem ou não a necessidade de uma melhor e mais contínua preparação, obedecendo a sequência e necessidades dos objetivos de pesquisa já definidos.

Vale ressaltar, de igual modo, que a coleta de dados aqui mencionada, sob a perspectiva qualitativa, não se dá de maneira rígida e fragmentada, mas interpretada à luz dos referenciais teóricos que tratam do tema e levando em consideração as peculiaridades do lócus de pesquisa e dos sujeitos envolvidos na mesma.

A realização do método de observação estruturada será parte significativa da pesquisa uma vez que, tendo amplo conhecimento e contato com as atividades desportivas de combate desde os 08 anos de idade como praticante de Judô e por também estar inserido no meio militar utilizado como lócus de pesquisa, o uso desse método se justifica, segundo as impressões de Laville e Dionne (1999) ao defenderem que o mesmo é aplicado quando o pesquisador tem conhecimento do cerne de seu objeto de estudo e tem consciência de quais elementos chamarão a atenção do interlocutor na conduta das pessoas.

Visando desenvolver análise e argumentação quanto à problemática central da presente pesquisa, que se propôs fomentar a reflexão sobre a necessidade e benefícios da prática contínua de determinada atividade, com o objetivo de obter um melhor desempenho em situações reais relacionadas a atividade bombeiro militar, foram realizadas entrevistas durante a pesquisa de campo.

O universo da pesquisa foi a Academia de Bombeiro Militar “Josué Montello” (ABMJM), as entrevistas foram realizadas no período de 25 de março de 2019 a 02 de abril de 2019 com o instrutor da disciplina de Defesa Pessoal e com cadetes do CFO III que no período estavam cursando a disciplina, componente do 6º período do curso. Estes foram selecionados e classificados, dois a dois, em perfis de aprendizagem de uma nova técnica segundo Aguiar (et al., 2016 *apud* Fitts e Posner, 1967).

Por fim, dá-se destaque a necessidade de sistematização da pesquisa, propriamente dita, fundamentada na busca de unidade teórico-metodológica dos resultados alcançados, pois o caráter qualitativo dado à pesquisa exige a unificação entre embasamento teórico e a reflexão desenvolvida acerca das metodologias de pesquisa adotadas e dos dados colhidos, sem a qual a pesquisa se daria de modo fragmentado.

Dá-se atenção, de igual modo, à flexibilidade dos objetivos e instrumentos de pesquisa escolhidos, sendo absolutamente abertos a modificações segundo as necessidades apresentadas no decorrer do desenvolvimento do projeto.

## **7 RESULTADOS E DISCUSSÕES**

A desenvoltura na aplicação de técnicas das mais variadas artes marciais depende diretamente da continuidade do treinamento. Sendo praticante de Judô há

13 anos e tendo vivenciado em diversas ocasiões treinamentos de Muay Thai, Jiu-jitsu e Mixed Martial Arts<sup>9</sup> (MMA), é possível observar que pessoas que não tem qualquer hábito de práticas desportivas encontram uma maior resistência a adequação dos movimentos e uma notória falta de coordenação. Por outro lado, aqueles que nunca treinaram artes marciais, no entanto, já praticam outro esporte, possuem uma assimilação mais fácil quanto aos movimentos na execução das técnicas. Já os indivíduos que possuem vivência na prática das artes marciais, por mais que sejam apresentadas novas técnicas, a compreensão e aplicação delas é quase que imediata e não necessita do emprego de demasiado esforço para uma implementação precisa.

Para explicar acerca do comportamento motor, Aguiar *et al.* (2016) citam Fitts e Posner (1967) que elencam três estágios nos quais uma pessoa pode se encontrar na aprendizagem de uma nova técnica dentro de uma área de conhecimento que exija a utilização da psicomotricidade. São eles:

**O aprendiz:** compreende o objetivo da tarefa, desenvolvendo estratégias que possam ser utilizadas para executá-la e determinar como a tarefa deve ser avaliada. Esse estágio da aprendizagem é chamado de estágio cognitivo, pois exigem grandes níveis de atividade cognitiva como é o caso da atenção.

**O associativo:** o indivíduo já selecionou a melhor estratégia para a tarefa e começa a refinar a habilidade. Aqui, a concentração está mais voltada para o aperfeiçoamento de um determinado padrão.

**O autônomo:** os autores Fitts e Posner (1967) definem-no pelo automatismo da habilidade e pelo baixo grau de atenção que é exigido para o seu desempenho. O indivíduo pode dar mais atenção a diversos aspectos da habilidade, como procurar no ambiente, obstáculos que possam impedir o desempenho, ou conversar com uma pessoa enquanto realiza uma tarefa. (AGUIAR *et al.*, 2016, p.36, grifo nosso).

Dessa forma, como fora supracitado, esses estágios podem ser compreendidos da seguinte maneira:

- a) o aprendiz: estágio do indivíduo que não possui qualquer aptidão, não pratica atividades físicas e, portanto, não desenvolve habilidades motoras. Assim, falta-lhe a coordenação e para adaptar-se à prática de uma nova técnica precisa empregar grande esforço e atenção para compreender o que precisa ser feito e corrigir seus movimentos.

---

<sup>9</sup> Artes Marciais Mistas, modalidade esportiva de combate que admite utilização de técnicas de diversas artes marciais.

- b) o associativo: situação em que o indivíduo, tendo habilidades advindas de outras práticas consegue, por meio associação e do bom desenvolvimento motor prévio, assimilar com relativa facilidade.
- c) o autônomo: circunstância em que se encontram os praticantes de artes marciais cujos esforços não se concentram na compreensão e emprego da técnica, mas em visualizar situações em que a mesma pode ser utilizada e quais fatores afetariam a sua efetividade.

Vale ressaltar que os perfis não são inatos e, portanto, podem ser mudados de acordo com as práticas do cotidiano de cada um. Assim, uma pessoa cujo perfil se encaixe, por exemplo, no estágio aprendiz pode, por meio da prática, evoluir suas habilidades motoras e, dessa forma, se enquadrar no estágio associativo ou autônomo.

Visando desenvolver análise e argumentação quanto à problemática central da presente pesquisa, que visa fomentar reflexão sobre a necessidade e benefícios da prática contínua de determinada atividade, visando um melhor desempenho em situações reais relacionadas a atividade bombeiro militar, foram realizadas entrevistas durante a pesquisa de campo com cadetes do CFO III que, no período, estavam cursando a disciplina de Defesa Pessoal, componente do 6º período do curso. Os mesmos foram selecionados e classificados, dois a dois, nos perfis de aprendizado supracitados. Devido ao caráter confidencial da entrevista os mesmos serão nomeados doravante de acordo com suas classificações: Autônomo (1 e 2), Associativo (1 e 2) e Aprendiz (1 e 2).

Foi entrevistado também o instrutor da disciplina de Defesa Pessoal do curso de formação de oficiais, cuja experiência com a mesma se dá há 11 anos, havendo formado 10 turmas de oficiais do CBMMA e, encaminhando a 11ª turma, também outras turmas de cursos de formação e especialização, detentor de uma ampla gama de conhecimento de diversas artes marciais sendo sensei<sup>10</sup> de Judô, instrutor e praticante de Krav-Magá e Aikidô.

Tais entrevistas foram realizadas de forma semiestruturada, conforme roteiro dos apêndices A e B. Os cadetes entrevistados foram classificados em perfis

---

<sup>10</sup> Instrutor ou professor, em japonês - língua usada no Judô para universalização dos comandos, por isso em qualquer lugar do mundo são utilizados os mesmos.

correspondentes a partir da observação do pesquisador, cuja convivência com os mesmos possibilita conhecer suas rotinas e habilidades. Os Autônomos 1 e 2 são atletas de artes marciais da ABMJM, praticantes assíduos e ambos foram representantes da corporação em competições estaduais e nacionais; os Associativos 1 e 2 também são atletas do CBMMA, praticantes de natação, e o representaram por suas respectivas modalidades em competições nacionais e estaduais; por fim os Aprendizes 1 e 2 praticam atividades que são inerentes à rotina do CFO, mas que não realizam treinamentos regulares.

Analisando a relação da segurança do militar com o conhecimento de defesa pessoal, o Autônomo 1 confirma a imprescindibilidade desta quando, ao ser perguntado se sente que o treinamento da autodefesa é importante para a sua formação e, principalmente, para a sua atuação profissional, afirma:

Nós desempenhamos atividades que necessitam da defesa pessoal, como em serviços de prevenção onde há um alto risco, bem como a condução de A01s como chamamos que são pessoas com problemas mentais que precisamos conter, protegendo a integridade das mesmas e ainda nos defendendo. As pessoas que estão sob efeito de entorpecentes podem se tornar agressivas e precisamos saber como nos defender. Também pelo fato de sermos militares precisamos saber nos defender porque nem toda a sociedade compartilha dos mesmos valores, então alguns confrontam os ideais de civilidade e podem se tornar uma ameaça para nós profissionais e para a população. (AUTÔNOMO 1, 2019).

Dentro desse contexto e, conforme fora mencionado no subtópico 4.2, o militar bem treinado é capaz de se prevenir, identificando as possíveis vulnerabilidades e agindo de modo a saná-las imediatamente e, com essas atitudes, inibe a ação do agressor e aumenta sua chance de sucesso, como também defende o Autônomo 2:

A defesa pessoal é muito importante porque nós trabalhamos com a segurança, então, precisamos nos preservar. Conhecendo alguma arte marcial, sabendo se defender ou reagir diante de alguma situação você consegue preservar sua vida e saúde e a da sua guarnição e assim desempenhar adequadamente as atividades do serviço. Nos tornamos até mesmo capazes de prever situações de risco. (AUTÔNOMO 2, 2019).

Ainda tratando sobre a indispensabilidade das técnicas de Defesa Pessoal no desenvolvimento pleno da atividade bombeiro militar, o Instrutor entrevistado afirma:

O militar vivencia ambientes de violência. Adotar procedimentos preventivos através da atenção, atitude correta, postura profissional e Procedimentos Operacionais Padrões (POP) bem definidos, são necessários e, apesar do militar fazer uso de armas letais e não letais pode ocorrer o momento em que ele dependa exclusivamente de técnicas de DP. (INSTRUTOR, 2019).

É de conhecimento geral dos instrutores e praticantes de defesa pessoal que a atitude preventiva é o passo mais importante, pois a prevenção contribui em 90% para o sucesso da preservação da própria saúde e vida, mas essa atitude deve ser uma prática contínua que também é vivenciada nos treinamentos. O praticante se torna atento e, por meio da repetição, habilita seu cérebro e corpo para agir adequadamente com agilidade, o que eleva as chances de sucesso.

Por isso o treinamento contínuo é tão relevante. Conforme os estágios mencionados, segundo Hunter (2004), o estágio inconsciente e habilidoso deve ser perseguido, ou seja, a repetição que conduz o indivíduo a uma familiarização com a motricidade, de forma que a reação não precisa ser planejada, nem exige grande esforço mental, isto é, quando a memória neuromuscular já está preparada e, assim, a reação acontece como ato reflexo.

Com base nesse pressuposto, o instrutor, quando perguntado se há diferenças perceptíveis na capacidade de aprendizado de um aluno que já possui conhecimento prático de defesa pessoal, ou artes marciais, para um que não possui respondeu:

Sim, utilizando da didática e do princípio que a técnica de defesa pessoal deve ser de fácil aprendizado e de fácil aplicação, é perceptível que o ensinamento a alunos já praticantes de AM é facilitado devido a memória muscular já adquirida em outras AM, podendo se adaptar mais rapidamente as múltiplas situações de perigo e agressões reais no contexto da defesa pessoal. (INSTRUTOR, 2019).

E o Aprendiz 1, quando perguntado se, durante as instruções de defesa pessoal, a sua compreensão dos movimentos é imediata ou normalmente precisa de esforço e determinado tempo de análise para a reprodução dos movimentos, relata a dificuldade vivenciada no decorrer da disciplina de DP na ABMJM, “preciso de esforço, análise e prática. Eu até entendo o movimento, mas no momento de pôr em prática o corpo não reage como a mente manda”.

Ou seja, o próprio aluno é capaz de perceber as limitações que possui, em relação aos demais para se adequar a prática, bem como é capaz de observar a falta de habilidade dos demais conforme o seguinte relato: “com certeza, nas nossas instruções de defesa pessoal nota-se que certamente há os que tem maior habilidade para aprender rápido como também tem aqueles que não têm aptidão para a atividade.” (ASSOCIATIVO 1, 2019).

Assim, é pouco provável que o praticante, tendo tanta dificuldade de implementar com calma o que é passado no momento da instrução, possa ser capaz de fazê-lo sem haver praticado anteriormente no momento da ocorrência, haja vista

todo o estresse envolvido nessas situações, que normalmente inibe a capacidade de raciocínio rápido para tomar uma atitude correta, e agir de qualquer maneira pode gerar diversos outros problemas, conforme a seguinte percepção:

Quando o militar deixar de adotar o POP definido pode ocasionar que o marginal ou agressor chegue as vias de fato levando em consideração que o militar pode também não ter tido a prática de defesa pessoal ou infelizmente ter praticado somente no curso de formação. O despreparo dos militares se origina também devido a carga horária reduzida no curso de formação. (INSTRUTOR, 2019).

Além disso, o treinamento se torna dispendioso em relação ao tempo, considerando que é necessário dispensar maior atenção àqueles cuja habilidade motora ainda não está desenvolvida devido à falta de estímulos psicomotores que são realizados durante a execução de atividades físicas e geram a memória neuromuscular. Por isso a continuidade se mostra tão relevante nesse âmbito para o bombeiro militar no desempenho da atividade fim.

O instrutor, quando perguntado se na sua concepção acredita que os militares que, após a formação, não mantem contato com o treinamento em autodefesa permanecem preparados para agir de acordo com a exigências técnicas das ocorrências, expõe: “sim, pois o militar, durante a cadeira, obteve informações básicas de DP que possibilitam a utilização de técnicas a serem aplicadas nas ocorrências BM, mas é relevante reforçar que o militar continue a prática”.

Segundo o que fora explanado acerca da pirâmide de aprendizagem, no item 5, relacionada a defesa pessoal na ABMJM, é salutar dizer que há uma ampla absorção do conhecimento, levando em consideração que o conteúdo é essencialmente prático. Há uma assimilação bastante acentuada por parte dos instruendos se comparada com matérias de cunho exclusivamente teórico em que os meios de aprendizado sejam exclusivamente passivos, ou seja, enquadrados em um dos quatro meios de aprendizagem da parte superior da pirâmide. Assim, por mais que não deem continuidade no treinamento, o que foi aprendido se torna uma ferramenta possível de ser acessada no momento de necessidade.

Contudo a relevância da extensão do treinamento para além dos cursos de formação é respaldada pelos estágios de evolução do desempenho de atividades segundo Hunter (2004) pois, apesar do conhecimento ser gerado e, provavelmente, nunca ser perdido, a desenvoltura e a memória neuromuscular dependem da prática

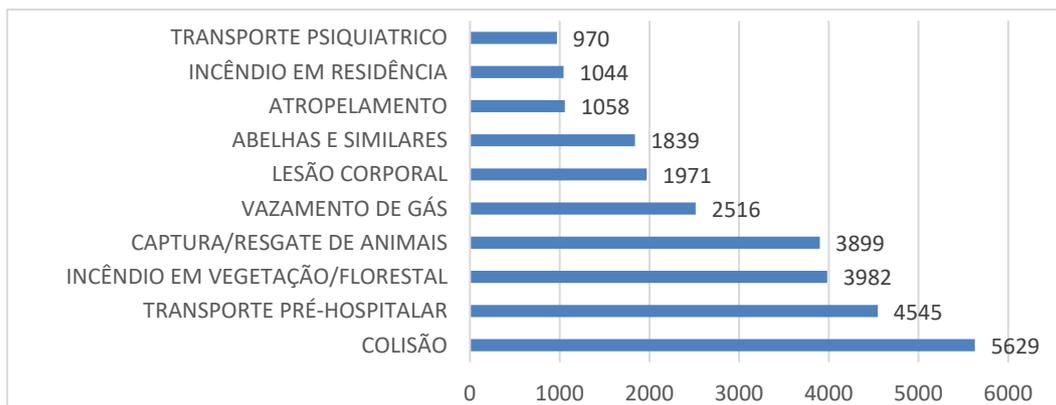
para permanecerem aptas, caso contrário chegará o momento em que, com a falta de prática, a habilidade de pôr o conhecimento em ação fique prejudicada.

O instrutor, por ser profissional Bombeiro Militar há 25 anos e, portanto, haver vivenciado diversas situações além da contribuição prestada a corporação pela disseminação do seu conhecimento para a formação de outros militares, ao analisar as vulnerabilidades mais comuns inerentes ao serviço bombeiro militar, com base na própria experiência e nos relatos advindos de outros militares, afirma:

As vulnerabilidades acontecem no serviço bombeiro militar (BM) nas ocorrências de abordagem ao paciente psiquiátrico e tentante quando se extinguem as formas de diálogo e os militares agem com tática errada ou antecipam a ação, por impaciência na solução da ocorrência. Assim, se os Procedimentos Operacionais Padrões não forem adotados a atuação pode ocasionar lesões corporais graves tanto para o militar quanto para agressores e possíveis vítimas. (INSTRUTOR, 2019).

De acordo com os dados fornecidos pelo Centro Integrado de Operações de Segurança Pública (CIOPS), órgão responsável pela recepção dos chamados e pedidos de ajuda relativos à segurança pública estadual por meio dos números de emergência 190 da Polícia Militar do Maranhão (PMMA) e 193 do Corpo de Bombeiros Militar do Maranhão (CBMMA), o atendimento a paciente psiquiátricos é uma das 10 ocorrências mais frequentes em Upaon-açu<sup>11</sup> como mostra o gráfico a seguir.

GRÁFICO 1 - As 10 ocorrências mais frequentes na grande de São Luís no período de 2014 a 2018.



Fonte: CIOPS, 2018.

Segundo o que fora explanado no item 2.2 do presente trabalho, esse é o tipo de ocorrência que tem maior potencial de risco de agressão física e combate corporal

<sup>11</sup> Ilha grande, nome dado pelos índios Tremembé, que representa a região metropolitana de São Luís.

para o bombeiro militar, uma vez que o paciente é, em geral considerado mentalmente incapaz e, por isso, inimputável civilmente, de acordo com o art. 3º, II do Código Civil (BRASIL, 2002) e criminalmente conforme o art. 26º do Código Penal (BRASIL, 1940). Logo, deve ser tratado como um paciente e não como um criminoso, de forma que sua integridade deve ser mantida, no entanto, sem descuidar da vida e saúde dos socorristas.

Ao ser perguntado sobre seu sentimento em relação a relevância do treinamento da autodefesa e como o mesmo influencia na sua formação e, principalmente, de que maneira contribuirá para a sua atuação profissional, o Autônomo 2 relata:

É relevante pelo fato de lidarmos com situações muito complicadas no serviço e é necessário reagir, apesar de que a atividade fim ser desenvolvida com o objetivo de preservar a vida, nos deparamos com determinadas situações, como atendimento a pacientes embriagados ou psiquiátricos que não tenham afinidade com militares, ainda que bombeiros e assim incorram em risco. Portanto, temos que estar preparados para qualquer situação. Também, segundo as orientações que nos são ministradas, nossa segurança deve ser prioridade para que não nos tornemos mais uma vítima que necessite de apoio ou resgate. Logo, conhecer a defesa pessoal faz parte da prevenção. (AUTÔNOMO 2, 2019).

Dessa forma é notória a consciência geral que os militares possuem, por ocasião da pesquisa, acerca da importância da defesa pessoal, uma vez que, como militares estaduais componentes da administração pública e responsáveis pela segurança pública, somos munidos do poder-dever de agir dentro de nossas atribuições, as quais são irrenunciáveis e devem ser exercidas pelos agentes (FILHO, 2017).

Um dos pontos mais citados entre os entrevistados quanto a relevância da prática da defesa pessoal no desenvolvimento das atribuições foi o atendimento e transporte de pacientes que sofrem de transtornos psíquicos conforme mencionado no seguinte trecho da entrevista pelo Aprendiz 1 quando perguntado se sente que o treinamento da autodefesa é importante para a sua formação e principalmente para a sua atuação profissional ou acredita ser pouco relevante devido a finalidade de sua profissão, respondeu: “É muito relevante, porque mesmo na atividade ela será utilizada como em caso de abordagem a A01” (APRENDIZ 1, 2019).

Aspecto também ressaltado pelo Associativo 1, que ao responder acerca da importância da defesa pessoal para os militares no serviço na sua perspectiva de profissional da segurança pública, afirma ser:

Importantíssimo já que o público alvo da Segurança Pública, tanto do Corpo de Bombeiros Militar quanto da Polícia Militar e outros órgãos da segurança pública em geral costumam trabalhar com indivíduos que estabelecem posturas agressivas quando abordados pelos profissionais de segurança

pública, a exemplo de tentantes e pacientes psiquiátricos, como na atuação do dia a dia da PM na segurança da população.(ASSOCIATIVO 1, 2019).

Logo, a pesquisa confirma o grande valor do objeto aqui estudado, uma vez que envolve a preparação dos profissionais que estão expostos rotineiramente a riscos de proporções desconhecidas e somente o conhecimento aliado a prática podem dar a estes a possibilidade de se resguardarem e protegerem a sociedade.

## 8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A segurança dos militares no cotidiano de suas atividades dentro e fora da caserna – ambiente militar - e mais especificamente durante os serviços, tanto ostensivos quanto aquartelados, depende do conhecimento teórico e prático que o agente possui. Pois, de acordo com o já explanado no presente trabalho, não é por ter o conhecimento de como fazer que é possível executar com perfeição nos momentos de estresse.

Dessa forma, para que se diminua a distância que há entre a perfeição do conhecimento teórico e as peculiaridades que só podem ser conhecidas na prática, é que se encaixa o treinamento.

Nesse contexto, os conhecimentos de defesa pessoal seguem a mesma linha de raciocínio, haja vista que os alunos dos Cursos de Formação do Corpo de Bombeiros Militar do Maranhão (CBMMA) passam por treinamentos práticos, dos quais absorvem uma ampla gama de conhecimentos, aprendem diversas técnicas e as aplicam durante as instruções, de forma que muito do que é passado é assimilado e se torna uma informação perene na mente dos alunos e passa a fazer parte de suas ferramentas para a utilização do serviço

Contudo, após a formação, não contam com nenhum incentivo da corporação para que seja dada continuidade e assim aprimore suas técnicas. Portanto, com o passar do tempo, ainda que a teoria não se perca o corpo e a mente perdem a conexão para a execução, a memória neuromuscular que havia sido trabalhada entra em desuso e, assim, pode falhar quando houver necessidade.

Assim, segundo as hipóteses sobre as quais essa pesquisa se pautou, nota-se a necessidade do treinamento contínuo para a vida e segurança dos profissionais bombeiros militares, os quais além de ganharem em condicionamento físico, o que conta para a qualidade de vida e também para a prestação de um bom serviço, desenvolvem suas habilidades motoras, o que os torna mais ágeis no momento da atuação.

Mas é evidente que as atividades tem sido desempenhadas por todo o estado do Maranhão pelos batalhões e companhias da corporação dentro de padrões aceitáveis e, mesmo não havendo ainda o treinamento contínuo, o serviço é desenvolvido a contento pelos militares. Então, o objeto de estudo deste trabalho tem como objetivo demonstrar a possibilidade de maximização dos bons resultados que a

corporação já possui ao ampliar as habilidades e conhecimentos técnicos dos socorristas.

Logo, conclui-se que é importante que, como prega o Manual de Campanha do Exército C20-50: Lutas, haja continuidade por meio de treinamento contínuo, para que os praticantes vejam e revejam conceitos, e treinem passo a passo cada um dos elementos práticos da defesa pessoal, desde a postura, controle de ambiente, análise dos possíveis riscos, contenção das vulnerabilidades que compõem a prevenção, que conforme fora explanado é o elemento mais importante da segurança pessoal, que também é aprimorado pelo treinamento contínuo.

Destaca-se ainda a necessidade do treinamento de técnicas de artes marciais fazendo uso de armas brancas, armas naturais – mãos, pés, joelhos e etc. – torções, estrangulamentos, pressão de pontos vitais, proteção de armamentos e muitos outros conhecimentos que exigem do militar presteza e habilidade, pois no momento de necessidade pode fazer a distinção entre a vida e a morte.

A autodefesa possui função prática para os diversos serviços no âmbito do CBMMA, que abrangem desde o atendimento pré-hospitalar a pacientes acometidos de distúrbios mentais por doenças psíquicas ou efeitos de substâncias psicoativas em estado agressivo, até a abordagem de indivíduos que, ocasionalmente, invadam o quartel, incorrendo em crime, o que exige dos militares postura e técnica para a realização da apreensão em qualquer hipótese e contenção física quando há resistência, pontos estes muito citados entre os entrevistados quando questionados sobre a relevância da defesa pessoal para os militares em serviço.

Tais situações podem ocorrer nos serviços internos, em que os militares são responsáveis pela guarda da unidade e de todos os que nela se encontram, nos estágios operacionais no decorrer da formação do corpo de alunos, os serviços ostensivos de prevenção realizados pelos militares os quais geralmente contam com a presença de cadetes bombeiros militares, cujo conhecimento de defesa pessoal é restrito ou inexistente, haja vista que não tiveram possibilidade de conhecer e praticar no âmbito acadêmico.

Por meio da pesquisa também foi possível concluir o consenso existente no meio militar acerca da importância da defesa pessoal, uma vez que, como militares estaduais componentes da administração pública e responsáveis pela segurança

pública, são munidos do poder-dever de agir dentro de suas respectivas atribuições, as quais são irrenunciáveis e devem ser exercidas pelos agentes.

Além de todos os benefícios práticos que o treinamento continuado possibilita, há ainda o desenvolvimento da psicomotricidade que aumenta a capacidade de aprendizado do bombeiro, de forma que o mesmo seja capaz de reproduzir procedimentos com maior facilidade, o que representa um ganho técnico para o militar.

Bem como fisicamente, estes servidores se tornam mais aptos, haja vista que a prática exige esforço de toda a musculatura corporal, que realizado de forma constante melhora o condicionamento físico, tornando-os mais hábeis na execução das atividades operacionais em geral.

Dessa forma, tendo em vista que a prática do TFM, no âmbito do Corpo de Bombeiros Militar do Maranhão (CBMMA), é realizada as terças-feiras, de maneira optativa e, obrigatoriamente, nas quintas-feiras a todos os componentes das unidades, o treinamento das técnicas de defesa pessoal pode ser realizado as terças-feiras, sendo oferecido para todos os militares como uma alternativa de modalidade esportiva que melhore o condicionamento físico, psicológico e motor do militar.

Assim, conclui-se, por ocasião da pesquisa, que a prática da defesa pessoal, aplicada no treinamento físico militar, visa a continuidade do treinamento de técnicas de autodefesa para aprimorá-las e trabalhar a memória neuromuscular dos militares, melhorar a psicomotricidade dos mesmos a fim de que sejam cada vez mais hábeis na execução de atividades e ágeis no processo de aprendizagem de novas técnicas, e ainda torna-os mais condicionados fisicamente, o que contribui para a melhoria do desempenho da atividade fim.

Então é possível compreender que há muitos aspectos em que a prática contínua da defesa pessoal exerce influência, desde a preparação psicológica do praticante que se torna mais atento ao ambiente e confiante para agir até a preparação física que conecta a mente e o corpo, desenvolve as habilidades motoras e permite que o praticante conheça as próprias forças e limitações e saiba usá-las adequadamente. Conforme com um dos princípios do Judô citado por Santos (2006, p.117) 'Conhecer-se é dominar-se, dominar-se é triunfar'.

O aluno aprende a analisar saídas de possíveis situações e ainda evitar que elas aconteçam, pois segundo a ideia do general de Sun Tzu (2006), o ápice da arte

da guerra é vencer o inimigo sem precisar confrontá-lo diretamente, ou seja, prevenir e se antecipar para que não seja necessário adotar medidas de minimização de danos.

Por fim a contribuição da prática constante da defesa pessoal não apenas pelo fato de que o praticante se torna capaz de proteger-se, mas também por ser uma atividade física, que pode ser exercitada em diversas intensidades e gerar tantos benefícios quanto corrida, musculação, natação e demais atividades.

## REFERÊNCIAS

- ABRAHÃO, José R. R., NAKAYAMA, Ricardo, **Tonfa – arma não letal para profissionais de segurança pública e privada**. 2013
- AGUIAR, Lilian de Vasconcelos Carneiro. ALVES, Sheila Moreira. PENHA, Márcio Aguiar. SOARES, Stela Lopes. **Aprendizagem e controle motor**. INTA - Instituto Superior de Teologia Aplicada, Sobral, CE, 2016.
- BARRETO, Francisco José. **A importância do aprendizado da defesa pessoal junto à atividade bombeiro militar**. Monografia (Curso de Formação de Soldados). Biblioteca CEBM/SC, Florianópolis, 2012;
- BRASIL. Decreto-Lei 2.848, de 07 de dezembro de 1940. Código Penal. **Diário Oficial da União**, Rio de Janeiro, 31 dez. 1940
- \_\_\_\_\_. Lei n. 10.406, 10 de janeiro de 2002. Institui o Código Civil. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 11 jan. 2002.
- \_\_\_\_\_. **Manual de Campanha do Exército Brasileiro – Treinamento Físico Militar: Lutas C 20-50**. 3ª edição. 2002;
- CANTANHEDE, Aroldo Luis Ibiapino. REZENDE, Adriana Carolina Cunha. NASCIMENTO, Eduardo. JERÔNIMO Eyder Barbosa Senna. **Importância das artes marciais no contexto militar: uma comparação entre os fuzileiros navais americanos e o exército brasileiro**. Centro Universitário de Belo Horizonte – UNIBH, 2011.
- CENTRO INTEGRADO DE OPERAÇÕES DE SEGURANÇA. **Relatório de ocorrências do CBM: 2014 – 2018**. São Luís: CIOPS, 2018.
- DIAS, Walquenis de Oliveira. MADDARENA, Guilherme Lopes. ROCHA, Mainar Feitosa da Silva. SANTOS, Cláudio Pereira dos. **Curso de extensão em Equipamentos não letais I (CENL-I)**. Polícia Federal, 2009.
- FILHO, José de Ribamar Nascimento Silva. MOREIRA, Mayara Verusca do Nascimento. **Proposta de inclusão da disciplina de defesa pessoal nos três anos do Curso de Formação de Oficiais Bombeiro Militar**. Monografia (Graduação em Segurança Pública) – São Luís, Universidade Estadual do Maranhão, 2018.
- FILHO, J. D. **Manual de direito administrativo**. São Paulo: Editora Atlas LTDA, 2017.
- GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.
- HUNTER, James C; **O Monge e o Executivo: uma história sobre a essência da liderança**. Rio de Janeiro: Sextante, 2004.
- HOLANDA, Adriano. **Questões sobre pesquisa qualitativa e pesquisa fenomenológica**. *Análise Psicológica* (2006), 3 (XXIV) p. 363-372.
- INSEAD, (Instituto de Inteligência e Segurança de Autoridades e Dignitários). **Segurança pessoal em áreas de alto risco**. 201-?

LAVILLE, Christian. DIONNE, Jean. **A construção do saber: manual de metodologia da pesquisa em ciências humanas**; tradução Heloisa Monteiro e Francisco Settineri. — Porto Alegre: Artmed; Belo Horizonte: Editora UFMQ 1999.

MAGILL, R. **Aprendizagem motora: conceitos e aplicações (Motor Learning: concepts and applications)**. São Paulo: Edgard Blücher, 1984.

MARANHÃO. Lei 10.230 de 23 de abril de 2015. Dispõe sobre a Organização Básica do Corpo de Bombeiros Militar do Maranhão. **Secretaria de Transparência e controle**. Disponível em: < <http://www.stc.ma.gov.br/legisla-documento/?id=3868>>. Acesso em: 25 Dez. 2018.

MCARDLE, William D. et al. **Fisiologia do Exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano**. 4. Ed. Guanabara Koogan S.A, Rio de Janeiro, RJ, 1998.

MEDIUM. Piramide de William Glasser ou “Cone da Aprendizagem”. Disponível em: <<https://medium.com/@renatho/pir%C3%A2mide-de-william-glasser-ou-cone-da-aprendizagem-49a4670afc9a>>. Acesso em: 27 Mar. de 2019.

MUNHOZ, Diógenes Martins. **Abordagem a Tentativas de Suicídio**. São Paulo, 2018.

ONU – Organização das Nações Unidas. **Código de Conduta para os funcionários responsáveis pela Aplicação da Lei**, 1979.

SANTOS, Saray Giovana dos. Judô: onde está o caminho suave? – Santa Catarina; **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, 2006.

TRIVIÑOS, Augusto Nivaldo Silva. **Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação**. 1. ed. São Paulo: Atlas, 1987.

TREVISIO, Vanessa Cristina. ALMEIDA, José Luis Vieira de. O conhecimento em Jean Piaget e a educação escolar. **Cadernos de Educação: Ensino e Sociedade**, 2014

TZU, Sun. **A arte da guerra**. Porto Alegre: L&PM, 2006

UNIVERSIDADE ESTADUAL DO MARANHÃO. **Projeto Pedagógico do Curso de Bacharelado em Segurança Pública e do Trabalho**. São Luís/MA, 2014.

VUORI, I. **Exercise and physical health musculoskeletal health and functional capabilities**. Res. Q. Exerc. Sport, Washington, D.C., v. 66, p. 276-85, 1995.

XTURBO, Apostilas & Concursos, **Defesa pessoal**. 2007

## **APÊNDICES**

## **APÊNDICE A – ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA COM INSTRUTOR DE DEFESA PESSOAL.**

**Entrevista:** Inserção da Defesa Pessoal na prática do treinamento físico militar dos integrantes do Corpo de Bombeiros Militar do Maranhão.

Entrevista auxiliar para a coleta de dados para o Trabalho de Conclusão de Curso do Cad. BM/3 222 Matheus.

O presente instrumento faz parte de um Projeto Monográfico para a conclusão do Curso de Formação de Oficiais Bombeiro Militar, tendo como tema: A relevância da prática de defesa pessoal no treinamento físico militar. Os dados dessa entrevista são de caráter confidencial e serão utilizados apenas para a pesquisa acadêmica com o objetivo de estabelecer a relação de importância da prática contínua da defesa pessoal com seus efeitos na segurança do militar e da sociedade.

- 1) Na sua perspectiva de profissional da segurança pública qual a importância da defesa pessoal para os militares no serviço?
- 2) Quais consequências podem advir da prática de procedimentos inadequados de um militar em situação de combate?
- 3) Quais as vulnerabilidades mais comuns inerentes ao serviço bombeiro militar?
- 4) Quais os cursos do CBMMA que oferecem a prática da defesa pessoal?
- 5) Acredita que os militares que após a formação não mantêm contato com o treinamento da DP permanecem preparados para agir de acordo com as exigências técnicas das ocorrências?
- 6) Quais meios e incentivos a corporação oferece para que militares formados possam manter a prática da autodefesa?
- 7) Há diferenças perceptíveis na capacidade de aprendizado de um aluno que já possui conhecimento prático de defesa pessoal, ou artes marciais, para um que não possui?

## APENDICE B – ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA COM CADETES CURSO DE FORMAÇÃO DE OFICIAIS III

**Entrevista:** Inserção da Defesa Pessoal na prática do treinamento físico militar dos integrantes do Corpo de Bombeiros Militar do Maranhão.

Entrevista auxiliar para a coleta de dados para o Trabalho de Conclusão de Curso do Cad. BM/3 222 Matheus.

O presente instrumento faz parte de um Projeto Monográfico para a conclusão do Curso de Formação de Oficiais Bombeiro Militar, tendo como tema: A relevância da prática de defesa pessoal no treinamento físico militar. Os dados dessa entrevista são de caráter confidencial e serão utilizados apenas para a pesquisa acadêmica com o objetivo de estabelecer a relação de importância da prática contínua da defesa pessoal com seus efeitos na segurança do militar e da sociedade.

- 1) Pratica alguma atividade física de forma regular?
- 2) Praticou alguma arte marcial ou treinamento de defesa pessoal anteriormente ao CFO?
- 3) Caso a resposta anterior seja positiva, qual? por quanto tempo? E houve outorga de graduação?
- 4) Na sua perspectiva de profissional da segurança pública qual a importância da defesa pessoal para os militares no serviço?
- 5) Sente que o treinamento da autodefesa é importante para a sua formação e principalmente para a sua atuação profissional ou acredita ser pouco relevante devido a finalidade de sua profissão?
- 6) Consegue notar diferenças na capacidade de absorção do aprendizado de um aluno que já possui conhecimento prático de defesa pessoal, ou artes marciais, para um que não possui?
- 7) Durante as instruções de defesa pessoal a sua compreensão dos movimentos é imediata ou normalmente precisa de esforço e determinado tempo de análise para a reprodução dos movimentos?