

UNIVERSIDADE ESTADUAL DO MARANHÃO
CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS
CURSO DE FORMAÇÃO DE OFICIAIS

ARLISSON CIRQUEIRA SANTOS SOARES

ANÁLISE DAS CONTRIBUIÇÕES DO JIU-JÍTSU NA ATIVIDADE POLICIAL: um
estudo de caso no Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão

São Luís
2022

ARLISSON CIRQUEIRA SANTOS SOARES

ANÁLISE DAS CONTRIBUIÇÕES DO JIU-JÍTSU NA ATIVIDADE POLICIAL: um
estudo de caso no Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão

Monografia apresentada ao curso de
Formação de Oficiais da Polícia Militar da
Universidade Estadual do Maranhão
(UEMA) para o grau de bacharel em
Segurança Pública.

Orientador: Cap QOPM **Nasser** Bezerra
Jadão Segundo

São Luís

2022

Soares, Arlisson Cirqueira Santos.

Análise das contribuições do jiu-jítsu na atividade policial: um estudo de caso no Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão / Arlisson Cirqueira Santos Soares. – São Luís, 2022.

64 f

Monografia (Graduação) – Curso de Formação de Oficiais PM-MA, Universidade Estadual do Maranhão, 2022.

Orientador: Prof. Cap. QOPM Nasser Bezerra Jadão Segundo.

1.BOPE. 2.Policimento especializado. 3.Jiu-jitsu. 4.Bem-estar. I.Título.

CDU: 355.233.2:796.8(812.1)

ARLISSON CIRQUEIRA SANTOS SOARES

ANÁLISE DAS CONTRIBUIÇÕES DO JIU-JÍTSU NA ATIVIDADE POLICIAL: um estudo de caso no Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão

Monografia apresentada ao curso de Formação de Oficiais da Polícia Militar da Universidade Estadual do Maranhão (UEMA) para o grau de bacharel em Segurança Pública.

Aprovado em: ____/____/2022

BANCA EXAMINADORA

Cap. QOPM Nasser Bezerra Jadão Segundo (orientador)
Polícia Militar do Maranhão

Profa. Dra. Regina Célia Vilanova Campelo
Doutora em Ciências
Universidade Estadual do Maranhão

1° Ten. QOPM João Carlos da Cunha Alves
Polícia Militar do Maranhão

A Deus e a minha família.

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer primeiramente a Deus pelo dom da vida e por nunca ter me desamparado.

Aos meus pais, Arlindo Santos Soares e Maria Francinete Moreira Cirqueira, que mesmo não tendo recursos financeiros não mediram esforços para me educar e me colocar em bons caminhos.

Ao meu querido irmão, 2º Ten QOPM Anderson Cirqueira Santos Soares por todo incentivo e por sempre estar ao meu lado em qualquer situação.

A minha companheira, Stephanie Karoline da Silva de Sousa, que esteve comigo nos momentos bons e ruins e sempre me deu forças para concluir o meu curso de formação.

Aos meus amigos da Defensoria Pública do Estado do Maranhão, instituição em que tive o prazer de fazer parte em especial a Sra Lucy Maria Viana Garcez, Maylon Pietro Mendes Silva e Railton Ericeira Verde.

Aos meus irmãos de farda da 24ª Turma que, sem eles, não teria chegado ao final do curso de formação em especial os cadetes: Alves, Penha, Fabiano, Atila, Luanderson e André.

Aos professores da Universidade Estadual do Maranhão (UEMA), e a todos Oficiais e servidores civis da Academia de Polícia Militar Gonçalves Dias (APMGD) que cooperaram com a formação.

Também sou imensamente grato ao meu orientador, o Cap. QOPM Nasser Bezerra Jadão Segundo, que foi meu instrutor durante o curso de formação e que de pronto aceitou o desafio da produção deste trabalho.

Por fim, agradeço a todos os meus amigos e conhecidos que contribuíram direta e indiretamente para meu ingresso e formação no Curso de Oficiais da Polícia Militar do Estado do Maranhão.

*“Enquanto se possa mexer, treine o corpo.
Enquanto não se possa mexer, treine a
mente.”*

Código Samurai

RESUMO

Manter o corpo em movimento, seja por meio de uma atividade ou de algum exercício físico promove grandes benefícios físicos e contubui com a melhoria do estado psicológico das pessoas. A arte marcial jiu-jítsu oferece ao seu praticante todos os benefícios que outras atividades físicas tradicionais proporcionam. Com a prática, o indivíduo pode perceber melhoria no seu condicionamento físico, força muscular, emagrecimento e autodefesa. Em face do exposto, esta pesquisa teve como objeto de estudo o Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão, que surgiu em 2017, com a finalidade de combater o crime organizado, por meio das facções criminosas e tráfico de drogas, que crescia no Estado do Maranhão. Este estudo justifica-se, pois servirá como base para realização de novos estudos que tratam sobre a temática, assim como permite aumentar os conhecimentos na área de defesa pessoal. Tratou-se de um estudo quali-quantitativo, exploratório, descritivo, bibliográfico, documental e estudo de caso. A coleta de dados foi em dois momentos, primeira foi realizada uma entrevista com um instrutor de jiu-jitsu, posteriormente foi aplicado um questionário pela plataforma *Google Forms* com os policiais militares do BOPE. A análise dos resultados iniciou-se com a demonstração da percepção do instrutor de jiu-jítsu entrevistado e posteriormente, foi apresentada a percepção dos policiais militares. Após a análise dos dados entende-se que a prática do jiu-jitsu é necessária para o BOPE porque traz vantagens técnicas no serviço operacional, auxilia no combate ao estresse e proporciona benefícios para o bem estar físico e mental dos policiais militares.

Palavras-chave: BOPE. Policiamento especializado. Jiu-jitsu. Bem-estar.

ABSTRACT

Keeping the body in motion, whether through an activity or some physical exercise, promotes great physical benefits and improves people's psychological state. The martial art jiu-jitsu offers its practitioner all the benefits that other traditional physical activities provide, with practice the individual can perceive improvement in their physical conditioning, muscle strength, weight loss and self-defense. This research had as its object of study the Special Operations Battalion (BOPE) of Maranhão, which emerged in 2017, with the purpose of combating organized crime, through criminal factions and drug trafficking, which was growing in the State of Maranhão. This study is justified, as it will serve as a basis for carrying out further studies on the subject, as well as increasing knowledge in the area of self-defense. It was a quali-quantitative, exploratory, descriptive, bibliographic, documentary and case study study. Data collection was carried out in two stages, first an interview was carried out with a jiu-jitsu instructor, later a questionnaire was applied through the Google Forms platform with the BOPE military police. The analysis of the results began with the demonstration of the perception of the interviewed jiu-jitsu instructor and later, the perception of the military police was presented. After analyzing the data, it is understood that the practice of jiu-jitsu is necessary for BOPE because it brings technical advantages in the operational service, helps to combat stress and provides benefits for the physical and mental well-being of military police officers.

Keywords: BOPE. Specialized policing. Jiu Jitsu. Welfare

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Quadro 1	-	Benefícios gerais do jiu-jítsu.....	19
Figura 1	-	Flexibilidade no jiu-jítsu.....	20
Quadro 2	-	Benefícios específicos do jiu-jítsu.....	21
Quadro 3	-	Três categorias de desgastes no trabalho.....	25
Figura 2	-	Treinamento do BOPE no helicóptero blindado da Polícia Militar do Estado do Rio de Janeiro.....	29
Figura 3	-	Policiais militares durante o treinamento do BOPE.....	30
Figura 4	-	Policiais militares que resistiram às etapas do treinamento.	30
Figura 5	-	Logotipo do Batalhão de Operações Especiais.....	31
Tabela 1	-	Cacterização da amostra de policiais militares do BOPE.....	39
Gráfico 1	-	Prática de artes marciais.	40
Gráfico 2	-	Prática de marciais e sua relação com o rendimento profissional.....	41
Gráfico 3	-	Se o jiu-jítsu pode melhorar o seu condicionamento físico...	42
Gráfico 4	-	Necessidade do combatente do BOPE pratique a arte marcial jiu-jítsu.....	42
Gráfico 5	-	Vantagens técnicas no serviço operacional a partir da prática do jiu-jítsu.....	43
Gráfico 6	-	Auto avaliação sobre o quesito estresse.....	43
Gráfico 7	-	Atividade policial do BOPE e sua relação com o estresse...	44
Gráfico 8	-	Pratica do jiu-jítsu no BOPE e a sua contribuição com o bem estar físico e mental.....	45
Gráfico 9	-	Opinião sobre a implantação do jiu-jítsu em outras unidades da Policia Militar.....	45

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

BOPE	-	Batalhão de Operações Especiais
CAP	-	Capitão
COE	-	Comando de Operações Especiais
COSAR	-	Comando de Operações e Sobrevivência em Área Rural
GOE	-	Grupos Operacionais Especiais
OMS	-	Organização Mundial da Saúde
PM	-	Polícia Militar
PMERJ	-	Polícia Militar do Estado do Rio de Janeiro
QV	-	Qualidade de vida
QVT	-	Qualidade de Vida no Trabalho
ROTAM	-	Ronda Ostensiva Tática Móvel
SGA	-	Síndrome Geral de Adaptação

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	12
1.1	Objetivos	14
1.1.1	Objetivo geral.....	14
1.1.2	Objetivos específicos.....	14
2	REFERENCIAL TEÓRICO	15
2.1	Aspectos históricos e conceituações do judô	15
2.2	Jiu-jítsu brasileiro	17
2.3	As contribuições da prática do jiu-jítsu	18
2.4	Estresse	22
2.4.1	Conceituações e definições.....	23
2.5	Qualidade de vida no trabalho (QVT)	25
3	BATALHÃO DE OPERAÇÕES ESPECIAIS (BOPE)	29
3.1	Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão	31
4	METODOLOGIA	34
5	RESULTADOS E DISCUSSÕES	37
5.1	Percepção do instrutor de Jiu-jítsu	37
5.2	Percepção dos policiais militares do BOPE	38
6	CONSIDERAÇÕES FINAIS	47
	REFERÊNCIAS	50
	APÊNDICES	55
	APÊNDICE A – ROTEIRO DE ENTREVISTA (INSTRUTOR DE JIU-JÍTSU DO BOPE DO MARANHÃO)	56
	APÊNDICE B – QUESTIONÁRIO (POLICIAIS MILITARES DO BOPE DO MARANHÃO)	58
	APÊNDICE C – OFÍCIO COM A SOLICITAÇÃO DE PESQUISA MONOGRÁFICA NO BATALHÃO DE OPERAÇÕES ESPECIAIS DO MARANHÃO	60
	ANEXOS	61
	ANEXO A - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO COMANDANTE DO BOPE	62
	ANEXO B - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO INSTRUTOR	63

1 INTRODUÇÃO

A medicina e a ciência do esporte, com seus médicos, preparadores físicos, técnicos esportivos, nutricionistas, fisioterapeutas e psicólogos são os especialistas responsáveis pela conscientização e estímulo da adoção de uma vida ativa. Considerando que a saúde é o estado de completo bem-estar físico, mental e social, conforme o Ministério da Saúde, muitas pessoas fisicamente ativas afirmam que continuam a manter o corpo em movimento porque um dos grandes benefícios da atividade física é a melhoria no seu estado psicológico (RODRIGUES, 2021).

Talvez nunca se tenha dado tanta importância a manter-se ativo fisicamente, como no século XXI. Dentre inúmeros estudos e pesquisas relacionados ao assunto, as pessoas com estilo de vida ativo relatam menos ansiedade e depressão e ainda afirmam que conquistaram mais autoconfiança e maior capacidade de lidar com o estresse doméstico e profissional (RODRIGUES, 2021).

O jiu-jítsu é uma arte marcial que oferece ao seu praticante todos os benefícios que outras atividades físicas tradicionais proporcionam, pois está associada à melhoria do condicionamento físico, força muscular, velocidade de reação, emagrecimento e autodefesa (MOLINA, 2021).

O jiu-jítsu se fortaleceu ao redor do mundo por meio dos Estados Unidos que utiliza em suas forças policiais, na capital dos Emirados Árabes, Abu Dhabi, tornou-se obrigatório nas escolas e nas forças armadas. Saber imobilizar o oponente em uma situação real de combate é de extrema importância para qualquer combatente. Ademais, os benefícios do jiu-jítsu vão muito além das vantagens que o domínio das técnicas pode trazer em uma ocorrência, na imobilização ou defesa contra algum suspeito.

O Batalhão de Operações Especiais (BOPE) foi criado devido à necessidade de haver, na Polícia Militar, um grupo especial para atuar em situações de crise, uma vez que a cidade do Rio de Janeiro (RJ) passava por uma evolução do crime organizado que se instaurou nas favelas, aterrorizando os moradores e a população em geral.

O BOPE é formado por policiais de elevado preparo técnico, tático e psicológico. Nesse grupo, não se exigem apenas o preparo físico, a boa técnica e o bom caráter, mas, é necessário que os indivíduos selecionados apresentem as pré-condições necessárias de um combatente: coragem, equilíbrio emocional, constância e força de vontade.

Ao desempenhar suas atividades operacionais, o policial do BOPE faz uso de força física ou de armamento, onde a pressão e a responsabilidade da vida são muito grandes, podendo causar estresse ao policial. Diante disso, surge a necessidade da implantação de programas de qualidade de vida no trabalho e desenvolvimento contínuo. Em 2021, o jiu-jítsu foi implantado como atividade obrigatória no BOPE do estado do Maranhão como uma forma de diminuir o estresse no trabalho e maximizar o desempenho técnico dos policiais militares. Então, é estabelecida a seguinte interrogação: “de que forma o uso das técnicas marciais do jiu-jítsu pode contribuir com a atividade policial do Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão?”.

A hipótese central do trabalho concebe que o treinamento contínuo e a prática esportiva tem um papel expressivo na diminuição do estresse, na melhoria da qualidade do serviço prestado pelo policial e no aumento do grau de segurança, tanto ao policial quanto ao cidadão.

O estudo é relevante, pois objetiva incentivar outras pesquisas e servirá de base para a realização de novos estudos que tratam da temática em questão. Além disso, visa ampliar os conhecimentos na área de defesa pessoal, aplicada nas tropas especiais, podendo contribuir para melhorias na formação e treinamento. Igualmente, contribuirá como referencial teórico para acadêmicos, pesquisadores e demais interessados na temática em questão.

Este estudo está organizado em seis seções: na primeira, teve-se esta Introdução, na qual se expõe a contextualização do tema, o problema e objetivos da pesquisa, a relevância do mesmo e a estruturação do trabalho. A posteriori, na segunda apresenta-se o referencial teórico, nos quais se inicia apresentando o jiu-jítsu, demonstrando os aspectos históricos e conceituações, além de mostrar o esporte dentro do Brasil, também é apresentado o estresse, partindo dos conceitos e demonstrando a qualidade de vida no trabalho.

Na terceira seção é apresentado o objeto de estudo deste trabalho, o Batalhão de Operações Especiais (BOPE). Na quarta seção têm-se os procedimentos metodológicos utilizados neste estudo. Em seguida, na quinta seção são apresentados os resultados e discussões, obtidos através da pesquisa de campo, onde se demonstra a percepção do instrutor jiu-jítsu e a percepção dos policiais militares do BOPE sobre a temática.

Por fim, na última seção dispõem-se as considerações finais, na qual se mostra a resposta do problema e o alcance dos objetivos propostos, que são seguidos das referências, apêndices e anexos.

1.1 Objetivos

1.1.1 Objetivo geral

O objetivo da pesquisa foi analisar as contribuições da arte marcial jiu-jítsu na atividade policial do Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão.

1.1.2 Objetivos específicos

- a) Levantar o histórico e as conceituações da arte marcial jiu-jítsu;
- b) Destacar como o uso das técnicas de artes marciais pode ser capaz de melhorar o desempenho do policial militar no serviço operacional;
- c) Verificar se o jiu-jítsu contribuiu como o bem-estar físico e mental dos policiais militares do Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão; e
- d) Apresentar argumentos que incentivem a prática da arte marcial jiu-jítsu na Polícia Militar do Maranhão.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

O esporte Jiu-Jítsu é um instrumento de aprendizagem com caráter esportivo e educacional. Deixa de ser, exclusivamente, uma arte marcial, pois agrega características de uma filosofia de vida visto que, permite ao aluno desenvolver a parte física, além de trabalhar e aprimorar o seu estado psicológico, em uma atmosfera propícia à tomada de decisões ao trabalho em equipe e estimular o companheirismo (SILVA; ESPÍNDOLA, 2015).

2.1 Aspectos históricos e conceituações do jiu-jítsu

Ao longo do tempo, o jiu-jítsu teve algumas teorias sobre o seu surgimento, mas a teoria mais consistente e bem-aceita que remete o esporte iniciou há cerca de 600 anos antes de Cristo, no Nepal. De acordo com Moura (2020), nesse período nasceu Siddharta Gautama, um príncipe com regalias, empregados, posses, conhecimento e estudos. Contudo, Siddharta tinha questionamentos e curiosidades acerca de como as pessoas de fora do palácio viviam, o porquê das desigualdades entre pessoas da mesma espécie, o porquê da vida e da paz interior.

Em determinado momento, Siddharta renunciou ao trono e começou uma peregrinação mundo afora até chegar à Índia, onde teve contato com gurus e suas formas de ligação com o divino. O relacionamento com os gurus o levou a um lugar chamado campo de mortificação. Nesse local, os seus adeptos demonstravam seu domínio sobre seus corpos, mas também castigavam seus corpos com votos fora do comum, de nunca mais falar, não tomar banho, não cortar as unhas, ficar com um braço levantado para o resto da vida etc (MOURA, 2020).

Diante disso, Siddharta fez um voto que consistiu em restrição alimentar, o que conhecemos hoje como jejum. Quando chegou a um ponto de extrema fraqueza, percebeu que não alcançaria aquilo que buscava por meio de votos fora do comum, então desenvolveu sua própria forma de iluminação – a meditação profunda. Surgindo assim, o chamado Budismo, logo, Siddharta Gautama passou a ser chamado de Buda.

De acordo com Bizzar (2017, p.7), “com o nascimento de Siddhartha Gautama (Buda), houve a criação da religião (ou filosofia de vida) chamada budismo e seus monges teriam sido os criadores do jujutsu (jiu-jítsu)”. Por meio das suas peregrinações, começa a ensinar sua forma de espiritualização e entendimento sobre sua ligação com a natureza, o universo e os homens. Tudo isso se espalhou pela Ásia

conquistando seguidores e discípulos. As 78 anos, Buda morreu, especula-se que as causas podem ter sido problemas no estômago ou infarto do mesentérico (MOURA, 2020).

Entre 400 e 200 anos antes de Cristo, um discípulo conhecido como Bodhidharma, passa a peregrinar e visitar os locais onde se praticava o budismo. Quando chegou à Ásia maior – (China), deparou-se com monges budistas que viviam enclausurados com votos de miséria e com uma meditação profunda e eficaz, mas havia um problema nisso. Seus corpos padeciam facilmente de doenças ocasionais assim como uma forma física enfadonha e totalmente sedentária. Para sanar o problema, Bodhidharma, começa a ensinar exercícios físicos e movimentos baseados em uma luta indiana chama Kalaripayattu (MOURA, 2020).

Conforme foram se adaptando, começaram a desenvolver sua própria forma de ginástica para a manutenção do corpo físico. Os exercícios eram baseados na observação dos movimentos de animais, conhecido no ocidente como kung-fu. De acordo com Bizzar (2017), no budismo, por razões morais e religiosas, não é permitido o uso de armas, e seus monges, naquela época, praticavam uma dieta que não lhes favoreciam a força física. Durante as peregrinações, em busca da expansão religiosa, eram assaltados e atacados, o que os levou a desenvolver um sistema de autodefesa usando as mãos nuas.

Roza (2015, p.5), corrobora que:

Como eles não podiam usar armas por motivos de cultura religiosa e quando se locomoviam para divulgar o budismo eram saqueados, com isso desenvolveram técnicas de lutas, mas não baseadas em socos e ponta pés e sim em chaves, torções, estrangulamentos e alavancas, com isso surgiu uma arte marcial de defesa pessoal chamada de jiu-jítsu.

Os monges criaram uma arte marcial voltada para os princípios do equilíbrio, do sistema de articulação do corpo e das alavancas, evitando o uso da força e golpes contundentes que ferissem seus oponentes. Com o crescimento do budismo, a arte suave percorreu o Sudeste asiático, a China e finalmente, chegou ao Japão, onde cresceu e popularizou-se. Monges budistas, com o notório conhecimento do corpo humano, foram os criadores da mais perfeita arte marcial de todos os tempos, o jiu-jítsu – o pai de todas as lutas (VARELLA, 2010).

Em, aproximadamente, 200 anos antes de Cristo, o jiu-jítsu se disseminou pela Ásia. Foi considerada uma arte marcial completa que deu origem a outras formas

de defesa pessoal como o sumô, kempô-jítsu, kempô, karatê-jítsu, karatê-dô, aiki-jítsu, ai-ki-dô, entre outras (BIZZAR, 2017).

Ao chegar ao Japão, o jiu-jítsu foi adotado pelos grandes guerreiros samurais e a arte se tornou oficial, no país, tanto para defesa pessoal quanto para as técnicas de guerra. Também chamado de *taijutsu* e de *yawara*, de acordo com Kano (2008, p.19), o jiu-jítsu “era um sistema de ataque em que se podia arremessar o oponente, bater nele, chutá-lo, apunhalá-lo, chicoteá-lo, estrangulá-lo, torcer-lhe e entortar-lhe os membros e imobilizá-lo”.

Segundo Botelho (2011, apud ROZA, 2015, p.6), “o jiu-jitsu é a luta mais completa de todos os estilos de combate corpo a corpo, composta principalmente pelas seguintes partes: queda (judô), traumatismo (karate-jitsu) e torções (aiki-jitsu)”, não por ser uma arte marcial, mas por juntar ou agrupar de alguma maneira as artes marciais.

2.2 Jiu-jítsu brasileiro

O jiu-jítsu brasileiro tem origem no Japão, onde se utilizava, essencialmente, golpes de alavancas, torções e pressões para levar um oponente ao chão e dominá-lo. Literalmente, *ju* em japonês significa “suavidade”, “brandura”, e *jutsu*, “arte”, “técnica”. Dessa forma, têm-se a sua tradução: “arte suave” (GRACIE, 2012).

A história do jiu-jítsu brasileiro tem seu ponto de partida quando Jigoro Kano – fundador do judô - decidiu acabar com a barbaridade das lutas praticadas entre os japoneses. Naturalmente, as lutas sempre fizeram parte da história, mas a sociedade japonesa preocupou-se com o rumo que as lutas corporais estavam tomando devido ao grau elevado de violência nos combates. Para solucionar esse problema Kano desenvolveu um sistema para institucionalizar vários golpes e eliminar certos golpes (DUARTE, 2016).

No Brasil, o jiu-jítsu chegou em 1917, por meio de um cônsul japonês chamado Myutso Maeda, popularmente conhecido como Conde Maeda. Em solo brasileiro, ele fez numerosas apresentações atraindo vários alunos. Um deles foi Carlos Gracie que desenvolveu um estilo de luta diferente, onde priorizou as técnicas de solo, como alavancas, chaves, estrangulamentos e imobilizações, dando origem ao Jiu-Jítsu Brasileiro (GEHRE *et al.*, 2010).

Arruda e Souza (2014, p. 73) afirmam que:

Mestre Hélio deu uma nova conotação para o Jiu-jítsu, e nela os movimentos passaram a ser mais dinâmicos e reais. Partindo desse princípio, uma das sete partes de atuação do Jiu-Jítsu foi modificada, ou seja, a parte traumática dá lugar a um estilo mais solto, parecido com o do Boxe. Entretanto, as demais técnicas de atuação tidas como as mais importantes foram preservadas.

O novo estilo de luta desenvolvido passou a ser ensinado por Gracie, este, ensinou ao seu irmão Hélio Grace que também aprimorou os movimentos do jiu-jítsu e tornou-se um expoente da arte.

O Jiu-Jitsu brasileiro é uma arte marcial de raiz japonesa que se utiliza essencialmente de golpes de alavancas, torções e pressões para levar um oponente ao chão e dominá-lo. Literalmente, jū em japonês significa “suavidade”, “brandura”, e jutsu, “arte”, “técnica”. Daí seu sinônimo literal, “arte suave”. (GRACIE, 2012).

Desta forma, o jiu-jítsu passou a ser conhecido e praticado como uma modalidade esportiva, sendo acompanhada de regras e federações, sendo que a queda e a parte de chaves e alavancas são as mais enfatizadas.

2.3 As contribuições da prática do jiu-jítsu

A prática do jiu-jítsu feita pelos policiais traz inúmeros benefícios para a corporação. Além do conhecimento técnico e do uso controlado da força policial existem os benefícios físicos, psíquicos, morais e pedagógicos que podem melhorar de forma positiva a qualidade do serviço policial, uma vez que todo esse conhecimento se relaciona diretamente com a Qualidade de Vida no Trabalho. Portanto, pode servir como instrumento motivacional para os militares aumentando o seu desempenho tanto em atividades administrativas quanto em operacionais. SANTOS (2020).

O jiu-jítsu é uma arte marcial que oferece ao seu praticante todos os benefícios que outras atividades físicas tradicionais proporcionam, pois está associada à melhoria do condicionamento físico, força muscular, velocidade de reação e emagrecimento, além da autodefesa resultando em qualidade de vida para seus praticantes. Sem o uso de armas, o Jiu-Jítsu é um método eficaz e completo de autodefesa e o seu aproveitamento se estende na área do bem-estar físico e mental (MOLINA 2016).

De acordo com Ferreira (2006), o jiu-jítsu pode trazer amplos benefícios ao praticante, dos quais se destacam o desenvolvimento motor, o cognitivo e o afetivo-social conforme se pode observar no Quadro 1.

Quadro 1 – Benefícios gerais do jiu-jítsu.

ÁREA	BENEFÍCIOS
MOTOR	Desenvolvimento da lateralidade, o domínio dos tônus musculares, a evolução do equilíbrio e da coordenação global, o aperfeiçoamento da ideia de tempo e espaço, apoiados como da noção de corpo.
COGNITIVO	Beneficiam a astúcia, o raciocínio, a formulação de estratégias e a atenção.
AFETIVO E SOCIAL	Reação a determinadas atitudes, a postura social, a socialização, a perseverança, o respeito e a determinação.

Fonte: Adaptado de Ferreira, 2006.

Destarte, as contribuições que a arte marcial em questão pode proporcionar no desenvolvimento de um indivíduo são numerosas. Essa modalidade pode melhorar as habilidades e competências de seus praticantes, por meio de movimentos utilizados no treino que facilitam o desenvolvimento corpóreo. Alguns movimentos como correr, saltar, puxar, empurrar, fazer força, aprender a usar a força do adversário, ajudam nesse processo. Equiparável ao desenvolvimento físico tem-se o desenvolvimento intelectual e moral, pois, no jiu-jítsu deve-se aplicar o ataque e a defesa nos momentos certos com a devida precisão, desenvolvendo assim a coordenação motora que os auxiliam não somente nos esportes em geral, mas em atividades cotidianas e até no desempenho nos estudos (SILVA; ESPÍNDOLA, 2015).

A arte marcial jiu-jítsu é um instrumento de aprendizagem com caráter esportivo e educacional. Deixa de ser, exclusivamente, uma arte marcial, pois agrega características de uma filosofia de vida visto que, permite ao aluno desenvolver a parte física e aprimorar o seu estado psicológico, em uma atmosfera propícia à tomada de

decisões, trabalho em grupo e estímulo ao companheirismo. (RUFINO; MARTINS 2011).

O jiu-jítsu é benéfico para saúde tanto física quanto psicológica. De acordo com Luz (2000), o jiu-jítsu é considerado um esporte intelectualizado, tendo em vista a dificuldade que os movimentos obedecem, possuem diferentes níveis que exigem controle físico, mental e inteligência para coordenar as inúmeras variáveis que vão se apresentando no decorrer da luta. Com a prática constante adquire-se e aprimora as valências físicas básicas como força, velocidade, resistência, flexibilidade e coordenação. Seus movimentos regulam o controle motor, afinando e melhorando não só a coordenação motora, mas também a coragem, a autoconfiança e o controle sobre si.

Figura 1 – Flexibilidade no jiu-jítsu.



Fonte: BJJ (2013).

Os praticantes de modalidades esportivas como o jiu-jitsu se tornam capazes de melhorar a sua flexibilidade, pois, ao executar movimentos na luta, a elasticidade muscular é trabalhada de maneira contínua, melhorando a qualidade motriz que depende da elasticidade muscular e da mobilidade articular, representada pela máxima amplitude de movimentos necessária para a perfeita execução de

atividades físicas, sem que ocorram lesões. Dessa forma, as pessoas que praticam tal exercício estão contribuindo para uma melhoria relacionada aos movimentos musculoesqueléticos, e conseqüentemente para a prevenção de lesões (PONTES 2017).

Quadro 2 – Benefícios específicos do jiu-jítsu.

BENEFÍCIOS	SIGNIFICADOS
Físicos	Relativo ao corpo do homem;
Psíquicos	Relacionado ao que ocorre mentalmente;
Morais	Que está de acordo com os bons costumes;
Pedagógico	Que se refere à pedagogia, ciência que se dedica ao processo de educação;
Esporte inclusivo	Que integra pessoas;
Melhora a parte Cognitiva	Refere-se à capacidade de adquirir ou de absorver conhecimentos;
Coordenação motora	Capacidade de sincronizar vários movimentos por meio do cérebro, músculos e articulações;
Condicionamento físico	O estado de resistência e capacidade de se exercitar que o corpo apresenta;
Autodisciplina	Obediência aos preceitos, as regras de forma voluntária;
Autocontrole	controle sobre si mesmo;
Melhora a autoestima	Qualidade de quem se valoriza, está satisfeito consigo Mesmo;
Autoconfiança	Segurança em si mesmo e nas suas próprias habilidades;
Motivação	Aquilo que serve de inspiração, estímulo, incentivo;
Respeito	O que leva alguém a tratar as outras pessoas com grande atenção, consideração ou reverência;
Diminuiu a ansiedade	Agonia, aflição, angústia;
Diminuiu o estresse	Exaustão física ou emocional;
Desenvolve o caráter	Conjunto de características que, sendo boas ou más ou formação moral;
Define o corpo	Perder gordura, tonificar e hipertrofiar seus músculos;

Melhora a resistência	Tendência para suportar dificuldades;
Acelera o metabolismo	Fazer com o que o organismo gaste mais energia;
Amplia a capacidade Cardiovascular	Relacionado com o coração e com os vasos sanguíneos;
Amplia a capacidade Respiratória	Facilita o processo respiratório;
Aumenta a flexibilidade	Que possui elasticidade; facilmente dobrado; maleável;
Melhora os reflexos	Reação rápida; quem, supostamente, antecipa o que vai acontecer;

Fonte: Adaptado de Santos (2020).

O jiu-jítsu perpassa por diversas áreas que abrangem desde a saúde física, mental até a social. Além disso, é considerado um instrumento pedagógico orientado a desenvolver um processo de ensino que enfatiza o respeito, a hierarquia e a disciplina, ou seja, contribui com o desenvolvimento e a internalização de valores. Outrossim, no âmbito profissional, colabora com o aumento da produtividade pois torna os indivíduos mais dispostos além de melhorar a qualidade de vida.

2.4 Estresse

A vida contemporânea é acompanhada pelo excesso de informações e a velocidade em que as coisas estão acontecendo tem criado no ser humano a necessidade de acompanhar essas mudanças em tempo hábil, isso o faz entrar em um estado de alerta cada vez maior.

No tocante a essas mudanças, Albrecht (1990, p. 33) afirma que “o efeito dessa aceleração da mudança é obrigar praticamente as pessoas que passam por ela a atingir um nível de estresse fisiológico - uma forma de alerta biológico tangível que as torna mais vulneráveis a outras pressões”, ou seja, o ambiente e suas variáveis provocam uma alteração no bem-estar mental das pessoas sujeitas a esse ritmo de mudança.

Portanto é perceptível que a sociedade como um todo está vivendo sob pressão, e, diante disso, na maioria das vezes acabam entrando em uma condição de estresse devido a fatores, tais como: excesso de trabalho, falta de controle, remuneração insuficiente, aumento nos impostos, entre outros.

O estresse está diretamente ligado ao sentimento de ansiedade e infelizmente é um sentimento maléfico sendo prejudicial à saúde estando presente em boa parte das pessoas, devido o número exacerbado de tarefas, metas e objetivos diários que as pessoas tentam alcançar.

2.4.1 Conceituações e definições

As primeiras definições acerca do estresse começaram a ser desenvolvidas por meio de um médico chamado Hans Selye que utilizou o termo “stress” para indicar uma síndrome causada por diversos agentes nocivos (LIPP, 2001, p.18). Essa definição foi obtida depois que ele notou que muitas pessoas sofriam de várias doenças físicas e reclamavam de alguns sintomas em comum.

A pesquisa de Selye foi influenciada pelos conceitos Darwinistas, cujo fundamento é o estresse ser um elemento inerente a toda doença e produzir certas alterações na estrutura do corpo. O autor defende que o estresse é o estado que se manifesta através da Síndrome Geral de Adaptação (SGA) ou “síndrome do stress biológico”, normalmente chamada de “síndrome de estar doente”. Essa síndrome a que Selye se refere, a capacidade que o homem possui de enfrentar situações diferentes, como mudanças, emoções fortes e acontecimentos diversos (GUIMARÃES, 2020).

Assim, é possível concluir que o estresse é manifestado a partir de determinados atos ou efeitos externos, tais como alterações, sentimentos e fatos diversos, gerando uma alteração biológica no ser humano, que afetará o desenvolvimento do ser humano em suas atitudes, podendo gerar, inclusive, o agravamento de outros problemas e desempenho de atividades cotidianas.

O médico Hans Selye chegou a seguinte definição para estress:

Pode ser definido como um processo que envolve percepção, integração, resposta e adaptação a eventos aversivos, ameaçadores ou desafiadores. Constitui um padrão estereotipado de adaptação, filogeneticamente antigo, com o propósito de preparar o organismo para a atividade física (SELYE, 1975, p.34).

Deste modo, consoante a definição de Selye, o estresse é constituído por uma série de etapas que formam um processo vivenciado pelo ser humano, consistente em respostas a determinados eventos que são tidos como ameaçadores ou desafiadores, isto é, que causam aversão e, conseqüentemente, geram uma resposta biológica, que é o estresse.

O estresse, portanto, pode ser considerado como uma série de fatores que contribui para o desgaste mental e conseqüentemente, físico, do ser humano. No que tange ao estresse vivenciado pelo trabalhador, por exemplo, além de afetar significativamente a sua vida pessoal, o acúmulo de atividades profissionais – que gera o exercício da atividade laborativa no momento de descanso, em casa –, prejudica consideravelmente a saúde do trabalhador, e afeta, por conseguinte, seu desempenho nas atividades profissionais e maior cobrança a si mesmo (ZANELLI, 2010, p. 37).

Logo, mesmo que os fatores desencadeadores do estresse sejam advindos da vida pessoal do cidadão o resultado desses acaba gerando um sentimento que afeta tanto a vida pessoal como profissional do ser humano, isso é, seu desempenho como um todo, de modo que o contrário também ocorre – isto é, o estresse vindo do ambiente de trabalho afetando a vida pessoal – e com mais frequência.

As fases do processo de estresse presumem os fatores que levam ao desgaste no trabalho, apesar de, na maioria das vezes, os sintomas não serem percebidos no início da doença. O estresse pode ser dividido em três reações de desgaste, sendo elas: psicológica, física e comportamental. Estas reações podem ser visualizadas no quadro 3 dos exemplos de desgastes no trabalho (JEX E BEEHR, 1991 apud SPECTOR, 2012, p. 309).

Um dos fatores que aumenta o estresse é a falta de controle das pessoas sobre possíveis riscos cotidianos, causando medo nas pessoas esse temor, é caracterizado pelo fato de não conseguirem realizar o que se espera, ou seja, medo dos riscos que não são controlados. Outro fator que é considerado relevante para o desencadear do estresse é a pressão pelo alcance dos resultados, o medo de não conseguir um desempenho satisfatório e falta de controle sobre variáveis que influenciam na obtenção de resultados (LACOMBE, 2005).

Desse modo, a partir do momento em que as pessoas sentem insegurança e incerteza diante dos riscos inerentes ao desenvolvimento da vida diária, seja por motivos pessoais ou profissionais, esse sentimento acaba ensejando o aumento considerável do estresse, cujo sentimento afeta consideravelmente todos os seus atos a partir de então. Ademais, diante da necessidade de todos de alcançar os resultados almejados diariamente, o medo do ser humano de não conseguir o desempenho que se busca, independentemente do motivo, acaba desemborcando, no aumento do estresse.

A seguir, mostram-se as três categorias de desgaste no trabalho, consistente nas reações psicológica, física e comportamental, com seu respectivo exemplo de resultado daquela reação específica, cujas consequências, que são boa parte das vezes efeitos biológicos, afetam consideravelmente o desempenho do trabalhador em seu ambiente laboral e atinge também sua vida pessoal, apesar de não ter relação alguma e ser algo, boa parte das vezes, incontrolável pelo ser humano.

Quadro 3 - Três categorias de desgastes no trabalho.

DESGASTE NO TRABALHO	EXEMPLOS DE RESULTADOS ESPECÍFICOS
Reações psicológicas	Raiva, ansiedade, frustrações e insatisfação no trabalho.
Reações físicas	Sintomas físicos, tontura, dor de cabeça, palpitações, dor de estômago, enfermidades, câncer, doença cardíaca.
Reações comportamentais	Acidente, tabagismo, uso de drogas e rotatividade.

Fonte: Adaptado de Spector (2012).

Os principais sintomas do estresse no ser humano são tristeza, cansaço excessivo, falta de ar, desconcentração, aparecimento de dores musculares, aceleração do batimento cardíaco, temperamento explosivo, ansiedade, gastrite, dores crônicas, agitação, isolamento, mudança de humor diariamente, evolução de síndromes como, síndrome do pânico, alergias, manchas de pele, medo, entre outros sintomas que podem aparecer com a evolução do estresse. (CARVALHO; SERAFIM, 2004, p.129).

2.5 Qualidade de vida no trabalho (QVT)

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a qualidade de vida (QV) é a percepção que o indivíduo possui sobre a sua posição na vida, no contexto social em que está inserido, no conjunto de valores que ele vive e no que tange aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (PEREIRA *et al*, 2012). A qualidade de vida no trabalho (QVT) está relacionada à saúde e ao bem estar

dos trabalhadores. A construção de modelos de qualidade de vida tem por objetivo avaliar a Qualidade de Vida no Trabalho (FREITAS *et al*, 2009).

A Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) é um conceito que ganhou popularidade entre as organizações nos últimos anos. Trata-se de um conjunto de ações considerado essencial para garantir bons resultados e produtividade na organização seja ela pública ou privada. A QVT é decorrente da abordagem humanística – a Escola das Relações Humanas cujas contribuições à Teoria Geral da Administração se concentram no esforço pioneiro rumo à humanização das empresas: nos grupos sociais, motivação, liderança, nas comunicações e, sobretudo, na preocupação com a satisfação no trabalho (CHIAVENATO, 2007).

Pode-se dizer que, conforme o autor citado, a qualidade de vida no trabalho deve ser algo que precisa de especial atenção por influenciar diretamente na produtividade e desempenho do trabalhador, assim como seu bem-estar físico e mental, seja no âmbito público ou privado.

Deste modo, devido às inúmeras mudanças ocorridas nos últimos anos, que têm afetado diretamente todos os trabalhadores, a QVT atua na implantação de melhorias, inovações tecnológicas, gerenciais e estruturais, tanto dentro como fora do ambiente organizacional, que propiciem aos funcionários condições satisfatórias para realização das tarefas diárias. De acordo com Nascimento *et al* (2013) as mudanças começaram a ser implementadas dentro das empresas com o objetivo de aumentar a produtividade, objetivando o aumento da satisfação do trabalhador, visto que, dessa forma pode-se aumentar o engajamento da equipe e reduzir os índices de rotatividade.

Assim, o investimento na busca da qualidade de vida do trabalhador faz com que os funcionários, de modo geral, realizem suas atividades laborais de forma harmônica e efetiva, aumentando sua produtividade e alcançando seus objetivos no trabalho, evitando que haja prejuízo ao empregador.

SANT ANNA (2011, p. 75) conceitua QVT como:

Um processo pelo qual uma organização tenta revelar o potencial criativo de seu pessoal, envolvendo-o em decisões que o afetam em seu trabalho. Uma característica marcante do processo é que seus objetivos não são simplesmente extrínsecos, focando melhoria da produtividade e eficiência em si; eles também são extrínsecos no que diz respeito ao trabalhador vê como fins de auto realização e auto engrandecimento.

O ambiente de trabalho influencia diretamente o comportamento do trabalhador e afeta consideravelmente sua saúde, em vários aspectos. Diante disto,

os gestores devem buscar a criação de programas e estratégias que promovam a qualidade de vida no trabalho, sendo uma forma de beneficiar tanto a saúde mental quanto a física do trabalhador para aumentar satisfação e a realização pessoal do empregado e conseqüentemente aumentar a produtividade do empregador.

Segundo uma pesquisa realizada pela representante brasileira do *International Stress Management Association*, 9 em cada 10 brasileiros apresentam sintomas de ansiedade, o que é um dado preocupante, visto que, como dito anteriormente, a ansiedade é diretamente ligada ao estresse e influencia negativamente a vida profissional e pessoal de todo e qualquer cidadão, levando a conclusão de que boa parte da população não vive de forma harmônica e com qualidade de vida:

A gestão de Qualidade de vida no trabalho pode ser definida como: - "capacidade de administrar o conjunto de ações, incluindo diagnóstico, implantação de melhorias e inovações gerenciais, tecnológicas e estruturais no ambiente de trabalho alinhada e constituída na cultura organizacional, com prioridade absoluta para o bem-estar das pessoas da organização"- (CHIAVENATO, 2004, p. 435).

A Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) envolve toda a empresa e, principalmente, a qualidade de vida dos colaboradores. O objetivo é assegurar um nível de bem-estar e motivação suficientes para aumentar a produtividade, ou seja, a QVT zela pela satisfação das pessoas que colaboram com o crescimento da organização. Porém, para isso se concretizar, são necessários requisitos como saúde, satisfação pessoal e com o seu trabalho. Todavia, a satisfação no trabalho não pode estar isolada das outras áreas da vida do indivíduo. Os trabalhadores que passam por pressões familiares utilizam as relações no trabalho e seu bom desempenho profissional para compensar a insatisfação que provém do ambiente familiar (RODRIGUES, 1999).

Os benefícios da QVT são muitos, dentre eles, podemos destacar: redução do absenteísmo, da rotatividade, atitude favorável ao trabalho, redução e eliminação da fadiga, promoção da saúde e segurança, integração social, desenvolvimento das capacidades humanas e aumento da produtividade. Diante disso, é possível confirmar que a busca pela implementação, de fato, de qualidade de vida do trabalhador só gera benefícios, tanto para o trabalhador quanto para o empregador/gestor. (SAMPAIO, 2018).

Assim, a partir do momento em que há a consecução da qualidade de vida no trabalho, o trabalhador terá uma vida laborativa equilibrada e satisfatória, de modo a dar satisfação no exercício da função que desempenha, independentemente de qual seja, o que melhora, também, sua saúde física e mental tanto no meio profissional quanto no meio pessoal, gerando felicidade.

A satisfação no ambiente de trabalho é um indicador que mostra como as pessoas se sentem em relação ao trabalho que exercem, seja no todo ou em relação a alguns de seus aspectos. O trabalhador, portanto, se sentirá satisfeito com o ambiente em que labora de forma subjetiva, variando de acordo com o que demonstra estar realizado, seja parcial ou totalmente (SPECTOR, 2006).

Deste modo, conclui-se que a qualidade de vida do trabalhador proporciona harmonia, felicidade e satisfação tanto ao trabalhador quanto aos colegas de trabalho e ao empregador, de modo que o investimento dessas áreas, gera benefícios para todos os envolvidos, e auxilia no bem maior envolvido, que é a saúde. O ser humano com qualidade de vida no trabalho terá qualidade de vida no ambiente familiar/pessoal.

3 BATALHÃO DE OPERAÇÕES ESPECIAIS (BOPE)

O Batalhão de Operações Especiais (BOPE) pertence às Tropas Especiais - um grupo militar de elevado desempenho cujo papel é cumprir missões de alto risco, as quais exigem combatentes com capacidades físicas e psicológicas acima da média. O BOPE foi criado devido à necessidade de haver, na Polícia Militar, um grupo especial para atuar em situações de crise, visto que a cidade do Rio de Janeiro (RJ) passava por uma evolução do crime organizado que se instaurou nas favelas, aterrorizando os moradores e a população em geral. Diante disso, o BOPE originou-se dentro da Polícia Militar do Estado de Rio de Janeiro (PMERJ) e foi constituído por policiais selecionados mediante cursos operacionais (PACHECO, 2013).

Os policiais que se candidatam para fazer parte do BOPE são voluntários e se submetem a um processo de seleção rigoroso, onde a Unidade terá as condições necessárias para avaliar se os policiais voluntários possuem as competências necessárias para atuarem no batalhão. O BOPE segue um conceito que norteia a escolha do ingressante: “o espírito do combatente” no qual, há valores que devem ser percebidos ao longo da seleção e se tornam essenciais para o candidato: coragem, equilíbrio emocional, constância e força de vontade (GOMES, 2016).

Figura 2 – Treinamento do BOPE no helicóptero blindado da Polícia Militar do Estado do Rio de Janeiro.



Fonte: Piloto policial (2011).

Durante a seleção, os ingressantes são submetidos a uma variedade de privações e de provações, que assegurem ao BOPE a integração de combatentes

compatíveis com a realidade das missões a serem desempenhadas pelo batalhão (STORANI, 2008).

Figura 3 – Policiais militares durante o treinamento do BOPE.



Fonte: Ferreira (2021).

Figura 4 – Policiais militares que resistiram às etapas do treinamento.



Fonte: Matos (2021).

Logo, o BOPE atingiu um posicionamento diferenciado e peculiar em comparação ao restante da Polícia Militar, dessa forma passou a deter

reconhecimento nacional e internacional devido ao seu alto grau de profissionalismo na execução das suas atividades, além da expertise que acumulou no combate ao narcotráfico em regiões conflagradas e de alto risco e nas ações de retomada de territórios dominados por criminosos, com vistas a garantir o processo de pacificação levado a efeito no estado do Rio de Janeiro (GOMES, 2016).

Figura 5 – Logotipo do Batalhão de Operações Especiais.



Fonte: Pinterest (2019).

Devido ao seu caráter peculiar, os combatentes do BOPE passaram a ser chamados de “caveira”, assim, são reconhecidos pela sua capacidade de assumir responsabilidades, vencer desafios e ir além de certos limites. Posto que não se considera apenas o preparo físico, a boa técnica ou o bom caráter (ZANINI *et al.*, 2013).

3.1 Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão

O Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão foi criado em agosto de 2017, sob o comando do Tenente Coronel Sodré. Foi uma iniciativa do

Governo do Estado, cujo objetivo era desarticular o complexo de criminalidade que aumentava no Estado. O BOPE caracterizou-se como uma força de intervenção da Polícia Militar do Estado do Maranhão, responsável por atuar em situações críticas, onde o policiamento ordinário não é eficiente, com isso, é uma tropa tática de pronto emprego da Corporação. Na época de sua fundação, o Batalhão foi uma proposta do então comandante-geral da época, Coronel Zanoni Porto, porém, somente em 2017 com a Lei 10.669/17 sancionada pelo então Governador Flávio Dino que sua criação foi efetivada. Conforme a referida lei:

Art. 1º Ficam criados na estrutura da Polícia Militar os seguintes órgãos:

I - Batalhão de Operações Especiais (BOPE) Cap. PM Daniel Nunes Esteves, com sede no Município de São Luís/MA;

Parágrafo único. O cargo de comandante do Batalhão de Operações Especiais (BOPE) será exercido por Coronel QOPM. (MARANHÃO, 2017a, p. 1).

A criação do BOPE surgiu em um momento que o Estado passava por um fase de instabilidade quanto a segurança pública. A estratégia estava voltada para combater o tráfico de drogas e desarticular os líderes de organizações criminosas presentes no Estado, dentre as quais o Bonde dos 40 e o Primeiro Comando do Maranhão (PCM). De modo igual, havia a necessidade de debelar os crimes nos interiores do Maranhão, principalmente os de assaltos as instituições bancárias, os quais eram premeditados por organizações criminosas especializadas advindas de outros Estados e até de fora do país (MESQUITA, 2020).

O batalhão possui sede em São Luís com três companhias também sediadas na capital:

- a) Comando de Operações Especiais (COE);
- b) Comando de Operações e Sobrevivência em Área Rural (COSAR);
- c) Ronda Ostensiva Tática Móvel (ROTAM).

Há também Grupos Operacionais Especiais (GOE) que estão sob o comando do comandante do BOPE. Esses grupos são uma espécie de tropas especializadas que atuam como um substituto do BOPE é a primeira equipe a dar o combate em ocorrências de grande vulto. Elas são compostas também por maioria de policiais cursados, que por opção atuam no interior do Maranhão. Os Grupos de Operações Especiais estão em seis batalhões do interior do estado sendo eles, Pinheiro, Caxias, Balsas, Barra do Corda, Imperatriz e Timon (MESQUITA, 2020).

Apesar de ter sua sede somente na capital, sua área de atuação é em todo o Estado do Maranhão. Quando há ocorrências em que a polícia convencional não consegue solucionar o BOPE é acionado mesmo nos confins do Estado. A maioria dos incidentes acontecem nos interiores, o que dificulta a chegada do BOPE em tempo hábil, devido ao deslocamento das tropas da capital até os interiores, uma vez que não há batalhões e companhias das tropas especiais nos municípios. Geralmente, os comandantes de batalhão no interior, fazem uma seleção dos policiais mais capacitados para comporem o GOE e constituírem a sua melhor tropa. (MESQUITA, 2020).

4 METODOLOGIA

Os procedimentos metodológicos utilizados no estudo cujo tema é **“ANÁLISE DAS CONTRIBUIÇÕES DO JIU-JÍTSU NA ATIVIDADE POLICIAL: um estudo de caso no Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão”** são:

No tocante dos pressupostos epistemológicos, a pesquisa foi interpretativa, pois envolveu estudos da linha qualitativa e a pesquisa indutiva e tem a finalidade de compreender o mundo sob o ponto de vista dos envolvidos, atores, em nível de experiência subjetiva. Dessa forma, o meio social é um processo criado pelos envolvidos, onde a realidade tem como pilar consenso entre os intérpretes e os autores (GIL, 2008). Métodos interpretativos de pesquisas são empregados também quando visam produzir um entendimento do contexto de uma cultura organizacional, militar ou civil e o processo pelo qual determinado sistema influencia e é influenciado pelo contexto local (WALSHAM, 1995).

Foi adotada a abordagem mista, pois se trata de um método exploratório que tem como finalidade o caráter subjetivo de um objeto analisado. Essa abordagem visa à compreensão de uma determinada população, com vistas ao estudo de particularidades e experiências individuais. Geralmente é uma pesquisa realizada com uma população relativamente pequena, onde as respostas não são objetivas, não existe uma contabilização exata para as respostas (GIL, 2008).

Quantos aos objetos, a pesquisa foi exploratória, pois tem o objetivo de promover a familiarização com o problema, tendo em vista torná-lo explícito ou construir hipóteses. É caracterizado pelo levantamento bibliográfico, a coleta de dados é realizada por meio de entrevistas com pessoas que possuem experiências relacionadas ao problema pesquisado e análises de exemplos que incitem a compreensão (SILVA, 2001). Segundo Vergara (2009), é “realizada em área na qual há pouco conhecimento acumulado e sistematizado”. E tem como objetivo expor a uma maior familiarização com o problema, com vista de torná-la mais explícita facilitando a construção de hipóteses.

Também foi considerada descritiva, porque analisará as contribuições do jiu-jítsu na atividade policial, pois tem o objetivo de descrever as características de determinado fato, fenômeno ou o estabelecimento entre variáveis (SILVA, 2001). Segundo Gil (2010), pesquisas com esse caráter tem como objetivo identificar as características de determinada população ou fenômeno na utilização de técnicas padronizadas de coletas de dados, como questionários e observação sistemática.

Quanto aos procedimentos técnicos, a pesquisa foi do tipo bibliográfica, documental e estudo de caso. A pesquisa bibliografia serve como sustentação teórica para análise dos dados e manipulação de suas informações. Compõe-se a partir de materiais já publicados, composto principalmente de livros, artigos de periódicos e também de matérias na internet com procedência segura, além de dissertações, teses, publicações avulsas, etc. (GIL, 2010).

A pesquisa documental é muito semelhante à bibliográfica, a diferença é que, na documental utiliza-se levantamento de registros de materiais que ainda não sofreram um tratamento analítico. Tais como: regulamentos, memorandos, projeto, relatórios de pesquisa, relatório de empresa e tabelas estatísticas, dentre outros (GIL, 2008). Neste estudo foi feita a análise da legislação que envolve a temática em questão, assim como documentos da Polícia Militar do Maranhão.

O estudo de caso, foi escolhido por se tratar de um estudo aprofundado e detalhado de um ou mais objetos. Conforme Yin (2001), é o melhor método quando o pesquisador deve responder a questões do tipo “como” e “por que”, ou quando ele tem pouco controle sobre os eventos, ou quando o foco da pesquisa está inserido em fenômenos contemporâneos da vida real. O estudo de caso foi realizado no Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão na Polícia Militar período de 3 a 25 de janeiro de 2022. O universo da pesquisa foi composto por 200 policiais militares do BOPE e 5 instrutores da arte marcial na Polícia Militar do Maranhão.

Para chegar ao tamanho aproximado da amostra, admitindo-se um erro amostral tolerável nos resultados de 7,3% (0,073), pois de acordo com Oliveira e Grácio (2005), quanto menor o erro amostral tolerado, maior deverá ser o tamanho da amostra. Os parâmetros populacionais do estudo possuíram seus valores verdadeiros até 7,3% para mais ou 7,3% para menos em relação às estimativas proporcionais obtidas nessa amostra. Diante disso, utilizou-se as fórmulas desenvolvidas por Barbetta (1994, p.45):

$$n_0 = 1/E_0^2$$

$$n = N \cdot n_0 / N + n_0$$

Onde:

n_0 – uma primeira aproximação do tamanho da amostra

E_0^2 - erro amostral tolerável

n – tamanho da amostra

N – tamanho da população.

Dessa forma, tem-se a primeira aproximação do tamanho da população por meio da fórmula $n_0 = 1/E_0^2$:

$$n_0 = 1/0,73^2$$

$$n_0 = 1/0,005329$$

$$\mathbf{n_0 = 188}$$

Após a obtenção do tamanho aproximado da amostra, buscou-se diminuir o tamanho da amostra que deveria ser utilizada nessa pesquisa, obtendo uma amostra representativa da população, ao utilizar-se a fórmula $n = N \cdot n_0 / N + n_0$.

Dessa forma, o tamanho da amostra aleatória (n) foi:

$$n = 200 \cdot 188 / 200 + 188$$

$$n = 37.600 / 388$$

$$\mathbf{n = 97}$$

Com base nisso, a amostra obtida foi de absolutamente 97 policiais militares e relativamente 48,5% do total de policiais militares do BOPE que praticam a arte marcial jiu-jítsu e 1 instrutor de jiu-jítsu.

Os instrumentos e/ou técnicas de coleta de dados que foram utilizados na construção do estudo foram: a entrevista com roteiro estruturado com 10 perguntas abertas e; o questionário, contendo 15 questões fechadas. Quanto à análise e interpretação de dados, os assuntos discutidos foram acrescidos de materiais bibliográficos, bem como o posicionamento do pesquisador. As informações obtidas por meio da entrevista foram transcritas ao corpo do estudo.

A análise e interpretação de dados ocorreram por meio da análise de conteúdo, que é um conjunto de técnicas amplamente difundido e empregado para a análise de dados qualitativos, os quais analisam as comunicações objetivando investigar o que foi dito nas entrevistas (SILVA; FOSSÁ, 2013). Os assuntos discutidos foram acrescidos de materiais bibliográficos, bem como o posicionamento do pesquisador. As informações obtidas por meio da entrevista foram transcritas ao corpo do estudo, assim como, e os dados obtidos nos questionários foram tabulados, interpretados e apresentados por meio de gráficos e discussões.

5 RESULTADOS E DISCUSSÕES

No que se refere ao Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão, o jiu-jítsu se faz presente como um instrumento duplamente benéfico aos policiais praticantes da modalidade, visto que contribui para o aperfeiçoamento técnico e para a saúde, abrangendo o bem-estar físico e mental, o qual será caracterizado nesta seção, por meio de uma pesquisa de campo. Estes dados são necessários para captar a percepção que os policiais militares do BOPE estão tendo desde que a prática do jiu-jítsu se tornou obrigatória no Batalhão. Ainda nesta seção, são expostos os dados coletados que expressam a percepção do instrutor de jiu-jítsu do BOPE.

5.1 Percepção do instrutor de Jiu-jítsu

A pesquisa de campo foi realizada no dia 25 de janeiro de 2022, por meio da plataforma *google form*, no formato entrevista, com roteiro estruturado cujo objetivo foi conhecer a percepção do instrutor de jiu-jítsu acerca da prática desta modalidade esportiva no Batalhão de Operações Especiais do Maranhão. Nesta pesquisa, participou o policial militar, Rildo de Paiva Santos, praticante de jiu-jítsu há 21 anos, graduado com a faixa preta no jiu-jítsu. O participante autorizou o uso do nome e dados da coleta para fins acadêmicos.

Na primeira questão, buscou-se saber do entrevistado, de modo geral, qual é a relevância da prática do jiu-jítsu. Para ele, o referido esporte *“além de contribuir com a saúde física, auxilia na saúde mental contribuindo com o autocontrole, pois, ajuda nas tomadas de decisões e, por ser um esporte dinâmico, é necessário pensar rápido e agir ao mesmo tempo.”* Dentro dessa perspectiva, Miranda (2010) destaca que os benefícios do jiu-jítsu abrangem aspectos físicos, psicológicos, mentais, de autoestima e que geram melhorias na concentração.

O entrevistado revelou que as contribuições obtidas desde a implantação do jiu-jítsu no BOPE estão ligadas diretamente com a atividade policial, visto que, em sua essência, é uma arte marcial de imobilizações e alavancas, então, as contribuições vão desde os cuidados na abordagem até mesmo na condução, preservando a integridade do operador e sua equipe.

Durante a entrevista, foi perguntado se o instrutor acredita que o jiu-jítsu é capaz de aliviar o estresse que pode ser causado pelo exercício da atividade policial, a resposta foi uma afirmativa justificada pelo fato de que *“durante o treino de jiu-jítsu, há a liberação de endorfina que é responsável pela sensação de prazer. Ela melhora*

a motivação e a performance durante o treino em si, pois o indivíduo sente imediatamente os benefícios do exercício extenuante que está realizando". Miranda (2010, p.1) corrobora que:

Diminui o stress; defesa pessoal, tanto para homens quanto para mulheres; desinibe os tímidos e acalma os agitados e ansiosos; aumenta a autoestima, autoconfiança e desenvolve o caráter (esporte de conquista individual); trabalha e define o corpo, como os braços, abdômen e quadril, tanto em homens quanto em mulheres; aumenta a resistência do organismo; acelera o metabolismo; melhora a capacidade cardiovascular e respiratória; aumenta a flexibilidade; aumenta a coordenação motora; aumenta os reflexos.

Na próxima pergunta buscou-se saber se, em relação ao desempenho físico dos policiais do BOPE, estes se encontram mais preparados tecnicamente para fazer uma abordagem, o instrutor afirmou que *"sim, devido às técnicas de imobilização, torções e alavancas que o jiu-jítsu fornece"*. Esta arte marcial é um estilo de luta diferente, onde prioriza as técnicas de solo, como alavancas, chaves, estrangulamentos e imobilizações (GEHRE *et al.*, 2010).

Foi questionado, também, se os policiais militares internalizaram que o jiu-jítsu é capaz de contribuir com o bem-estar físico e mental. De acordo com o instrutor, para os que já tiveram o contato com o jiu-jítsu sim, porque muitos já relataram episódios onde foi necessário o uso das técnicas e foram eficientes na sua finalidade.

Por último, buscou-se saber, na opinião do entrevistado, o que poderia ser melhorado para aprimorar a prática de jiu-jítsu no BOPE, o instrutor resumiu seu ponto de vista em *"vontade dos operadores"*, ou seja, é importante que a unidade incentive a prática do jiu-jítsu conscientizando seus policiais das melhorias que podem ser obtidas ao praticar a modalidade.

5.2 Percepção dos policiais militares do BOPE

A pesquisa de campo foi feita por meio da plataforma *google form*, com uso do instrumento de coleta de dados questionário (APÊNDICE B), contendo 13 (treze) questões fechadas. A pesquisa objetivou conhecer a percepção dos policiais militares do Batalhão de Operação Militares (BOPE) do Maranhão quanto à prática de jiu-jítsu como atividade obrigatória no BOPE.

No que se refere ao perfil dos policiais militares, a Tabela 1 apresenta:

Tabela 1 – Caracterização da amostra de policiais militares do BOPE.

SEXO	QUANTIDADE
Masculino	95
Feminino	2
IDADE	QUANTIDADE
20 a 30 anos	13
31 a 40 anos	53
41 a 50 anos	21
De 51 a 60 anos	10
NIVEL DE ESCOLARIDADE	QUANTIDADE
Ensino médio	40
Ensino superior incompleto	24
Ensino superior completo	24
Pós-graduado	9
GRADUAÇÃO/POSTO	QUANTIDADE
Soldado	40
Cabo	21
3º sargento	8
2º sargento	9
1º sargento	8
Subtenente	1
2º tenente	3
1º tenente	2
Capitão	3
Major	1
Coronel	1

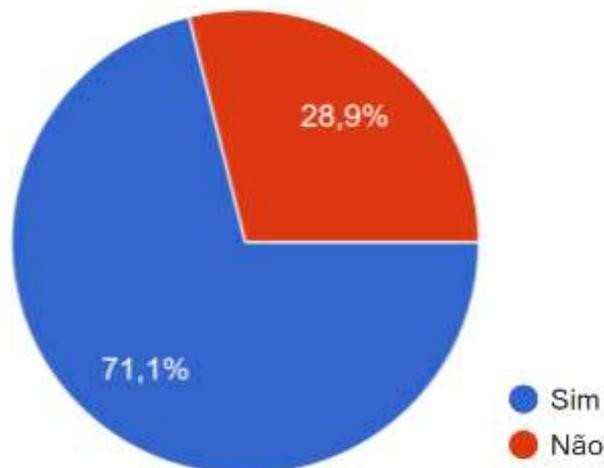
Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Em relação ao sexo, a Tabela 1 indica que na amostra obtida há a predominância do sexo masculino, correspondente a 95 homens. Aponta também que 54,6 % dos policiais militares estão na faixa etária entre 31 e 40 anos, 21,6% na faixa etária de 41 a 50 anos, isso mostra que os policiais que pertencem a esta unidade são policiais mais experientes.

Já em relação ao nível de escolaridade dos policiais militares do Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão, aproximadamente 50% dos respondentes cursou ou cursa o ensino superior. Ainda de acordo com o que a tabela 1 apresenta, a maior parte dos policiais que pertencem ao BOPE da PMMA é composto por Cabos e Soldados bem como é possível perceber que o número de praças é imensamente superior ao número de oficiais.

Na questão seguinte, perguntou-se: você já praticou ou pratica alguma modalidade de artes marciais?

Gráfico 1 – Prática de artes marciais.

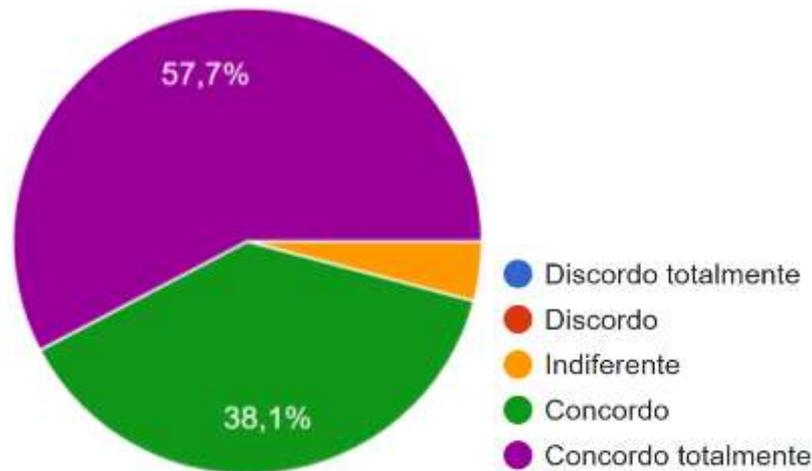


Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Conforme o Gráfico 1, um percentual de 71,1% dos policiais militares afirmam que já praticaram ou continuam praticando alguma tipo de arte marcial. De antemão, esse dado é capaz de apontar que, existe uma familiaridade entre eles com as artes marciais ou que os policiais militares são partidários da ideia de que esse tipo de prática produz efeitos positivos.

A seguinte pergunta do questionário busca saber se essas práticas são capazes de influenciar positivamente no rendimento dos policiais militares do BOPE.

Gráfico 2 – Prática de marciais e sua relação com o rendimento profissional.

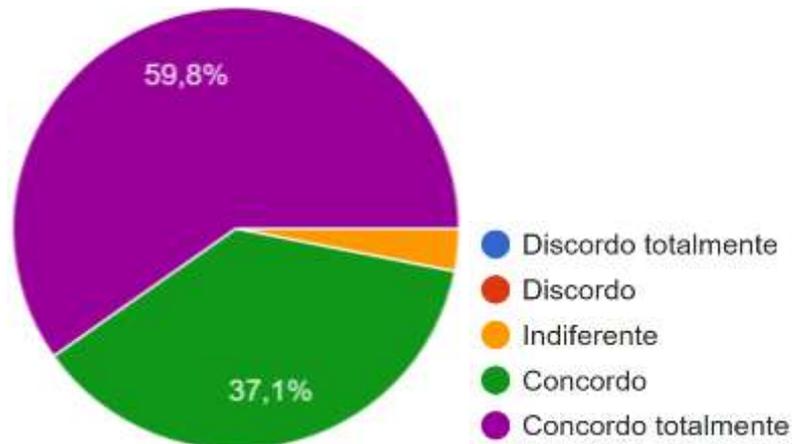


Fonte: Dados da pesquisa (2022).

O Gráfico 2 indica, nitidamente, um resultado confirmatório, visto que cerca de 96% da amostra concorda que as artes marciais trazem um aumento no rendimento profissional. De acordo com o professor do Programa de Pós Graduação em Educação Física da Universidade de Brasília (UnB), Amilton Vieira, a atividade física contribui para o bem-estar: "Do ponto de vista emocional, quem está ativo diminui a ansiedade e o estresse e aumenta a autoestima e a disposição para fazer tudo no dia a dia. A definição de boa saúde, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), não fala apenas dos aspectos físicos, mas também do bem-estar mental e social" (BRASIL, 2018).

No que se refere, especificamente, à arte marcial jiu-jítsu, perguntou-se aos respondentes se essa modalidade pode melhorar o condicionamento físico, considerando que se trata de um fator determinante para o bom desempenho profissional, o serviço policial militar é extremamente desgastante requerem que o militar permaneça longos períodos em pé, que por vezes podem ocorrer perseguições de suspeitos, escalar muros e realizar outras atividades que exigem maior vigor físico, além de estar portando equipamentos de proteção e armamentos que podem crescer até 12 quilogramas a mais em relação ao seu peso (LUBAS *et al*, 2018).

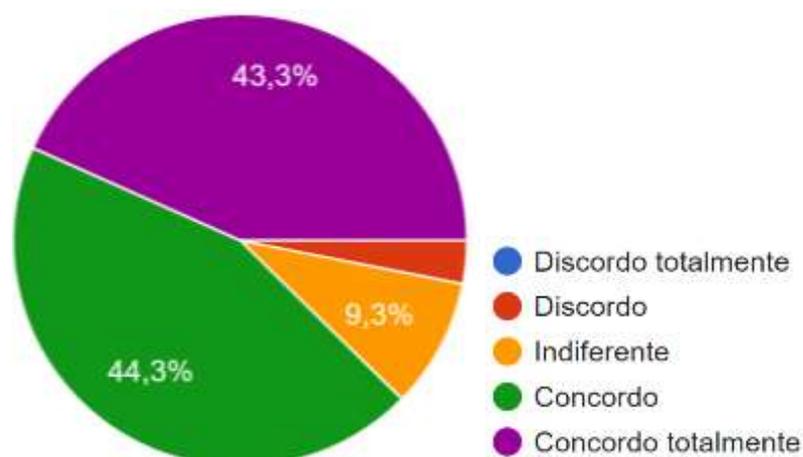
Gráfico 3 – Se o jiu-jítsu pode melhorar o seu condicionamento físico.



Fonte: Dados da pesquisa (2022).

O Gráfico 3, apresenta que cerca de 97% dos policiais militares, concordam em dizer que o jiu-jítsu melhora o condicionamento físico. Esse é um indicador importante para a análise de desempenho, pois o bom condicionamento físico é inerente a profissão policial militar. Nos processos seletivos, os candidatos precisam garantir que possuem a aptidão física necessária para as atividades que serão desenvolvidas. Todavia, não basta ser aprovado nos testes, é imprescindível o cumprimento de uma rotina de treino, seja nas academias militares ou nos Batalhões.

Gráfico 4 - Necessidade do combatente do BOPE praticar a arte marcial jiu-jítsu.

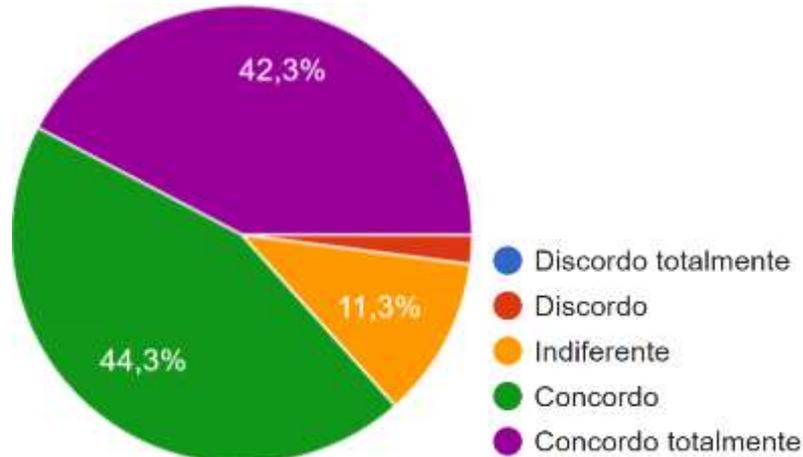


Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Observando os dados colhidos, podemos examinar que cerca de 87,6% dos policiais militares do Batalhão de Operações Especiais do Maranhão (BOPE),

possuem uma visão positiva sobre a pratica do jiu-jítsu entendendo que é essencial que o combatente tenha conhecimento nessa modalidade.

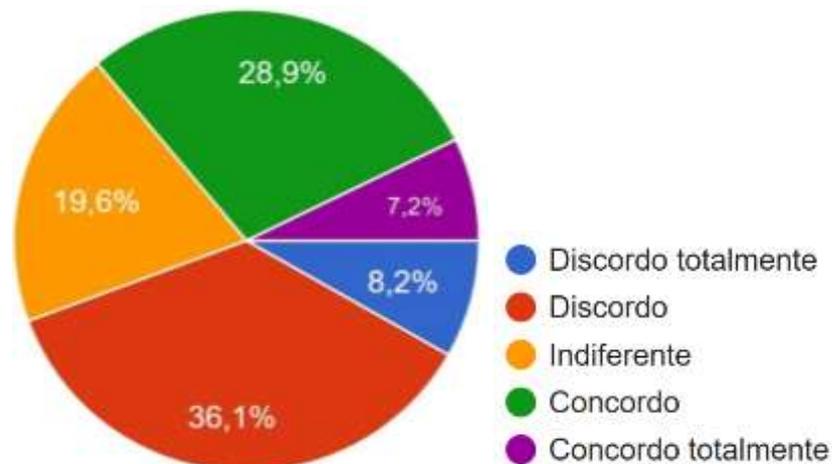
Gráfico 5 – Vantagens técnicas no serviço operacional a partir da prática do jiu-jítsu.



Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Para aprofundar a investigação, perguntou-se se haviam obtido vantagens técnicas no serviço operacional, a maior parcela, 86,6%, corresponde aos que concordam. O jiu-jitsu utiliza essencialmente golpes de alavancas, torções e pressões para levar um oponente ao chão e dominá-lo. Todas essas técnicas podem ser aplicadas durante o serviço policial, dessa forma preserva a vida de todos os envolvidos na ocorrência (GRACIE, 2012).

Gráfico 6 – Auto avaliação sobre o quesito estresse.

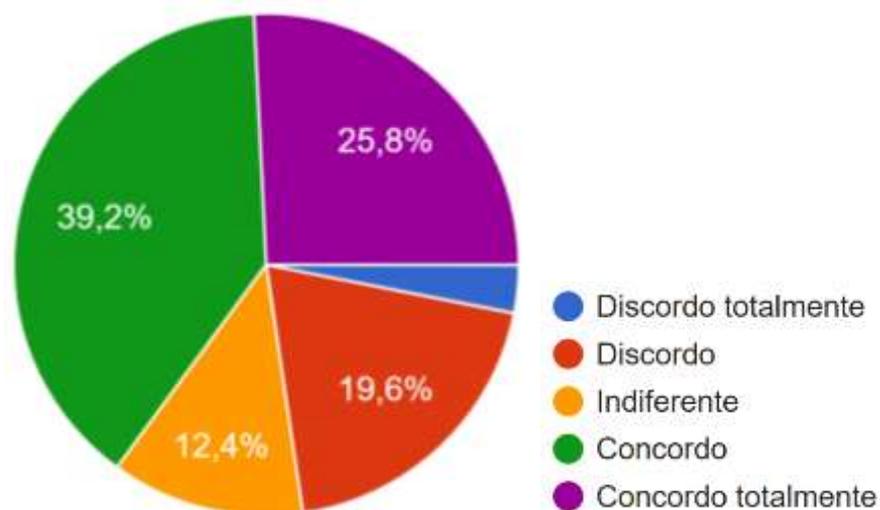


Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Um percentual de 36,1% dos policiais militares do Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão se auto consideram estressados, me modo igual,

36,1% discordam e não se julgam estressados. O gráfico ainda apresenta um percentual de 19,6% para os que são indiferentes e 8,2% para os que discordam totalmente. O dado obtido é um sinal de alerta para que a unidade continue implementando ações que visem à prevenção do estresse no trabalho. É necessário zelar pela saúde física e mental dos combatentes, considerando que a natureza da atividade é adversa e pode levar os profissionais a sofrerem estresse ocupacional, bem como, notarem uma baixa satisfação profissional e se desencadearem diversos problemas físicos e psíquicos. Dessa forma, é fundamental determinar onde estão as causas do estresse o mais breve possível para aplicar medidas que sanem ou minimizem o problema.

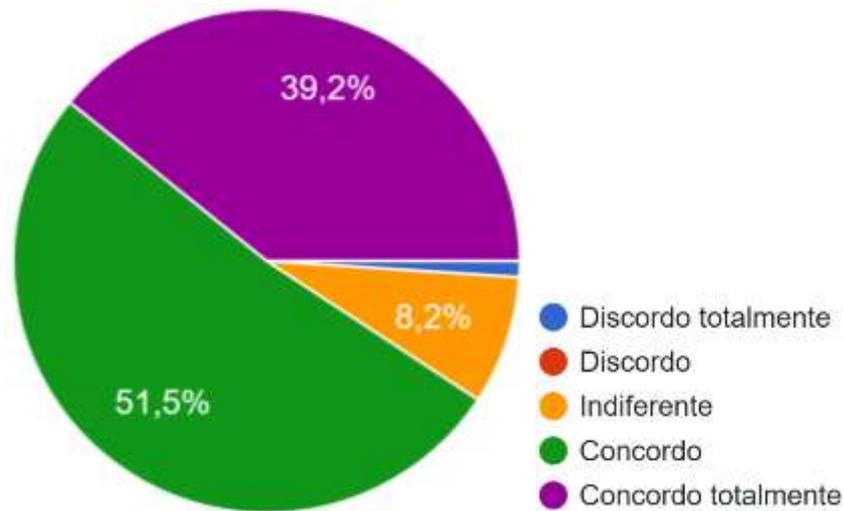
Gráfico 7 – Atividade policial do BOPE e sua relação com o estresse.



Fonte: Dados da pesquisa (2022).

A maioria dos respondentes, 65%, julga que sim. Visto que há um nível elevado de exigência para treinamentos tanto físicos, quanto as atividades operacionais. Além de serem empregados em situações de crise. Os treinamentos do BOPE são constantes e passam por atualizações periódicas, pois quanto mais estiverem treinados e preparados para o enfrentamento de eventos críticos, maiores serão as chances de êxito nas operações (MONTEIRO, 2000).

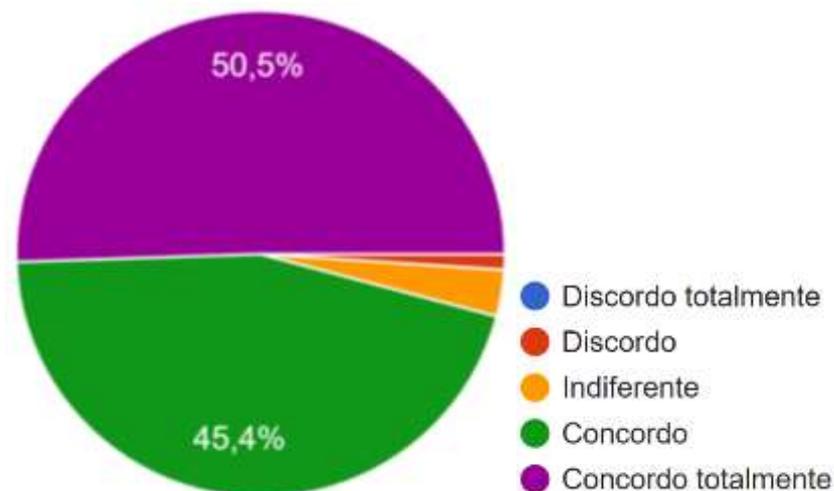
Gráfico 8 – Prática do jiu-jítsu no BOPE e a sua contribuição com o bem estar físico e mental.



Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Sobre o bem-estar físico e mental, aproximadamente 91% da amostra confirma a contribuição do jiu-jítsu nesses aspectos. a atividade física é fonte de liberação de neurotransmissor, sendo este a endorfina, também conhecido como “hormônio da felicidade”, devendo ser praticada a atividade que mais lhe proporciona prazer, excelente forma de libertar tensão e eliminar os efeitos negativos do estresse (MIRANDA, 2010).

Gráfico 9 – Opinião sobre a implantação do jiu-jítsu em outras unidades da Policia Militar.



Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Aproximadamente 96% dos respondentes concordam e tem a percepção da importância de levar o jiu-jítsu para outras unidades para que outros militares tenham os benefícios físicos, técnicos, pois com o conhecimento técnico adquirido podem fornecer um melhor atendimento à população, desse modo iria contribuir com a excelência na qualidade de vida do policial e um melhor serviço prestado à população maranhense.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Formar oficiais para um exército de grandeza é uma diretriz fundamentada nos valores militares imutáveis e universais estabelecidos pelo Exército Brasileiro. Destarte, é oportuno encontrar meios para formar e manter os profissionais aptos para exercerem bem suas atribuições. Sob essa perspectiva, o Batalhão de Operações Especiais (BOPE) nasceu com a finalidade de proporcionar à Polícia Militar um grupo especial para atuar em situações extremas.

O BOPE faz parte das Tropas Especiais e nasceu no Rio de Janeiro. Posteriormente ganhou expansão sendo implantado em outros estados inclusive no Maranhão. A ideia foi concebida com a finalidade de combater a criminalidade que crescia no Estado, visto que o Maranhão passava por uma fase de instabilidade no que se refere à segurança pública, principalmente porque o tráfico de drogas e organizações criminosas ganhavam força, gerando medo e tensões entre a população, principalmente nos bairros mais carentes.

O batalhão tem sede em São Luís, mas atua em todo o Estado. Nos interiores, atua quando é acionado, ou seja, o policiamento convencional da região não consegue solucionar o problema, nesses momentos o BOPE assume.

Diante disso, é fundamental que os policiais do BOPE estejam bem preparados e treinados tanto no aspecto físico quanto no psicológico, sendo assim, compreende-se que é prescritível investir em capacitação e instruções voltadas para o desenvolvimento de habilidades que podem ser adquiridas por meio do esporte.

Posto isso, a presente pesquisa objetivou analisar as contribuições da arte marcial jiu-jítsu na atividade policial do Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão. Sendo assim, tratou-se de uma pesquisa interpretativa, na perspectiva mista e indutiva, com objetivos exploratórios e descritivos, com procedimentos técnicos bibliográfico, documental e estudo de caso. Com a coleta de dados por meio de questionário e entrevista.

Quanto aos objetivos específicos, a revisão de literatura levantou os aspectos históricos e as conceituações do jiu-jítsu mostrando que é uma arte marcial de raiz japonesa. Nesse viés, se utiliza essencialmente de golpes de alavancas, torções e pressões para levar um oponente ao chão e dominá-lo. É conhecido como “arte suave” e com o passar dos anos passou a ser conhecido e praticado como uma modalidade esportiva acompanhada de regras e federações.

Acerca de como o uso das técnicas de artes marciais pode ser capaz de melhorar o desempenho do policial militar no serviço operacional e sobre verificar se o jiu-jítsu contribuiu como o bem-estar físico e mental dos policiais militares do Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão, *a priori* foi analisada a percepção de um instrutor de Jiu-jítsu, que pratica o esporte há mais de 21 anos, sobre a prática desta modalidade esportiva no Batalhão de Operações Especiais do Maranhão. O instrutor de Jiu-jítsu acredita que a arte marcial contribui para a saúde física, mental, permite o autocontrole e auxilia, principalmente na tomada de decisão, além de desenvolver em seus praticantes a dinamicidade e agilidade. Diante disso, manter o jiu-jítsu no BOPE permitiria ainda mais resultados positivos.

Ademais, o entrevistado explicou que o jiu-jítsu possibilitou, desde a sua implantação, diversas melhorias na atuação da atividade policial, principalmente ligadas a imobilizações e alavancas. Outro fator importante é sobre a prática do jiu-jítsu com o estresse, pois é notório, que cada vez, os policiais militares são acometidos de transtornos psicológicos e muitos deles causados pela tensão e estresse. Logo, ter um trabalho voltado para esta finalidade é de suma importância para saúde mental dos policiais, por isso, o Jiu-jítsu é uma alternativa seguramente viável.

Também, foi verificada a percepção dos policiais militares do BOPE, que aconteceu por meio da aplicação de questionários. De acordo com os dados levantados constatou-se que mais da metade dos policiais tem entre 31 e 40 anos e 41,2% ocupa o posto de Soldado. Em relação a prática de artes marciais, mais de 70% realiza uma delas e que a prática delas aumenta o seu rendimento profissional, além de concordarem que melhoram o condicionamento físico.

No que tange os argumentos que incentivem a prática da arte marcial jiu-jítsu na Polícia Militar do Maranhão, dentro do BOPE, mais de 87% acreditam que ele é necessário para o batalhão e que traz muitas vantagens, como técnicas no serviço operacional e que os golpes aprendidos no esporte podem, facilmente, serem aplicados durante uma ocorrência e que o jiu-jítsu auxilia no combate ao estresse proporcionando benefícios para a saúde, principalmente pelo grau de exigências e treinamentos físicos que estão expostos diariamente, ou seja, ajuda no bem estar físico e mental.

A partir da problemática elaborada: “de que forma o uso das técnicas marciais do jiu-jítsu pode contribuir com a atividade policial do Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão?” Conclui-se que há um sentido muito plausível em

conectar o BOPE com a arte marcial jiu-jítsu. Apesar de ser uma atividade obrigatória, os resultados obtidos mostraram que há uma boa aceitação dos policiais militares e que cerca de 87% dos praticantes concordam que a arte marcial traz vantagens técnicas no serviço operacional.

No mais, a presente pesquisa demonstrou significativa relevância, principalmente para o BOPE, no qual, por meio dela poderá traçar ações a fim de intensificar a prática do esporte. Também, a configuração deste estudo pode ser usada por outros pesquisadores que almejam pesquisar sobre o tema dentro de outros batalhões.

REFERÊNCIAS

- ARCHETE, W.L.; VEIGA, G.A.L. da; PEREIRA, D.A. de A.; PINTO, S.G. Benefícios do jiu jitsu para crianças. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, Várzea Paulista, v. 15, n. 02, p. 63-70. 2016. Disponível em: <https://docplayer.com.br/39280410-Beneficios-do-jiu-jitsu-para-criancas-benefits-of-jiu-jitsu-for-children.html>. Acesso em: 2 dez. 2021.
- ARRUDA, P. D. P; SOUZA, B. J. JiuJitsu: uma abordagem metodológica relacionada à quebra de estereótipos. **Redfoco**, Natal, v. 1, n.1, 2014. Disponível em: <http://natal.uern.br/periodicos/index.php/RDF/article/view/340/272>. Acesso em: 5 dez. 2021.
- BARBETTA. Pedro Alberto. **Estatísticas aplicadas às Ciências Sociais**. 1 ed. Florianópolis: UFSC, 1944.
- BIZZAR, Kauê. **A história do jiu-jítsu brasileiro: do jujutsu ao jiu-jítsu brasileiro**. Rio de Janeiro: Autografia, 2017.
- BRASIL. Ministério da saúde. **Saúde Brasil 2017: uma análise da situação de saúde e os desafios para o alcance dos objetivos de desenvolvimento sustentável**. Brasília, DF, 2018.
- CARVALHO, Antônio V de; SERAFIM, Ozéia C.G. **Administração de recursos humanos**. São Paulo: Pioneira, 2004.
- CHIAVENATO, Idalberto. **Administração: teoria, processo e prática**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2007.
- CHIAVENATO, Idalberto. **Gestão de pessoas: e o novo papel dos recursos humanos nas organizações**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2004.
- DUARTE, Paulo. **Judô: a educação para todos**. Santos: Bueno Editora, 2016.
- FERREIRA, H. S. As lutas na educação física escolar. **Revista de Educação Física / Journal of Physical Education**, v.75, n. 135, nov. 2006. Disponível em: <https://revistadeeducacaofisica.emnuvens.com.br/revista/article/view/428>. Acesso em: 15 nov. 2021.
- FLEXIBILIDADE e Alongamentos dentro do Jiu Jitsu. **BJJFANATICS**. Disponível em: <https://bjjfanatics.com.br/blogs/news/alongamentos-bjj>. Acesso em: 2 fev. 2022.
- FREITAS, André Luís Policani *et al.* Um modelo para avaliação da Qualidade de Vida no Trabalho em universidades públicas. **Revista Eletrônica Sistemas e Gestão**, Rio de Janeiro, v.4, n.2, maio/ago, p.136-154, 2009. Disponível em: <file:///C:/Users/TI-Suporte/Downloads/82-Texto%20do%20artigo-395-2-10-20131025.pdf>. Acesso em: 11 jan. 2022.
- GEHRE, J.A.V; COELHO, J. M. O; BOTELHO NETO, W; QUEIROZ, J. L; CAMPBELL, C. S. G. Aptidão física de alunos do ensino médio praticantes e não praticantes de jiu-jitsu. **Revista Brasileira de Ciência em** v. 18, n.2, p.76-83, 2010.

Disponível em: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/1324>. Acesso em: 2 dez. 2021.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

GIL, Antônio Carlos. **Método, técnicas de pesquisa social**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GOMES, Carlos Patrick Barboza. **Cultura organizacional: uma análise exploratória sobre o Batalhão de Operações Policiais Especiais – BOPE**. 2016. Artigo Científico (Bacharelado em Administração Pública) - Universidade Federal Fluminense, Volta Redonda [20-]. Disponível em: <https://app.uff.br/riuff/handle/1/2208>. Acesso em: 12 nov. 2021.

GRACIE, Reila. **Carlos Gracie: o criador de uma dinastia**. Rio de Janeiro: Record, 2012.

GUIMARÃES, M. C.; LANDIN, L. S., SILVA, H. R. Estresse ocupacional e sofrimento no trabalho: um estudo com caminhoneiros. **Revista de Psicologia**, Fortaleza, v. 21, n. 1/2, jan./dez. 2003. Disponível em: https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/12600/1/2003_art_mcguimaraes.pdf. Acesso em: 15 jan. 2022.

KANO, Jigoro. **Judô kodokan**. São Paulo: Cultrix, 2008.

LACOMBE, Franciso José Masset. **Recursos Humanos: princípios e tendências**. São Paulo: Saraiva, 2005.

LIPP, M. N. **Pesquisas sobre o stress no Brasil**. São Paulo: Papyrus, 1996.

Luz, C. R. **Apostila para promoção de faixa**. Cia. Athletica, 2000.

MARANHÃO. Lei ordinária nº 10.669 de 29 de agosto de 2017. Dispõe sobre a criação e transformação de Organização Policial Militar (OPM) e dá outras providências. **Secretaria de Segurança e Controle**. Maranhão: STC, 2017a.

MESQUITA, Hudson Soeiro. **Aparato de segurança do BOPE – PMMA: análise da necessidade de melhoria em relação às ocorrências de assalto a banco**. 2020. Monografia (Bacharelado em Segurança Pública) – Universidade Estadual do Maranhão, São Luís, 2014.

MIRANDA, Gabriela. Benefícios do Jiu-Jítsu. 2010. Disponível em: <http://www.educacaofisica.seed.pr.gov.br/modules/noticias/article.php?storyid=31>. Acesso em: 19 de nov. 2021.

MOCARZEL, R. C. S. **Artes marciais e jovens: violência ou valores educacionais? Um estudo de caso de um estilo de Kung-Fu**, 2011. 134f. Dissertação (Dissertação de Mestrado em Ciências da Atividade Física) - Universidade Salgado de Oliveira, Niterói, 2011. Disponível em: <https://www.trabalhosfeitos.com/ensaios/Artes-Marciais-e-Jovens-Viol%C3%Aancia-Ou/55279605.html>. Acesso em: 25 nov. 2021.

MOLINA, Camila. Policiais utilizam arte marcial para melhorar a saúde e o trabalho. **Governo do Mato Grosso**, Cuiabá, 2016. Disponível em: <http://www.mt.gov.br/-/3905518-policiais-utilizam-arte-marcial-para-melhorar-a-saude-e-o-trabalho>. Acesso em: 27 nov. 2021.

MONTEIRO, Roberto das Chagas, Tradução e adaptação do tema "What every negotiator would like his chiefto know" de Fuselier, Dwaine Gary. - **Curso de Gerenciamento de Crises da PMPR**.

MOURA, Leandro. **Jiu jitsu além dos olhos**. Joinville: Clube dos autores, 2020.

NASCIMENTO, Wilmar do. Qualidade de Vida no Trabalho: origem, evolução e conceitos – uma revisão bibliográfica. **Coleção Gestão da Saúde Pública**. Disponível em : <http://gsp.cursoscad.ufsc.br/wp/wp-content/uploads/2013/03/Volume-13- Artigo09.pdf>. Acesso em 2 dez. 2021.

OLIVEIRA, E. F. T de; GRÁCIO, M. C. C. Análise a respeito do tamanho de amostras aleatórias simples: uma aplicação na área de Ciência da Informação. **Data Gram Zero - Revista de Ciência da Informação**, João Pessoa, v.6, n3 jun. 2005.

PACHECO, T. Da polícia especial até o BOPE e a CORE: as polícias do Rio de Janeiro e o desenvolvimento de suas unidades de elite. **Cadernos do Desenvolvimento Fluminense**, Rio de Janeiro, n. 3, p. 118-131, nov. 2013.

PEREIRA, E. F; TEXEIRA, C. S; SANTOS, A. Qualidade de vida: abordagens, conceitos e avaliação. **Revista brasileira de educação física e esporte**, São Paulo, v.26, n.22, apr./jun. 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbefe/a/4jdhpVLrvjx7hwshPf8FWPC/?lang=pt>. Acesso em: 11 jan. 2022.

PONTES, David Santos. **Importância da flexibilidade e composição corporal para praticantes de Jiu-Jitsu**. 2017. Disponível em: <https://www.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/educacao-fisica/importancia-daflexibilidade-e-composicao-corporal-para-praticantes-de-jiu-jitsu/63432>. Acesso em: 19 de nov. 2021.

RODRIGUES, Anderson. Benefícios da atividade física para seu corpo, saúde e qualidade de vida. BEECORP BEM ESTAR CORPORATIVO. Disponível em: <https://beecorp.com.br/beneficios-da-atividade-fisica/>. Acesso em: 12 nov. 2021.

RODRIGUES, Marcus Vinicius Carvalho. **Qualidade de vida no trabalho: evolução e análise no nível gerencial**. 7. ed. Rio de Janeiro: Vozes, 1999.

ROZA, A. F. C. **Jiu jitsu brasileiro: uma interessante visão sobre a história do nosso jiu jitsu**. São Paulo: Simplíssimo, 2015.

RUFINO, L. G. B.; MARTINS, J. C. O jiu jitsu brasileiro em extensão. **Revista Ciência em Extensão**, Rio Claro, v.7, n.2, p.84-101, 2011. Disponível em: https://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/462/610. Acesso em: 20 nov. 2021.

SAMPAIO, Tatiana de Figueiredo. **Qualidade de vida no trabalho: o impacto do estresse ocupacional na saúde do trabalhador**. 2018. 44f. Monografia

(Especialização em gestão de pessoas) – Universidade Candido Mendes. Rio de Janeiro, 2018. Disponível em:
https://www.avm.edu.br/docpdf/monografias_publicadas/N208971.pdf. Acesso em: 28 dez. 2021.

SANT ANNA, Andrade de Souza. **Qualidade de vida no trabalho: fundamentos e abrodagens**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2011.

SANTOS, Willans da Silva. **O uso das técnicas de artes marciais do jiu-jítsu como contributo na qualidade e excelência do serviço policial militar: importância, limites e possibilidades**. 2020. Monografia (Bacharelado em Segurança Pública) – Academia de Polícia Militar Senador Arnon de Melo, Alagoas, 2020.

SELYE H. **Stress: without distress**. New York: Penguin Publish Group, 1975.

SILVA, A. H.; FOSSÁ, M. I. T. Análise e conteúdo: exemplo de aplicação da técnica para análise de dados qualitativos. *In: IV ENCONTRO DE ENSINO E PESQUISA EM ADMINISTRAÇÃO E CONTABILIDADE – ENEPO*, Brasília, 03 a 05 de 2013. Disponível em
http://www.anpad.org.br/diversos/trabalhos/EnEPQ/enepq_2013/2013_EnEPQ129.pdf. acesso em: 15 nov. 2021.

SILVA, T.; SILVA, M.; ESPINDOLA, W. Os benefícios do jiu-jítsu para a saúde: um incentivo para a prática esportiva. **Revista Científica da FASETE**, 2018, p.186-192.

SILVA, Valdete da *et al.* Análise dos trabalhos de conclusão de curso da graduação em enfermagem da UNIMONTES. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, Goiânia, v.1, n.11, p. 133-143, 2001. Disponível em:
<http://www.fen.ufg.br/revista/v11/n1/v11n1a17.htm>. Acesso em: 11 dez. 2021.

SPECTOR, P. E. **Psicologia nas organizações**. São Paulo: Saraiva, 2006.

SPECTOR, P. E. **Psicologia nas organizações**. São Paulo: Saraiva, 2012.

STORANI, P. Vitória sobre a morte: a glória prometida. **O “rito de passagem” na construção da identidade das Operações Especiais do BOPE/PMERJ**. Programa de Pós graduação em Antropologia Social da Universidade Federal Fluminense, 2008.

VARELLA, Antônio. História do Jiu-Jitsu (arte suave). **Saúde, Bem-estar e Qualidade de vida**, n. 3, out, 2010. Disponível em:
<https://antoniovarella.wordpress.com/2010/10/03/historia-do-jiu-jitsuarte-suave/>. Acesso em: 10 out. 2021.

VERGARA, S. C. **Projetos e relatórios de pesquisa em Administração**. São Paulo: Atlas, 2009.

YIN, Robert K. **Estudo de caso: planejamento e métodos**. Tradução de Daniel Grassi. 2. ed. Porto Alegre: Bookman, 2001.

WALSHAM, Geoff. doing interpretive research. **European Journal of Information Systems**, n. 15, p. 320-330, 2006.

ZANELLI, J. C. (coord). **Estresse nas organizações de trabalho**: compreensão e intervenção baseadas em evidências. Porto Alegre: Artmed, 2010.

ZANINI, M. T; MIGUELES, C. P.; COLMERAUER, M.; MANSUR, J. Os elementos de coordenação informal em uma unidade policial de operações especiais. **Revista de Administração Contemporânea**, v.17, n.1, p.106-125, 2013. Disponível em: <https://rac.anpad.org.br/index.php/rac/article/view/980>. Acesso em: 28 nov. 2021.

APÊNDICES

APÊNDICE A – ROTEIRO DE ENTREVISTA (INSTRUTOR DE JIU-JÍTSU DO BATALHÃO DE OPERAÇÕES ESPECIAIS (BOPE) DO MARANHÃO)

ENTREVISTA PARA O INSTRUTOR DE JIU-JÍTSU DO BATALHÃO DE OPERAÇÕES ESPECIAIS (BOPE) DO MARANHÃO

Senhor instrutor,

Para efeito de Pesquisa Científica, solicito vossa colaboração em responder este questionário, contribuindo assim com importante opinião sobre o tema da minha pesquisa correspondente à fase final da Monografia do Curso de Formação de Oficiais da Universidade Estadual do Maranhão – UEMA e Academia de Polícia Militar Gonçalves Dias - APMGD, cujo título é: ANÁLISE DAS CONTRIBUIÇÕES DO JIU-JÍTSU NA ATIVIDADE POLICIAL: um estudo de caso no Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão.

Desde já, agradeço sua participação.

NOME COMPLETO:

FORMAÇÃO:

POSTO/GRADUAÇÃO:

1 Há quanto tempo pratica jiu-jítsu?

2 Há quanto tempo é instrutor de jiu-jítsu?

3 Onde se sucedeu a sua formação no jiu-jítsu?

4 Qual é a sua graduação no jiu-jítsu?

5 Na sua opinião, qual é a relevância da prática do jiu-jítsu?

6 Na sua opinião, qual (is) as contribuições obtidas desde a implantação do jiu-jítsu no BOPE?

7 Você acredita que o jiu-jítsu é capaz de aliviar o estresse que pode ser causado pelo exercício da atividade policial? Por quê?

8 Em relação ao desempenho físico dos policiais do BOPE, você acredita que eles se encontram mais preparados tecnicamente para fazer uma abordagem? Por quê?

9 Em sua opinião, os policiais militares internalizaram que o jiu-jítsu é capaz de contribuir com o bem-estar físico e mental? Por quê?

10 Em sua opinião o que poderia ser melhorado para aprimorar a prática de Jiu-Jítsu no BOPE?

APÊNDICE B – QUESTIONÁRIO: POLICIAIS MILITARES DO BATALHÃO DE OPERAÇÕES ESPECIAIS (BOPE) DO MARANHÃO

Para efeito de Pesquisa Científica, solicito vossa colaboração em responder este questionário, contribuindo assim com importante opinião sobre o tema da minha pesquisa correspondente à fase final da Monografia do Curso de Formação de Oficiais da Universidade Estadual do Maranhão – UEMA e Academia de Polícia Militar Gonçalves Dias - APMGD, cujo título é: **ANÁLISE DAS CONTRIBUIÇÕES DO JIU-JÍTSU NA ATIVIDADE POLICIAL**: um estudo de caso no Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão. Desde já, agradeço sua participação.

Sexo: Feminino Masculino

Idade:

- 20 a 30 anos
 31 a 40 anos
 41 a 50 anos
 De 51 a 60 anos

Nível de Escolaridade

- Ensino médio
 Ensino superior

Indique a sua Graduação/Posto:

- Soldado Cabo 3º Sargento 2º Sargento
 1º Sargento Subtenente Aspirante 2º Tenente
 1º Tenente Capitão Major Tenente-Coronel
 Coronel

1 Você já praticou ou pratica alguma modalidade de artes marciais?

- Discordo totalmente Discordo Indiferente
 Concordo Concordo totalmente

2 Em sua opinião, a prática de alguma modalidade de artes marciais influencia positivamente no seu rendimento profissional?

- Discordo totalmente Discordo Indiferente
 Concordo Concordo totalmente

3 Você acredita que a prática do jiu-jítsu pode melhorar o seu condicionamento físico?

- Discordo totalmente Discordo Indiferente
 Concordo Concordo totalmente

4 É necessário que o combatente do BOPE pratique a arte marcial jiu-jítsu?

- Discordo totalmente Discordo Indiferente
 Concordo Concordo totalmente

5 Com a prática do jiu-jítsu, você acredita que obteve vantagens técnicas no serviço operacional?

- Discordo totalmente Discordo Indiferente
 Concordo Concordo totalmente

6 Você se julga uma pessoa estressada?

- Discordo totalmente Discordo Indiferente
 Concordo Concordo totalmente

7 Você julga que a atividade policial do BOPE é estressante?

- Discordo totalmente Discordo Indiferente
 Concordo Concordo totalmente

8 Praticar o jiu-jítsu no BOPE contribui com o seu bem estar físico e mental?

- Discordo totalmente Discordo Indiferente
 Concordo Concordo totalmente

9 Você acredita que a implantação do jiu-jítsu deve ser viabilizada em outras unidades da Polícia Militar?

- Discordo totalmente Discordo Indiferente
 Concordo Concordo totalmente

APÊNDICE C – OFÍCIO COM A SOLICITAÇÃO DE PESQUISA MONOGRÁFICA NO
BATALHÃO DE OPERAÇÕES ESPECIAIS DO MARANHÃO



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA SEGURANÇA PÚBLICA
POLÍCIA MILITAR DO MARANHÃO
DIRETORIA DE ENSINO
ACADEMIA DE POLÍCIA MILITAR GONÇALVES DIAS
"Escola Superior de Comandantes"
Criada pela Lei Estadual (MA) nº 5.657 de 26/04/1993 e transformada em Unidade de Ensino Superior
por meio da Lei 9.658 de 17 de julho de 2012.

São Luís - MA, 16 de dezembro de 2021.

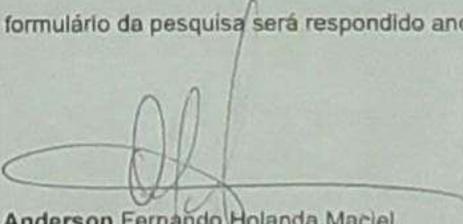
Ofício nº 269/2021 – CA/APMGD

Do Cel. QOPM Comandante da APMGD
Ao Major QOPM Comandante do BOPE
Assunto: Monografia/ aplicação de entrevista

Prezado Comandante,

Como forma de subsidiar o trabalho monográfico da Cad. PM 44/18 ARLISSON CIRQUEIRA SANTOS SOARES, do 4º ano do CFO, com o título "ANÁLISE DAS CONTRIBUIÇÕES DO JIU-JÍTSU NA ATIVIDADE POLICIAL: um estudo de caso no Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão", apresento o referido cadete nessa UPM para que o mesmo possa realizar uma entrevista com as policiais militares sob vosso comando. Vale citar que o formulário da pesquisa será respondido anonimamente.

Atenciosamente,



Cel. QOPM Anderson Fernando Holanda Maciel
Comandante da APMGD
Cel QOPM Anderson Fernando Holanda Maciel
Comandante da APMGD

Avenida Jerônimo do Albuquerque, 8/N – Calhau, São Luís-MA, Fone/fax: (98) 3268-6766 apm.ma@ig.com.br

ANEXOS

ANEXO A - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO
COMANDANTE DO BOPE

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Ao Sr. Comandante do Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão, Maj QOPM Márcio Carlos **Rodrigues** de Oliveira.

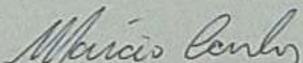
O Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão está convidado para participar de uma pesquisa intitulada **ANÁLISE DAS CONTRIBUIÇÕES DO JIU-JÍTSU NA ATIVIDADE POLICIAL**: um estudo de caso no Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão, que representa o Trabalho de Conclusão de Curso para o grau de bacharel em Segurança Pública pela Universidade Estadual do Maranhão do cadete **Arliison** Cirqueira Santos Soares, sob a orientação Cap. QOPM **Nasser** Bezerra Jadão Segundo. A sua colaboração e a colaboração dos policiais neste estudo será de grande valia para a construção de conhecimentos científicos sobre as contribuições do jiu-jitsu na atividade policial.

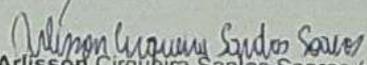
Para o levantamento de dados, será necessária a aplicação de um questionário que deverá ser respondido anonimamente pelos policiais. A anonimidade de todos os participantes da pesquisa será preservada, e caso seja seu desejo, a identidade do grupo será também preservada em possíveis publicações que possam advir deste trabalho.

Dessa forma, eu, Maj QOPM Márcio Carlos **Rodrigues** de Oliveira, Comandante do Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão autorizo o Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão a participar do estudo acima proposto.

Estou ciente que o objetivo geral do estudo é analisar as contribuições da arte marcial jiu-jitsu na atividade policial do Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão.

São Luís-MA, 03 de janeiro de 2022.


Maj QOPM Márcio Carlos **Rodrigues** de Oliveira


Cad. **Arliison** Cirqueira Santos Soares (pesquisador)

ANEXO B - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO INSTRUTOR

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Eu, Rita de Fátima Santos

estou sendo convidado a participar de uma pesquisa intitulada **ANÁLISE DAS CONTRIBUIÇÕES DO JIU-JITSU NA ATIVIDADE POLICIAL**: um estudo de caso no Batalhão de Operações Especiais (BOPE) do Maranhão, que representa o Trabalho de Conclusão de Curso para o grau de bacharel em Segurança Pública pela Universidade Estadual do Maranhão do cadete **Arlisson** Cirqueira Santos Soares, sob a orientação Cap. QOPM **Nasser** Bezerra Jadão Segundo. A minha colaboração neste estudo será de grande valia para a construção de conhecimentos científicos sobre as contribuições do jiu-jitsu na atividade policial.

Estou ciente de que posso me recusar a participar do estudo ou retirar meu consentimento a qualquer momento, sem precisar justificar, nem sofrer qualquer dano. Os pesquisadores envolvidos com o referido projeto são: Cad. **Arlisson** Cirqueira Santos Soares, sob a orientação do Cap. QOPM **Nasser** Bezerra Jadão Segundo.

Estão garantidas todas as informações que eu queira saber antes, durante e depois do estudo. Li, portanto, este Termo, fui orientado(a) quanto ao teor da pesquisa acima mencionada e compreendi a natureza e o objetivo do estudo para o qual fui convidado a participar. Concordo, voluntariamente, em participar desta pesquisa, sabendo que não receberei nem pagarei nenhum valor econômico por minha participação.

São Luis-MA, 25 de JANEIRO de 2022.


Participante



Cad. **Arlisson** Cirqueira Santos Soares (pesquisador)