

**EXERCÍCIO FÍSICO REGULAR PERIODIZADO
UMA ALTERNATIVA PARA REDUÇÃO DA TAXA DE ABSENTEÍSMO NO SEXTO
BATALHÃO DA PMBA**

**Oldair Marques da Silva ¹
Prof. Dr. Jadson de Oliveira Limar ²**

Instituto Federal Baiano/Campus Sr. do Bonfim

A definição de absenteísmo compreende os atos de faltar, atrasar ou deixar antecipadamente o posto de trabalho com frequência excessiva. Esse fenômeno pode ter várias causas, desde questões familiares, de saúde ou até mesmo motivos psicológicos e emocionais que afetam o colaborador na hora de ir trabalhar. Partindo-se da constatação de que a prática regular de atividade física constitui um elemento essencial à promoção da saúde e prevenção de algumas doenças que acometem indivíduos e grupos populacionais, o presente projeto surge com a intenção de verificar se a adoção de um programa de exercício físico aplicado aos policiais do 6º Batalhão da Polícia Militar da Bahia (PMBA) pode reduzir a taxa de ausência no trabalho, uma vez que o labor policial militar é eminentemente considerado como sendo “braçal”, bem como cabe a ressalva de que uma única ausência tem a capacidade de trazer grandes prejuízos a manutenção da ordem pública em uma comunidade.

Palavras-Chave: Absenteísmo, exercício físico, qualidade de vida.

¹ Oldair Marques da Silva, Graduado em Licenciatura em Educação Física pela Faculdade Montenegro e Bacharel em Educação Física pela Faculdade Uniasselvi.

² Graduado e Licenciado em Educação Física (UFS - 2003); Especialista em Atividade Física Relacionada à Saúde (UNIT-2006); Mestre em Saúde e Ambiente (UNIT - 2008); Doutor em Saúde e Ambiente (2019). Atualmente é professor efetivo do IFBAIANO Campus - Senhor do Bonfim (BA). Líder do Grupo de Estudos e Pesquisas de Saúde Escolar (GEPESE) certificado pelo CNPq

