

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE MENTAL EM POLICIAIS MILITARES DE SERGIPE, BRASIL¹

Victor Matheus Santos do Nascimento², Nara Michelle Moura Soares³, Davi Pereira Monte Oliveira⁴, Luan Lopes Teles⁵, Levy Anthony Souza de Oliveira⁶, Roberto Jerônimo dos Santos Silva⁷

¹ Pesquisa Institucional desenvolvida no Grupo de Pesquisa NUPAFISE, Programa de Pós-Graduação em Educação física da Universidade Federal de Sergipe

² Universidade Federal de Sergipe

³ Universidade Federal de Sergipe

⁴ Universidade Federal de Sergipe

⁵ Universidade Federal de Sergipe

⁶ Universidade Federal de Sergipe

⁷ Universidade Federal de Sergipe

Introdução: Estudos científicos têm demonstrado que o trabalho policial é caracterizado por um alto estresse ocupacional. Os policiais são expostos a eventos estressantes agudos e crônicos no trabalho, que podem comprometer o bem-estar psicológico e a saúde física. **Objetivo:** Analisar a associação entre o nível de atividade física e indicadores de saúde mental nesta população. **Métodos:** Participaram do estudo 254 policiais militares, do sexo masculino e feminino, com idade entre 21 e 55 anos, lotados em batalhões e companhias de polícia militar na região metropolitana de Aracaju, Sergipe. Eles responderam a um formulário de avaliação, disponível de forma online, no Google Forms, contendo questões sobre características sociodemográficas, antropométricas e ocupacionais, qualidade do sono (escala de Pittsburgh), estresse (EPS-10), ansiedade e depressão (escala HAD), síndrome de exaustão (MBI - GS), ideação suicida (questões diretas retiradas do YRBSS), e nível de Atividade Física (IPAQ-curto). **Resultados:** Os policiais classificados como "insuficientemente ativos" apresentaram maior risco para "síndrome de esgotamento" (OR= 2,49; IC: 95% 1,42-4,43) e maior sentimento de "tristeza profunda" (OR= 1,85; IC:95% 1,03-3,33) comparado com colegas fisicamente ativos. Além disso, maior tempo de serviço foi fator de proteção contra ansiedade (OR = 0,30; IC:95% 0,13-0,68), síndrome de *burnout* (OR = 0,28; IC:95% 0,12-0,67) e tristeza profunda (OR= 0,25; IC:95% 0,11-0,57). Os policiais com maior idade possuem maior probabilidade de serem afetados por "tristeza profunda" (OR= 2,80; IC:95% 1,37-5,71). **Conclusão:** Conclui-se que a atividade física está associada a alterações na saúde mental dos policiais avaliados. **Palavras-Chaves:** Ansiedade, saúde mental, aptidão física, saúde pública, esgotamento psicológico.