



ARTIGO DE REVISÃO

COMPARAÇÃO METODOLÓGICA ENTRE OS TESTES FÍSICOS APLICADOS AOS CADETES DA FORÇA AÉREA BRASILEIRA (FAB) E DA FORÇA AÉREA AMERICANA (USAF)

Methodological comparison between the physical tests of the Brazilian Air Force (FAB) and U.S. Air Forces (USAF) Cadets

ISSN: 2178-7514

Vol. 12 | N.º. 2 | Ano 2020

Thiago Augusto Rochetti Bezerra^{1,3} ; Juliana Cristina Viola² ; Shayne de Souza Mattos^{1,3} ;
Joel Eloi Belo Junior^{1,3} ; Lucas de Souza Carvalho¹

RESUMO

A finalidade a qual se destina a profissão militar exige de seus integrantes uma satisfatória aptidão física. Tanto a Academia da Força Aérea Brasileira, quando a Americana, são as instituições responsáveis por prepararem os cadetes, futuros oficiais de suas Forças. Comparar os níveis de exigência física dos cadetes através de seus respectivos treinamentos físicos e dos graus dos testes de condicionamento físico. A pesquisa foi realizada por meio de revisão bibliográfica, o levantamento dados foi feito por meio de revistas, artigos e documentos institucionais. Os resultados mostraram que a Academia Americana utiliza testes com exigências similares a Academia da Força Aérea Brasileira, porém mais completos e com menor distinção entre os sexos. Conclui-se que as diferenças apontam possibilidades de melhorias, sendo esse trabalho usado como base para pesquisas futuras.

Palavras-chave: Militar, Cadete, Aptidão física, Teste físico.

ABSTRACT

The purpose for which the military profession is destined requires a satisfactory physical fitness from its members. Both the Brazilian Air Force Academy, and the American Air Force, are the institutions responsible for preparing the cadets, future officers of their forces. Compare the levels of physical demand of cadets through their respective physical training and degrees of fitness tests. The research was carried out through bibliographic review, the data survey was done through magazines, articles and institutional documents. The results showed that the American Academy uses tests with similar requirements to the Brazilian Air Force Academy, but more complete and with less distinction between genders. It is concluded that the differences point to possibilities for improvement, this work being used as a basis for future research.

Keywords: Military, Cadet, Physical fitness, Physical test.

1 Academia da Força Aérea, Corpo de Cadetes da Aeronáutica, Pirassununga, São Paulo, Brasil

2 Universidade Metodista de Piracicaba UNIMEP, Programa de Pós Graduação em Ciências do Movimento Humano, Piracicaba, São Paulo, Brasil

3 Programa de Pós Graduação em Desempenho Humano Operacional, Unifá, Rio de Janeiro, Brasil.

Autor de correspondência

Thiago Augusto Rochetti Bezerra, email: thiago_rochetti@globomail.com

Endereço: Academia da Força Aérea, Seção de Educação Física do Corpo de Cadetes da Aeronáutica

CEP: 13.630-000, Pirassununga/SP, Brasil

Tel.: (19) 3565-6592

DOI: doi.org/10.36692/cpaqv-v12n2-51

INTRODUÇÃO

Todos os anos, milhares de jovens em todo país, alistam-se em Unidades Militares. A estrutura e os objetivos do serviço militar exigem que seus integrantes tenham uma satisfatória aptidão física. Por esse motivo, são aplicados abundantes testes físicos e análises corporais periodicamente, com objetivo de verificar o nível físico dos militares, bem como incentivá-los a melhoria e a manutenção de seu desempenho ¹.

O Teste de Avaliação do Condicionamento Físico (TACF) consiste em um teste físico, aplicado nas forças armadas e na Força Aérea Brasileira. Regulado pela ICA 54-2 (2016) ², cuja finalidade é disciplinar a aplicação do teste, medindo e avaliando padrões individuais a serem atingidos por todo efetivo do Comando da Aeronáutica (COMAER) ³, e pelos candidatos nos exames de admissão.

A elaboração dos estudos científicos e a definição dos critérios de avaliação do condicionamento físico são realizadas por intermédio da Comissão de Desportos da Aeronáutica (CDA), subordinada ao Departamento de Ensino da Aeronáutica (DEPENS). Esses critérios são estabelecidos em consonância ao Padrão de Desempenho, já definido para os militares da Força Aérea, ou seja, tem o objetivo de estipular o condicionamento e a avaliação de aptidão físico-profissional na Força Aérea Brasileira.

A avaliação da aptidão física, que deve ser

realizada através de testes específicos (ACSM, 1996), é feita periodicamente no meio militar, e, especificamente no âmbito da aeronáutica. São realizadas avaliações periódicas quanto a resistência cardiorrespiratória, flexibilidade e a resistência muscular localizada.

A prática contínua de atividade física está relacionada com a melhoria da saúde, como fator de proteção para inúmeras doenças e melhora da qualidade de vida. Além disso, promove melhoria da força, resistência física e cardiorrespiratória, sendo elas, características essenciais para um militar.

Além dos benefícios na força corporal, o treinamento físico pode também, reduzir a porcentagem de gordura corporal e garantir a manutenção de massa magra. A obesidade é a consequência do acúmulo excessivo de gordura corporal e acarreta repercussões à saúde, devido a relação com várias complicações metabólicas⁴.

De acordo com Parizotto et al. (2002)⁵, o indivíduo obeso está predisposto a uma série de doenças denominadas patologias modernas, que podem vir acompanhadas com sintomas de cansaço, sudorese excessiva, dores na coluna e nas pernas, distúrbios do sono e alterações comportamentais⁵.

O treinamento aeróbio tem grandes benefícios à saúde, como a melhora do condicionamento físico em geral, da capacidade cardiovascular, dentre outros⁶. A aptidão cardiorrespiratória é apontada como um fator

de proteção da saúde, atribuída a obesidade remete a necessidade de um novo estilo de vida, com modificação na dieta e uma rotina menos sedentária.

Ressalta-se ainda a extrema importância que os militares da ativa sejam saudáveis, estando prontos para as atividades operacionais e ações de combate, uma vez que no meio militar, a condição do perfil nutricional, não se restringe apenas a um fator de condição física, mas também de sobrevivência caso seja necessário seu emprego operacional ⁷.

Um alto nível de condicionamento físico, é considerado no meio militar, essencial para um bom desempenho das atividades profissionais e para possíveis combates ⁸. O conhecimento da aptidão física dos militares de uma força, bem como a quantidade de inaptos fisicamente para tarefas mais árduas, tem se mostrado um instrumento fundamental, exigindo, portanto, uma avaliação sistemática da condição física dos militares de uma tropa.

A Academia da Força Aérea (AFA) tem feito atualmente intercâmbio de cadetes, enviando para a Força Aérea dos Estados Unidos (USAF) 4 cadetes sendo, 02 do quadro de aviadores, 01 de infantaria e 01 de intendência. Diante de tal fato, e dada a importância do condicionamento físico dos militares, instigou o interesse na análise da exigência física dos cadetes, tendo como base seus respectivos testes físicos. Portanto, este estudo tem como objetivo analisar e comparar através de revisão

de literatura, como são realizados os testes físicos na Força Aérea Brasileira (FAB) e Força Aérea dos Estados Unidos (USAF).

MÉTODOS

O processo metodológico deste estudo foi baseado em revisão bibliográfica, orientada por pesquisas nos seguintes bancos de dados: Biblioteca da AFA, fontes de revistas científicas, artigos disponibilizados em bancos de dados virtuais (Lilacs, Bireme, Medline e materiais em jornais e sites sobre o assunto), utilizando os seguintes descritivos: Testes Físicos, Treinamento físico na Força Aérea Brasileira e Treinamento físico na Força Aérea Americana.

Desenvolvimento

Treinamento físico

Este primeiro capítulo discorre sobre o treinamento físico profissional militar no comando da aeronáutica, regulado pelo documento ICA 54-3 (Instrução de Comando da Aeronáutica) do ministério da aeronáutica, de 2007 ⁹. Esse documento foi criado com o objetivo de regular o condicionamento físico na Força Aérea Brasileira (FAB), sendo uma fonte mais atualizada e abrangente para consulta, orientando assim o preparo físico da Força Aérea no âmbito do comando da aeronáutica (COMAER).

A Comissão de Desportos da Aeronáutica (CDA), como órgão central do

Sistema de Educação Física e Desporto da Aeronáutica (SISEFIDA) objetiva com o regulamento indicar métodos padronizados a serem empregados nos treinamentos físicos, promovendo assim o desenvolvimento e manutenção do condicionamento físico de seu efetivo, bem como o desenvolvimento das áreas afetivas, psicomotoras e cognitivas além de estimular a prática esportiva em geral.

Com o objetivo de colocar o militar em condições de desempenhar suas funções, promover a saúde, evitar o desenvolvimento prematuro de distúrbios orgânicos decorrentes de uma má aptidão física e visando também sua aprovação no teste físico, foi desenvolvido um planejamento anual de treinamento. Este Treinamento é organizado em um macrociclo, dividido em vários períodos.

Inicialmente, é realizado um primeiro teste físico, com a finalidade de servir como base para o planejamento do treinamento. Após a primeira fase é realizado um treinamento básico que inclui resistência aeróbica, resistência anaeróbica, resistência muscular localizada, força dinâmica, força estática e flexibilidade. Após a preparação geral, inicia-se um período de treinamento específico, para que o militar possa atingir sua melhor condição física, onde serão exploradas qualidades do militar, como força explosiva, resistência anaeróbica, velocidade de deslocamento e, além disso, este treinamento tem objetivo também de garantir a manutenção das qualidades físicas de base,

adquiridas na fase anterior. Após o treinamento específico, é realizado um segundo teste físico para analisar sua progressão. Em seguida, inicia-se a última parte do macrociclo que é a fase de transição, onde o militar irá se recuperar tanto fisicamente quanto mentalmente, antes de iniciar um novo ciclo. Todo esse processo pode ser resumido através da tabela 1:

Tabela 1. Características de cada um dos períodos do treinamento na FAB. Fonte: ICA-54-3 (2007).

Período	Característica
Pré-preparação	Aplicação do 1º TACF.
	Planejamento do treinamento.
Preparação Geral	Predomínio do volume na carga de exercícios.
	Ênfase na preparação física geral.
	Visa desenvolver qualidades físicas básicas.
	Dura aproximadamente o dobro da preparação.
Preparação Especial	Predomínio da intensidade na carga de exercícios.
	Ênfase na preparação de qualidades físicas específicas.
	Visa preparar para o TACF.
Avaliação	O militar está pronto para avaliação.
	O Militar apresenta performance máxima.
Transição	Recuperação física e mental.

O treinamento físico profissional militar (TFPM) na FAB é dividido em etapas, e na ICA 54-3 existe um modelo de treinamento que é proposto para que as organizações militares da aeronáutica possam executar, sendo esta, composta pelas seguintes fases: aquecimento (10 a 20 minutos), atividade principal (30 a 50 minutos), atividade complementar (20 a 30 minutos) e a volta a calma (5 a 10 minutos) totalizando um intervalo de 65 a 110 minutos

de treinamento.

O aquecimento é ministrado por um instrutor ou orientador, sendo aplicado a todos os militares, independentemente de seu desempenho físico. Deve ser priorizado as musculaturas e articulações que serão exigidas na atividade principal, tendo por finalidade preparar o organismo para a prática de exercícios físicos, melhorando a eficiência e prevenindo lesões.

Na atividade principal, as principais qualidades físicas dos militares são trabalhadas, visando seu aprimoramento, através de carga progressiva os exercícios vão se intensificando e sendo direcionados para a melhoria de desempenho no Teste de Avaliação do Condicionamento Físico (TACF). Sendo ministrada logo após o aquecimento, sem perda de continuidade a atividade principal pode ser composta por: caminhada, trote, corrida (contínua ou intervalada) ginástica com implementos, ginástica localizada, natação, treinamento em circuito, treinamento operacional específico ou ciclismo.

Com a finalidade de proporcionar motivação, satisfação e descontração dos militares durante a sessão de treinamento, a ICA prevê ainda, a realização de atividades complementares e cita que essa, por vezes, poderá até substituir a atividade principal. Ressalta-se ainda que, a participação nessas atividades não deverá ter caráter obrigatório, mas que sua prática deve ser incentivada em

seu efetivo. A atividade complementar pode ser composta de: alongamentos, ginástica aeróbica, hidroginástica, natação, musculação, pista de pentatlo militar, defesa pessoal, corrida, orientação, esportes ou atividades lúdicas.

A última etapa prevista para o treinamento é aquela que objetiva o retorno aos parâmetros fisiológicos normais do indivíduo, denominada “volta à calma”. Ela é composta por exercícios de alongamento, da musculatura envolvida na atividade principal ou complementar e caminhada. Ressalta-se ainda a importância dessa fase também para a prevenção de lesões que poderão prejudicar a saúde do militar.

Regula ainda, quanto à obrigatoriedade da prática, uma frequência mínima de 70% das sessões de treinamento físico (exceção feita aos militares em situações especiais previstas em legislação) e que a SEF (Seção de Educação Física) acompanhado da seção de Pessoal deverá fazer o controle diário da participação dos mesmos.

Os treinamentos são realizados diariamente nos dias de expediente (de segunda a sexta), conduzidos por oficiais da seção de educação física, sendo praticado pelos cadetes no período de 16:10 às 17:40.

Avaliação física

Atualizada em 2016, a ICA 54-2, regula, ao efetivo do COMAER os parâmetros de aplicação do teste de avaliação

do condicionamento físico para os exames de seleção e admissão do Comando da Aeronáutica, entretanto na Academia da Força Aérea, com o objetivo de padronizar o teste físico aplicado aos cadetes da Força Aérea Brasileira, foi criado um

Manual do Comando da Aeronáutica, a MCA 37-5 que descreve como o teste físico será realizado bem como a respectiva pontuação na avaliação.

O teste de aptidão do condicionamento físico aplicado, é composto de um teste de resistência muscular localizada, sendo a primeira etapa composta de flexão e extensão dos membros superiores e flexão do tronco sobre a coxa, nessa ordem e a segunda etapa composta de um teste de corrida de 12 minutos.

A flexão e extensão dos membros superiores não possui limite de tempo e os cadetes possuem apenas uma tentativa. Os homens devem apoiar-se de frente para o solo mantendo o corpo esticado, com as mãos ligeiramente afastadas em relação à projeção dos ombros, além disso os pés devem estar paralelos, unidos e apoiados no solo (conforme ilustrado pela Figura 1). A posição correta se distingue entre homens e mulheres, sendo que as mulheres devem apoiar os joelhos no chão.



Figura 1. Execução de flexão e extensão dos membros superiores. Fonte: MCA 37-5/2018 (Plano de avaliação da AFA, 2018)

A flexão de tronco sobre as coxas (abdominal) também possui apenas uma tentativa, a posição correta é a mesma para homens e mulheres: deitado em decúbito dorsal, mãos cruzadas ao peito na altura dos ombros, joelhos numa angulação de 90° graus, pés alinhados com o prolongamento do quadril e firmes ao solo, fixados com o auxílio de um instrutor ou um outro cadete (conforme demonstrado na figura 2). O cadete deverá realizar o máximo de execuções, ininterruptas dentro de um minuto.



Figura 2. Execução de flexão de tronco sobre as coxas. Fonte: MCA 37-5/2018 (Plano de avaliação da AFA, 2018).

A corrida tem duração de 12 minutos, possui uma tentativa e é realizada na pista de atletismo da AFA, que possui marcações a cada 10 metros. O cadete pode realizar a corrida em qualquer ritmo, podendo, inclusive, intercalar com caminhada, entretanto é proibido parar para descansar.

O plano de avaliação da Academia da

Força Aérea prevê diferentes graus para um diferente número de execuções durante o curso, sendo a avaliação do 4º ano a mais exigente. As Tabelas 2, 3, 4 e 5 a seguir ilustrarão o grau de dificuldade de cada ano, com o número de repetições que são exigidas do cadete.

Tabela 2. Marcas para o cadete do 1º ano na FAB. Fonte: MCA 37-5/2018 (Plano de avaliação da AFA, 2018).

	Homens		Mulheres	
	Mínimo	Máximo	Mínimo	Máximo
Flexões	25	63	25	44
Abdominais	40	65	34	56
Corrida	2520m	3110m	2110m	2710m

Tabela 3. Marcas para o cadete do 2º ano na FAB. Fonte: MCA 37-5/2018 (Plano de avaliação da AFA, 2018).

	Homens		Mulheres	
	Mínimo	Máximo	Mínimo	Máximo
Flexões	28	66	26	45
Abdominais	41	66	35	57
Corrida	2540 m	3130 m	2140 m	2730 m

Tabela 4. Marcas para o cadete do 3º ano na FAB. Fonte: MCA 37-5/2018 (Plano de avaliação da AFA, 2018).

	Homens		Mulheres	
	Mínimo	Máximo	Mínimo	Máximo
Flexões	28	66	26	45
Abdominais	41	66	35	57
Corrida	2540 m	3130 m	2140 m	2730 m

Tabela 5. Marcas para o cadete do 4º ano na FAB. Fonte: MCA 37-5/2018 (Plano de avaliação da AFA, 2018).

	Homens		Mulheres	
	Mínimo	Máximo	Mínimo	Máximo
Flexões	30	68	27	46
Abdominais	42	67	36	58
Corrida	2560 m	3160 m	2160 m	2750 m

USAF

Treinamento físico

Atualmente a Academia da Força Aérea, realiza o intercâmbio de cadetes com os cadetes da Força Aérea dos Estados Unidos (USAF), com duração de 6 meses. Com o objetivo de promover uma análise das preparações físicas dos futuros oficiais bem como das suas respectivas avaliações, será discorrido neste capítulo como funciona o teste físico na USAF.

O treinamento físico se inicia assim que os cadetes ingressam na academia, eles passam por um treinamento intitulado BCT (treinamento básico de cadetes), que é um programa de seis semanas para adaptar os cadetes à vida militar, que preparam fisicamente, mentalmente e emocionalmente¹⁰.

Após essa fase inicial, que muito exige do cadete durante sua formação, eles são obrigados a participar de programas esportivos que incluem cursos de Educação física, Testes de aptidão física e Esportes competitivos. O programa esportivo faz parte do currículo básico da academia, daí a obrigatoriedade de todo cadete realizá-lo¹⁰.

O programa de testes de condicionamento físico busca promover o máximo de condicionamento físico enquanto na condição de cadetes e desenvolver uma base de condicionamento para uma vida inteira como militares da Força. Para isso, reconhece os cadetes que se destacam em manter sua aptidão física, da seguinte maneira:

Se o cadete se destacar, obtendo o máximo de pontos no Teste de Aptidão Física (PFT) ou Teste de Aptidão Aeróbica (AFT), o mesmo pertencerá ao chamado “500 club”. Já os cadetes que obtiverem grau máximo em ambos os testes pertencerão ao “1000 club”¹⁰.

Avaliação física

Ocorre, portanto, na Academia da Força Aérea dos Estados Unidos, testes de aptidão física a cada semestre, na condição de cadete, que medem força e condicionamento em geral. É necessário ser aprovado tanto no Teste de Aptidão Física (PFT) quanto no Teste de Aptidão Aeróbica (AFT)¹⁰.

O teste de condicionamento físico tem o objetivo de promover o máximo de aptidão aos cadetes, desenvolver uma base para uma vida com um bom condicionamento além de reconhecer os cadetes que se destacam fisicamente.

O PFT é composto de barra fixa, salto em distância, abdominais, flexões e uma corrida em curta distância (600 jardas, equivalente a aproximadamente 548 metros) imagens

dos testes estão apresentadas na figura 3. Sua pontuação é realizada conforme a tabela 6 a seguir:

Figura 3. Teste de Aptidão Física (PFT) e Teste de Aptidão Aeróbica (AFT). Fonte: Site academy admissions, 2020.

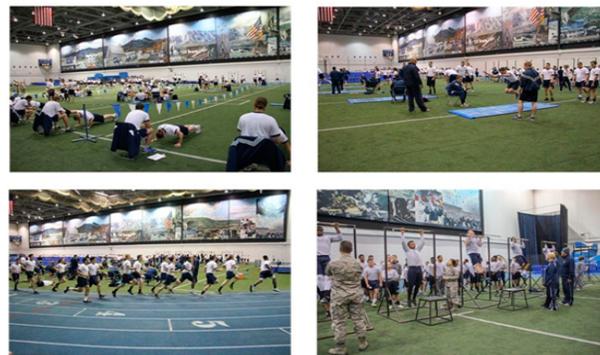


Tabela 6. Marcas para o cadete da USAF. Fonte: Site academy admissions 2020.

	Homens		Mulheres	
	Mínimo	Máximo	Mínimo	Máximo
Barra Fixa	12	21	3	8
Salto em distância	2,35m	2,44m	1,92m	2,19m
Abdominais	71	95	71	95
Flexões	48	72	29	48
Corrida (600 jardas ou 548,64 metros)	1:53	1:35	2:12	1:53

Já o AFT mede a capacidade aeróbica através de uma corrida de 1,5 milhas, que equivalem à aproximadamente 2414 metros e é pontuado conforme a tabela 7 a seguir:

Tabela 7. Marcas para corrida do cadete da USAF. Fonte: Site academy admissions, 2020.

	Homens		Mulheres	
	Mínimo	Máximo	Mínimo	Máximo
Corrida (1,5 milhas ou 2414 metros)	11:15	7:45	13:31	8:55

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Este capítulo faz uma analogia dos testes físicos da FAB e USAF, por meios de comparação de seus respectivos graus mínimos e máximos, busca-se avaliar as exigências físicas com os cadetes de cada Força Aérea.

Para isso, foi necessário escolher um dos esquadrões da Força Aérea Brasileira, visto que o grau exigido varia a cada ano do cadete na Academia. O 4º Esquadrão é na FAB, o grupo de Cadetes que são mais exigidos fisicamente, e, por esse motivo, foi escolhido como base para comparação.

Quanto à quantidade de abdominais e flexões exigidas segue as tabelas comparativas, tabela 8.

Tabela 8. Comparativa de abdominais. (Fonte: próprio autor)

	FAB		USAF	
	Masculino	Feminino	Masculino	Feminino
MÍNIMO	43	37	71	71
MÁXIMO	68	59	95	95

Através da análise da tabela de abdominais, observa-se que a USAF exige um número maior de execuções, entretanto, com um limite de tempo maior, dois minutos, enquanto na FAB o tempo limite para execução é de um minuto. Além disso, pode se observar que não há distinção entre homens e mulheres na execução dos abdominais na USAF.

Analisando a exigência das flexões, observa-se uma distinção maior, no gênero masculino, onde o mínimo exigido pela USAF supera em 16 repetições o exigido pela FAB, por outro lado, as exigências no sexo feminino são bem próximas, como ilustra a tabela 9 a seguir:

Tabela 9. Comparativa de flexões (fonte: próprio autor)

	FAB		USAF	
	Masculino	Feminino	Masculino	Feminino
MÍNIMO	32	29	48	29
MÁXIMO	70	47	72	48

Já os testes de corrida nas Forças são aplicados de maneiras diferentes, sendo o da Força Aérea Brasileira limitado pelo tempo, 12 minutos e o teste da Força Aérea Americana limitado pela distância, 1,5 milha (2414 metros).

Tal fato dificulta uma analogia direta, do nível de dificuldade e exigência de ambos os testes. Para essa comparação tornar-se mais claro analisar as velocidades a serem atingidas

nos testes para definir os graus mínimos e máximos. Vale ressaltar que, para efeitos de comparação, foi adotado o cadete do quarto ano da AFA, como feito anteriormente para flexões de braço e abdominal. Diante do exposto, temos a seguinte comparação descrita na tabela 10.

Tabela 10. Comparativa de corrida (Fonte Próprio autor)

		FAB	USAF
MASCULIN O	MÁXIMO	4,41 m/s ou 15,87 km/h	5,19 m/s ou 18,68 km/h
	MÍNIMO	3,59 m/s ou 12,92 km/h	3,57 m/s ou 12,85 km/h
FEMININO O	MÁXIMO	3,86 m/s ou 13,90 km/h	4,51 m/s ou 16,24 km/h
	MÍNIMO	3,04 m/s ou 10,94 km/h	2,97 m/s ou 10,69 km/h

Com a análise dos dados, pode-se perceber a proximidade das velocidades necessárias para se obter aprovação mínima nos testes de ambas Forças. Entretanto, para obter grau máximo, nota-se uma velocidade exigida maior para os cadetes da USAF, fato atenuado por ser uma distância menor a ser percorrida.

Vale destacar que no teste aplicado na FAB, o avaliado deve, ao término do teste, realizar sua volta à calma deslocando-se no sentido perpendicular ao da extensão do percurso e dentro dos limites da pista, permanecendo assim até que o instrutor anote sua distância percorrida e o libere do teste, de

acordo com a MCA 37-5. Já no teste americano, uma vez que a distância percorrida é fixa, o cadete possui maior liberdade para realizar sua própria desaceleração e volta a calma da maneira como preferir, de maneira ativa ou passiva.

Além dos testes já comparados, a USAF aplica ainda os testes de barra fixa, salto em distância, e uma corrida de curta distância (600 jardas ou 548 metros), testes esses que não são aplicados aos cadetes da Força Aérea Brasileira.

Pontos fortes e limitações do estudo

Os pontos positivos desta pesquisa foram o de realizar uma análise comparativa dos testes para verificar se são de acordo com as capacidades desenvolvidas nas atividades diárias dos Cadetes, tanto da Força Aérea Brasileira, quanto da Força Aérea Americana. Também pode-se verificar as discrepâncias entre os testes das duas instituições, e por fim descrever a atual situação dos testes físicos aplicados aos Cadetes da FAB e suas implicações na formação do Cadete.

CONCLUSÃO

O intuito desse trabalho foi caracterizar a importância do treinamento físico no meio militar, bem como incentivar o aprimoramento constante do mesmo. Deve-se, portanto, buscar aprimorar as formas de avaliação, para que a cobrança seja mais eficiente e o preparo físico realizado de maneira eficaz.

Isto posto, cabe ressaltar que os testes não aplicados aos cadetes da Força Aérea Brasileira (barra fixa, salto em distância e corrida de explosão), não requerem grandes recursos tecnológicos, nem sequer investimentos financeiros, apenas estudos sobre a necessidade e aplicabilidade de tais avaliações.

Ressalto ainda a ausência do teste de natação em ambas as academias, fato que merece total atenção, dada a importância do domínio do meio aquático aos militares, independentemente de sua Força Armada. Assim sendo, saliento que esse trabalho não objetiva criticar de maneira negativa os testes aplicados em ambas Forças Aéreas, apenas levar a reflexão sobre a possibilidade de melhorias, buscando assim, o aprimoramento profissional dos cadetes, que são os futuros líderes de suas Forças.

REFERÊNCIA

1. PEREIRA, E. F.; TEIXEIRA, C. S. Proposta de valores normativos para avaliação da aptidão física em militares da Aeronáutica. *Rev. bras. Educ. Fís. Esp.*, São Paulo, v.20, n.4, p.249-56, out./dez. 2006.
2. BRASIL. Ministério da Defesa. Comando da aeronáutica. Instrução do comando da aeronáutica ICA 54-2. Aplicação do teste de avaliação do condicionamento físico para exames de admissão e de seleção do comando da aeronáutica, 2016.
3. BRASIL. Ministério da Defesa. Comando da aeronáutica. Manual do comando da Aeronáutica MCA 37-5. Plano de avaliação AFA, 2018.
4. World Health Organization. Obesity: preventing and managing the global epidemic report of the WHO. Geneva. 1995.
5. PARIZOTTO, D.; e colaboradores. Obesidade e sua influência na qualidade de vida. *Revista pró-saúde*. Vol. 1. Núm. 11. 2002.

6. MCARDLE, W. D; KATCH, F. I; KATCH, V. L. *Nutrição para o desporto e o exercício*. Rio de Janeiro. Guanabara Koogan. 2001.

7. BEZERRA, T. A. R; SHIMANO, A. C; CAMPOS, F.A.C. Analysis of the forces exerted in flight by Aviator Cadets of the Brazilian Air Force. *Aviation in Focus. Journal of Aeronautical Sciences*, 2014, 5.2: 61-67.

8. PEREIRA e TEIXEIRA, 2006. Proposta de valores normativos para avaliação da aptidão física em militares da Aeronáutica. *Revista Brasileira de Educação Física. Esp.*, São Paulo, v.20, n.4, p.249-56, out./dez. 2006.

9. BRASIL. Comando da Aeronáutica. Educação Física e Desportos. Treinamento Físico Profissional Militar no Comando da Aeronáutica. ICA 54-3. Rio de Janeiro, 2007.

10. THE ACADEMY EXPERIENCE. MILITARY. Disponível em: <<https://www.usafa.edu/cadet-life/military/basic-cadet-training/>>. Acesso em 24/04/2020.

OBSERVAÇÃO: Os autores declaram não existir conflitos de interesse de qualquer natureza.