



ESCOLA DE APERFEIÇOAMENTO DE OFICIAIS DA AERONÁUTICA
CURSO DE APERFEIÇOAMENTO DE OFICIAIS 2/2022

SHAYNE DE SOUZA MATTOS, Cap Int

Atividade física: impacto na produtividade dos militares da Guarnição de Aeronáutica dos Afonsos

Rio de Janeiro

2022

ESCOLA DE APERFEIÇOAMENTO DE OFICIAIS DA AERONÁUTICA
CURSO DE APERFEIÇOAMENTO DE OFICIAIS 2/2022

SHAYNE DE SOUZA MATTOS, Cap Int

Atividade física: impacto na produtividade dos militares da Guarnição de Aeronáutica dos Afonsos

Trabalho de conclusão de curso apresentado no Curso de Aperfeiçoamento de Oficiais da Aeronáutica como requisito parcial para aprovação no Curso de Pós-graduação *Lato Sensu* em Liderança com Ênfase em Gestão no COMAER.

Linha de Pesquisa: Gestão de Pessoas

Orientador: Wellington Azevedo dos Santos,
Maj Inf

Rio de Janeiro

2022

SHAYNE DE SOUZA MATTOS, Cap Int

Atividade física: impacto na produtividade dos militares da Guarnição de Aeronáutica dos Afonsos

Trabalho de conclusão de curso apresentado no Curso de Aperfeiçoamento de Oficiais da Aeronáutica.

Aprovado por:

Edivaldo Pires de **Figueiredo**, Ten Cel Esp Sup Tec
EAOAR

Wellington Azevedo dos Santos, Maj Inf
EAOAR

Rio de Janeiro

2022

RESUMO

A Lei 13.954, de 16 de dezembro de 2019, além da reestruturação da carreira militar, definiu a redução do efetivo das Forças Armadas em dez por cento no período de dez anos. No entanto, não houve alteração na atual carga de trabalho, a qual já é significativa. Para que não haja problemas decorrentes da iminente sobrecarga, faz-se necessário aumentar a capacidade de produção do efetivo. A fim de que seja possível tal aumento, o presente estudo defende que o incentivo à prática regular de atividades físicas aumentará a produtividade dos militares da Guarnição de Aeronáutica dos Afonsos. O primeiro argumento versa sobre o impacto da atividade física na redução do absenteísmo, uma vez que melhora a condição física, mental e emocional dos indivíduos. O segundo argumento traz informações sobre a redução do presenteísmo, visto que a prática de atividades físicas diminui fatores de risco que contribuem para o fenômeno, como o excesso de peso e o estresse. Dessa forma, ao incentivar a prática de atividade física, haverá a redução do absenteísmo e do presenteísmo, eliminando possíveis óbices decorrentes da supramencionada alteração devido ao aumento da produtividade dos envolvidos. Tal resultado pode trazer benefícios não apenas para a localidade analisada, mas para toda a FAB. Outra vantagem obtida com o estímulo da prática seria a melhora do desempenho operacional da Força, destacando-a no cenário internacional e corroborando para o cumprimento de sua missão com eficiência, eficácia e efetividade, garantindo a defesa da Pátria e a soberania do espaço aéreo brasileiro.

Palavras-chave: Atividade Física. Produtividade. Absenteísmo. Presenteísmo.

1 INTRODUÇÃO

Com a aprovação da Lei 13.954, ocorrida em 16 de dezembro de 2019 (BRASIL, 2019), houve a reestruturação da carreira militar no Brasil. Uma das consequências das diversas modificações ocorridas é a redução do efetivo das Forças Armadas em 10% (dez por cento), que deverá ocorrer no período de 10 (dez) anos.

No entanto, no que tange à Força Aérea Brasileira (FAB), não há previsão de alteração em sua missão institucional. Ou seja, não haverá redução na quantidade das tarefas anteriormente designadas e a qualidade dos resultados deverá continuar exemplar.

Sendo assim, faz-se necessário que sejam realizadas ações no sentido de se buscar um aumento na produtividade do efetivo, a fim de que o nível de excelência dos serviços prestados se mantenha, apesar da iminente redução de pessoal.

A produtividade, ou a capacidade de produzir, pode ser influenciada por diversos fatores, sejam eles físicos ou emocionais. Por exemplo, uma estrutura inadequada para a manutenção de determinado avião pode diminuir a produtividade dos graduados, bem como a sobrecarga de trabalho pode desmotivar um colaborador, culminando também na queda de resultados.

Caso não sejam adotadas medidas eficazes para aumentar a produtividade do efetivo, o excesso de trabalho pode trazer prejuízos para a FAB, visto que alguns indivíduos podem desenvolver doenças, como a Síndrome de *Burnout* por exemplo, a qual gera afastamento por motivo de saúde.

Diversas formas de aumentar a produtividade nas organizações estão sendo estudadas e uma em especial está presente na rotina militar e pode ser uma importante ferramenta para que a Força Aérea não sofra prejuízos em seus resultados: a atividade física.

O presente estudo tem como objetivo defender que o incentivo à prática regular de atividades físicas aumentará a produtividade dos militares da Guarnição de Aeronáutica dos Afonsos.

Para tanto, argumenta-se que a adoção de políticas de incentivo à prática regular de atividades físicas e a conscientização tanto de chefes como de subordinados de sua importância resultará em um aumento na produtividade através da redução do absenteísmo (que seria o tempo afastado do trabalho por doença ou

invalidez), uma vez que as atividades melhoram a condição física, mental e emocional dos indivíduos.

Além disso, outro argumento que será discutido é que tal prática também reduzirá o presenteísmo (quando o indivíduo, mesmo que fisicamente presente no trabalho, não consegue se concentrar, apresentando produtividade reduzida), visto que a prática de atividades físicas diminui fatores de risco que contribuem para o fenômeno, como o excesso de peso e o estresse.

2 DESENVOLVIMENTO

Ainda que a manutenção da higidez física seja uma obrigação do militar prevista no Estatuto dos Militares (BRASIL, 1980), observações empíricas realizadas pela autora do presente estudo permitem afirmar que boa parte do efetivo da Guarnição de Aeronáutica dos Afonsos (GUARNAEAF) não pratica atividades físicas com regularidade.

No ano de 2004, um estudo com 300 (trezentos) militares pertencentes a 37 (trinta e sete) Organizações Militares (OM) da FAB espalhadas pelo país foi realizado por Bonfim (2004). Foi possível constatar que, ainda que a prática de atividade física seja obrigatória e prevista no Quadro de Trabalho Semanal (QTS) de todas as OM, não havia um controle eficaz das faltas ocorridas e que somente indivíduos que possuíam grande afinidade com a atividade participavam. Segundo o autor, muitas vezes a atividade tinha um enfoque lúdico e não era acompanhada por profissionais capacitados.

Ademais, o estudo observou que muitos indivíduos não compareciam às atividades pois precisavam realizar tarefas diversas nos horários previstos e defendeu que ações do Comandante, a fim de estimular a prática, era de fundamental importância.

Atualmente, o quadro permanece o mesmo. Muitos militares são desestimulados a participarem das atividades físicas já que a própria chefia desconhece os benefícios que seriam obtidos para a Instituição, por vezes marcando reuniões nos horários reservados em QTS para a prática. Nesse sentido, políticas de incentivo e a conscientização dos benefícios tornou-se fundamental.

Para o presente estudo, dois dos diversos benefícios obtidos com a prática regular de atividades físicas serão analisados, visto que ambos refletem diretamente

nos resultados do indivíduo no trabalho e podem contribuir para o aumento da produtividade do efetivo da FAB: a redução do absenteísmo e do presenteísmo.

2.1 Redução do absenteísmo

O absenteísmo é a ausência do servidor ao trabalho. Esse indicador representa as faltas do trabalhador em relação ao número de dias que ele deveria trabalhar (CHIAVENATO, 2000).

A falta de um colaborador ao trabalho de forma recorrente gerará prejuízos à organização, além de sobrecarregar os demais trabalhadores. No âmbito da GUARNAEAF, o quadro é ainda mais grave visto que cada indivíduo, além da rotina em sua respectiva seção, também participa de diversas atividades que ocorrem em paralelo, como comissões de prova por exemplo, bem como faz parte da equipe de segurança na maioria dos casos. Quando a ausência ocorre por motivos não voluntários ou justificáveis, é interessante que se busque o fator motivador para que a situação seja controlada.

O termo absenteísmo-doença pode ser definido como a “ausência ao trabalho decorrente de uma incapacidade do indivíduo, exceto por gestação ou prisão” e há estudos que buscam entender tal fenômeno a fim de minimizar seu impacto nas organizações (SANTI *et al.*, 2018). Uma das principais causas do afastamento dos trabalhadores tem origem mental e comportamental (CORRÊA; OLIVEIRA, 2020).

Sendo assim, tornou-se imperativo que as instituições busquem formas de evitar o problema e, atualmente, sabe-se que uma das ferramentas que podem ser adotadas a fim de reduzir o absenteísmo é a prática regular de atividades físicas (GRIMANI; ABOAGYE; KWAK, 2019). No âmbito da FAB, ao melhorar as condições de saúde física, mental e comportamental dos militares através da prática, o número de faltas seria reduzido.

Uma Revisão Sistemática realizada por Grimani, Aboagye e Kwak (2019) avaliou diferentes estudos quanto à eficácia em melhorar a produtividade no trabalho. As intervenções focaram em hábitos de vida saudáveis, como estimular a prática de atividade física e a nutrição de qualidade. Tal revisão trouxe em sua conclusão que as evidências científicas mostram ser possível influenciar os resultados positivamente, especialmente o absenteísmo, por meio de esforços de promoção da saúde, incluindo intervenções de atividade física.

Outro estudo, realizado por Ribas *et al.* (2020), traz informações que corroboram com a redução das ausências devido à prática de atividades físicas, identificando diferenças significativas entre grupos ativos e não ativos, sendo que o grupo ativo foi o que apresentou menor número de afastamentos.

Com isso, pode-se verificar que o estímulo da prática regular de atividades físicas melhora as condições de saúde física, mental e comportamental dos indivíduos, podendo aumentar a produtividade do efetivo da GUARNAEAF ao reduzir a taxa de absenteísmo.

2.2 Redução do Presenteísmo

O presenteísmo é um tema ainda pouco estudado, mas que vem ganhando destaque na última década devido ao seu impacto na produtividade. Pode ser definido como um “absenteísmo de corpo presente” já que o indivíduo, embora encontre-se fisicamente no trabalho, mentalmente está fora dele. Os prejuízos causados pelo fenômeno podem ser três vezes maiores que os do absenteísmo, visto que não há a substituição do afetado, causando enormes prejuízos às organizações (SANTOS; PASSONI, 2020).

Sendo assim, focar apenas em diminuir as faltas dos colaboradores ao expediente não trará resultados efetivos na produtividade caso eles não estejam focados em seu trabalho, prestando atenção no que de fato deveriam estar fazendo. Poderia, inclusive, tornar-se algo perigoso na rotina militar, visto que muitas atividades de segurança ou operacionais exigem a aplicação correta de procedimentos complexos.

Por exemplo, um mecânico de aeronaves necessita estar totalmente focado no serviço para que não haja erros técnicos, os quais poderiam causar a queda de uma aeronave e a perda de muitas vidas, além do prejuízo financeiro.

Outro exemplo relevante que pode ser citado é o dos controladores de voo. Todas as aeronaves que pousam e decolam incessantemente por todo o Brasil, transportando vidas e cargas valiosas, são controladas por graduados da FAB. Tal serviço exige uma capacidade de concentração enorme e a segurança de voo seria seriamente comprometida caso um desses profissionais estivesse mentalmente desconectado.

Embora o presenteísmo possa parecer de difícil resolução dado o impacto que é capaz de causar na produtividade, a FAB conta, mais uma vez, com a prática de atividades físicas como importante ferramenta para reduzir tal efeito.

Um levantamento realizado nas diversas bases de dados, realizado por Cancelliere *et al.* (2011), identificou que potenciais fatores de risco que contribuem para o presenteísmo incluem excesso de peso, falta de exercício e alto estresse, características observadas pela autora do presente trabalho no efetivo da GUARNAEAF. Ou seja, tais fatores podem ser controlados de maneira simples caso o treinamento físico ocorra.

Um estudo realizado com trabalhadores japoneses buscou elencar as causas do presenteísmo e concluiu que, dentre os fatores que o impactam, estão fatores relacionados à saúde do colaborador, incluindo seus hábitos de exercício físico (GOTO *et al.*, 2020). Ao incentivar a prática de atividades físicas na GUARNAEAF, haverá melhora na condição de saúde dos militares de forma geral, reduzindo a incidência do fenômeno estudado.

Uma outra pesquisa, realizada por Hunter *et al.* (2021) na Austrália e na Nova Zelândia, demonstrou que ser ativo fisicamente foi associado a maiores habilidades físicas, mentais e de desempenho no trabalho (ou seja, menor presenteísmo). Tal estudo concluiu que os empregadores devem apoiar oportunidades para que seus empregados realizem atividade física regular como uma das ações para melhorar o desempenho dos seus trabalhadores.

Com base nos estudos relatados, é possível verificar que o incentivo à prática regular de atividades físicas pelo efetivo da GUARNAEAF aumentará a produtividade, pois tal prática tem impacto significativo na redução do presenteísmo ao reduzir os fatores de risco relacionados ao fenômeno, como o estresse e o excesso de peso.

3 CONCLUSÃO

A iminente redução do efetivo das Forças Armadas, decorrente da aprovação da Lei 13.954, de 16 de dezembro de 2019, traz preocupações quanto à produtividade dos militares, visto que a missão deverá ser cumprida com uma quantidade menor de colaboradores. O presente trabalho buscou defender que o incentivo à prática regular de atividades físicas aumentará a produtividade dos militares da GUARNAEAF. Tal aumento garantirá que a Guarnição permaneça

prestando um serviço de excelente qualidade para a sociedade, apesar da alteração que ocorrerá.

No primeiro argumento, foi apresentado o conceito de absenteísmo, ou faltas ao trabalho por incapacidade não prevista. Foi possível constatar que a prática regular de atividades físicas reduz tal fenômeno ao melhorar as condições mentais e comportamentais dos indivíduos, principais causas de afastamento, além de melhorar a saúde dos trabalhadores de forma geral.

O segundo argumento discorre sobre o presenteísmo, ou absenteísmo de corpo presente, quando o indivíduo está mentalmente afastado do trabalho. Foi comprovada a relação entre a prática de atividades físicas e a redução do presenteísmo, já que a prática reduz os fatores de risco que contribuem para o fenômeno, como excesso de peso e alto nível de estresse.

Sendo assim, com base nos argumentos apresentados, é possível afirmar que o incentivo à prática regular de atividades físicas aumentará a produtividade dos militares da Guarnição de Aeronáutica dos Afonsos.

Tal tese pode ser, ainda, aplicada às demais Guarnições de Aeronáutica espalhadas por todo o território nacional, contribuindo para o aumento da produtividade da Força Aérea como um todo. Além dos benefícios mencionados, o estímulo da prática melhoraria o desempenho operacional da Força Aérea, destacando-a no cenário internacional, corroborando para o cumprimento de sua missão com eficiência, eficácia e efetividade, garantindo a defesa da Pátria e a soberania do espaço aéreo brasileiro.

REFERÊNCIAS

BONFIM, Alexander Barreiros Cardoso. **Motivações e barreiras na prática de atividades físicas no Comando da Aeronáutica**. 2004. Dissertação (Mestrado em Ciência da Motricidade Humana) – Universidade Castelo Branco, Rio de Janeiro, 2004.

BRASIL. Lei nº 13.954, de 16 de dezembro de 2019. Altera a Lei nº 6.880, de 9 de dezembro de 1980 (Estatuto dos Militares), a Lei nº 3.765, de 4 de maio de 1960, a Lei nº 4.375, de 17 de agosto de 1964 (Lei do Serviço Militar), a Lei nº 5.821, de 10 de novembro de 1972, a Lei nº 12.705, de 8 de agosto de 2012, e o Decreto-Lei nº 667, de 2 de julho de 1969, para reestruturar a carreira militar e dispor sobre o Sistema de Proteção Social dos Militares; revoga dispositivos e anexos da Medida Provisória nº 2.215-10, de 31 de agosto de 2001, e da Lei nº 11.784, de 22 de setembro de 2008; e dá outras providências. **Diário Oficial [da] República**

Federativa do Brasil, Brasília, DF, 2019. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/lei-n-13.954-de-16-de-dezembro-de-2019-233744070>. Acesso em: 01 jul. 2021.

BRASIL. Lei nº 6.880, de 09 de dezembro de 1980. Dispõe sobre o Estatuto dos Militares. **Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil**, Brasília, DF, 1980. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l6880.htm. Acesso em: 01 jul. 2021.

CANCELLIERE, Carol et al. Are workplace health promotion programs effective at improving presenteeism in workers? A systematic review and best evidence synthesis of the literature. **BMC public health**, v. 11, n. 1, p. 1-11, 2011. Disponível em: <https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2458-11-395>. Acesso em: 01 jul. 2021.

CHIAVENATO, Idalberto. **Recursos humanos na empresa**. São Paulo: Atlas, 2000.

CORRÊA, Paula; OLIVEIRA, Paulo Antônio Barros. O absenteísmo dos servidores públicos estaduais de Santa Catarina. **Revista Prâksis**, v. 1, p. 57-76, 2020. Disponível em: <https://periodicos.feevale.br/seer/index.php/revistapraksis/article/view/2079>. Acesso em: 01 jul. 2021.

GOTO, Eiko et al. Presenteeism among workers: health-related factors, work-related factors and health literacy. **Occupational Medicine**, v. 70, n. 8, p. 564-569, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33180107/>. Acesso em: 01 jul. 2021.

GRIMANI, Aikaterini; ABOAGYE, Emmanuel; KWAK, Lydia. The effectiveness of workplace nutrition and physical activity interventions in improving productivity, work performance and workability: a systematic review. **BMC public health**, v. 19, n. 1, p. 1-12, 2019. Disponível em: <https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-019-8033-1>. Acesso em: 01 jul. 2021.

HUNTER, Jayden et al. Relationships between Physical Activity, Work Ability, Absenteeism and Presenteeism in Australian and New Zealand Adults during COVID-19. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 23, p. 12563, 2021. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/356617593_Relationships_between_Physical_Activity_Work_Ability_Absenteeism_and_Presenteeism_in_Australian_and_New_Zealand_Adults_during_COVID-19. Acesso em: 01 jul. 2021.

RIBAS, Thiago Mattus et al. Impact of physical activity levels on musculoskeletal symptoms and absenteeism of workers of a metallurgical company. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 18, n. 4, p. 425, 2020. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7934174/>. Acesso em: 01 jul. 2021.

SANTI, Daniela Bulcão et al. Absenteísmo-doença no serviço público brasileiro: uma revisão integrativa da literatura. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 16,

n. 1, p. 71-81, 2018. Disponível em: <http://www.rbmt.org.br/details/296/pt-BR>. Acesso em: 01 jul. 2021.

SANTOS, Mayara de Assis; PASSONI, Sheyla Valkiria Dias. **A desconstrução do presenteísmo a partir da qualidade de vida no trabalho**. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Administração) – Rede Doctum de Ensino, Juiz de Fora, 2020. Disponível em: <http://dspace.doctum.edu.br:8080/xmlui/handle/123456789/372>. Acesso em: 01 jul. 2021.