



**ESTADO DA PARAÍBA  
POLÍCIA MILITAR  
COMISSÃO COORDENADORA**

Aprovo:

\_\_\_\_\_  
Cmt Geral

**ADITIVO Nº 001 ao Edital nº 002/2009 – CHO PM/BM**

**Processo Seletivo Interno para o Curso de Habilitação de Oficiais 2010 da Polícia Militar e do Corpo de Bombeiros Militar do Estado da Paraíba**

**A COMISSÃO COORDENADORA DO PROCESSO SELETIVO INTERNO PARA O CURSO DE HABILITAÇÃO DE OFICIAIS PM/BM PARA O ANO 2010, em cumprimento ao disposto na Lei Estadual nº 4.025, de 30 de novembro de 1978, e na Lei Complementar nº 87, de 02 de dezembro de 2008, usando da competência que lhe foi atribuída pela Portaria nº GCG/0083/2009-CG; e**

Considerando que o Vice-Diretor de Saúde e Assistente Social mediante o ofício nº 0517/2009-DAS, endereçado ao Presidente da Comissão Coordenadora, sugeriu alterações e complementações de subitens do Edital nº 002/2009 – CHO PM/BM;

Considerando que, o Presidente da Comissão para o Exame de Aptidão Física, mediante o Ofício nº 001/2009-CEF-CHO PM/BM - 2010, endereçado ao Presidente da Comissão Coordenadora, solicitou a complementação com subitens ao Edital nº 002/2009 – CHO PM/BM, contendo a descrição das condições de execução de cada prova do Exame de Aptidão Física;

Considerando, por fim, o que ficou decidido em reunião realizada entre o Presidente da Comissão para o Exame de Saúde, o Presidente da Comissão do Exame Físico e o Presidente desta Comissão,

**RESOLVE:**

1º. Tornar público as alterações e complementações dos subitens relativos ao Exame de Saúde abaixo mencionados, do Edital nº 002/2009 – CHO PM/BM, **PUBLICADO NO BOL PM Nº 0135 DE 06 DE AGOSTO DE 2009** que passam a vigorar com a seguinte redação:

(...)

**6.1.3** Será realizado no Centro de Educação, nesta Capital, por Comissão instituída por ato do Comandante-Geral da Polícia Militar, para o qual a Comissão Coordenadora do Processo Seletivo Interno convocará os candidatos aprovados no PSS-2010, para se submeter a esse Exame em data, turno e horário a serem estabelecidos em ato convocatório, que será

divulgado através do endereço eletrônico da PMPB “<http://www.pm.pb.gov.br/newsite>” e publicado nos Boletins da Polícia Militar e do Corpo de Bombeiros Militar e **constará dos seguintes exames:**

**6.1.3.1 Médico – realizado por Oficiais médicos dos quadros da diretoria de saúde e assistência social (DSAS) da Corporação.**

**6.1.3.2 Subsidiários** – esses exames deverão ser realizados, às expensas do candidato, considerados válidos os originais e que tenham sido expedidos nos últimos 90 (noventa) dias, anteriores à data de realização do exame do candidato, com o objetivo de determinar a emissão de parecer conclusivo sobre o seu estado geral de saúde. Para efeitos deste Edital são considerados exames subsidiários os seguintes:

- a) Radiografia do Tórax em PA, **acompanhado com o respectivo laudo médico;**
- b) Teste Ergométrico, **acompanhado com o parecer do médico cardiologista;**
- c) Hemograma Completo (inclusive Contagem de Plaquetas);
- d) Glicemia em Jejum;**
- e) Sumário de Urina.

**6.1.4** Os Exames Subsidiários estabelecidos no Subitem **6.1.3.2** deste Edital, serão entregues, impreterivelmente, no local, data e horário definidos no ato convocatório, momento em que o candidato se apresentará para a realização do Exame de Saúde.

**6.1.5** Após a análise dos Exames Subsidiários e Inspeção de Saúde nos candidatos, a Comissão do Exame de Saúde emitirá parecer conclusivo individual da aptidão ou inaptidão, de cada candidato para o Curso de Habilitação de Oficiais PM/BM, em Ficha, que deverá ser assinada pelos médicos integrantes da referida comissão e registrada em ata, **que em caso de inaptidão, deverá obrigatoriamente constar o(s) motivo(s) da inaptidão de cada candidato, devendo ser** assinada pelo Presidente da Comissão do Exame de Saúde e pelo seu Secretário.

2º. Tornar público o acréscimo dos subitens abaixo mencionados ao Edital nº 002/2009 – CHO PM/BM, **PUBLICADO NO BOL PM Nº 0135 DE 06 DE AGOSTO DE 2009, referentes às condições gerais de execução das provas do Exame de aptidão física** que passam a vigora com a seguinte redação:

(...)

**6.2.5** Para a realização do Exame de Aptidão Física, o candidato para ser considerado apto, deverá cumprir o parâmetro mínimo exigido na atividade, o tempo máximo e o número máximo de tentativas que constam no quadro do **subitem 6.2.3 deste Edital, assim**

como as condições gerais de execução, por prova e sexo, de acordo com as condições gerais de execução abaixo discriminadas:

#### **6.2.5.1 FLEXÕES DE BRAÇOS (MASCULINO)**

##### **a) Posição inicial:**

Em terreno plano, liso e, preferencialmente, na sombra, o militar deverá se deitar em decúbito ventral, apoiando o tronco e as mãos no solo, ficando as mãos ao lado do tronco com os dedos apontados para frente e os polegares tangenciando os ombros, permitindo, assim, que as mãos fiquem com um afastamento igual à largura do ombro. Após adotar a abertura padronizada dos braços, deverá erguer o tronco até que os braços fiquem estendidos, mantendo os pés unidos e apoiados sobre o solo.

##### **b) Execução:**

Ao comando de **“INICIAR”**, dado pelo examinador, o militar deverá abaixar o tronco e as pernas ao mesmo tempo, flexionando os braços paralelamente ao corpo até que o cotovelo ultrapasse a linha das costas, ou o corpo encoste no solo. Estenderá, então, novamente, os braços, erguendo, simultaneamente, o tronco e as pernas até que os braços fiquem totalmente estendidos, quando será completada uma repetição. Cada militar deverá executar as flexões de braços sucessivas e sem limite de tempo, o ritmo, sem paradas, será opção do militar.

#### **6.2.5.2 FLEXÕES DE BRAÇOS COM O APOIO DOS JOELHOS NO SOLO (FEMININO):**

##### **a) Posição inicial:**

A candidata posiciona-se de pé a frente do examinador. Ao este comandar **“em posição”**, a candidata tomará a posição de frente ao solo com os braços completamente estendidos, palmas das mãos apoiadas sobre o solo com os dedos voltados para frente, os joelhos e pontas dos pés em contato com o solo. O quadril, tronco ou pernas não poderão apresentar flexão na posição inicial e durante a execução do movimento.

##### **b) Execução:**

Ao comando de **"iniciar"**, dado pelo examinador, a candidata flexionará simultaneamente os braços até que as pontas dos cotovelos atinjam ou ultrapassem o plano das costas. Em seguida, voltará à posição inicial pela extensão completa dos braços. Durante a execução do teste, a candidata não poderá apoiar no solo qualquer parte do corpo, **exceto mãos, joelhos e pontas dos pés.**

### **6.2.5.3 FLEXÕES DE BRAÇOS NA BARRA FIXA:**

#### **a) Posição inicial**

O militar, sob a barra, deverá empunhá-la com a pegada em pronação (palma da mão para frente), com o polegar envolvendo-a. As mãos deverão permanecer com um afastamento entre si correspondente à largura dos ombros, estando os braços totalmente estendidos e o corpo deverá estar estático, até a execução da atividade.

#### **b) Execução**

Após a ordem de iniciar, o militar deverá executar uma flexão dos braços na barra até que o queixo ultrapasse completamente a barra (estando a cabeça na posição natural, sem hiperextensão do pescoço) e, imediatamente, descer o tronco até que os cotovelos fiquem completamente estendidos, quando será completada uma repetição. O ritmo das flexões de braços na barra é opção do militar, o movimento é repetido tantas vezes quanto possível até que se atinja o número mínimo exigido na atividade e sem limite de tempo. As pernas poderão ser flexionadas, lançadas para frente ou para trás, porém não poderão ser apoiadas nas colunas de sustentação das barras fixas, nem tocar os pés no solo. As flexões de braços na barra fixa serão sucessivas e sem limite de tempo, o ritmo, sem paradas, será opção do militar.

#### **Observações:**

- na primeira tentativa, ocorrendo um das hipóteses abaixo, a atividade será considerada não realizada, mas o candidato terá ainda o direito a uma segunda tentativa:

◆ saltar para a barra e executar a atividade sem partir da posição estática;

◆ saltar da barra antes que os cotovelos fiquem completamente estendidos, quando da finalização do número mínimo exigido;

◆ apoiar-se com as pernas nas colunas de sustentação das barras fixas, pra a realização da atividade.

- **na ocorrência de uma das 03 (três) hipóteses acima, na segunda tentativa, o candidato será automaticamente considerado inapto.**

### **6.2.5.4 CORRIDA DE FUNDO (AMBOS OS SEXOS):**

Na posição inicial de pé, cada militar deverá correr ou andar a distância mínima estabelecida para sua faixa etária e sexo, no tempo máximo de 12 minutos, podendo haver ou não interrupções ou modificações do ritmo da corrida. A prova deverá ser

realizada em piso plano, sendo aceitáveis pequenos desníveis compensados ao longo do percurso.

A prova será individual, não sendo permitido qualquer ajuda de terceiros ou mesmo de outro candidato.

#### **6.2.5.5 ABDOMINAL (AMBOS OS SEXOS):**

##### **a) Posição inicial**

O (A) militar deverá tomar a posição deitado em decúbito dorsal com o corpo completamente estendido, tendo os braços distendidos no prolongamento do corpo, com os cotovelos ao lado da cabeça.

##### **b) Execução**

O (A) militar por contração da musculatura abdominal, curvar-se-á na posição sentada, flexionando simultaneamente os joelhos, pelo menos até o nível em que ocorra a passagem dos braços distendidos e paralelos ao solo, ao lado dos joelhos, tomando-se por base os cotovelos, os quais devem passar a linha formada pelos joelhos, retornando o(a) militar a posição inicial (decúbito dorsal) até que toque o solo com as mãos, estando os braços distendidos, quando será completada uma repetição. A partir dessa posição inicia-se um novo movimento.

**Os movimentos serão sucessivos e sem interrupção; não será computado o movimento incompleto.**

**6.2.6** As medidas e aferições dos locais de testes serão da responsabilidade da Comissão do Exame de Aptidão Física.

**6.2.7** Para o exame físico o(a) militar deverá estar trajando, calção (short), camiseta e tênis, **não sendo permitido o uso de nenhum outro meio que lhe ofereça melhor performance;**

**6.2.8** Após a realização de cada prova, a Comissão do Exame Físico emitirá parecer conclusivo individual da aptidão ou inaptidão de cada militar, em ficha, que deverá ser assinada pelos integrantes da referida comissão e registrado em ata, que seguirá assinada pelo Presidente e Secretário da Comissão.

3º Dispor que permanecem inalterados os demais itens e subitens do Edital nº 002/2009 – CHO PM/BM.

**4º DIVULGAR** o presente aditivo nos Boletins Gerais da Polícia e Bombeiros Militar, bem como o **DISPONIBILIZE** na **INTERNET** através do endereço eletrônico ([www.pm.pb.gov.br/newsite](http://www.pm.pb.gov.br/newsite)).

Quartel do Comando Geral em João Pessoa, PB, 28 de dezembro de 2009.

**JOSÉ GOMES DA SILVA – Cel QOC**  
**Presidente da Comissão**