

Insuficiente ejercicio, su incidencia en el rendimiento en las pruebas físicas de la policía nacional

Insufficient Exercise, its Impact on Physical Tests Performance of the National Police Exercício insuficiente, seu impacto no desempenho em testes físicos da polícia nacional

Autor: Flores Moreira Erika Paulina
Epflores6@espe.edu.ec

Tutor: Romero Frómata Edgardo
eeromero4@espe.edu.ec

fecha de publicación: 18 de febrero del 2021

Dirección web del artículo en la revista indexada:
<https://doi.org/10.46642/efd.v25i274.2817>

Resumen

Introducción: La preparación física en las instituciones policiales es un supuesto esencial para el óptimo funcionamiento. Diagnosticar sus particularidades permite establecer a futuro acciones que tributen al perfeccionamiento del proceso de preparación policial. **Objetivo:** Analizar si la inactividad física influyó en los resultados físicos anuales del personal de la Policía Nacional en el Servicio Preventivo del Distrito Sur de Guayaquil. **Métodos:** Se selecciona para encuestar a una muestra representativa de policías de la localización antes mencionada (64 sujetos), aplicando un cuestionario con catorce preguntas, siendo la investigación de tipo descriptiva-analítica. **Resultados:** Los datos analizados demostraron que el 97% de los encuestados estuvieron de acuerdo en que la inactividad física influyó negativamente en su rendimiento físico, y como parte de esto los porcentajes adicionales estudiados demostraron dificultades en el proceso de dirección del cuerpo policial. **Conclusiones:** Existe la necesidad de establecer estrategias de intervención con actividad física especializada al cuerpo policial estudiado. Se requiere concientizar a los mandos superiores de la necesidad de emplear un tiempo adecuado dentro del horario laboral para la práctica de diversos contenidos de la preparación que mejoren la condición física del cuerpo policial.

Palabras clave:

- **EJERCICIO FÍSICO.**
- **RENDIMIENTO FÍSICO.**
- **PRUEBAS FÍSICAS.**
- **POLICÍA.**

**Insuficiente ejercicio, su incidencia en el
rendimiento en las pruebas físicas de la policía
nacional**

**Insufficient Exercise, its Impact on Physical Tests Performance of the National
Police Exercício insuficiente, seu impacto no desempenho em testes físicos da
policia nacional**

Autor: Flores Moreira Erika Paulina
Epflores6@espe.edu.ec

Tutor: Romero Frómata Edgardo
eeromero4@espe.edu.ec

fecha de publicación: 18 de febrero del 2021

Dirección web del artículo en la revista indexada:
<https://doi.org/10.46642/efd.v25i274.2817>

Abstract

Introduction: Physical preparation in police institutions is an essential assumption for optimal functioning, diagnosing its particularities allows future actions to be established that contribute to improvement of the police preparation process.

Objective: Analyze whether physical inactivity influenced the annual physical results of the National Police personnel in the Preventive Service of the Guayaquil Southern District.

Methods: A representative sample of police officers from the aforementioned location (64 subjects) was selected to survey, applying a questionnaire with fourteen questions, the research being descriptive-analytical. Results: The data analyzed showed that 97% of the respondents agreed that physical inactivity had a negative influence on their physical performance, and as part of this, the additional percentages studied showed difficulties in the directing process of the police force. Conclusions: There is a need to establish intervention strategies with specialized physical activity for the studied police force. It is necessary to make superiors aware of the need to use adequate time within working hours to practice various contents of the preparation that improve the police force physical condition.

Keywords:

- **PHYSICAL EXERCISE.**
- **PHYSICAL PERFORMANCE.**
- **EXERCICE TESTS.**
- **POLICE.**