

PARA QUE SERVEM AS CANÇÕES MILITARES? UM ESTUDO SOBRE OS EFEITOS PSICOFÍSICOS DA MÚSICA EM ALUNOS DE CURSOS DE FORMAÇÃO POLICIAL MILITAR

*Leon Denis da Costa*¹⁸

*Márcio de Paula*¹⁹

*Hugo Aragão*²⁰

Resumo: Este artigo tem como objetivo analisar as funções e os efeitos das canções militares (CMs) nos treinamentos físicos realizados durante os cursos de formação da Polícia Militar de Goiás. Partindo de uma abordagem interdisciplinar, a pesquisa integra revisão bibliográfica e levantamento empírico, com base na aplicação de um questionário estruturado contendo 27 questões objetivas. O instrumento foi respondido por 1.169 integrantes em formação entre junho e novembro de 2023. Os dados revelam que as canções militares são amplamente percebidas como recursos eficazes para elevar a motivação, melhorar o desempenho físico, promover a coesão grupal e fortalecer a identidade profissional. Além de atuarem como estímulo psicofísico durante atividades intensas, essas canções também exercem funções simbólicas e pedagógicas, relacionadas à preservação da tradição, à transmissão de valores institucionais e ao reforço do espírito de corpo. Embora os resultados indiquem efeitos predominantemente positivos, reconhece-se a limitação da pesquisa quanto à ausência de análise do conteúdo lírico das canções, sugerindo-se a realização de estudos futuros com foco qualitativo e análise crítica das letras, a fim de aprofundar a compreensão sobre seus impactos na formação policial.

Palavras-chave: Música; Cursos de formação; Motivação; Espírito de Corpo; Efeitos psicofísicos; Polícia Militar de Goiás.

WHAT IS THE ROLE OF MILITARY SONGS? A STUDY ON THE PSYCHOPHYSICAL EFFECTS OF MUSIC ON STUDENTS IN MILITARY POLICE TRAINING COURSES

Abstract: This article aims to analyze the functions and effects of military chants (MCs) during physical training in the training courses of the Military Police of Goiás, Brazil. Based on an interdisciplinary approach, the research combines a literature review with empirical data collected through a structured questionnaire containing 27 multiple-choice questions. The instrument was answered by 1,169 trainees between June and November 2023. The data reveal that military chants are widely perceived as effective tools for increasing motivation, enhancing physical performance, promoting group cohesion, and strengthening professional identity. In addition to serving as psychophysical stimuli during intense activities, these chants also perform symbolic and pedagogical functions, contributing to the preservation of tradition, the transmission of institutional values, and the reinforcement of esprit de corps. Although the results indicate predominantly positive effects, the study acknowledges the limitation of not analyzing the lyrical content of the chants. Future research is recommended to adopt a qualitative focus and critical analysis of the lyrics in order to deepen the understanding of their impact on police training.

Keywords: Music; Training courses; Motivation; Esprit de corps; Psychophysical effects; Military Police of Goiás.

18 Tenente-Coronel da Polícia Militar do Estado de Goiás (2021). Mestre em Sociologia pela Universidade Federal de Goiás (2016). Especialista em Altos Estudos de Segurança Pública / UEG/SSPGO (2022). Especialista em Gerenciamento de Segurança Pública (2013) Especialista em Docência do Ensino Superior (2013). Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6061682489349264>

19 Possui Graduação em Educação Física pela Unievangélica - Centro Universitário (2007), Especializações em Fisiologia do Exercício e Treinamento Esportivo pelo Centro Universitário de Volta Redonda (2008), Exercício Físico e Treinamento Esportivo para Grupos Especiais (2010) e em Personal Training - Metodologia do Treinamento Personalizado (2017). Lattes: <http://lattes.cnpq.br/2380555827934139>

20 Possui graduação em Gestão Pública pela Faculdade Processus(2017). Atualmente é Policial Penal da Diretoria Geral de Administração Penitenciária. Tem experiência na área de Administração, com ênfase em Gestão Pública. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/0918738140654837>

1 Introdução

Para exercer o cargo e a função de policial militar, após ser aprovado em concurso público específico, nos termos da legislação brasileira, o candidato nomeado passa por um curso de formação profissional, executado no Comando da Academia de Polícia Militar (CAPM), órgão responsável pelo ensino, instrução e pesquisa na Polícia Militar do Estado de Goiás (PMGO).

O curso de formação visa promover o desenvolvimento de competências necessárias para o exercício da profissão de policial militar, proporcionando tanto a formação militar quanto a policial. Nesse processo, o aluno é imerso na cultura militar, sendo socializado segundo normas, valores, tradições e regulamentos militares, além dos conhecimentos, habilidades e atitudes relacionadas à ocupação policial, com qualificação técnica e profissional para o uso da força e demais procedimentos operacionais exigidos pela função.

Um dos recursos utilizados na formação do policial militar é o uso de canções militares, que, segundo Costa (2020), são entoadas principalmente durante treinamentos de corrida ou marcha da tropa. A voz é o principal instrumento da canção, entoada sob diferentes ritmos e melodias, com conteúdos frequentemente improvisados, buscando inspirar força, coesão e identidade, entre outras funções e propósitos importantes.

As canções militares são ferramentas utilizadas diariamente nos cursos de formação e especialização de policiais militares, contribuindo para a socialização dos alunos que ingressam nas corporações ou em unidades especializadas. De acordo com a percepção de militares mais experientes, essas canções, também denominadas *charlie mikes*, produzem efeitos positivos no desempenho das atividades físicas e na assimilação da cultura, tradição e valores militares (Guillard; Costa, 2018).

Destaca-se que as virtudes militares impõem ao policial militar o cumprimento de seus deveres com elevado grau de obediência e respeito à

hierarquia e à disciplina. Tais virtudes contribuem para o desenvolvimento do espírito militar, a ponto de o policial estar disposto a sacrificar a própria vida em defesa da sociedade. A virtude militar é, portanto, um pré-requisito moral indispensável para uma formação eficiente, sendo as canções militares consideradas um dos pilares para o fortalecimento dessas virtudes durante o processo de formação.

Contudo, as canções militares são, por vezes, incompreendidas por segmentos da sociedade, conforme evidenciado em reportagens jornalísticas, da mesma forma que ocorre com as próprias instituições policiais. Monjardet (2004) esclarece que o aparelho policial deve ser compreendido em suas três dimensões indissociáveis: como instituição (instrumento de poder estatal), como organização (serviço público requisitado) e como profissão (corpo de profissionais com valores e cultura próprios). Assim, estudar as funções das canções militares contribui para a compreensão mais ampla de sua prática e uso na formação dos policiais militares, evitando preconceito e interpretações equivocadas.

A pergunta que norteou este artigo foi saber se há benefícios no emprego de canções militares durante corridas e marchas nos cursos de formação de policiais militares?

O objetivo do estudo foi identificar as funções e os efeitos das canções militares nos treinamentos policiais, a partir da percepção dos alunos durante o curso de formação. Os objetivos específicos foram: revisar o uso das canções militares em cursos de formação; revisar a relação da música com a atividade física; descrever as funções das canções militares; e, por fim, identificar seus efeitos conforme a percepção daqueles que as entoam.

A pesquisa contou com levantamento bibliográfico, com foco nos estudos sobre canções militares no contexto da PMGO e sobre os efeitos da música na atividade física. A etapa empírica consistiu em pesquisa quantitativa, com a aplicação de um questionário de autoperenchimento elaborado com base na literatura revisada. O

instrumento foi previamente testado com um pequeno grupo de alunos, a fim de verificar sua clareza e adequação.

O questionário, composto por 27 questões objetivas, foi divulgado via *link* nos grupos institucionais frequentados pelos alunos em formação, com participação voluntária, anônima e consentida. Ao todo, foram recebidas 1.169 respostas válidas, oriundas de um universo de 1.286 alunos policiais militares em formação no ano de 2023, sendo 685 alunos soldados da primeira turma, 496 da segunda turma do curso de formação de praças e 105 alunos do curso de formação de oficiais. A coleta de dados foi realizada durante o período de elaboração dos trabalhos de Conclusão de curso, o que contribuiu para a seriedade e comprometimento dos participantes. O estudo foi conduzido de modo a preservar a integridade e o anonimato dos respondentes, respeitando os princípios éticos da pesquisa científica com seres humanos.

2 Revisão da Literatura

2.1 O Que são Canções Militares?

As canções militares (CM) desempenham um papel multifacetado e crucial no cotidiano das forças armadas, sendo utilizadas tanto em contextos de treinamento quanto em operações reais. A canção militar, com sua capacidade de motivar, unir e disciplinar, tem sido uma ferramenta essencial para manter a moral das tropas, bem como para reforçar a identidade e as tradições militares. Essas canções, muitas vezes compostas com letras que exaltam a bravura, o patriotismo e a camaradagem, servem como fonte de inspiração e força em momentos desafiadores.

No âmbito das forças armadas, as canções militares não são somente uma forma de entretenimento, mas também um meio eficiente de comunicação. Em situações de combate ou treinamento, músicas específicas podem ser utilizadas para transmitir ordens e coordenar ações. Além disso, essas canções estão profundamente enraizadas nas tradições militares, contribuindo para

a criação de um senso de identidade coletiva e pertencimento entre os membros de uma unidade ou de uma nação.

Essas canções também encontram aplicação em cerimônias e eventos militares, sendo executadas em ocasiões solenes, como paradas, funerais e homenagens. Além do papel cerimonial, as canções militares contribuem para a preservação da história, narrando eventos significativos e mantendo viva a memória coletiva das forças armadas.

Neste artigo, encara-se como canções militares aquelas que representam os hinos e canções das forças armadas e da Polícia Militar de Goiás e Academia de Polícia Militar de Goiás que possuem ritmo, letra e demais arranjos musicais regulamentados pelas corporações militares, normalmente cantadas com a presença de bandas militares. Nos demais casos, em que as canções militares são entoadas em corridas, instruções de ordem unida, marchas e treinamentos físicos militares, são as canções improvisadas, não regulamentadas ou informais.

No contexto dos treinamentos físicos, como corridas e marchas, as canções militares exercem efeitos significativos sobre o desempenho dos militares. Elas não somente ajudam a sincronizar os movimentos do grupo, promovendo disciplina e coesão, como também desempenham papel fundamental na construção do espírito de equipe. Ao cantar juntos, os militares fortalecem os laços entre si, criando uma unidade mais coesa e focada.

Por fim, as canções militares podem atuar como ferramentas para aumentar a resistência mental e reduzir o estresse durante treinamentos rigorosos. A familiaridade e a energia transmitidas pela música auxiliam os militares a manterem a concentração, a resistirem à fadiga e a superarem desafios físicos e mentais, reforçando assim a tradição e os valores militares no processo.

As canções militares, entoadas por tropas durante corridas e marchas, são reconhecidas como canções por serem expressões musicais produzidas pela voz humana, ainda que desacompanhadas de instrumentos. Conforme a definição de Autran

Dourado (2008 apud Costa, 2020), uma canção é uma peça musical breve que pode ou não ser acompanhada por instrumentos, diferenciando-se da música puramente instrumental pela exigência da voz humana. As CM são ferramentas fundamentais na socialização militar, utilizadas para internalizar valores como disciplina, obediência, espírito de corpo e solidariedade, especialmente entre os novos recrutas, funcionando como ritos de passagem na cultura castrense (Costa, 2020).

Nos Estados Unidos, essas canções são conhecidas como *military cadence* ou *Jody calls*; no Brasil, são denominadas canções militares, entoadas sob a liderança de um militar que inicia o canto, sendo respondido ou repetido pela tropa durante a marcha ou corrida. Essas canções, quando oficiais e regulamentadas como símbolos das Forças Armadas ou de unidades específicas, são entoadas regularmente em cerimônias e cursos de formação para reforçar a missão e os valores militares. Muitas vezes improvisadas, refletem as experiências e circunstâncias vivenciadas pelo grupo (Costa, 2020).

Nas academias e centros de formação de policiais militares, as CM são utilizadas para manter a cadência e sincronia dos movimentos durante os treinamentos físicos. O líder ou comandante da tropa inicia as canções, ou designa um militar para “puxar a canção”, determinando o ritmo e a entonação, elementos fundamentais para a coesão do grupo. As canções, geralmente repetidas e ajustadas conforme a necessidade, podem incluir gritos e palavras de ordem, servindo não somente para motivar, mas também para unificar e fortalecer os laços entre os militares.

Costa (2020) revisou cinco estudos que analisaram a influência das canções militares nos cursos de formação de praças da Polícia Militar. A análise considerou os objetivos, procedimentos metodológicos e principais conclusões de cada estudo. Os resultados demonstraram, consistentemente, que as canções militares desempenham um papel relevante na motivação e no desempenho físico dos alunos durante os treinamentos. Elas contribuíram para elevar o ânimo

dos participantes, auxiliando-os a superar o cansaço; fortaleceram o espírito de grupo e a socialização; e associaram o ato de cantar a sentimentos de vibração, patriotismo e honra.

Portanto, os resultados evidenciam que as canções militares, além de motivarem e auxiliarem os policiais a superar o cansaço, são ferramentas importantes na transmissão de valores e na formação do espírito de corpo. Também aumentam a motivação, a disposição e a concentração dos militares, impactando diretamente o desempenho nas atividades físicas e preservando as tradições militares. As canções influenciam o imaginário dos policiais, elevam a moral e promovem a coesão do grupo.

A análise dos trabalhos revisados destacou que as canções militares são recursos significativos nos cursos de formação, especialmente durante corridas e marchas, em razão de sua simbologia na socialização dos militares. Entoadas cadenciadamente, essas canções auxiliam na superação de dificuldades, reforçam a identidade coletiva e funcionam como veículos de transmissão dos valores e crenças do ambiente militar. Além disso, deixam uma marca na memória afetiva dos militares, contribuindo para o desenvolvimento motor e afetivo, a disciplina, a coesão do grupo e a construção de uma identidade coletiva sólida (Costa, 2020).

Guillard e Costa (2018), em estudo realizado na Academia da Polícia Militar de Goiás (APM), exploraram a influência das canções militares na motivação e desempenho dos alunos do Curso de Formação de Praças (CFP). A pesquisa foi conduzida qualitativamente, por meio de entrevistas com 20 alunos, e quantitativa, por meio de questionários aplicados a 454 alunos. Os resultados também demonstraram que as canções militares exercem papel relevante na motivação dos policiais durante as atividades físicas, sendo frequentemente citadas como elementos que aumentam a disposição e a energia do grupo. O estudo apontou que os temas variam entre histórias motivacionais, verídicas ou fictícias, e outras que exaltam tropas

especializadas ou as forças armadas. As canções mais apreciadas são aquelas relacionadas à Polícia Militar de Goiás, ao refletirem os valores e a missão da instituição.

A pesquisa confirmou que as canções militares têm influência direta na emoção e motivação dos alunos, muitos dos quais relataram sentir “arrepio de emoção” ao entoar ou ouvir tais canções. As letras desempenham papel fundamental nesse processo: as canções identificadas como positivas contribuem para o foco e a fluência durante os exercícios físicos. Essa identificação com as letras reforça a interiorização dos valores e da missão da Polícia Militar de Goiás (Guillard; Costa, 2018).

Por fim, as canções militares foram reconhecidas como ferramentas didáticas importantes na formação profissional dos policiais militares. A maioria dos participantes destacou que essas canções contribuem para a coordenação motora — essencial para a atuação policial —, promovem a coesão do grupo, aumentam a eficácia das operações e reforçam a preparação física e mental dos futuros policiais (Guillard; Costa, 2018).

É importante ressaltar que, durante o levantamento bibliográfico, não foi possível localizar uma literatura acadêmica abrangente sobre o conteúdo das canções militares, quando se pesquisou pelo termo “canções militares” nos repositórios acadêmicos tradicionais. O que se encontrou foram principalmente reportagens e matérias jornalísticas com críticas a algumas das letras cantadas por policiais militares, normalmente focando em frases ou mensagens presentes nas canções, algumas das quais retratam experiências vivenciadas em ocorrências, frequentemente marcadas por violência (Sousa, 2022). Nessas análises jornalísticas, os temas frequentemente abordados incluem autoridade, poder, conservadorismo, suspeição, solidariedade interna e nacionalismo — elementos presentes em boa parte da cultura policial, conforme aponta Reiner (2004).

É importante reconhecer que parte da literatura sociológica contemporânea compreende as canções militares como instrumentos simbólicos de

dominação ideológica no interior das instituições estatais, especialmente aquelas voltadas ao uso legítimo da força, como as Polícias Militares. Silva (2017, p. 59–60), apoiando-se nos conceitos de aparelhos ideológicos do Estado de Louis Althusser, ideologia de Marilena Chauí, de violência simbólica de Pierre Bourdieu, e da formação da consciência coletiva de Durkheim, argumenta que tais canções atuam na conformação do imaginário institucional, contribuindo para a internalização de valores autoritários, punitivos e excludentes. Nessa perspectiva, a música seria uma das formas de veiculação cultural de normas e padrões de comportamento associados à ideologia dominante, operando mesmo nos momentos lúdicos, como brincadeiras, informalidades ou canções entoadas durante treinamentos físicos.

No entanto, salienta-se que o presente estudo não tem por escopo realizar uma análise sociológica acerca da influência das canções militares sobre a conduta procedimental ou ética dos policiais militares. Embora se reconheça a relevância dessas abordagens teóricas, o foco da investigação aqui empreendida está centrado na análise dos efeitos psicofísicos provocados pelas canções durante o contexto específico dos treinamentos físicos na formação policial. Dessa forma, a pesquisa volta-se para os sentimentos, sensações corporais, estados emocionais e níveis de motivação experimentados pelos discentes ao entoarem essas canções. Entende-se a música como estímulo sonoro que interage com o corpo e mente no esforço físico, e não como vetor direto de conformação ideológica ou de reprodução de condutas sociais normativas.

Neste trabalho, encararam-se como canções militares aquelas que representam hinos e canções das forças armadas, como a “Canção do Expedicionário” e “Canção da Infantaria”. Assim como o hino da Polícia Militar de Goiás e a canção da Academia de Polícia Militar de Goiás, que possuem ritmo, letras e demais arranjos musicais regulamentados, normalmente, cantadas com presença de bandas militares.

De outra forma, este estudo não tem como objeto de investigação as canções militares entoadas em corridas, instruções de ordem unida, marchas e treinamentos físicos militares, cujas canções e letras são improvisadas, não regulamentadas ou informais. (Costa, 2020; Costa e Guillard, 2018). Canções improvisadas são como as citadas por Silva (2017, p.59) ou a que foi analisada por Sousa (2022):

“Combate corpo a corpo não se pode vacilar,
pega o inimigo e dá porrada até matar.
O interrogatório é fácil de fazer,
pega o inimigo e dá porrada pra valer.”
(Estrofe de uma das canções entoadas no CFSd de 1993, na PMRN. Informações cedidas por integrantes da turma e corroboradas pelo autor).

Ou:

“Boris, Boris camarada, meu Sr. Boris.
O interrogatório é fácil de fazer.
A gente pega o animal e bate nele pra valer.
E se não colaborar, bate nele até matar.
Esse sangue é bom, já provei, não há perigo.
É melhor que café, é o sangue do inimigo.”
(Estrofe de uma das canções entoadas no CFSd de 2007, na PMRN, coletadas no período da observação participante).

2.3 Quais são Os Efeitos da Música na Atividade Física?

A revisão da literatura sobre o uso da música em contextos de exercício físico revela duas abordagens distintas: a música assíncrona e a música síncrona, cada uma com características e efeitos diferentes sobre o desempenho dos indivíduos. De acordo com Terry e Karageorghis (2006), a música assíncrona refere-se ao uso da música em segundo plano, onde não há sincronização consciente entre o ritmo da música e os movimentos realizados. Nesse contexto, o andamento da música é considerado o principal determinante da resposta do ouvinte, sendo que referências por ritmos mais rápidos ou mais lentos podem variar conforme a excitação fisiológica e o contexto da atividade física (Karageorghis *et al.*, 1999). Pesquisas sugerem que

músicas de ritmo rápido tendem a aumentar a motivação e o desempenho, especialmente em momentos de estagnação ou nas fases finais de uma sessão de exercícios. No entanto, é importante notar que a música assíncrona pode perder seus benefícios em atividades de intensidade muito alta.

Por outro lado, o uso da música síncrona envolve a sincronização deliberada dos movimentos do corpo com os elementos rítmicos da música, como o andamento ou a batida. Terry e Karageorghis (2006) destacam que a música síncrona pode ter um impacto significativo no desempenho aeróbico e anaeróbico, mesmo entre atletas não-élite. Um exemplo notável é o caso do atleta Haile Gebreselassie, que quebrou o recorde dos 2.000 metros indoor em 1998, sincronizando sua passada com a canção Scatman. Essa sincronização não somente otimiza a eficiência do movimento, mas também pode prolongar a resistência e reduzir a percepção do esforço durante a atividade física.

Embora a música assíncrona e a música síncrona apresentem diferentes mecanismos de ação, ambas oferecem benefícios distintos que podem ser explorados em contextos variados de exercício. A música assíncrona parece ser mais adequada para atividades de intensidade moderada, onde pode servir como uma ferramenta motivacional e ergogênica, enquanto a música síncrona é particularmente eficaz em atividades que requerem movimentos repetitivos e cadenciados. Apesar das evidências promissoras, Terry e Karageorghis (2006) observam que a pesquisa sobre música síncrona ainda é limitada, indicando a necessidade de estudos adicionais para compreender melhor seu potencial e suas aplicações no esporte e no exercício físico.

Santos (2008), em sua pesquisa de campo, cujo objetivo foi estudar a relação entre música e exercício físico, por meio de uma amostra de 10 pessoas praticantes de caminhada, constatou que o ato de escutar música pode provocar alterações físicas e psicológicas no desempenho do exercício. A música produz alterações psicofisiológicas perceptíveis no rendimento, na frequência cardíaca e

na motivação dos praticantes durante a atividade, confirmando os achados da literatura.

O ato de escutar música durante a prática de exercícios físicos funciona como um elemento que distrai o indivíduo da sensação de dor, do cansaço e até mesmo da monotonia, desviando a atenção para outro estímulo de maior satisfação, proporcionado pela música.

De acordo com Tame (1984), a música pode afetar a energia muscular, elevar ou diminuir os batimentos cardíacos e influenciar na digestão. Csikszentmihalyi (1992) afirma que uma das funções da música é dirigir a atenção do ouvinte para padrões adequados a um determinado estado de ânimo, além de afastar o tédio e a ansiedade. A música nas atividades é utilizada no sentido de motivar a continuidade dos exercícios físicos ou de distrair o praticante de estímulos não prazerosos como cansaço, dor ou até tensão psicológica. (Valin, 2007 *apud* Santos, 2008, p.2).

Martins (1996 *apud* Santos, 2008) explana, em sua monografia, sobre a Teoria da Percepção Seletiva de Broadbent (1958) e a Teoria da Atenção Restrita de Hernandez Peon (1961). Segundo as quais, o sistema nervoso pode bloquear estímulos auditivos desagradáveis para facilitar a transmissão sensorial de estímulos agradáveis, predominando no indivíduo a percepção daquilo que produz prazer e não dor. Dessa forma, a música pode ter efeitos positivos ou negativos: negativos quando produz irritação, desconforto ou quando é dissonante; e positivos quando faz parte do gosto musical do ouvinte e produz sensação de alegria e motivação. Quando a música não gera estímulo agradável, segundo Martins (1996), o sistema nervoso direciona a atenção para outro estímulo ambiental.

Os efeitos da música na redução da dor explicam-se pela teoria do portal do controle da dor. A música age como um estímulo em competição com a dor, distraindo o paciente e desviando sua atenção do desconforto, modulando, assim, o estímulo doloroso. Estudos de imagem cerebral mostraram atividade nos contornos auditivos, no córtex auditivo e no sistema límbico em resposta à música. Constatou-se que a música pode reduzir

níveis elevados de estresse e que certos estilos, como a música meditativa ou a música clássica lenta, diminuem os marcadores neuro-hormonais do estresse (Todres, 2007 *apud* Santos, 2008, p. 2).

O estudo dos efeitos psicofísicos da música no esporte e no exercício, conforme analisado por Terry e Karageorghis (2006), tem ganhado atenção significativa na última década, destacando-se como uma área emergente de interesse entre pesquisadores esportivos. A música, segundo esses autores, apresenta benefícios psicofísicos que se manifestam durante a atividade física, proporcionando uma gama de efeitos que potencializam o desempenho do atleta. O quadro conceitual desenvolvido para esse estudo baseia-se em três hipóteses principais: a música atua como uma estratégia de dissociação ao restringir a atenção do intérprete e desviar o foco das sensações de fadiga, promovendo um estado de humor mais positivo; a música pode alterar a excitação psicomotora, funcionando como estimulante ou sedativo antes e durante o exercício; e, finalmente, a música ritmicamente sincronizada com o movimento do atleta durante a atividade submáxima contínua pode aumentar a eficiência do desempenho.

Karageorghis e Terry (2006) apresentaram uma estrutura conceitual que enfatiza que os principais benefícios da música (conforme Quadro 1) são determinados por quatro fatores: resposta rítmica, musicalidade, impacto cultural e associações extra musicais. O ritmo está relacionado às respostas naturais evocadas pela cadência da música, principalmente representado pelo tempo musical (andamento) ou a velocidade das batidas por minuto (bpm). Por exemplo, uma música rápida e animada produz um efeito estimulante, enquanto uma música lenta e suave produz um efeito sedativo — isto é, a música pode alterar a excitação psicomotora. A musicalidade refere-se a elementos como a melodia e a harmonia, ou como as notas se combinam. O impacto cultural trata da popularidade ou frequência com que a música permeia o grupo estudado, enquanto a associação diz respeito às relações extramusicais que a música pode evocar, como

memórias relacionadas a determinada canção (Karageorghis e Terry, 2006).

Quadro 1 - Principais benefícios ao ouvir música.

a	aumento do humor positivo e redução do humor negativo
b	ativação ou relaxamento pré-evento
c	dissociação de sentimentos desagradáveis como dor e fadiga
d	redução da percepção subjetiva de esforço, especialmente durante o treinamento aeróbio
e	produção de trabalho ampliada através da sincronização da música com o movimento
f	aquisição aprimorada de habilidades motoras quando o ritmo ou a associação são combinados com os padrões de movimento exigidos
g	maior probabilidade de os atletas atingirem estados de fluxo
h	melhor desempenho através dos mecanismos acima

Fonte: Karageorghis e Terry, 2006, p. 415, adaptado pelos Autores.

O impacto desses fatores é exemplificado pela maneira como diferentes tipos de música influenciam o estado psicológico e o desempenho físico dos indivíduos. Terry e Karageorghis (2006) indicam que músicas rápidas e energéticas tendem a produzir efeitos estimulantes, aumentando a motivação e o desempenho, enquanto músicas lentas e suaves podem induzir um estado de relaxamento ou sedação. Essa diferenciação sugere que a escolha da música deve ser estrategicamente alinhada aos objetivos do exercício, seja para aumentar a intensidade do esforço físico ou para promover a recuperação e o relaxamento. O modelo conceitual proposto, portanto, oferece uma base sólida para compreender como a música pode ser utilizada de maneira eficaz em intervenções que visam melhorar o desempenho e o bem-estar dos praticantes de exercícios e atletas.

3 Metodologia

A presente pesquisa adotou uma abordagem quantitativa, com delineamento descritivo, visando identificar as percepções de alunos em formação na Polícia Militar do Estado de Goiás (PMGO) sobre os efeitos psicofísicos das canções militares utilizadas durante os treinamentos físicos. A abordagem quantitativa permite mensurar variáveis e analisar padrões de comportamento de forma objetiva e sistemática, enquanto a pesquisa descritiva visa observar, registrar, analisar e correlacionar fatos ou fenômenos sem os manipular (Gil, 2009).

A investigação procurou captar, especificamente, os sentimentos, sensações e estados corporais experimentados pelos discentes ao entoarem canções militares durante atividades como corridas e marchas, focando-se em seus efeitos subjetivos e psicofísicos, mais do que em opiniões cognitivas ou avaliações racionais a respeito da prática.

Como instrumento de coleta de dados, foi utilizado um questionário estruturado de autopreenchimento, elaborado a partir de revisões da literatura especializada sobre os efeitos da música na atividade física (Terry; Karageorghis, 2006; Santos, 2008; Tame, 1984) e sobre o uso de canções militares em instituições policiais (Guillard; Costa, 2018; Costa, 2020). A construção do questionário foi também fundamentada na estrutura proposta por Aragão e Costa (2023), cujos estudos abordaram a mesma temática em contexto semelhante.

O questionário foi composto por 27 questões objetivas, organizadas em blocos temáticos que contemplavam: (i) dados demográficos e de identificação do curso; (ii) frequência e contexto de uso das canções; (iii) percepção de efeitos físicos e emocionais; e (iv) sensações relacionadas à motivação, coesão, superação de esforço e assimilação da cultura militar. Previamente à aplicação em larga escala, o instrumento foi submetido a um pré-teste com uma amostra reduzida de alunos, a fim de avaliar a clareza,

coerência e pertinência das questões, promovendo os ajustes necessários.

A coleta de dados foi realizada no segundo semestre de 2023, por meio de um *link* para preenchimento do questionário enviado aos grupos institucionais de comunicação utilizados pelos alunos dos cursos de formação da PMGO. A participação foi voluntária, anônima e consentida, respeitando os princípios éticos aplicáveis à pesquisa com seres humanos. Foram obtidas 1.169 respostas válidas, de um universo de 1.286 alunos regularmente matriculados no Comando da Academia de Polícia Militar (CAPM) naquele período.

Não se realizou distinção entre os alunos soldados do Curso de Formação de Praças e os cadetes do Curso de Formação de Oficiais, uma vez que o foco da pesquisa incidiu sobre a experiência comum de exposição às canções militares no contexto da formação. Considerou-se que tanto o repertório musical quanto a metodologia de aplicação e os efeitos sensoriais e emocionais decorrentes são substancialmente similares entre os dois grupos.

Por fim, os dados coletados foram analisados por meio de procedimentos estatísticos descritivos, com vistas à identificação de padrões nas percepções dos alunos quanto aos efeitos psicofísicos relatados. A análise foi orientada pelos referenciais teóricos que discutem a relação entre música, esforço físico, motivação e estados emocionais, contribuindo para a compreensão do papel das canções militares no processo formativo da Polícia Militar.

4 Resultados e Discussão

A análise das respostas obtidas junto a 1.169 integrantes da Polícia Militar de Goiás que estavam em processo de formação entre junho e novembro de 2023 revela percepções amplamente favoráveis

quanto aos efeitos positivos das canções militares entoadas durante treinamentos. Esses participantes, já inseridos em uma rotina marcada por atividades coletivas como desfiles matinais, corridas cantadas e exercícios de ordem unida, compartilham uma experiência imersiva em práticas tradicionais da cultura militar, nas quais o canto coletivo é elemento central de coesão e expressão institucional.

Convém esclarecer que os Gráficos 1 e 2 deste artigo se referem especificamente às canções militares oficiais, ou seja, aquelas institucionalizadas como símbolos das Forças Armadas (Exército, Marinha e Aeronáutica), da Polícia Militar de Goiás e da Academia da Polícia Militar de Goiás. Essas canções são regulamentadas pelas respectivas corporações e tradicionalmente entoadas em cerimônias, solenidades e, sobretudo, durante os cursos de formação, com o objetivo de reforçar os valores institucionais e a missão a ser cumprida pelos militares. Entre os exemplos mais recorrentes estão a Canção da Infantaria, Canção do Exército, Canção da Marinha, Canção do Expedicionário, entre outras. Por sua vez, os Gráficos 3 à 8 referem-se às canções militares em sentido amplo, abrangendo principalmente as de caráter não oficial ou improvisado, aprendidas no cotidiano da formação, nas experiências dos instrutores ou mesmo criadas pelos alunos. Conforme descreve Costa (2020), essas canções são entoadas sob a liderança de um militar e repetidas pelo grupo durante marchas ou corridas, com o propósito de manter a cadência, o ritmo e a sincronia dos movimentos. Elas assumem diversas formas, podendo incluir contagens rítmicas, perguntas e respostas, frases motivacionais e expressões criativas. Devido à sua natureza espontânea e adaptativa, essas canções sofrem variações constantes e refletem a cultura do grupo e as circunstâncias vivenciadas no ambiente de instrução.

Quadro 2 - Os efeitos das canções militares nos alunos em curso de formação.

Efeitos das canções militares quanto cantadas pelos alunos em cursos de formação da Polícia Militar de Goiás		Discordo totalmente		Discordo		Não discordo nem concordo		Concordo		Concordo totalmente	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1	Ao cantar canções militares durante atividades de treinamento, sinto-me mais incentivado e capaz de superar a fadiga mental.	7	0,6	14	1,2	39	3,3	357	30,5	752	64,3
2	Ao cantar canções militares durante atividades de treinamento, sinto-me mais forte e com energia física.	6	0,5	32	2,7	55	4,7	407	34,8	669	57,2
3	Ao entoar canções militares durante atividades de treinamento, as canções militares me proporcionam ânimo e entusiasmo?	3	0,3	16	1,4	29	2,5	397	34	724	61,9
4	A canção militar me ajuda a melhorar o desempenho físico e mental.	4	0,3	32	2,7	89	7,6	444	38	600	51,3
5	A canção militar me ajuda a melhorar a coordenação motora.	6	0,5	63	5,4	135	11,5	412	35,2	553	47,3
6	A canção militar me ajuda a melhorar a concentração?	6	0,5	58	5	160	13,7	442	37,8	503	43
7	A canção militar me faz sentir orgulho de pertencer ao grupo?	2	0,2	8	0,7	29	2,5	300	25,7	830	71
8	A canção militar me faz arrepiar de emoção quando estou cantando.	6	0,5	14	1,2	72	6,2	340	29,1	737	63
9	A canção militar me faz cansar mais e prejudica a respiração.	342	29,3	461	39,4	210	18	111	9,5	45	3,8
10	A canção militar eleva a moral do grupo?	0	0	5	0,4	19	1,6	334	28,6	811	69,04
11	A canção militar ajuda a desenvolver o espírito de corpo, a união da turma/grupo.	1	0,1	9	0,8	27	2,3	383	32,8	749	64,1
12	A canção militar ajuda a fortalecer a identidade e coesão do grupo.	1	0,1	11	0,9	35	3	438	37,5	684	58,5
13	A canção militar contribui para o policial se tornar violento.	703	60,1	335	28,7	77	6,6	35	3	19	1,6
14	A canção militar ajuda o militar a melhorar a ordem unida.	5	0,4	56	4,8	149	12,7	449	38,4	510	43,6
15	A canção militar serve para manter a tradição e os valores militares.	0	0	9	0,8	30	2,6	402	34,4	728	62,3
16	A canção militar serve para homenagear policiais militares.	4	0,3	14	1,2	76	6,5	470	40,2	605	51,8
17	Ao ouvir canções militares cuja letra aborda confrontos policiais, uso de armas de fogo, prisão ou morte de criminosos/bandidos/traficantes, indique o quanto você acredita que essas canções afetam sua forma de pensar ou influenciam seu comportamento em relação à violência.	665	56,9	118	10,1	308	26,3	61	5,2	17	1,5

Fonte: Dados da pesquisa de Aragão e Costa (2023), adaptados pelos Autores (2024).

Conforme os dados do Quadro 2, observa-se um consenso majoritário quanto ao papel das canções militares como ferramentas de incentivo e superação da fadiga mental. Aproximadamente 95% dos respondentes relataram sentir-se mais motivados e fortalecidos mentalmente ao entoarem essas melodias durante os treinamentos. O impacto positivo sobre a energia física e o ânimo também é evidente, com taxas de concordância superiores a 92% em relação a essas dimensões. Tal resultado reforça a ideia de que o canto militar funciona não somente como um ritual simbólico, mas como um recurso pedagógico e psicológico com efeitos concretos no desempenho individual e coletivo.

De maneira igualmente expressiva, os resultados apontam que essas práticas musicais fortalecem vínculos afetivos e identitários no grupo. Mais de 96% dos participantes afirmaram que cantar em uníssono gera orgulho de pertencer à corporação, promove o espírito de corpo e contribui significativamente para a coesão e a união da turma. Essa percepção coletiva parece indicar que a música cumpre, nesse contexto, um papel semelhante ao descrito por Binder (2006), ao funcionar como instrumento de integração emocional, identidade institucional e estímulo ao engajamento grupal.

Além dos efeitos emocionais e sociais, os dados sugerem que o canto também contribui para aspectos operacionais da formação. Cerca de 82% reconhecem que as canções facilitam o aprendizado da ordem unida, e 80,8% percebem melhorias na concentração durante os exercícios. A coordenação motora, outro elemento fundamental para a execução eficiente das ações táticas, também foi apontada como favorecida pela prática musical por 82,5% dos participantes. Esses achados corroboram os apontamentos de Montagu (2001), que descreve a música militar como um importante mecanismo de sincronização motora e organização dos movimentos coletivos.

No que diz respeito aos aspectos fisiológicos do canto durante atividades físicas, o levantamento evidencia que uma parcela significativa dos entrevistados (68,7%) discorda da ideia de que o canto comprometa a respiração ou provoque maior cansaço. Essa percepção é contrária às críticas externas que frequentemente apontam o exercício simultâneo de correr e cantar como prejudicial. Pelo contrário, os resultados sugerem que, no contexto controlado do treinamento militar, essa prática

contribui para o desenvolvimento de resistência física e foco mental.

Em relação ao conteúdo das letras, especialmente aquelas que mencionam confrontos armados, morte de criminosos e situações de violência, a pesquisa oferece uma contribuição relevante para o debate público sobre o tema. Enquanto parte da sociedade civil e da mídia questiona a presença de tais temas nas canções militares, os dados colhidos demonstram que a grande maioria dos respondentes (67%) não se sente influenciada negativamente por esse tipo de conteúdo. Somente 6,7% reconhecem alguma influência nesse sentido, sugerindo que o contexto institucional e a intencionalidade da mensagem são determinantes para a interpretação e internalização dessas letras.

Nesse ponto, é pertinente levantar reflexões críticas sobre os discursos que associam, de maneira simplista, o conteúdo musical à formação de atitudes violentas (Silva, 2017). Se fosse válido afirmar que ouvir ou cantar determinados estilos musicais — como rap ou funk — conduz necessariamente a comportamentos desviantes, seria igualmente razoável esperar que pessoas que ouvem música religiosa se tornassem, em contrapartida, mais virtuosas ou moralmente elevadas. Tais relações não são automáticas, e a experiência relatada pelos próprios profissionais da segurança pública evidencia que o canto, mesmo com conteúdo bélico, é compreendido em um escopo simbólico e institucional, não como incitação à violência.

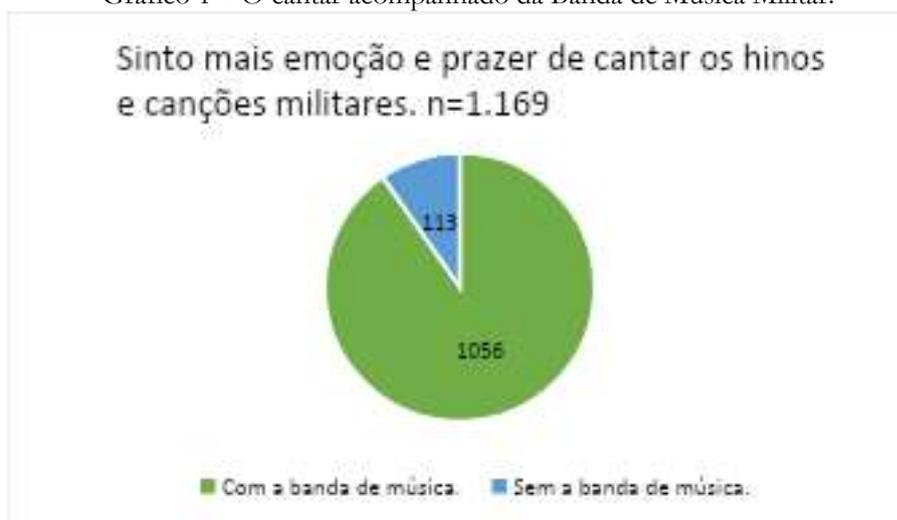
Em relação à preservação de valores e tradições, os resultados também são bastante contundentes: 96,7% reconhecem que as canções cumprem um papel importante na manutenção das tradições militares, enquanto 92% compreendem

essas práticas como uma forma de homenagear integrantes da corporação. Isso reforça a função cerimonial e cultural da música no cotidiano militar, aproximando a prática musical de uma ferramenta de transmissão simbólica de valores, normas e identidade institucional.

A presença da Banda de Música da Polícia Militar, conforme evidenciado no Gráfico 1, amplia

ainda mais esse efeito simbólico. Para 90,3% dos participantes, cantar acompanhado da banda provoca maior emoção e prazer, indicando que o componente estético-musical tem um papel sensível na intensificação da experiência coletiva e na imersão dos envolvidos no ritual. A emoção evocada pela presença da banda reforça o pertencimento ao grupo e o respeito à tradição institucional.

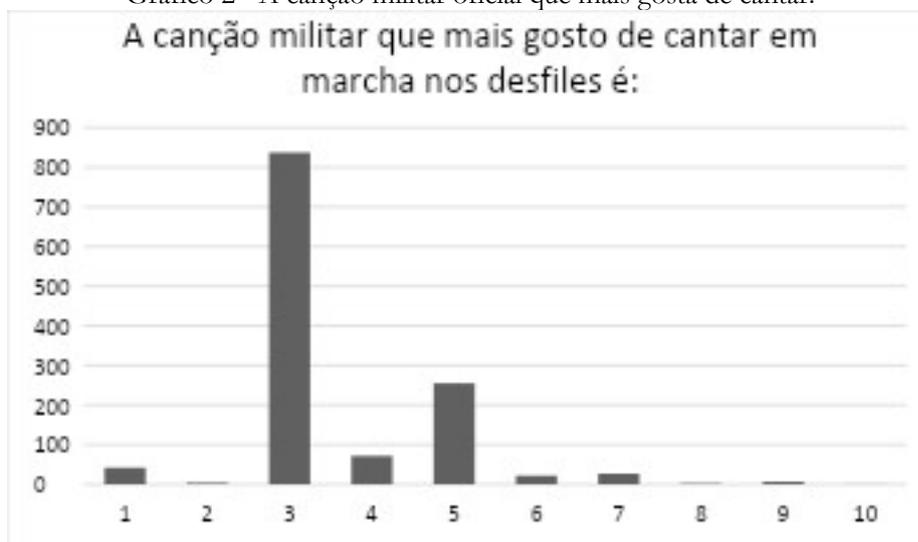
Gráfico 1 – O cantar acompanhado da Banda de Música Militar.



Fonte: Dados da pesquisa de Aragão e Costa (2023), adaptados pelos Autores (2024).

Já o Gráfico 2 evidencia que determinadas canções possuem maior apelo emocional e simbólico para os participantes. A preferência pela Canção da Infantaria (71,7%) durante desfiles aponta para o reconhecimento de determinados repertórios como mais envolventes ou representativos da cultura organizacional. A Canção da PMGO, embora menos mencionada (21,8%), também figura entre as favoritas, indicando um repertório simbólico internalizado e mobilizador no contexto da formação militar.

Gráfico 2 - A canção militar oficial que mais gosta de cantar.



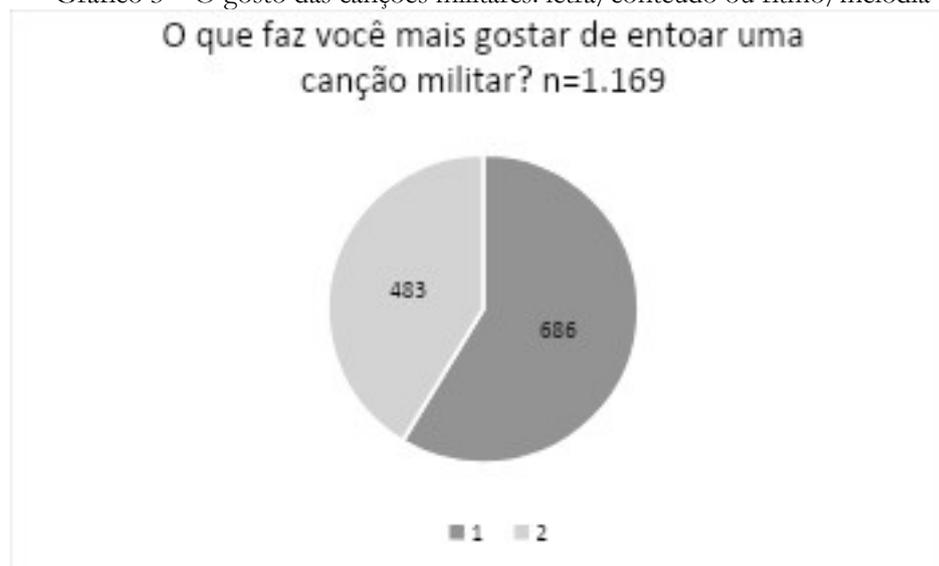
Fonte: Dados da pesquisa de Aragão e Costa (2023), adaptados pelos Autores (2024).

Montagu (2001) ressalta que a música militar tem uma função crucial no cadenciamento da marcha das tropas e no estímulo moral dos soldados, tanto em tempos de guerra quanto de paz. Esse papel pode ser observado nos dados sobre a preferência dos alunos pelas canções entoadas durante os desfiles, onde 71,7% dos alunos preferem cantar a Canção da Infantaria. O fato de essa canção ter sido a mais escolhida sugere que ela desempenha uma função importante no estímulo moral e na manutenção do ritmo da marcha.

A preferência dos alunos pela Canção da PMGO (21,8%) e outras canções específicas, demonstra que essas músicas possuem um valor simbólico que vai além do simples ato de cantar. Elas reforçam a identidade institucional e as tradições militares, funções que Binder (2006) e Montagu (2001), identificam como centrais na música militar. A banda de música, como descrito no texto, reforça essa identidade, projetando uma imagem positiva das forças armadas e fortalecendo o vínculo com a sociedade.

O Gráfico 3 revela que não existe uma preferência maior de um aspecto sobre o outro, pois 58,7% dos respondentes manifestaram gostar de canções militares, considerando a letra/conteúdo, enquanto 41,3% preferem cantar pelo ritmo/melodia.

Gráfico 3 – O gosto das canções militares: letra/conteúdo ou ritmo/melodia



Fonte: Dados da pesquisa de Aragão e Costa (2023), adaptados pelos Autores (2024).

A Figura 1 apresenta uma nuvem de palavras que reflete os sentimentos predominantes relatados pelos alunos durante o canto de canções militares nas atividades físicas. Dentre as palavras mais mencionadas, “motivação” aparece com destaque (47,6%), seguida por termos como “força” (13,2%), “determinação” (12,2%), “união” (8,2%), “coragem” (5,7%) e “resistência mental” (3,1%). Esses dados dialogam diretamente com a literatura especializada sobre os efeitos da música em contextos de exercício físico, particularmente no que se refere à música síncrona.

Figura 1 – Nuvem de palavras que mais descrevem o sentimento durante canções militares.



Fonte: Dados da pesquisa de Aragão e Costa (2023) adaptados pelos Autores (2024).

De acordo com Terry e Karageorghis (2006), a música síncrona é aquela utilizada de maneira deliberada para sincronizar os movimentos dos praticantes com o ritmo musical, gerando benefícios significativos no desempenho físico, como aumento da eficiência, prolongamento da resistência e redução da percepção de esforço. No contexto policial analisado, as canções militares cumprem precisamente essa função: ritmadas e entoadas em uníssono durante corridas ou treinamentos físicos intensos, elas contribuem para manter a cadência dos movimentos, promover alinhamento rítmico e reforçar o espírito coletivo dos participantes.

A prevalência do sentimento de “motivação” é coerente com os achados de Karageorghis e Terry (2006), que destacam a capacidade da música síncrona de elevar o estado motivacional, não somente individual, mas também coletivo, especialmente em contextos de esforço físico contínuo. Os sentimentos de “força”, “determinação” e “união” relatados pelos alunos também podem ser interpretados à luz do chamado efeito de dissociação (Terry e Karageorghis, 2006), no qual a atenção do praticante é desviada das sensações desagradáveis — como dor e cansaço — para um estímulo mais prazeroso, no caso, o ato de cantar em grupo. Esse mecanismo permite que os indivíduos suportem melhor a fadiga e prolonguem o engajamento físico.

Essa compreensão é reforçada por Santos (2008) ao destacar que a música influencia diretamente variáveis fisiológicas e psicológicas durante o exercício, como a frequência cardíaca e o nível de excitação psicomotora. Cantar canções militares, nesse caso, pode funcionar como um estímulo externo que ativa respostas fisiológicas positivas (liberação de adrenalina, aumento do vigor) e ainda regula o estado emocional, tornando o treinamento mais tolerável e eficiente.

Além disso, a presença de sentimentos como “coragem” (5,7%) e “resistência mental” (3,1%) sugere que a música não apenas auxilia fisicamente, mas também atua como um recurso psicológico de enfrentamento. Conforme argumenta Santos (2008), uma das funções da música é moldar estados de ânimo, auxiliando os indivíduos a alcançarem disposições emocionais mais adequadas ao contexto exigido. Nesse sentido, as canções militares operam como um meio de reforço emocional e mental, fundamental em ambientes de treinamento que demandam disciplina, resiliência e superação constante.

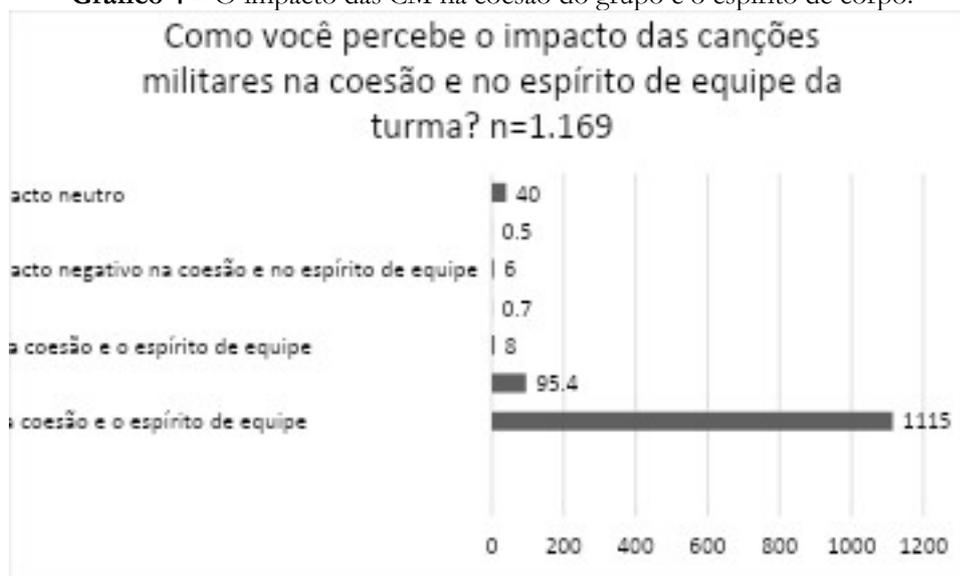
O baixo índice de respostas como “tédio” (0,1%) e “indiferença” (0,3%) também merece destaque por reforçar a tese de que a música cantada em grupo tem um efeito de bloqueio sensorial, como proposto pela teoria do portal de controle da dor (Todres, 2007 apud Santos, 2008). Essa teoria sugere

que estímulos como a música competem com sinais de dor e desconforto, reduzindo a sua percepção pelo sistema nervoso central. Assim, o canto

coletivo se mostra eficaz como estratégia de enfrentamento físico e emocional, especialmente em treinos de alta intensidade.

A análise dos demais gráficos aprofunda esses achados. O Gráfico 4 evidencia que a maioria dos respondentes reconhece nas canções militares um papel relevante na coesão do grupo e no fortalecimento do espírito de corpo. Tal percepção é respaldada por Binder (2006), que argumenta que a música militar, ao longo da história, tem contribuído para a formação de identidade coletiva e para o reforço de vínculos entre os membros da tropa. A palavra “união” (8,2%) evidenciada na nuvem de palavras reforça esse aspecto sociocultural da música como veículo de pertencimento e solidariedade.

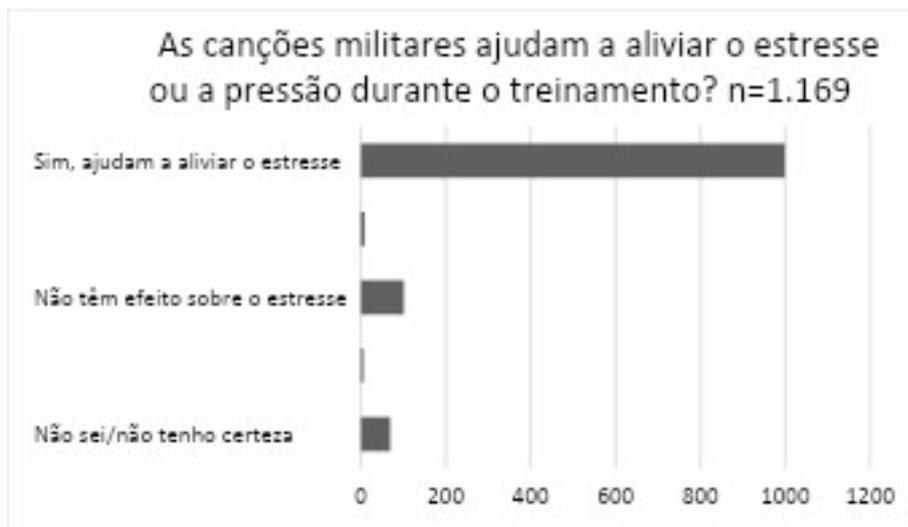
Gráfico 4 – O impacto das CM na coesão do grupo e o espírito de corpo.



Fonte: Dados da pesquisa de Aragão e Costa (2023) adaptados pelos Autores (2024).

Já o Gráfico 5 revela que 85,5% dos participantes afirmam que o canto das canções militares ajuda a aliviar o estresse ou a pressão durante os treinos. Novamente, esse dado converge com as contribuições de Karageorghis e Terry (2006) e de Santos (2008), ao descreverem a música como ferramenta de regulação emocional e atenuação da ansiedade. Em ambientes de treinamento militar, marcados por exigências físicas e emocionais elevadas, o uso da música como técnica de dissociação e relaxamento se mostra altamente funcional.

Gráfico 5 - As canções militares e o alívio do estresse e pressão.



Fonte: Dados da pesquisa de Aragão e Costa (2023) adaptados pelos Autores (2024).

No Gráfico 6, observa-se que 95,8% dos alunos consideram as canções militares, parte essencial da tradição militar. Esse dado ressalta a dimensão simbólica e cultural das canções, que ultrapassam a função instrumental e adquirem um caráter identitário. A tradição, nesse caso, atua como reforço da disciplina, da continuidade histórica e da integração com valores institucionais próprios das corporações militares.

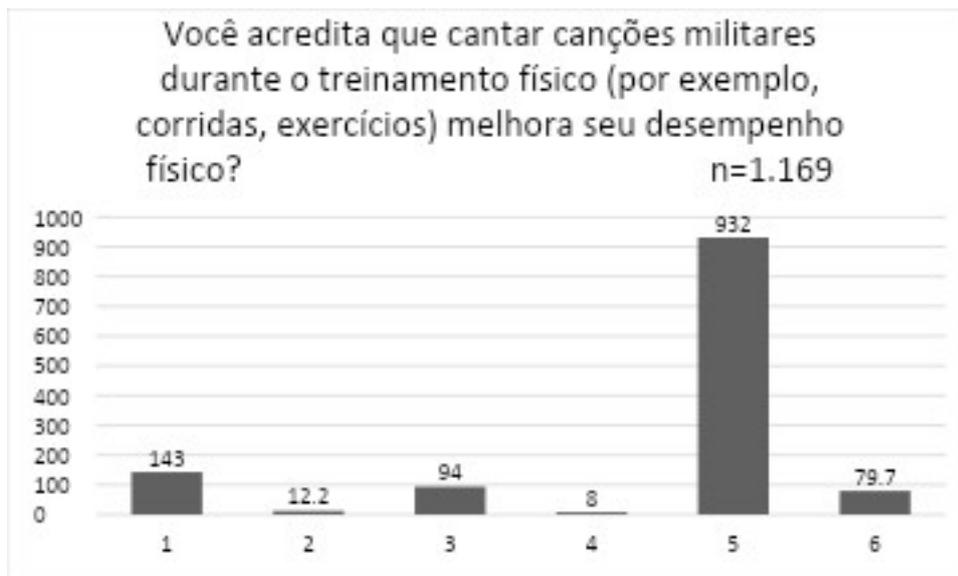
Gráfico 6 – As canções militares na tradição militar.



Fonte: Dados da pesquisa de Aragão e Costa (2023) adaptados pelos Autores (2024).

O Gráfico 7 demonstra que 79,7% dos respondentes acreditam que cantar canções militares melhora o desempenho físico. Essa percepção se articula diretamente com os benefícios da música síncrona já explorados: aumento de eficiência, resistência, sincronização rítmica e sensação de fluidez nos movimentos (Karageorghis e Terry, 2006). A repetição rítmica dos cantos permite um melhor aproveitamento da energia física, reduzindo oscilações no desempenho e promovendo constância durante atividades aeróbicas, como as corridas.

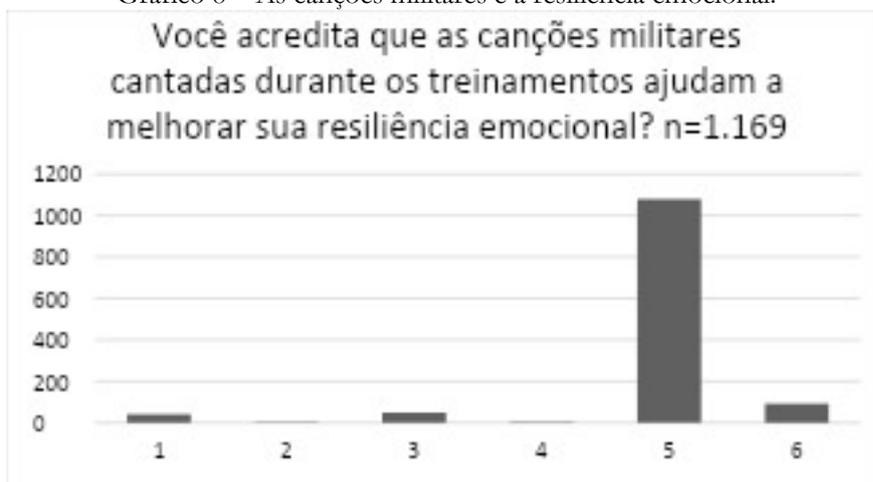
Gráfico 7 – As canções militares e o desempenho físico.



Fonte: Dados da pesquisa de Aragão e Costa (2023) adaptados pelos Autores (2024).

Por fim, o Gráfico 8 indica que 92,3% dos participantes acreditam que as canções militares contribuem para o fortalecimento da resiliência emocional. Esse dado sintetiza diversos pontos discutidos na análise: o impacto da música no humor, a capacidade de modulação do estado emocional e sua função como reguladora da excitação psicomotora. Em contextos adversos, como o treinamento policial, essa regulação se mostra fundamental para garantir estabilidade emocional, foco e enfrentamento eficaz de situações de pressão, como aponta a literatura de Karageorghis e Terry (2006) e Santos (2008).

Gráfico 8 – As canções militares e a resiliência emocional.



Fonte: Dados da pesquisa de Aragão e Costa (2023) adaptados pelos Autores (2024).

Os resultados analisados demonstram de forma clara e consistente que as canções militares exercem múltiplos efeitos positivos sobre os alunos em formação na Polícia Militar de Goiás, abrangendo dimensões físicas, cognitivas, emocionais e sociais. Longe de serem meros rituais

formais, essas práticas musicais revelam-se ferramentas potentes de engajamento, motivação e coesão grupal, favorecendo o desempenho operacional e o fortalecimento da identidade institucional. Além disso, os dados evidenciam que o conteúdo simbólico das letras é compreendido no

contexto organizacional, sem incitar condutas violentas, desmistificando críticas externas pouco fundamentadas. Com forte adesão dos participantes, as canções também se consolidam como elemento

5 Considerações Finais

Este artigo teve como objetivo analisar as funções e os efeitos das canções militares (CMs) nos treinamentos físicos durante a formação policial, a partir da percepção de alunos da Polícia Militar de Goiás. Para tanto, adotou-se uma abordagem quantitativa, mediante a aplicação de um questionário estruturado, com 27 questões de múltipla escolha, disponibilizado via *Google Forms* aos pelotões/turmas da Academia de Polícia Militar. A participação foi voluntária, e a amostra abrangeu alunos de 32 pelotões distintos.

Os resultados obtidos evidenciam que as canções militares são percebidas pelos discentes como elementos relevantes para a elevação da motivação, o aprimoramento do desempenho físico, o fortalecimento da resiliência emocional e a consolidação dos laços de camaradagem e espírito de corpo. Tais achados dialogam de maneira consistente com a literatura revisada, especialmente com os estudos de Karageorghis e Terry (2006), Santos (2008) e Todres (2007), que abordam os efeitos da música como estímulo psicológico e fisiológico em contextos de esforço físico e socialização intensos.

Dentre os principais pontos de convergência entre os dados empíricos e a base teórica, destacam-se:

a) A música entoada de forma síncrona durante o exercício físico atua como estímulo extrínseco de motivação, com potencial para reduzir a percepção de esforço, favorecer o foco e prolongar a resistência física;

b) As canções militares contribuem significativamente para a construção de identidade grupal, coesão social e internalização dos valores institucionais, funcionando como ferramenta de integração simbólica e disciplinar;

de preservação das tradições e de valorização da cultura militar, reforçando o vínculo afetivo dos alunos com a corporação.

c) O conteúdo lírico das canções funciona como mecanismo de transmissão de valores, crenças e tradições militares, participando ativamente da formação ética e da construção da identidade profissional dos futuros policiais;

d) A sincronia entre ritmo, letra e movimento — conforme salientado por Guillard e Costa (2018) — potencializa os efeitos emocionais e motivacionais das canções, reforçando o papel da música como tecnologia pedagógica nos treinamentos militares.

Adicionalmente, observou-se que os alunos demonstram maior identificação com canções que mencionam diretamente a Polícia Militar de Goiás, o que indica que a carga simbólica e o vínculo institucional contidos nas letras reforçam o sentimento de pertencimento e o comprometimento com a missão policial. Esse dado reforça a importância de se considerar o contexto cultural e institucional na seleção e produção das canções utilizadas no ambiente de formação.

Não obstante os resultados promissores, é importante reconhecer as limitações deste estudo. A pesquisa foi realizada em uma única instituição de formação policial, restringindo a generalização dos achados para outros contextos regionais ou institucionais. Além disso, o delineamento transversal adotado impossibilita o estabelecimento de relações causais entre o uso das canções e os efeitos relatados pelos participantes, limitando-se a apontar correlações percebidas.

Outro ponto que merece atenção é que, embora a pesquisa tenha captado percepções sobre os efeitos das canções, não houve análise do conteúdo lírico das mesmas, o que poderia oferecer dados mais densos sobre os valores e as representações veiculadas por essas composições. As letras, em muitos casos, reforçam ideais de bravura, resistência, lealdade e sacrifício — elementos centrais na cultura militar — mas também

podem reproduzir estereótipos ou narrativas questionáveis, requerendo investigação crítica.

Nesse sentido, recomenda-se que futuras pesquisas adotem abordagens qualitativas e interdisciplinares, envolvendo áreas como psicologia, sociologia, educação física e musicologia, para explorar com maior profundidade tanto os efeitos subjetivos do canto militar quanto o conteúdo das letras das canções entoadas. Estudos longitudinais também são necessários para avaliar os impactos a longo prazo do uso dessas canções na formação e no desempenho profissional dos policiais militares. Além disso, sugere-se que se investigue o uso de outros gêneros musicais em

contextos de formação e treinamento, bem como a influência de variáveis institucionais, como liderança, clima organizacional e práticas pedagógicas.

Em síntese, as canções militares se revelam não apenas como parte de uma tradição institucional, mas também como ferramenta de ensino e gestão do esforço físico, emocional e simbólico no processo formativo dos profissionais de segurança pública. Compreender sua função a partir de múltiplas perspectivas pode contribuir para a construção de estratégias pedagógicas mais eficazes e coerentes com os desafios contemporâneos da formação policial

Referências

- BINDER, F. P. **Bandas Militares no Brasil**: difusão e organização entre 1808–1889. Dissertação. 132 p. (Mestrado em Música) Instituto de Artes da Universidade Estadual Paulista — UNESP. São Paulo–SP 2006. Disponível em: https://www.academia.edu/3087525/Bandas_Militares_no_Brasil_difus%C3%A3o_e_organiza%C3%A7%C3%A3o_entre_1808_1889_Mestrado_Volume_II_Partituras?auto=download.
- Acesso em: 6 DEZ 2023.
- BRASIL. **Manual de Campanha Ordem Unida**. 4.ed. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro, Comando de Operações Terrestres, 2019.
- COSTA, L.D. As Canções Militares em treinamentos policiais: revisão de estudos do Comando da Academia da Polícia Militar de Goiás. **RIBSP**. Vol. 3, n.º 6, jan/jun, 2020. Disponível em: <https://revista.ibsp.org.br/index.php/RIBSP/article/view/71/71> Acesso em: 17 set. 2023.
- FOLHA DE SÃO PAULO. **Promotoria apura vídeo em que PMs de Goiás incitam agressão a testemunhas**. 22 jun 2024. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/cotidiano/2024/06/promotoria-apura-video-em-que-pms-de-goias-incitam-agressao-a-testemunhas.shtml>. Acesso em: 10 abr 2025
- FREITAS, R. F. **A influência da música militar no exército brasileiro durante a guerra do Paraguai**. 2022. Disponível em: <https://bdex.eb.mil.br/jspui/handle/123456789/11048> Acesso em: 17 set. 2023.
- GAZETA DO POVO. Canções militares também desrespeitam mulheres e elogiam tortura. 17 mai 2017. Disponível em: <https://www.gazetadopovo.com.br/vozes/caixa-zero/cancoes-policiais-violencia/> Acesso em: 10 abr 2025.
- GIL, Antônio Carlos. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas S.A, 2009.
- GUILLARDI, L.C; COSTA, L.D. As canções militares como instrumento didático para o treinamento e formação profissional de policiais na Polícia Militar do Estado de Goiás. **REBESP**. v. 11, n. 1, 2018.
- JOVEM PAN. **Cântico com incitação à violência em treinamento da PM causa polêmica no PR**. 17 mai 2017. Disponível em: <https://jovempan.com.br/noticias/cantico-com-incitacao-violencia-em-treinamento-da-pm-causa-polemica-no-pr.html>. Acesso em 10 abr 2025.

KARAGEORGHIS, C.I., e TERRY, P.C. The psychophysical effects of music in sport and exercise: A review. **Journal of Sport Behavior**, 20, 54–68, 1997.

KARAGEORGHIS, C.I., TERRY, P.C., e LANE, A. M. Development and validation of an instrument to assess the motivational qualities of music in exercise and sport: The Brunel Music Rating Inventory. **Journal of Sports Sciences**, 17, 713–724, 1999.

KARAGEORGHIS, C.I.; TERRY, P.C. Psychophysical Effects of Music in Sport and Exercise: An Update on Theory, Research and Application. **Conference of The Australian Psychological Society and the New Zealand Psychological Society**, p. 415–419, 2006

MARTINS, C.O. **A influência da música na atividade física**. Brasil. Monografia de Conclusão de curso. Florianópolis, (SC): Centro de Desportos, Universidade Federal de Santa Catarina, 1996.

PAVLOVIC, B. **Ginástica aeróbica: uma nova cultura física**. Rio de Janeiro: Sprint, 1987.

REINER, R. A política da polícia. Trad. Jacy Cardia Ghirotti e Maria Cristina Pereira da Cunha Marques. São Paulo: EDUSP, 2004

SANTANA, A. L; OLIVEIRA, A.T. **Música militar: definições, história e importância**. 2022. **Revista agulhas negras**. Vol. 6, n.º 7, p. 91–106. ISSN 2595-1084. Disponível em: <http://ebrevistas.eb.mil.br/aman/article/view/8603> Acesso em: 17 set. 2023.

SANTOS, M.O.S. Exercício físico e música: uma relação expressiva. **Lecturas: Educación Física y Deportes: Revista Digital**, Buenos Aires, v. 122, n. 13, p.1-13, jul. 2008. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd122/exercicio-fisico-e-musica-uma-relacao-expressiva.htm#:~:text=Se%20a%20m%C3%BAsica%20estabelece%20o,tamb%C3%A9m%20a%20ter%20um%20melhor>. Acesso em: 17 set. 2023.

SILVA, J.B. Pensando para além do currículo oculto. In: **Formação policial militar no século XXI: diagnósticos e perspectivas**. Natal: Manimbu, 2017.

SOUZA, E. O fim foi em Goiás: rito como memória do mito entre militares. **Revista Brasileira de Segurança Pública**, [S. l.], v. 16, n. 2, p. 90–103, 2022. DOI: 10.31060/rbsp.2022.v16.n2.1318. Disponível em: <https://revista.forumseguranca.org.br/rbsp/article/view/1318>. Acesso em: 14 abr. 2025.

TAME, D. **Poder Oculto da Música**. Editora Cultrix, 1984.

TODRES, I. D. Música é remédio para o coração. **Jornal de Pediatria**, v. 82, p. 166–168, 2006.

VALIM, P.C *et al.* Redução de estresse pelo alongamento: a preferência musical pode influenciar. **Motriz**, v. 8, n. 2, p. 18–25, 2002