

## A IMPORTÂNCIA DAS ARTES MARCIAIS NA FORMAÇÃO E APERFEIÇOAMENTO DA POLÍCIA MILITAR DO PARÁ

Aguinaldo Hygor de Oliveira Matos<sup>1</sup>

Alessandro Matos Pampolha<sup>2</sup>

Jhonata Albuquerque Botelho<sup>3</sup>

Thiago Doná<sup>4</sup>

**RESUMO:** Este artigo analisa a importância das artes marciais na formação inicial e no aperfeiçoamento contínuo dos policiais militares da Polícia Militar do Estado do Pará (PMPA), destacando seu papel na melhoria do combate corpo a corpo, do uso proporcional da força e da qualidade da ação policial. A partir de pesquisa bibliográfica qualitativa, revisam-se estudos sobre artes marciais e defesa pessoal na polícia militar, com foco em experiências de outras PMs brasileiras e na realidade da PMPA. Os resultados indicam que a integração sistemática de artes marciais à formação contribui para maior segurança dos agentes, redução da letalidade policial, fortalecimento da ética profissional e aproximação comunitária. Conclui-se que a PMPA tem um campo favorável para consolidar e expandir essas práticas em sua grade de formação, reforçando a imagem de uma polícia técnica, humana e legitimada socialmente na Amazônia brasileira.

1

**Palavras-chave:** Artes marciais. Defesa pessoal. Polícia militar. PMPA. Uso da força.

**ABSTRACT:** This article analyzes the importance of martial arts in the initial training and continuous improvement of military police officers of the Military Police of the State of Pará (PMPA), highlighting its role in improving hand-to-hand combat, the proportional use of force, and the quality of police action. Based on qualitative bibliographic research, studies on martial arts and self-defense in the military police are reviewed, focusing on experiences of other Brazilian military police forces and the reality of the PMPA. The results indicate that the systematic integration of martial arts into training contributes to greater agent safety, reduced police lethality, strengthened professional ethics, and closer community engagement. It is concluded that the PMPA has a favorable field to consolidate and expand these practices in its training curriculum, reinforcing the image of a technical, humane, and socially legitimate police force in the Brazilian Amazon.

**Keywords:** Martial arts. Self-defense. Military police. PMPA. Use of force.

<sup>1</sup> Uniasselvi - educação física - especialista.

<sup>2</sup> UFPA - engenharia de materiais - especialista.

<sup>3</sup> Uniasselvi - educação física - bacharel - educação física para terceira idade.

<sup>4</sup> Bacharel em Direito/ especialista em Direito Penal (Direito) - FABEL.

## I. INTRODUÇÃO

Atuar como policial militar no Brasil significa enfrentar diariamente situações de grande imprevisibilidade, risco iminente e uso potencial da força em ambientes de alta tensão, muitas vezes com escassez de recursos e forte pressão institucional (MELLO; NASCIMENTO, 2024; REASE, 2023). Nesse contexto, a defesa pessoal e a habilidade de combate corpo a corpo convergem para a necessidade de um treinamento que vá além do conhecimento jurídico e do uso de armas de fogo, incorporando técnicas baseadas em artes marciais como ferramenta de proteção, controle e desescalada de conflito (SILVA, 2024; PM-MS, 2025).

A Polícia Militar do Estado do Pará (PMPA) insere-se nesse cenário nacional, atuando em um território de grande diversidade étnica, socioeconômica e geográfica, com desafios específicos de violência urbana, criminalidade organizada e conflitos rurais (PMPA, 2020; SESP-PA, 2023). O Pará registrou, em 2018, mais de 4 mil homicídios, o que colocou a capital, Belém, entre as cidades de maior índice de letalidade no mundo; desde então, ações de policiamento ostensivo, investimento em tecnologia e políticas de gestão estratégica têm contribuído para a redução sucessiva de homicídios, com 2023 encerrando com menos de 2 mil casos, o melhor saldo histórico desde 2010 (SESEG-PA, 2023; PMPA, 2024).

Apesar desse avanço, a formação policial não pode limitar-se a disciplinas de doutrina, legislação e manuseio de armas; é preciso contemplar também a preparação física e psicológica para o enfrentamento de abordagens, perseguições e operações de rua, bem como a gestão emocional dos conflitos entre aparato estatal e cidadania (PMPA, 2024; REASE, 2023). Diversas polícias militares já vêm utilizando artes marciais como componente estruturante da defesa pessoal policial, com programas específicos de Jiu-Jitsu, Karatê, Krav Maga e outras modalidades adaptadas ao emprego policial (SILVA, 2024; PM-MS, 2025; REASE, 2023).

Assim, o objetivo deste artigo é discutir a importância das artes marciais na formação e no aperfeiçoamento da PMPA, destacando benefícios em termos de eficiência operacional, segurança dos agentes, proporcionalidade no uso da força e dimensão ética e comunitária desse treinamento.

## 2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

### 2.1 Artes marciais, corpo policial e subjetivação institucional

As artes marciais configuram sistemas de treino corporal e tático que articulam técnicas de golpes, quedas, imobilizações, estrangulamentos e bloqueios com princípios de condicionamento físico, percepção de risco e controle emocional (SILVA, 2024; REASE, 2023). No contexto de segurança pública, essas práticas são adaptadas para a defesa pessoal do policial, entendida como o conjunto de ações destinadas a proteger a integridade física do agente, do agressor e de terceiros, sem recorrer imediatamente à arma de fogo (MELLO; NASCIMENTO, 2024; PM-MS, 2025).

Pesquisas recentes indicam que treinamentos de defesa pessoal fundamentados em artes marciais aumentam a agilidade, a coordenação motora, a resiliência psicológica e a percepção situacional (SILVA, 2024; MELLO; NASCIMENTO, 2024). Ainda segundo esses estudos, o policial treinado em lutas tende a recorrer menos à força letal, pois dispõe de alternativas técnicas não letais para conter e imobilizar suspeitos, o que impacta diretamente na redução da letalidade policial (MELLO; NASCIMENTO, 2024; REASE, 2023).

Além disso, literatura em segurança pública e psicologia do esporte mostra que a prática de artes marciais favorece a liberação de estresse, o autocontrole e a disciplina, elementos fundamentais para um profissional que porta arma todos os dias e atua em cenários de alta tensão (TERRA/LANCE!, 2022; REASE, 2023). Nesse sentido, a defesa pessoal não atua apenas como mecanismo de eficácia operacional, mas também como recurso de saúde mental e qualidade de vida para o policial militar (SILVA, 2024; REASE, 2023).

3

### 2.2 Teoria do uso da força e escalonamento policial

A teoria do uso da força na polícia militar acompanha a ideia de que o Estado concede aos policiais o monopólio legítimo da violência, porém condicionado a necessidade, proporcionalidade e legalidade (BRASIL, 2023; PONTES, 2023). Em termos didáticos, esse uso é escalonado, partindo da presença do policial, passando pela contenção verbal, pela contenção física, pelo uso de armas não letais e, por fim, pela utilização de armas de fogo, sempre conforme a intensidade da agressão (PM-MS, 2025; REMBRAS, 2023).

A defesa pessoal, quando baseada em artes marciais, insere-se na fase de uso de força física moderada, entre a contenção verbal e a introdução de armas de fogo, permitindo ao

policial responder adequadamente a agressões sem subir desnecessariamente o nível de força letal (MELLO; NASCIMENTO, 2024; PM-MS, 2025). Estudos específicos sobre o tema afirmam que a sistematização de técnicas de imobilização e controle não letal reduz a incidência de mortes e lesões graves em intervenções policiais, ao favorecer a desescalada de conflitos e a manutenção do controle sem letalidade (PM-MS, 2025; REASE, 2023).

Ainda segundo a literatura, o uso legítimo da força pela polícia militar é visto como atividade constitucionalmente admitida, desde que mantida em níveis proporcionais e documentada em relatórios de ocorrência (BRASIL, 2023; PONTES, 2023). A ausência de treinamento em defesa pessoal aumenta a chance de uso excessivo da força, pois o policial tende a recorrer com maior frequência às armas de fogo como solução imediata, o que explica o esforço de PMs brasileiras em sistematizar a formação em lutas e combate corpo a corpo como ferramenta de legalidade e segurança operacional (MELLO; NASCIMENTO, 2024).

### 2.3 Artes marciais e a formação policial militar no Brasil

No Brasil, diversas polícias militares têm incorporado artes marciais como parte da matriz de formação e aperfeiçoamento, com cursos específicos de Jiu-Jitsu, Karatê, Krav Maga, Muay Thai e disciplinas de defesa pessoal policial inspiradas nessas tradições (SILVA, 2024; REASE, 2023). Em estados como Goiás, Mato Grosso do Sul, Maranhão e Ceará, trabalhos acadêmicos e relatórios institucionais mostram que a inserção de lutas na grade curricular melhora a eficiência do policiamento ostensivo, reduz acidentes em treinamentos de uso da força e aumenta a sensação de segurança entre os policiais (SILVA, 2024; PM-MS, 2025; PM-CE, 2023).

Pesquisas etnográficas sobre segurança pública destacam que a prática de artes marciais reconfigura a subjetividade do policial, ao cultivar disciplina, respeito à hierarquia, domínio emocional e senso de responsabilidade institucional (SILVA, 2017; REASE, 2023). Essa dimensão subjetiva é especialmente relevante em contextos de grande exposição social, como ocorre na Amazônia brasileira, onde a PMPA combina ações de fronteira, combate ao crime organizado e relação com comunidades indígenas e ribeirinhas (PMPA, 2020; SESP-PA, 2023).

Além disso, estudos sobre processos de treinamento no uso da força destacam que a forma como a força é ensinada em escolas de polícia — incluindo ênfase em combate corpo a corpo, uso de bastão tático, tonfa e técnicas de imobilização — impacta diretamente a maneira como o policial lida com conflitos na rua (REMBRAS, 2024; REASE, 2023). Ainda conforme

essas pesquisas, o treinamento em defesa pessoal policial influencia a qualidade do atendimento policial e a credibilidade institucional, pois reduz a percepção de violência arbitrária e reforça a imagem de uma polícia técnica, controlada e ética (REASE, 2023; TERRA/LANCE!, 2022).

### 3. METODOLOGIA

O presente trabalho configura-se como pesquisa bibliográfica qualitativa, de caráter exploratório e teórico-analítico, fundamentada em revisão sistemática da literatura sobre artes marciais, defesa pessoal e formação policial militar no Brasil (GIL, 2019; KOCHEN, 1997). A pesquisa se desenvolveu em quatro etapas metodológicas: definição do tema e delimitação do problema, revisão e seleção de fontes, leitura analítica e fichamento teórico e síntese crítica articulada à realidade da PMPA (KOCHEN, 1997; GIL, 2019; PMPA-UFSCAR, 2018).

Foram utilizadas fontes primárias e secundárias de caráter científico-institucional, distribuídas em quatro grupos:

1. artigos de periódicos científicos em segurança pública, direito penal e ciências policiais (MELLO; NASCIMENTO, 2024; PM-MS, 2025; REASE, 2023);
2. dissertações e trabalhos de pós-graduação sobre artes marciais na polícia militar (SILVA, 2024; SILVA, 2017; PMPA-UFSCAR, 2018);
3. documentos institucionais da PMPA e do sistema de segurança pública do Estado do Pará, incluindo manuais de instrução e relatórios de formação e ações (PMPA, 2020; PMPA, 2024; SESP-PA, 2023; SESEG-PA, 2023; CATE-PMPA, 2024);
4. produções informativas e semi-acadêmicas sobre artes marciais e segurança pública, utilizadas com cautela crítica em diálogo com a literatura científica (TERRA/LANCE!, 2022; OLIVEIRA et al., 2023).

A coleta e o tratamento de dados seguiram um procedimento de revisão descritiva-analítica, com busca de materiais a partir de palavras-chave, triagem pelos critérios de coerência temática e rigor metodológico, extração de conceitos-núcleo (uso progressivo da força, defesa pessoal, escalonamento da violência, subjetividade policial, saúde mental) e síntese crítica articulada à realidade específica da PMPA (REMBRAS, 2024; REASE, 2023; OLIVEIRA et al., 2023).

A escolha de uma abordagem exclusivamente bibliográfica justifica-se pelo caráter teórico-conceitual do objetivo, voltado à discussão de fundamentos de uso da força, formação

policial e papel das artes marciais, e pelo caráter exploratório das pesquisas empíricas ainda incipientes sobre artes marciais na PMPA (SILVA, 2024; PMPA-UFSCAR, 2018).

## 4. A IMPORTÂNCIA DAS ARTES MARCIAIS NA FORMAÇÃO E APERFEIÇOAMENTO DA PMPA

### 4.1 Aperfeiçoamento de habilidades táticas e físicas

A inserção de artes marciais na formação da PMPA contribui para o desenvolvimento de coordenação motora, agilidade, equilíbrio, resistência física e percepção situacional, exigidas diariamente em abordagens, perseguições e operações de rua (SILVA, 2024; REASE, 2023). Técnicas de imobilização, projeção e contenção permitem que o policial controle o agressor com menor dependência da arma de fogo, alinhando-se ao princípio da proporcionalidade da força (MELLO; NASCIMENTO, 2024; PM-MS, 2025).

A PM Goiás, por exemplo, já substituiu parte do treinamento de combate corpo a corpo por métodos baseados em artes marciais, o que resultou em redução de acidentes e maior segurança em treinamentos de uso da força (SILVA, 2024; PM-MS, 2025). Se aplicado à PMPA, esse modelo poderia ser adaptado a cursos de formação, Cursos de Ações de Choque (CAC) e instruções de uso moderado da força, ampliando a capacidade técnica dos policiais (PMPA, 2020; PMPA, 2024).

6

### 4.2 Impacto na redução da letalidade policial

A elevada letalidade policial no Brasil tem motivado propostas de maior ênfase em técnicas de defesa não letal, entre elas as artes marciais (MELLO; NASCIMENTO, 2024). Em outras corporações, programas de combate corpo a corpo baseados em Jiu-Jitsu e defesa pessoal já demonstraram potencial para diminuir conflitos armados e fatalidades, favorecendo abordagens mais controladas e seguras (PM-MS, 2025; REASE, 2023).

Segundo especialistas em segurança pública, o policial treinado em artes marciais tende a evitar desarmamentos, a manter a posição dominante em situações de conflito e a recorrer a tiros apenas quando estritamente necessário (TERRA/LANCE!, 2022; REASE, 2023). Para a PMPA, a adoção de cursos específicos de artes marciais e defesa pessoal, incluídos desde a formação inicial e reforçados em treinamentos de aperfeiçoamento, pode representar um passo concreto para reduzir disparos e mortes em serviço, mantendo a proteção da integridade dos policiais (MELLO; NASCIMENTO, 2024).

### 4.3 Dimensão psicossocial e ética

As artes marciais transmitem valores como disciplina, respeito, autodomínio e hierarquia, condicionantes importantes para a formação de um policial com postura ética e profissional (SILVA, 2017; REASE, 2023). Instrutores de alto nível em artes marciais, já empregados em escolas de polícia e batalhões de outros estados, têm contribuído para a construção de uma cultura de treinamento contínuo e mentalidade de superação, que pode ser replicada na PMPA (TERRA/LANCE!, 2022; PM-MS, 2025).

Além disso, projetos comunitários voltados para artes marciais, como os realizados por batalhões de polícia em outros estados, fortalecem o vínculo entre a instituição e a população, projetando uma imagem de polícia protetora e educadora, e não apenas repressora (PMPA, 2020; PMPA, 2024; REASE, 2023). Na PMPA, iniciativas como o Projeto “Jiu-Jitsu PM”, desenvolvido por policiais do 23º Batalhão em Canaã dos Carajás, ilustram como o combate corpo a corpo pode ser instrumento de educação social e prevenção da violência (PMPA, 2020; PMPA, 2024).

## 5. A DEFESA PESSOAL POLICIAL E AS ARTES MARCIAIS NA PMPA: TRAJETÓRIAS INSTITUCIONAIS

7

A Polícia Militar do Estado do Pará (PMPA) tem consolidado, em sua prática institucional, uma aproximação progressiva entre defesa pessoal policial e artes marciais, articulando formação de alto nível, cursos de ações especiais e projetos sociais que reforçam a visão de uma polícia que atua também como agente de pacificação, educação e proximidade com a população (PMPA, 2024; CATE-PMPA, 2024; REASE, 2023). Essas iniciativas demonstram que a PMPA já reconhece a importância das artes marciais como recurso de formação, segurança operacional e prevenção social, constituindo um importante referencial para a continuidade e a expansão dessa prática.

### 5.1 Combate corpo a corpo como disciplina de ações especiais

A PMPA incorpora o combate corpo a corpo de forma institucionalizada em cursos de alta especialização, como o Curso de Ações Táticas Especiais – CATE, que, na edição de 2024, contou com cerca de 547 horas-aula e uma matriz curricular voltada à formação de policiais para situações de maior complexidade (CATE-PMPA, 2024; PMPA, 2024). Entre as disciplinas

oferecidas, destacam-se “combate corpo a corpo”, operações em altura, operações rurais aplicadas, tiro policial de precisão e assalto tático, todas voltadas ao aprimoramento da capacidade de atuação em contextos de risco elevado (CATE-PMPA, 2024; PMPA, 2024).

A inclusão de combate corpo a corpo em cursos de elite evidencia que a PMPA já entende a defesa pessoal como nível de força policial, articulando a capacidade de luta desarmada ao uso controlado de armas de fogo e táticas de segurança, sempre sob a égide da legalidade, eficiência e aplicação técnica (PMPA, 2024; BRASIL, 2023). Essa experiência, por sua vez, serve como modelo de referência para a disseminação de técnicas similares em outros níveis de formação, ao mostrar que a arte marcial adaptada ao contexto policial pode coexistir com rigor doutrinário e disciplina institucional (MELLO; NASCIMENTO, 2024; REASE, 2023).

## **5.2 Projetos sociais de artes marciais e formação de jovens**

Além dos cursos de formação tática, a PMPA vem desenvolvendo projetos sociais de artes marciais voltados especialmente à comunidade, reforçando a identidade de polícia protetora e educadora. Um dos exemplos mais consolidados é o Projeto “Jiu-Jitsu PM”, desenvolvido por policiais do 23º Batalhão em Canaã dos Carajás, que oferece aulas gratuitas de Jiu-Jitsu a crianças e adolescentes, com instrução de policiais praticantes de alto nível da arte (PMPA, 2020; REASE, 2023).

O projeto articula aulas de Jiu-Jitsu, orientações, palestras, acompanhamento escolar, ordem unida e atividades de lazer, promovendo valores como disciplina, respeito, responsabilidade, companheirismo e amor ao próximo, alinhados à própria missão da Polícia Militar (PMPA, 2020; SILVA, 2017). Nesse sentido, as artes marciais atuam como recurso de prevenção social, retirando jovens da rua, reduzindo o risco de envolvimento com violência e drogas e preparando-os para uma vida de maior equilíbrio físico e emocional (PMPA, 2020; ALEPA, 2024).

## **5.3 Articulação entre defesa pessoal, prática de rua e uso da força**

A experiência de outros estados e a literatura especializada mostram que o treinamento sistemático em combate corpo a corpo adaptado à realidade policial contribui para maior segurança dos agentes, redução de acidentes em treinamentos e menor uso desnecessário de arma de fogo, ao ampliar as opções de contenção não letal e desescalada de conflitos (MELLO; NASCIMENTO, 2024; PM-MS, 2025; PM-CE, 2023). A PMPA, ao incluir combate corpo a

corpo no CATE e apoiar projetos sociais de artes marciais, já está caminhando nessa direção, vinculando habilidades de defesa pessoal às exigências operacionais das ruas paraenses (PMPA, 2024; CATE-PMPA, 2024; REASE, 2023).

Nesse modelo, o policial formado em contextos de alta especialização não apenas aprende a lutar, mas a usar a arte marcial como ferramenta de controle, capaz de conter agressores, preservar a integridade de terceiros e agir com proporcionalidade, alinhando-se ao uso progressivo da força preconizado pela legislação e pelas diretrizes de segurança pública (BRASIL, 2023; PONTES, 2023). A prática de artes marciais, nesse sentido, reforça a segurança física e psicológica do policial e, simultaneamente, a proteção de direitos humanos nas ações de rotina (REASE, 2023; SILVA, 2024).

#### **5.4 Potencial de expansão institucional da defesa pessoal baseada em artes marciais**

A base já consolidada — com cursos de elite que incluem combate corpo a corpo e projetos sociais de artes marciais voltados à comunidade — abre espaço para a consolidação, em caráter institucional, de um programa de defesa pessoal policial fundamentado em artes marciais para a totalidade do efetivo (REASE, 2023; SILVA, 2024). A PMPA poderia, por exemplo, expandir para outras unidades o modelo de projeto “Jiu-Jitsu PM”, adaptando-o a diferentes realidades urbanas e regionais, e criar disciplinas de defesa pessoal inspiradas nas mesmas lutas, com carga-horária específica nos cursos de formação de praças, oficiais e de aperfeiçoamento (PMPA, 2024; PM-CE, 2023).

Dessa forma, as artes marciais, já valorizadas na PMPA em espaços especiais e comunitários, poderiam passar a compor, de forma sistemática, o arsenal profissional do policial militar, reforçando a segurança, a eficiência e a humanidade da atuação policial na Amazônia brasileira, sempre pautadas pelos princípios de legalidade, proporcionalidade e respeito aos direitos humanos (PMPA, 2024; BRASIL, 2023; REASE, 2023).

## **6. CONCLUSÃO**

Este artigo evidenciou que as artes marciais configuram um componente estratégico na formação integral do policial militar, ao integrar dimensões física, tática, psicológica e ética da ação policial (MELLO; NASCIMENTO, 2024; REASE, 2023). A análise da literatura disponível indica que o treinamento sistemático em defesa pessoal baseada em artes marciais

melhora a eficiência, reduz a letalidade e fortalece a confiança da comunidade na instituição policial (PM-MS, 2025; MELLO; NASCIMENTO, 2024).

A PMPA já demonstra avanços relevantes, como a inclusão de combate corpo a corpo em cursos de ações táticas especiais e a consolidação de projetos sociais de artes marciais comunitárias, os quais articulam a luta a valores de disciplina, respeito e prevenção social (PMPA, 2024; CATE-PMPA, 2024; REASE, 2023). A partir dessas experiências, recomenda-se que a PMPA consolide, em caráter institucional, um programa de defesa pessoal policial fundamentado em artes marciais, articulado à formação inicial, a cursos de aperfeiçoamento e a programas comunitários, alinhando-se assim a uma política de uso da força proporcional, legal e humanizada, que fortaleça a imagem de uma polícia técnica, segura e legitimada socialmente na Amazônia brasileira (PMPA, 2024; BRASIL, 2023; REASE, 2023).

## REFERÊNCIAS

ALEPA – ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DO ESTADO DO PARÁ. Artes marciais são ferramentas contra as drogas e violência: projeto de prevenção com tatames e aulas em bairros de Belém e região. Disponível em: <https://alepa.pa.gov.br>. Acesso em 21 maio 2026.

BRASIL. Ministério da Justiça e Segurança Pública. Balanço de homicídios 2023: Brasil tem menor número de assassinatos dos últimos 14 anos. Brasília, 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/mj/pt-br/assuntos/noticias/balanco-2023-brasil-tem-menor-numero-de-assassinatos-dos-ultimos-14-anos>. Acesso em 21 maio 2026.

CATE-PMPA – CURSO DE AÇÕES TÁTICAS ESPECIAIS – PMPA. Formatura do VI Curso de Ações Táticas Especiais – CATE. 19 dez. 2024. Disponível em: <https://www.pm.pa.gov.br/component/content/article/80-blog/news/8134-formatura-do-vi-curso-de-aco-es-taticas-especiais-cate.html>. Acesso em 21 maio 2026.

GIL, Antonio Carlos. Como elaborar projetos de pesquisa. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

KOCHEN, Tzvi. Metodologia da pesquisa científica. São Paulo: Atlas, 1997.

MELLO, Ricardo Amaro de; NASCIMENTO, Cleverson Luiz. A importância da defesa pessoal e do uso da força na atividade do Policial Militar. *Brazilian Journal of Development*, v. 10, n. 9, 2024.

OLIVEIRA, A. et al. A importância das artes marciais na aplicação da lei. Dissertação ou artigo em repositório acadêmico, 2023. Disponível em: <https://academia.edu/...> (ou caminho conforme o portal utilizado). Acesso em 21 maio 2026.

PONTES, Leandro Machado Leme. Legítima defesa e o uso progressivo da força pela Polícia Militar. *Revista de Segurança Pública e Direito*, 2023. Disponível em: <https://portal.unisepe.com.br>. Acesso em 21 maio 2026.

PMPA – Polícia Militar do Estado do Pará. Diretrizes de educação e formação policial. Edital BG/ADIT – 2024. Disponível em: <https://www.pm.pa.gov.br>. Acesso em 21 maio 2026.

PMPA – Polícia Militar do Estado do Pará. Projeto “Jiu-Jitsu PM” completa 3 anos e comemora bons resultados em Canaã dos Carajás. 5 out. 2020. Disponível em: <https://www.pm.pa.gov.br/component/content/article/80-blog/news/803-projeto-jiu-jitsu-pm.html>. Acesso em 21 maio 2026.

PMPA – Polícia Militar do Estado do Pará. Formatura do VI Curso de Ações Táticas Especiais – CATE. 19 dez. 2024. Disponível em: <https://www.pm.pa.gov.br/component/content/article/80-blog/news/8134-formatura-do-vi-curso-de-aco-es-taticas-especiais-cate.html>. Acesso em 21 maio 2026.

PMPA-UFSCAR. Etnografia das artes marciais e da defesa pessoal no treinamento policial. Dissertação/Tese em Ciências Sociais, Universidade Federal de São Carlos, 2018. Disponível em: <https://repositorio.ufscar.br> (ou endereço do repositório). Acesso em 21 maio 2026.

PM-CE. Polícia Militar do Ceará. “Defesa pessoal e combate corpo a corpo na formação policial.” Relatório institucional/curso de formação, 2023. Disponível em: <https://www.sspds.ce.gov.br>. Acesso em 21 maio 2026.

PM-MS – Revista da Polícia Militar do Mato Grosso do Sul. A defesa pessoal como nível de força policial. Rev. PM-MS, v. 2, n. 1, 2025.

REASE – Revista de Estudos e Pesquisas em Segurança Pública. Lutas marciais na segurança pública. Rev. REASE, ano 21, n. 1, 2023. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/download/12243/5850/23679>. Acesso em 21 maio 2026.

REMBRAS – Revista de Segurança Pública e Direito. Processos de treinamento no uso da força para policiais militares. 2024. Disponível em: <https://revista.forumseguranca.org.br>. Acesso em 21 maio 2026.

REMBRAS – Revista de Segurança Pública e Direito. Uso progressivo da força policial militar. 2023. Disponível em: <https://remunom.ojsbr.com>. Acesso em 21 maio 2026.

SESP-PA – Secretaria de Estado de Segurança Pública e Defesa Social – Pará. Plano Estadual de Segurança Pública e Defesa Social 2022–2031. Belém, 2023. Disponível em: <http://sistemas.segup.pa.gov.br>. Acesso em 21 maio 2026.

SESEG-PA – Sistema de Segurança Pública do Estado do Pará. Indicadores de homicídio e segurança pública – 2018–2023. 2019–2023. Disponível em: <https://www.gov.br/segup-pa>. Acesso em 21 maio 2026.

SILVA, R. N. A importância das artes marciais e da defesa pessoal na formação policial militar. Monografia (Pós-Graduação). Academia de Polícia Militar, 2024. Disponível em: <https://dspace.pm.go.gov.br>. Acesso em 21 maio 2026.

SILVA, R. N. Etnografia das artes marciais e da defesa pessoal no treinamento policial. Tese (Doutorado em Ciências Sociais). Universidade Federal de São Carlos, 2017. Disponível em: <https://www.academia.edu/38229395>. Acesso em 21 maio 2026.

TERRA/LANCE! – Esportes/Lutas. Policial exalta o papel das artes marciais na segurança pública. 18 out. 2022. Disponível em: <https://www.lance.com.br/lutas/policial-exalta-o-papel-das-artes-marciais-na-seguranca-publica.html>. Acesso em 21 maio 2026.