



POLÍCIA MILITAR

DISTRITO FEDERAL

INSTRUÇÕES GERAIS PARA O TREINAMENTO DE DEFESA PESSOAL POLICIAL MILITAR

PMDF/DEC/IG-01

2ª Edição Atualizada - 2021

COMANDANTE-GERAL

CEL QOPM Márcio Cavalcante de Vasconcelos

SUBCOMANDANTE-GERAL

CEL QOPM Hércules Freitas

CHEFE DO ESTADO MAIOR

CEL QOPM Danilo Oliveira Nunes

CHEFE DO DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO E CULTURA

CEL QOPM Rodrigo Moreira de Souza

DIRETOR INTERINO DE ESPECIALIZAÇÃO E APERFEIÇOAMENTO

TC QOPM Fabrício Boechat de Camargos

Produção

MAJ QOPM Jader Silva dos Santos

Chefe da Divisão de Ensino do CT Esp/ Organização/ Conteúdo/ Redação/ Revisão

CAP QOPM Fernando Moreira de Oliveira

Chefe da Subseção de Defesa Pessoal/ Organização/ Conteúdo/ Redação/ Revisão

ST QPPMC RR Edelino do Carmo Silva

Instrutor/ Conteúdo/ Redação

2º SGT QPPMC Alan dos Santos Borges

Instrutor/ Conteúdo/ Redação

2º SGT QPPMC Valmir Jesus de Souza

Instrutor/ Conteúdo/ Redação

3º SGT QPPMC Davi Macêdo Rêgo

Instrutor/ Conteúdo/ Redação

3º SGT QPPMC Fabio Dantas de Mello

Instrutor/ Conteúdo/ Redação

3º SGT QPPMC Anderson de Almeida Reis

Instrutor/ Conteúdo/ Redação

3º SGT QPPMC Caio Cícero Taveiros Mendes

Instrutor/ Conteúdo/ Redação

CB QPPMC Danilo Ferreira Prudêncio

Instrutor/ Organização/ Conteúdo/ Redação/ Diagramação/ Edição/ Revisão

CB QPPMC Igor Fabrício Ribeiro

Instrutor/ Conteúdo/ Redação

ÍNDICE

CAPÍTULO I – DAS GENERALIDADES	15
SEÇÃO 1 - PREFÁCIO.....	15
SEÇÃO 2 - DA FINALIDADE DO TDPPM	16
SEÇÃO 3 - USO DIFERENCIADO DA FORÇA	17
SEÇÃO 4 - PRINCÍPIOS GERAIS DO TREINAMENTO DE DEFESA PESSOAL POLICIAL MILITAR.....	17
SEÇÃO 5 - POSTURA INICIAL	18
SEÇÃO 6 - POSIÇÃO DE COMBATE.....	20
SEÇÃO 7 - DESLOCAMENTO DE BASE.....	21
SEÇÃO 8 – EXERCÍCIOS PRÁTICOS.....	25
CAPÍTULO II - TÉCNICAS BÁSICAS DE QUEDA.....	28
SEÇÃO 1 - FINALIDADE	28
SEÇÃO 2 – MÉTODO DE TREINAMENTO	28
SEÇÃO 3 – LEVANTADA TÉCNICA	29
SEÇÃO 4 - QUEDA PARA TRÁS (TÉCNICA Nº2)	30
SEÇÃO 5 - QUEDA LATERAL (TÉCNICA Nº 3)	33
CAPÍTULO III - TÉCNICAS OFENSIVAS.....	40
SEÇÃO 1 - FINALIDADE	40
SEÇÃO 2 – TEORIA BÁSICA DOS PONTOS VULNERÁVEIS DE ATAQUE	40
SEÇÃO 3 - TÉCNICA DE SOCO (TÉCNICA Nº 4).....	44
SEÇÃO 4 – DEFESA EM BLOQUEIO (TÉCNICA Nº 5)	47
SEÇÃO 5 - TÉCNICA DE COTOVELADA (TÉCNICA Nº 6).....	49
SEÇÃO 6 – TÉCNICA DE JOELHADA (TÉCNICA Nº 7).....	51
SEÇÃO 7 - TÉCNICA DE CHUTE (TÉCNICA Nº 8)	52
SEÇÃO 8 – DEFESA EM ESQUIVA (TÉCNICA Nº 9).....	54
SEÇÃO 9 – EXERCÍCIOS PRÁTICOS.....	57
CAPÍTULO IV – TÉCNICAS DE IMOBILIZAÇÃO E CONDUÇÃO.....	62

SEÇÃO 1 - FINALIDADE	62
SEÇÃO 2 – PRINCÍPIOS DO ALGEMAMENTO.....	62
SEÇÃO 3 – PARTE “A”: CONDUÇÕES E IMOBILIZAÇÕES SEM RESISTÊNCIA IMEDIATA DO DETIDO (TÉCNICAS 10 A 12).....	65
SEÇÃO 4 – PARTE “B”: CONDUÇÕES E IMOBILIZAÇÕES COM RESISTÊNCIA IMEDIATA DO DETIDO (TÉCNICAS 13 A 17).....	87
CAPÍTULO V – TÉCNICAS DE BASTÃO.....	117
SEÇÃO 1 - FINALIDADE	117
SEÇÃO 2 - TONFA (TÉCNICAS Nº 18 A 27)	117
SEÇÃO 8 - BASTÃO RETRÁTIL (TÉCNICAS Nº 28 A 34).....	131
CAPÍTULO VI – TÉCNICAS ELEMENTARES DE SOBREVIVÊNCIA POLICIAL	145
SEÇÃO 1 - FINALIDADE	145
SEÇÃO 2 – SOLTURA DAS MÃOS	146
SEÇÃO 3 - AGARRAMENTOS.....	162
SEÇÃO 4 – ESTRANGULAMENTOS.....	170
SEÇÃO 5 – RETENÇÃO, CONTRA-RETENÇÃO E DESARME DE ARMA DE PORTE	176
SEÇÃO 6 – DEFESA CONTRA ATAQUE COM FACA	179
SEÇÃO 7 – DEFESAS CONTRA ATAQUES COM FACA CONSIDERANDO O POLICIAL ARMADO	189
SEÇÃO 8 - DEFESA CONTRA AMEAÇA COM ARMA DE FOGO.....	195
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	207

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Postura Inicial	20
Figura 2: Posição de Combate	21
Figura 3: Deslocamento de Base para Frente.....	22
Figura 4: Deslocamento de Base para Trás	23
Figura 5: Deslocamento de Base para a Esquerda	23
Figura 6: Deslocamento de Base para a Direita.....	24
Figura 7: Deslocamento de Base em Giro.....	25
Figura 8: Exercício Prático de Base	26
Figura 9: Levantada Técnica.....	30
Figura 10: Queda pra Trás Estágio 1	31
Figura 11: Queda pra Trás Estágio 2.....	32
Figura 12: Queda pra Trás Estágio 3.....	33
Figura 13: Queda Lateral Estágio 1	34
Figura 14: Queda Lateral Estágio 2	35
Figura 15: Queda Lateral Estágio 3	36
Figura 16: Ponto de Ataque Lateral da Mandíbula	41
Figura 17: Pontos de Ataque Lateral do Queixo	42
Figura 18: Pontos de Ataque Queixo	42
Figura 19: Pontos de Ataque Nariz	43
Figura 20: Pontos de Ataque Esterno.....	43
Figura 21: Pontos de Ataque Genitália	44
Figura 22: Posição Correta da Mão.....	45
Figura 23: Soco Básico (frente)	46
Figura 24: Soco Básico (perfil).....	46
Figura 25: Soco Básico (detalhe)	47
Figura 26: Bloqueio Lateral Alto.....	48
Figura 27: Bloqueio com Contragolpe.....	49
Figura 28: Cotovelada Lateral (frente).....	50
Figura 29: Cotovelada Lateral (perfil)	50
Figura 30: Joelhada (frente)	51
Figura 31: Joelhada (perfil)	52
Figura 32: Chute (frente)	53
Figura 33: Chute (perfil).....	53
Figura 34: Área de Contato do Chute	54
Figura 35: Defesa em Esquiva Longa.....	56
Figura 36: Esquiva Curta para a Direita.....	57
Figura 37: Esquiva Curta para a Esquerda	57
Figura 38: Posição para Acondicionamento das Algemas.....	64
Figura 39: Saque das Algemas.....	64
Figura 40: Ajuste e Pegada Correta nas Algemas.....	65
Figura 41: Pegada na Mão e Desequilíbrio do Detido.....	66
Figura 42: Algemamento Primeiro Punho	67

Figura 43: Controle do Primeiro Punho.....	68
Figura 44: Controle do Segundo Punho.....	69
Figura 45: Algemamento Segundo Punho e Anti-Reza.....	70
Figura 49: Condução por Torção de Punho.....	71
Figura 48: Condução por Pressão de Punho.....	73
Figura 46: Condução por Pressão na Algema (Pressão para cima).....	74
Figura 47: Condução por Pressão na Algema (Variante Pressão para Baixo).....	75
Figura 50: Alternativa para Resistência do Detido Algemado.....	76
Figura 51: Domínio de Braço para Condução sem Resistência.....	78
Figura 52: Pegada no Braço com Controle de Cotovelo.....	79
Figura 53: Transição para Pressão de Punho.....	80
Figura 54: Ajuste do Tronco para Pressão de Punho.....	81
Figura 55: Transição de Mãos na Pressão de Punho.....	81
Figura 56: Aproximação e Contato para Chave em "L".....	83
Figura 57: Ajuste de Tronco da Chave em "L" para Condução.....	84
Figura 58: Variante de Complemento para Chave em "L".....	85
Figura 59: Variante de Complemento para Chave em "L".....	86
Figura 60: Opção de Controle com Joelho e Pressão no Cotovelo.....	88
Figura 61: Transição Pressionando o Cotovelo Flexionado.....	89
Figura 62: Transição Pressionando o Cotovelo Estendido.....	90
Figura 63: Controle de Braço para Algemamento Deitado.....	91
Figura 64: Controle do Braço para Algemamento Deitado.....	93
Figura 65: Saque da Algema no Algemamento Deitado.....	94
Figura 66: Algemamento do Primeiro Punho Deitado.....	95
Figura 67: Algemamento do Segundo Punho Deitado.....	96
Figura 68: Posicionando o Cotovelo para Puxar o Detido.....	97
Figura 69: Condução de Cotovelo e Cabeça para levantar o Detido.....	97
Figura 70: Posicionando para Condução.....	98
Figura 71: Projeção por Varredura (Variante com Desequilíbrio pelo Braço).....	100
Figura 72: Variação de Desequilíbrio para Varredura.....	101
Figura 73: Varredura com Empurrão.....	101
Figura 74: Varredura com Puxada de Braço.....	102
Figura 75: Desequilíbrio para Varredura com Puxada.....	103
Figura 76: Varredura com Calcanhar.....	104
Figura 77: Opção de Desequilíbrio para Varredura com Calcanhar.....	105
Figura 78: Projeção com Domínio das Pernas.....	106
Figura 79: Movimentação dos Pés na Projeção com Domínio das Pernas.....	107
Figura 80: Pontos Sensíveis no Pescoço.....	108
Figura 81: Desequilíbrio por Trás.....	110
Figura 82: Domínio pelo Pescoço com Pressão na Traqueia (Esganadura).....	111
Figura 83: Domínio do Pescoço com Compressão (Estrangulamento).....	112
Figura 84: Transição para Decúbito Ventral a partir de Domínio pelo Pescoço.....	113
Figura 85: Posição e Alinhamento do Tonfa.....	118

Figura 86: Posição Inicial para Saque do Tonfa.....	119
Figura 87: Saque do Tonfa e Posição de Combate	120
Figura 88: Estocada Curta.....	121
Figura 89: Corte Horizontal.....	122
Figura 90: Corte Vertical.....	122
Figura 91: Corte em "X"	125
Figura 92: Defesa Acima da Cabeça.....	126
Figura 93: Defesa para Dentro	127
Figura 94: Defesa para Fora	128
Figura 95: Defesa para Baixo	129
Figura 96: Defesa Frontal Acima	130
Figura 97: Defesa Frontal Abaixo	131
Figura 98: Postura e Golpes com Bastão Retraído	132
Figura 99: Posição Inicial para Saque do Bastão.....	132
Figura 100: Saque do Bastão e Posição de Combate.....	133
Figura 101: Guarda Aberta	134
Figura 102: Guarda Fechada	134
Figura 103: Batida por Fora.....	135
Figura 104: Batida por Dentro.....	135
Figura 105: Corte por Fora	136
Figura 106: Corte por Dentro	136
Figura 107: Giro por Fora.....	137
Figura 108: Defesa para Cima	137
Figura 109: Defesa para Baixo.....	138
Figura 110: Defesa pela Direita com Contragolpe (frente).....	139
Figura 111: Defesa pela Direita com Contragolpe (perfil)	139
Figura 112: Defesa pela Esquerda com Contragolpe (frente)	140
Figura 113: Defesa pela Esquerda com Contragolpe (perfil)	140
Figura 114 - Bastão retrátil (Pontos de ataque).	141
Figura 115: Demonstração de Direção do Peso do Corpo.....	147
Figura 116: Giro da Mão para Soltura.....	148
Figura 117: Soltura de Mão Pegada do Mesmo Lado.....	149
Figura 118: Demonstração de Direção do Peso do Corpo.....	150
Figura 119: Giro da Mão para Soltura.....	150
Figura 120: Soltura de Mão Pegada do Lado Oposto.....	151
Figura 121: Tensão da Mão para Soltura	152
Figura 122: Soltura de Mão Contra Pegada Dupla.....	153
Figura 123: Soltura de Mão Contra Pegada Dupla Detalhe.....	154
Figura 124: Direcionamento do Peso	155
Figura 125: Soltura de Mão Contra Pegada Dupla Embaixo	156
Figura 126: Soltura de mão Contra Pegada Dupla em Cima.....	157
Figura 127: Tensão dos Punhos para Soltura de Mãos	158
Figura 128: Soltura de Mãos Pegada em Duas Mãos.....	158

Figura 129: Soltura de Mãos Contra Pegada em Duas Mãos para Baixo Detalhe.	159
Figura 130: Soltura de Mãos Contra Pegada em Duas Mãos para Baixo.....	160
Figura 131: Soltura de Mãos Contra pegada em Duas Mãos para Cima	161
Figura 132: Controle do Peso.....	162
Figura 133: Golpe na Mão.....	163
Figura 134: Chave de Dedo.....	164
Figura 135: Saída de Agarramento por Trás.....	165
Figura 136: Saída de Agarramento por Trás com Golpe.....	166
Figura 137: Saída de Agarramento por Trás Detalhe	167
Figura 138: Saída de Agarramento por Cima dos Braços.....	168
Figura 139: Saída de Agarramento por Trás com Chave de Perna.....	169
Figura 140: Estrangulamento	171
Figura 141: Esganadura	172
Figura 142: Defesa Contra Estrangulamento.....	173
Figura 143: Defesa Contra Estrangulamento e Giro.....	174
Figura 144: Defesa Contra Estrangulamento e Golpe	175
Figura 145: Retenção de Arma no Coldre	177
Figura 146: Contra-retenção de Arma em Punho.....	179
Figura 147: Estocada Invertida para Baixo (Picador de Gelo).....	180
Figura 148: Estocada Direta	181
Figura 149: Defesa Contra Facada por Cima	183
Figura 150: Defesa Contra Facada por Cima Detalhe do Golpe.....	184
Figura 151: Defesa Contra Facada por Baixo.....	186
Figura 152: Saída da Linha do Golpe.....	187
Figura 153: Tomada de Faca Opção 1	188
Figura 154: Tomada de Faca Opção 2	188
Figura 155: Tomada de Faca Opção 3	188
Figura 156: Tomada de Faca Opção 4	189
Figura 157: Defesa Contra Facada (Impossibilidade de Saque da Arma)	191
Figura 158: Tomada de Espaço e Saque da Arma	192
Figura 159: Defesa Contra Facada (Pane, Disparos Insuficientes ou Arma travada)	193
.....	193
Figura 160: Retomada do Espaço.....	194
Figura 161: Sanando a Pane	195
Figura 162: Saída da Linha de Disparo	197
Figura 163: Saída da Linha de Disparo e Golpe.....	198
Figura 164: Tirada da Arma e Engajamento.....	199
Figura 165: Verificação da Ameaça	201
Figura 166: Giro e Golpe	202
Figura 167: Saída da Linha de Disparo e Golpe.....	203
Figura 168: Tomada da Arma.....	204



Capítulo I

Das Generalidades

INSTRUÇÕES GERAIS PARA O TREINAMENTO DE DEFESA PESSOAL POLICIAL MILITAR

CAPÍTULO I – DAS GENERALIDADES

SEÇÃO 1 - PREFÁCIO

O Treinamento de Defesa Pessoal Policial Militar (TDPPM) tem como principal objetivo prover as condições ideais para que o policial seja capaz de defender a si ou a terceiros com uso e aproveitamento máximo dos recursos que tenha à sua disposição, incluindo o próprio corpo. No processo de treinamento, deve, portanto, dominar os princípios de combate, sendo capaz de executar eficientemente contenções, conduções e desarmes, quando necessário, mantendo o controle de situações críticas no contexto das ocorrências policiais.

O programa de **Treinamento de Defesa Pessoal Policial Militar (TDPPM)** constante na presente Instrução Geral, foi desenvolvido pelo Centro de Treinamento e Especialização do Departamento de Educação e Cultura da PMDF (CTEsp/DEA/DEC/PMDF), e consiste em um conjunto doutrinário sistematizado e padronizado para o planejamento, desenvolvimento, coordenação, controle e execução das instruções e atividades da disciplina de **Defesa Pessoal Policial Militar (DPPM)**. Como tal, reúne procedimentos técnicos de diferentes origens, não constituindo um sistema marcial específico, mas uma síntese fundamentada em princípios que podem ser aplicados após o devido treinamento e aperfeiçoamento.

A construção metodológica permeou a observação e vivência de Policiais Militares ao longo de vários anos de prática policial, incluindo o exercício das áreas operacionais e de docência nas Unidades de Ensino Policiais Militares e o conhecimento científico, diante

da constatação da necessidade de treinamentos de técnicas de Defesa Pessoal e exercícios de simulação mais próximos da realidade para formação e capacitação de Policiais Militares.

O programa apresenta técnicas básicas e simples, selecionadas pela fácil aprendizagem e eficaz aplicabilidade, portanto **não exaure todas as possibilidades técnicas**, de maneira que o Policial Militar pode livremente, desde que os princípios básicos de policiamento e segurança sejam respeitados no contexto procedimental e jurídico, aplicar técnicas oriundas de artes marciais que domine e pratique, bem como buscar sempre o aperfeiçoamento pessoal no combate.

Cabe o alerta de que as técnicas descritas neste documento devem ser praticadas com as devidas orientações dos instrutores habilitados pela PMDF, até que o Policial Militar seja capaz de aplicá-las eficientemente diante da situação de necessidade ou perigo iminente.

SEÇÃO 2 - DA FINALIDADE DO TDPPM

O TDPPM tem a finalidade de capacitar os profissionais que atuam na Polícia Militar para que possam defender a si próprios e a terceiros em situações de conflito e risco. Durante este treinamento, os alunos aprendem técnicas de imobilização, ataques, defesas, conduções e diversas outras que podem auxiliá-los na realização das suas atividades cotidianas.

A Defesa Pessoal Policial Militar consiste em um conjunto de técnicas corporais simples, que têm como base as artes marciais e são utilizadas com o intuito de proteger o indivíduo e neutralizar os ataques dos seus adversários. É contraindicado o uso das técnicas descritas neste documento por indivíduos que não atuam no setor de segurança pública e que não sejam treinados para lidar com situações adversas.

Ao utilizar as referidas técnicas, o Policial Militar deve observar tanto os princípios que norteiam o emprego da atividade policial, quanto o resguardo de sua integridade física, da sua equipe e ainda de terceiros, utilizando-se das técnicas que melhor lhe servirem, verificando o uso moderado da força e sua conveniência para melhor resolução das ocorrências.

SEÇÃO 3 - USO DIFERENCIADO DA FORÇA

O Policial Militar, na sua atividade fim, dispõe de diferentes procedimentos e equipamentos, cujo uso dependerá da adaptação ao cenário e ao tipo de ocorrência que venha a atender. Nesse contexto, foi desenvolvido, para a atividade policial, o conceito de Uso Diferenciado da Força.

A portaria PMDF nº 843 de 14 de março de 2013, estabelece a doutrina com relação à conduta a ser adotada pelo policial militar em situações que requeiram o uso da força de forma adequada nas atividades policiais em concordância com os princípios que regem os Direitos Humanos e com a legislação em vigor.

O objetivo é orientar o policial militar na seleção adequada do uso da força, quando no desempenho da atividade policial, em consonância com a Portaria Interministerial nº 4226/10 e à luz dos Direitos Humanos.

As ações policiais devem ser pautadas pela legalidade, necessidade, proporcionalidade e a preservação da vida dos operadores de segurança pública, das vítimas, de terceiros e até mesmo do perpetrador.

SEÇÃO 4 - PRINCÍPIOS GERAIS DO TREINAMENTO DE DEFESA PESSOAL POLICIAL MILITAR

A Defesa Pessoal Policial Militar engloba alguns princípios elementares de utilização. No que diz respeito à aplicação técnica, pode-se elencar os princípios:

- **Espaço**, em que são consideradas as características de terreno, a distribuição e movimentação da equipe policial e seu posicionamento e distância em relação a um determinado oponente;
- **Tempo**, em que o operador antecipa as ações do oponente e determina sua conduta com máxima eficiência considerando as possibilidades, janelas de oportunidade e vantagens específicas que possa aproveitar; e
- **Capacitação Física e Técnica**, que envolve o Treinamento de Defesa Policial Militar.

Estritamente relacionada ao princípio supramencionado do Tempo, a habilidade de **Leitura Corporal** deve ser desenvolvida através do treinamento e aplicada pela

observação dos elementos que compõem a postura, posicionamento e comportamento do adversário. Através da Leitura Corporal, o Policial Militar pode:

- **Identificar o lado forte do oponente;**
- **Determinar se este está apresentando postura agressiva ou relaxada;**
- **Considerar a probabilidade maior de direcionamento dos golpes a partir da posição dos braços;**
- **Outros detalhes mais específicos tais como estabilidade ou instabilidade corporal, posturas relativas à prática de artes marciais, entre outros.**

O princípio da Capacitação Física e Técnica pode ser dividido em três outros princípios fundamentais, denominados **Princípios Gerais do Treinamento de Defesa Pessoal Policial Militar**. Assim, o TDDPM deve-se nortear primeiramente pela

1. **Simplicidade** das técnicas e das didáticas, procurando oferecer aos policiais em treinamento técnicas de fácil assimilação e aplicação;
2. **Eficácia**, determinada pela seleção de técnicas adaptadas ao serviço policial e capazes de resolver da melhor e mais direta maneira possível as situações com as quais o Policial Militar se depare quando em serviço;
3. **Realismo**, determinando as didáticas conforme a realidade do serviço policial e do contexto técnico envolvido;
4. Por fim, as técnicas simples e eficazes, no treinamento voltado para a realidade, em que pese essas características, só podem ser assimiladas em razão do princípio da **Repetição**, que favorece o condicionamento corporal e técnico, possibilitando ao Policial Militar a fixação dos elementos essenciais de cada movimento.

SEÇÃO 5 - POSTURA INICIAL

Dentre as possibilidades do uso da força, o Policial Militar pode nivelar sua conduta, utilizando-se dos mais diversos meios, incluindo a própria presença policial.

Assim, é preciso que o Policial Militar se atenha à possibilidade de, a partir de sua presença, estar apto a elevar o nível de uso da força, devendo, para isso, atentar à sua **postura**, o que envolve a própria apresentação pessoal, ou seja, condições de apresentação básica, tais como fardamento limpo e ajustado, equipamento em condições, bem como olhar atento, postura ereta e firme.

Da mesma forma, a postura é o que dá condições para que, no instante crítico, o Policial Militar seja capaz de executar técnicas e procedimentos necessários, devendo, em cada circunstância, buscar estar em condições para tanto. Uma vez que situações críticas podem surgir em quaisquer condições ou momentos, **o Policial Militar deve sempre buscar assumir uma postura ideal preparada.**

Na **postura ideal**, o Policial Militar deverá estar em posição ortostática, com as pernas em posição anteroposterior, de modo que o coldre esteja à retaguarda, evitando que os pés estejam alinhados um atrás do outro ou as pernas cruzadas (em desequilíbrio), posicionando-os em distanciamento equivalente à largura dos ombros. As mãos devem variar conforme a necessidade da ocorrência, assumindo postura combativa, saque da arma ou em condições de resposta caso seja necessário. Para este último caso, a mão forte deve estar próxima à arma e a mão fraca controlando a distância, conforme conveniência, mas devendo sempre ser evitado o posicionamento das mãos às costas quando em proximidade com quaisquer outras pessoas.



Figura 1: Postura Inicial

SEÇÃO 6 - POSIÇÃO DE COMBATE

Denominar-se-á **Posição de Combate** aquela em que o operador está sob a iminência de entrar em confronto físico. No que diz respeito à Defesa Pessoal Policial Militar, a partir da postura inicial acima descrita, a Posição de Combate consistirá na base

em que as pernas estejam em posição anteroposterior, com a perna forte recuada, postura ortostática e as mãos abertas protegendo o rosto.

Embora a postura do Policial Militar deva adaptar-se às situações conforme a necessidade de resposta a cada condição, a Posição de Combate em DPPM é treinada e ensinada como **recurso didático** para aperfeiçoamento e eficácia das técnicas, de maneira que o Policial Militar em treinamento se condicione a assumir uma postura defensiva e combativa imediatamente ao se deparar com a necessidade de aplicação da DPPM.



Figura 2: Posição de Combate

SEÇÃO 7 - DESLOCAMENTO DE BASE

O deslocamento de base (em Posição de Combate, pressupondo uma situação de confronto corporal) é essencial para a movimentação do Policial Militar em combate. O deslocamento correto evita o desequilíbrio do operador, pois a variação constante de postura exige um melhor posicionamento e estabilidade, de maneira a evitar exposição e

reduzir vulnerabilidades frente a um ou mais adversários, mantendo a capacidade de realizar técnicas de DPPM de maneira eficaz.

O deslocamento correto envolve, sobretudo, a manutenção da Posição de Combate, evitando que o Policial Militar fique lateralizado ou de costas para seu oponente, e que perca o equilíbrio cruzando pernas durante os passos.

No treinamento serão executados os deslocamentos para frente, para trás, para os lados e em fração de giro.

Os deslocamentos para frente, para trás e para os lados devem ser realizados de maneira que a perna equivalente ao sentido do movimento desloque-se primeiro. Dessa maneira, ao deslocar-se para frente, o Policial Militar deve movimentar a perna da frente primeiro (aumentando a distância entre as pernas) e a perna de trás em seguida, assumindo novamente a postura correta para a Posição de Combate. No deslocamento para trás a perna de trás se move primeiro; no deslocamento para a direita, a perna direita se move antes; e no deslocamento para a esquerda a perna esquerda se move antes.



Figura 3: Deslocamento de Base para Frente



Figura 4: Deslocamento de Base para Trás



Figura 5: Deslocamento de Base para a Esquerda



Figura 6: Deslocamento de Base para a Direita

É possível realizar, ainda, o deslocamento para a lateral realizando uma fração de giro. Essa movimentação, muito útil para esquivas, possibilita contragolpes rápidos a partir da posição assumida em relação ao oponente. Para a execução desse deslocamento, o Policial Militar deve movimentar a **perna da frente** primeiro para a lateral equivalente, deslocando a perna de trás de maneira que esta se desloque por uma distância maior do que a distância percorrida pela outra perna, mas de uma forma que o Policial Militar adeque sua postura, ficando de frente para o oponente em uma direção diagonal em relação à posição inicial.



Figura 7: Deslocamento de Base em Giro

SEÇÃO 8 – EXERCÍCIOS PRÁTICOS

Em sendo a base, em suas múltiplas formas descritas acima, essencial para a adequada execução das técnicas de DPPM, um treinamento inicial deve ser realizado a fim de corrigir os elementos fundamentais da base junto aos Policiais Militares em treinamento.

O treinamento deve iniciar pela correção dos fundamentos da Postura Inicial e da Posição de Combate, através da repetição das posições em número adequado ao tempo disponível para a instrução e o objetivo desta. Nos cursos de formação, deverá ser aplicado o método das repetições exaustivas com reiterada correção dos fundamentos.

A evolução do treinamento passa à prática do posicionamento rápido a partir da posição sentada. Recomenda-se que o policial execute a Técnica nº 1 – Levantada Técnica para sair da posição sentada e assuma a Posição de Combate rapidamente, atento aos fundamentos da posição. Este exercício deve ser repetido suficientemente conforme a necessidade da instrução.

Uma vez condicionada a Posição de Combate e a Postura Inicial, o treinamento passa às repetições dos movimentos de deslocamento de base, fundamentais para a movimentação no contexto das técnicas de DPPM.



Figura 8: Exercício Prático de Base



Capítulo II

Técnicas Básicas de Queda

CAPÍTULO II - TÉCNICAS BÁSICAS DE QUEDA

SEÇÃO 1 - FINALIDADE

As técnicas de queda do TDPPM foram adaptadas a partir de diferentes disciplinas marciais, com a finalidade de proteger o corpo e seus aspectos de maior vulnerabilidade, quando o praticante de artes marciais é submetido a determinados golpes que o derrubam, lançando-o contra o solo. As técnicas de queda visam a proteção da coluna, cabeça, pescoço e membros através da dispersão da energia cinética por meio de posicionamentos e movimentos que reduzem o impacto com o solo, sendo de fundamental importância para o Policial Militar o domínio básico desse campo.

O módulo de treinamento básico de quedas tem por objetivo ensinar as técnicas de amortização de queda para evitar que o Policial Militar, ao cair no solo, se lesione. O Policial Militar, ao final do módulo, deverá estar apto a cair no asfalto ou sobre outros relevos, reduzindo ao máximo o risco de lesão. O Policial Militar não apenas aprenderá a cair, como também aprenderá a levantar-se tecnicamente para voltar ao combate com segurança.

SEÇÃO 2 – MÉTODO DE TREINAMENTO

Em atenção ao princípio do **Realismo** (conforme Capítulo I) Treinamento de DPPM busca simular a realidade do policial de serviço. Portanto, no que diz respeito aos educativos de queda, o treinamento deverá ser realizado sem a utilização de tatame.

Os instrutores deverão ensinar, através de repetição e correção dos exercícios educativos, os fundamentos de amortecimento para que o Policial Militar, ao cair sobre diferentes tipos de solo, não se lesione, sendo o treinamento realizado gradualmente sobre os seguintes relevos (com possibilidade de supressão ou substituição do 1º ou do 2º grau, conforme necessidade e disponibilidade):

1º grau: grama;

2º grau: terra;

3º grau: asfalto.

SEÇÃO 3 – LEVANTADA TÉCNICA

Em razão da necessidade de levantar-se em segurança e rapidamente, a primeira técnica a ser ministrada deve ser a Levantada Técnica, concernente no método de erguer-se do chão com o máximo de velocidade e segurança.

Para a Levantada Técnica, o Policial Militar apoia a mão forte contra o solo, próximo ao seu coldre, bem como o pé oposto, estendendo a perna equivalente à mão forte e erguendo o quadril do chão, enquanto a mão fraca protege o rosto. Com a perna estendida o Policial Militar pode chutar a perna ou joelho do oponente a fim de afastá-lo para ter espaço para levantar. Em seguida, a perna estendida recua, de maneira que o Policial Militar lateraliza sua posição, mantendo a mão defensiva em condições, levantando e assumindo a Posição de Combate em sequência.

Para as situações em que o Policial Militar não consiga o espaço necessário para levantar-se tecnicamente em segurança, cabe a utilização de recursos técnicos complementares, tais como recuo em arrasto, mudança de lado, apoio com os pés, chutes nas pernas, chutes de baixo para cima (pedaladas), entre outros, que podem ser treinados conforme possibilidades e dinâmica da instrução.



Figura 9: Levantada Técnica

SEÇÃO 4 - QUEDA PARA TRÁS (TÉCNICA Nº2)

ESTÁGIO 1. A partir da posição sentada, com os braços estendidos à frente, o Policial Militar em treinamento desloca o tronco para trás, em direção ao solo (queda em decúbito dorsal), mantendo o queixo junto ao peito, de maneira a proteger a cabeça durante a queda, e tocando os braços e mãos no solo, de modo que as palmas das mãos toquem o chão próximo ao seu corpo, enquanto ergue as pernas, mantendo um ângulo de 90° em relação ao tronco, no momento em que este toca o chão, para proteger a coluna e reduzir o impacto da queda.



Figura 10: Queda pra Trás Estágio 1

ESTÁGIO 2. A partir da posição agachada e com os braços estendidos à frente, o Policial Militar em treinamento desloca o corpo para trás, caindo em decúbito dorsal, mantendo o queixo junto ao peito, de maneira a proteger a cabeça durante a queda e tocando os braços e mãos no solo, de modo que as palmas das mãos toquem o chão próximo ao seu corpo, enquanto ergue as pernas, mantendo um ângulo de 90° em relação ao tronco, no momento em que este toca o chão, para proteger a coluna e reduzir o impacto da queda.



Figura 11: Queda pra Trás Estágio 2

ESTÁGIO 3. A partir da posição em pé, o Policial Militar em treinamento se movimenta para trás, flexionando os joelhos (posição agachado) e lançando o tronco contra o solo, caindo em decúbito dorsal, mantendo o queixo junto ao peito, de maneira a proteger a cabeça durante a queda, e tocando os braços e mãos no solo, de modo que as palmas das mãos toquem o chão próximo ao seu corpo, enquanto ergue as pernas, mantendo um ângulo de 90° em relação ao tronco, no momento em que este toca o chão, protegendo costas e cabeça.



Figura 12: Queda pra Trás Estágio 3

SEÇÃO 5 - QUEDA LATERAL (TÉCNICA Nº 3)

ESTÁGIO 1. A partir da posição deitada lateralmente, o Policial Militar em treinamento mantém o queixo junto ao peito, mão espalmada e o braço equivalente à lateral do corpo que está em contato com o solo estendido ao lado do corpo em ângulo de cerca de 45° e em contato com o solo, enquanto o outro permanece repousado sobre o peito. A perna equivalente à lateral do corpo que está em contato com o solo deve se manter estendida e a perna oposta deve estar flexionada, de maneira que a sola do pé

esteja em contato com o solo. Para o Estágio 1 é possível aplicar treinamento de inversão de lados para condicionamento da postura correta.



Figura 13: Queda Lateral Estágio 1

ESTÁGIO 2. A partir da posição agachada, o Policial Militar em treinamento estende a perna equivalente à lateral do corpo que tocará o solo passando-a lateralmente à sua frente, caindo em decúbito lateral na posição descrita no Estágio 1.



Figura 14: Queda Lateral Estágio 2

ESTÁGIO 3. A partir da posição em pé, o Policial Militar em treinamento lançará o corpo lateralmente contra o solo, flexionando a perna de apoio (perna oposta à direção da queda) e estendendo a outra ao passá-la lateralmente à sua frente, de maneira que toda a região lateral externa da perna estendida toque o solo, enquanto apoia a mão espalmada e o braço e equivalente contra o solo e mantém o queixo junto ao peito.



Figura 15: Queda Lateral Estágio 3



Capítulo III

Técnicas Ofensivas

CAPÍTULO III - TÉCNICAS OFENSIVAS

SEÇÃO 1 - FINALIDADE

As Técnicas Ofensivas visam neutralizar um adversário de maneira rápida e efetiva por meio de golpes que incapacitem temporariamente o agressor. A execução correta da técnica, incluindo posicionamento e pontos corretos a serem atingidos, permite que cada golpe proporcione ao Policial Militar o controle rápido da situação.

Cada técnica de ataque pode ser combinada com outras em sequências que reduzam a possibilidade de falha na execução e neutralizem possíveis agressões e/ou resistências. No presente Capítulo, constam, ainda, algumas técnicas de defesa úteis para proteção e contra-ataque pelo operador sob eventual agressão.

SEÇÃO 2 – TEORIA BÁSICA DOS PONTOS VULNERÁVEIS DE ATAQUE

Antes de golpear é necessário saber **onde golpear**. As Técnicas Ofensivas são um conjunto de ataques do tipo contundente executadas com mãos, pés, joelhos, cotovelos e outros. O correto posicionamento do corpo, deslocamento da energia cinética, contração e relaxamento adequado dos músculos conforme a técnica aplicada determinam a força do golpe, sendo este o **Aspecto Balístico** (conceito melhor detalhado em documento de caráter avançado) das técnicas ofensivas. No entanto, embora golpes com potência possuam sua eficiência e sejam o foco maior do TDPPM a nível básico, esta precisa ser maximizada através do **Aspecto de Precisão** (conceito melhor detalhado em documento de caráter avançado), que é a noção correta dos **Pontos de Ataque** que, quando atingidos, geram no oponente golpeado reações que permitam ao Policial Militar a continuidade no procedimento de contenção, tais como dor, desequilíbrio, perda parcial de consciência e efeitos psicológicos correlatos.

Embora existam muitos Pontos de Ataque, para o nível básico de treinamento, são selecionados apenas alguns mais relevantes, aplicáveis às Técnicas Ofensivas aqui relacionadas (outros pontos são melhor explicados em documento de caráter avançado). No que tange à regra geral, para golpes contundentes os Pontos de Ataque são

determinados pelas estruturas do sistema nervoso, cardiovascular e órgãos presentes na região golpeada.

Assim pode-se elencar os seguintes Pontos de Ataque:

1. Lateral da Mandíbula;

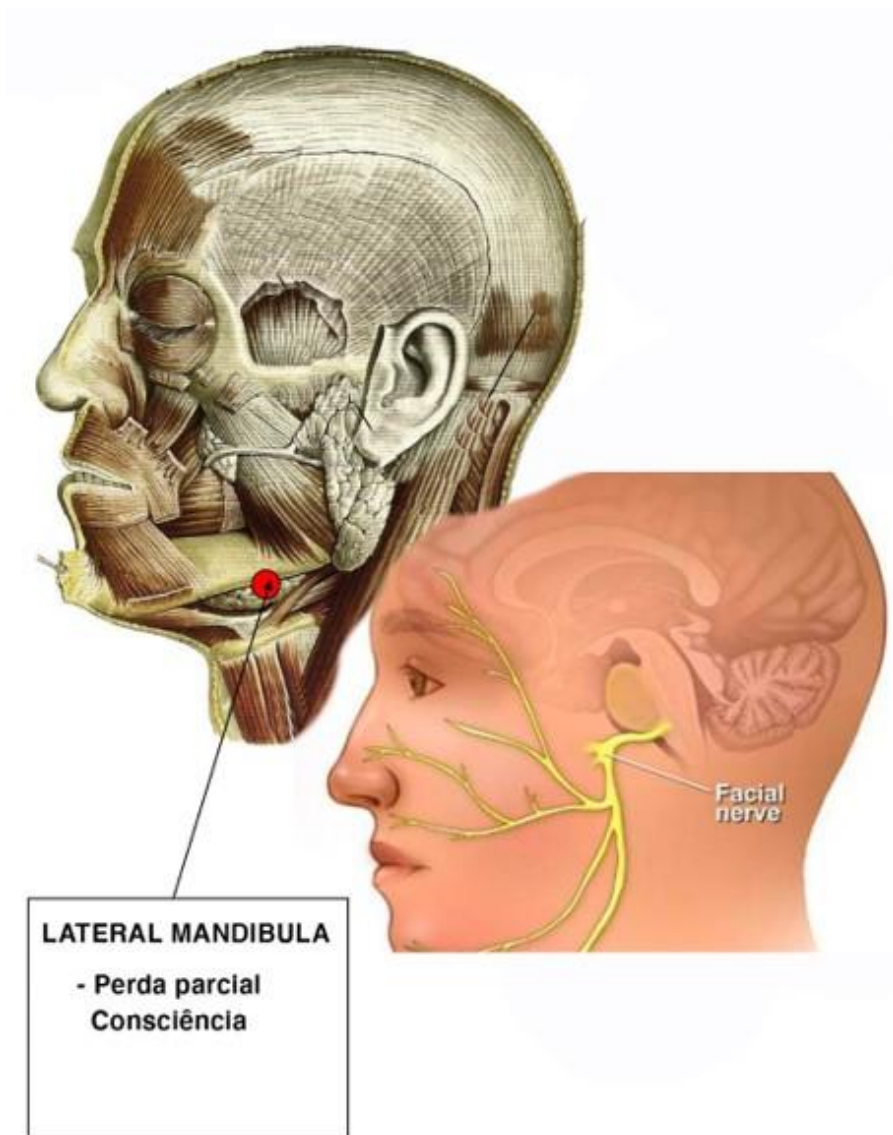


Figura 16: Ponto de Ataque Lateral da Mandíbula

2. Lateral do Queixo;

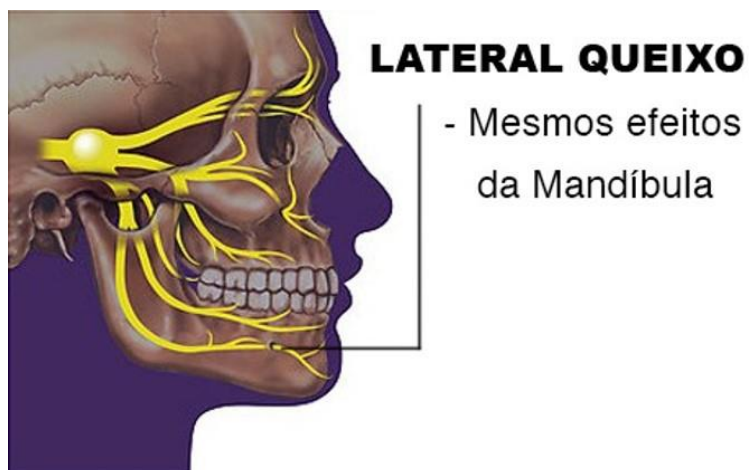


Figura 17: Pontos de Ataque Lateral do Queixo

3. Queixo;



Figura 18: Pontos de Ataque Queixo

4. Nariz;

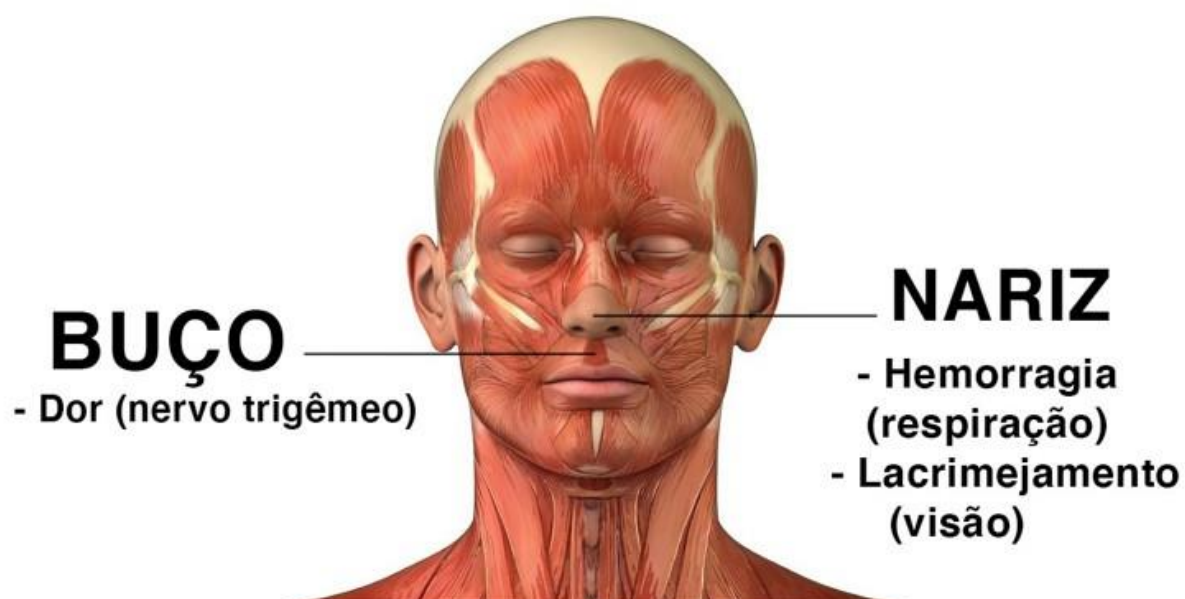


Figura 19: Pontos de Ataque Nariz

5. Extremidade do Esterno;



Figura 20: Pontos de Ataque Esterno

6. Genitália;

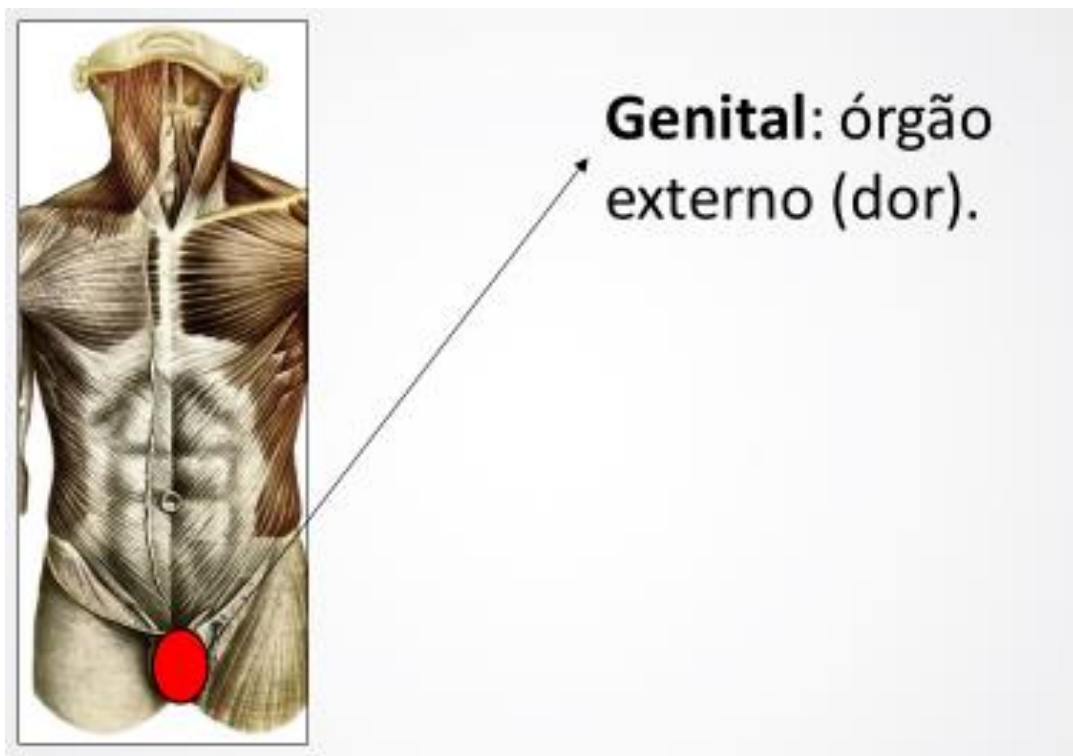


Figura 21: Pontos de Ataque Genitália

7. Outros pontos: Lateral da perna, lateral do joelho, costelas, pescoço (vide TDPPMA).

SEÇÃO 3 - TÉCNICA DE SOCO (TÉCNICA Nº 4)

POSIÇÃO CORRETA DA MÃO. A posição adequada para efetuar um soco, independentemente de qual técnica específica de soco seja utilizada, é aquela em que os dedos se fecham completamente sobre a palma, com o polegar envolvendo os dedos indicador e médio, de maneira que a mão fique firmemente fechada e o punho esteja alinhado com o antebraço. A área de contato deve ser a região das cabeças dos metacarpos, sendo o impacto maior sobre o 3º metacarpo, devendo ser evitado o impacto direto unicamente sobre os 4º e 5º metacarpos, devido à fragilidade desses ossos (sendo mais vulneráveis a fraturas por conta de seu formato curvo).



Figura 22: Posição Correta da Mão

SOCO BÁSICO (TÉCNICA Nº 4). Foi selecionado como soco básico para o TDPPM, a despeito da funcionalidade de outras mecânicas do golpe (descritas em documento de caráter avançado), o aqui denominado **"soco vertical"**, em que o punho permanece em posição neutra ao atingir o alvo, facilitando o posicionamento alinhado do cotovelo e da articulação do punho.

A técnica de soco mais básica é o soco direto frontal, aplicado à frente pela extensão do braço. Os elementos fundamentais de qualquer soco compreendem a utilização do corpo para a geração de energia cinética, o correto posicionamento do cotovelo para transferência da energia para o punho e o alinhamento da articulação do punho com o antebraço, evitando assim dispersão de energia e lesões. Para o condicionamento de tais aspectos é que o soco vertical foi determinado como técnica fundamental de soco para o TDPPM.

Com o domínio deste movimento, outras mecânicas se tornam possíveis para o Policial Militar, com pequenas variações de posição dos braços, mãos e tronco, que podem ser exploradas no treinamento, tais como o soco lateral (cruzado), soco para cima ("gancho"), soco direto horizontal, entre outros.

O Soco Vertical é executado mantendo-se uma base firme, de maneira que a perna do lado mais fraco esteja à frente e a perna do lado mais forte atrás, com os joelhos semi-flexionados, e na Posição de Combate, o Policial Militar em treinamento estenderá o braço forte à frente, girando o quadril, ombro e o pé equivalente (de maneira que o calcanhar saia do solo), fazendo um movimento completo, tocando com a mão fechada em posição vertical o oponente.



Figura 23: Soco Básico (frente)



Figura 24: Soco Básico (perfil)

Deve-se ter atenção, ao executar o movimento, à posição correta da mão, ao alinhamento adequado do cotovelo (para baixo) e à projeção e giro do corpo.



Figura 25: Soco Básico (detalhe)

SEÇÃO 4 – DEFESA EM BLOQUEIO (TÉCNICA Nº 5)

DEFESA EM BLOQUEIO. O bloqueio é a defesa em que o Policial Militar utiliza seus membros para desviar ou impedir a trajetória de determinado golpe contra ele desferido, com o propósito de prevenir o contato prejudicial com o corpo. Os bloqueios podem ser classificados em altos e baixos ou em internos e externos. Atendendo aos princípios da Defesa Pessoal Policial Militar, o treinamento de Defesa em Bloqueio deve ser realizado com repetições e realismo, podendo ser selecionados diferentes bloqueios para treinamento, para desenvolvimento e condicionamento da coordenação motora e reflexos necessários a uma defesa eficiente, atendendo o princípio da simplicidade, conforme possibilidades da instrução. Desse modo a Técnica 4 é uma possibilidade de bloqueio, sendo outras, constantes de documentos complementares, admissíveis também para o treinamento básico.

BLOQUEIO LATERAL ALTO (TÉCNICA Nº 5). A partir da Posição de Combate, o Policial Militar bloqueia o golpe com um dos braços, mantendo as mãos abertas e a mão oposta à defesa protegendo o rosto e em condições de efetuar um contragolpe. No que tange ao treinamento básico, esta defesa é executada para golpes laterais, contudo pode ser aperfeiçoada e aplicada em combinação com movimentos de antecipação,

deslocamento de base e outras técnicas para defesa contra diferentes tipos de ataques. Nesse sentido, o treinamento básico englobará, após o domínio do Bloqueio Lateral Alto, sua execução com contra-ataque simultâneo.



Figura 26: Bloqueio Lateral Alto



Figura 27: Bloqueio com Contragolpe

SEÇÃO 5 - TÉCNICA DE COTOVELADA (TÉCNICA Nº 6)

COTOVELADA LATERAL (TÉCNICA Nº 6). Quando próximo ao adversário, o Policial Militar em treinamento flexiona o antebraço, posicionando a mão fechada próximo ao peito, e realiza um movimento de rotação do tronco e do ombro, de maneira a golpear lateralmente o oponente com a ponta do cotovelo, enquanto a mão oposta permanece aberta protegendo o rosto. Em treinamentos de caráter avançado, o deslocamento de base pode ser aplicado em conjunto com este golpe para direcioná-lo para frente.



Figura 28: Cotovelada Lateral (frente)



Figura 29: Cotovelada Lateral (perfil)

SEÇÃO 6 – TÉCNICA DE JOELHADA (TÉCNICA Nº 7)

JOELHADA FRONTAL (TÉCNICA Nº 7). Quando próximo ao adversário, o policial levanta a perna, mantendo o joelho flexionado, e movimenta o quadril para frente, de maneira a golpear o adversário com o joelho, enquanto as mãos permanecem abertas protegendo o rosto lateralmente. Para projeção do quadril, o braço equivalente ao lado do golpe pode deslocar-se levemente para trás a fim de manter o equilíbrio, sem, contudo, estendê-lo totalmente para baixo (abrindo vulnerabilidades a contragolpes).

Recomenda-se que durante a execução da joelhada o pé esteja em dorsiflexão.



Figura 30: Joelhada (frente)



Figura 31: Joelhada (perfil)

SEÇÃO 7 - TÉCNICA DE CHUTE (TÉCNICA Nº 8)

CHUTE FRONTAL (TÉCNICA Nº 8). A partir da posição de combate, o policial eleva o joelho flexionado, estendendo a perna em seguida, projetando o quadril à frente, enquanto as mãos permanecem abertas protegendo o rosto lateralmente.



Figura 32: Chute (frente)



Figura 33: Chute (perfil)

ÁREA DE CONTATO. O golpe deve atingir o adversário com a extensão completa da perna, de maneira que o pé pressione o alvo com a extensão da articulação, atingindo-o com a região das cabeças dos metatarsos. Em termos de equipamento operativo, o Policial Militar deverá buscar atingir com a porção anterior da sola do coturno ou com a ponta deste em casos mais específicos.



Figura 34: Área de Contato do Chute

SEÇÃO 8 – DEFESA EM ESQUIVA (TÉCNICA Nº 9)

DEFESA EM ESQUIVA (TÉCNICA Nº 9). Em relação a golpes diretos com deslocamento à frente, a defesa em esquiva básica é uma opção eficaz e simples. Ao identificar um golpe direto, como, por exemplo, o chute frontal (em termos de DPPM a nível básico, **não é recomendável o bloqueio de chutes**), o Policial Militar em treinamento realiza deslocamento de base para o lado equivalente à sua perna da frente. A partir da posição assumida, ele pode executar contragolpe com as Técnicas Ofensivas já dominadas. Tanto o deslocamento lateral como o deslocamento de base em fração de giro (descritos no capítulo 1) são possibilidades eficientes de esquiva. O Policial Militar pode, ainda, diante da necessidade de lidar com golpes rápidos, tais como socos diretos,

executar a movimentação de esquiva em diagonal avançando (esquiva curta) e golpeando simultaneamente, de modo que o movimento do adversário potencialize a força do contragolpe, possibilitando também um segundo golpe, tais como chutes, joelhadas, etc.



Figura 35: Defesa em Esquiva Longa



Figura 36: Esquiva Curta para a Direita



Figura 37: Esquiva Curta para a Esquerda

SEÇÃO 9 – EXERCÍCIOS PRÁTICOS

Dada a relevância das Técnicas Ofensivas para o TDPPM, recomenda-se que o treinamento seja realizado com repetições exaustivas de cada movimento, com reiterada correção atendendo a Três fases fundamentais:

1ª Fase. Treinamento de repetição sem alvo: repetição dos movimentos de ataque no ar, com correção dos fundamentos;

2ª Fase. Treinamento de repetição com alvo: repetição dos movimentos de ataque com uso de aparadores e luvas de foco e dos movimentos de defesa contra ataques desferidos pelo parceiro de treino;

3ª Fase. Treinamento avançado: treinamento de combinações dos movimentos de ataque e destes com defesas, podendo ser feita a utilização de aparadores, em atendimento ao princípio do Realismo.

As fases podem ser adaptadas por blocos de técnicas conforme planejamento específico de cada instrução ou curso.



Capítulo IV

Técnicas de Imobilização e Condução

CAPÍTULO IV – TÉCNICAS DE IMOBILIZAÇÃO E CONDUÇÃO

SEÇÃO 1 - FINALIDADE

As Técnicas de Imobilização e Condução foram desenvolvidas por diversas disciplinas marciais, visando, através da contenção dos movimentos e de pressões, chaves e torções das articulações, dominar um adversário. Seja impedindo seus movimentos, seja imprimindo dor controlada, a finalidade é imobilizar o agressor/criminoso, contendo seu estado agressivo e potencialmente perigoso para si mesmo e para outros.

Inclui-se como recurso para imobilização e condução o algemamento, em procedimento padronizado, visando o mínimo de exposição e vulnerabilidade do Policial Militar.

As técnicas de imobilização pressupõem um conhecimento mínimo da anatomia corporal, incluindo movimentação das articulações e posição e controle do centro de gravidade e estabilidade.

SEÇÃO 2 – PRINCÍPIOS DO ALGEMAMENTO

As algemas são instrumentos de contenção de movimentos, compostas por partes móveis e imóveis, usadas nas atividades de segurança pública para conter ou conduzir indivíduos presos. Conforme reza a Súmula Vinculante nº 11 do Supremo Tribunal Federal e o Decreto 8858/2016, o uso de algemas é medida excepcional, válida mediante **justificativa por escrito**, nos casos de:

- **Resistência;**
- **Fundado receio de fuga;** ou
- **Perigo à integridade física, própria ou alheia.**

Em termos gerais as algemas são compostas de:

- Barra dupla;
- Barra simples (móvel);
- Corrente;
- Fechaduras;
- Travas.

Para realizar o algemamento, o Policial Militar deve segurar as algemas, empunhando-as firmemente por sobre corrente, mantendo, preferencialmente, as barras simples (aberturas) voltadas para o próprio punho.

Para fins de padronização no saque das algemas, durante o Treinamento, o Policial Militar deverá acondicionar as algemas com a corrente para baixo, fechaduras para fora (aparentes) e as barras simples voltadas para o seu lado forte (correspondente à posição do coldre). Não é recomendável o uso de porta-algemas na parte posterior do cinto (costas).

Ao executar uma Técnica de Algemamento, o Policial Militar deve se atentar para o seu posicionamento, **buscando sempre realizar o procedimento pelas costas do detido e em condições de efetuar outras técnicas de DPPM** nos casos de resistência ou agressividade. Quando dada a voz de prisão a um abordado, caso este resista à prisão e manifeste agressividade, ou verificado o risco na ocorrência, recomenda-se determinar que o abordado deite em decúbito ventral no chão, com as mãos afastadas do corpo. Nos casos de resistência ao cumprimento da determinação, o Policial Militar pode fazer uso de recursos da DPPM, tais como as Técnicas de Projeção e Técnicas de Imobilização (constantes do capítulo subsequente) para levar o adversário ao solo ou contê-lo e conduzi-lo, conforme conveniência e necessidade.

O algemamento, quando cabível, deve **ser realizado com as mãos do detido às costas** (salvo excepcionalidades derivadas das circunstâncias de cada ocorrência). As mãos devem ficar com os dorsos voltados uma para o outro (posição de **anti-reza**) e o detido deve ser acompanhado na condução pelo Policial Militar, que observará a necessidade de condução mediante técnicas específicas e se atentará à segurança da equipe e do próprio detido.



Figura 38: Posição para Acondicionamento das Algemas



Figura 39: Saque das Algemas



Figura 40: Ajuste e Pegada Correta nas Algemas

SEÇÃO 3 – PARTE “A”: CONDUÇÕES E IMOBILIZAÇÕES SEM RESISTÊNCIA IMEDIATA DO DETIDO (TÉCNICAS 10 A 12)

ALGEMAMENTO EM PÉ (TÉCNICA Nº 10). A partir da posição de abordagem, com o oponente de costas para o Policial Militar, com as mãos atrás da cabeça e os dedos entrelaçados, o operador se aproxima e segura firmemente as mãos do detido (envolvendo as mãos em “pegada de urso” ou pressionando os dedos em “chave de dedo”), algemando um dos punhos nessa posição (preferencialmente algemar puxando para si).



Figura 41: Pegada na Mão e Desequilíbrio do Detido

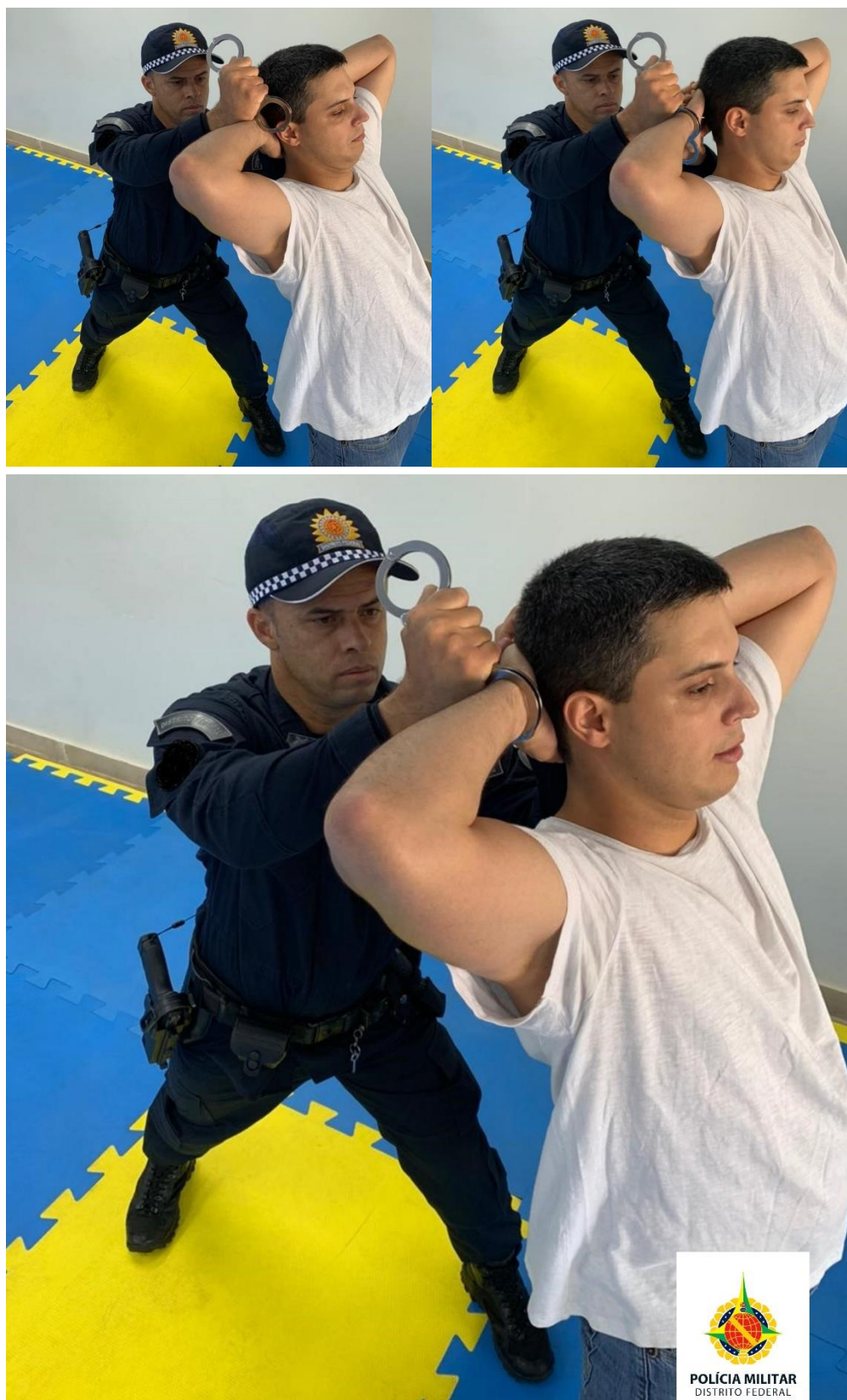


Figura 42: Algemamento Primeiro Punho

O Policial Militar deve se manter em uma postura estável e base firme, com a perna forte recuada (proteção da arma) tentando colocar o abordado em uma posição desconfortável (pernas abertas, desequilíbrio, etc). Em seguida o Policial Militar traz o punho algemado para baixo até a cintura e as costas do detido, mantendo o cotovelo do oponente flexionado, a fim de que, diante de eventual resistência, possa aplicar uma imobilização para condução.



Figura 43: Controle do Primeiro Punho

Mantendo o punho algemado seguro com uma mão (pegada pela algema), com a outra o operador conduzirá o braço livre do detido, a fim de trazer para a posição correta

(atrás das costas), completando o algemamento, de maneira que as mãos algemadas fiquem com as palmas voltadas para fora (posição de “anti-reza”).



Figura 44: Controle do Segundo Punho



Figura 45: Algemamento Segundo Punho e Anti-Reza

TÉCNICA DE CONDUÇÃO COM DETIDO ALGEMADO (TÉCNICA Nº 11). Para conduzir o detido já algemado é necessário utilizar posições de controle que aproveitem a posição do Policial Militar em relação ao conduzido e reduzam vulnerabilidades e risco de fuga. Existem diversas técnicas admissíveis como possibilidades para conduções, sendo as três variantes abaixo relacionadas as que favorecem melhor controle e transições e menor risco.

1ª Variante: torção de punho. O operador se posiciona, após o algemamento, atrás do detido, envolvendo com a mão fraca a mão do detido de maneira a envolver a lateral da mão (região do 5º metacarpo). O operador deve estender o punho do detido em dorsiflexão, forçando o cotovelo para cima com o auxílio da mão forte, se necessário. Em seguida, o Policial militar se posiciona lateralmente em relação ao detido, enquanto torce o punho (em sentido ulnar) e o conduz.



Figura 46: Condução por Torção de Punho

2ª Variante: pressão de punho. O operador se posiciona, após o algemamento, atrás do detido, envolvendo com a mão fraca o dorso da mão do detido. Em seguida o Policial Militar se posiciona lateralmente em relação ao detido e com a mão forte segura firmemente no cotovelo do detido e pressiona com ambas as mãos, forçando o punho à flexão máxima, causando dor imediata.



Figura 47: Condução por Pressão de Punho

3ª Variante: pressão de algema. O operador se posiciona, após o algemamento, atrás do detido, envolvendo com a mão fraca as algemas (evitando segurar somente as correntes). Utilizando o dedo polegar e o indicador, sem perder o envolvimento com a

mão, o policial pressiona a algaema (em movimento de torção) contra o antebraço e punho do detido, causando dor por compressão. O Policial Militar deve se posicionar de maneira mais lateralizada em relação ao detido, a fim de evitar reações agressivas, como chutes. Com a mão livre, o operador deve estar em condições de efetuar técnicas de DPPM, sacar a arma de fogo ou complementar a condução com pegada no cotovelo do detido (ou outras variações) conforme necessidade. Esta técnica é menos recomendável em relação às demais, devendo o Policial Militar se atentar às condições de segurança do ambiente ao executá-la.



Figura 48: Condução por Pressão na Algaema (Pressão para cima)



Figura 49: Condução por Pressão na Algema (Variante Pressão para Baixo)

Alternativas. Em casos de erros nos procedimentos, em que o algemamento não alcançou a posição correta das mãos, ou quando a condução não foi aplicada adequadamente, em caso de tentativa de evasão do detido, o operador pode contê-lo forçando-o ao solo. Para tanto, deverá puxar a mão dominada do detido (ou as algemas, no caso da 1ª Variante), conduzindo-a para trás e para cima, enquanto utiliza a outra mão para pressionar o cotovelo do detido para o chão, buscando desequilibrá-lo e derrubá-lo.



Figura 50: Alternativa para Resistência do Detido Algemado

Nos casos em que, em função da posição das mãos do detido, torna-se inaplicável qualquer das variantes, o operador pode adaptar posições, explorando os limites articulares dos dedos e punho do detido, bem como utilizando a mão forte para domínio da cabeça do detido, impedindo-o de alcançar postura estável ou agressiva. Formas adaptadas derivadas das técnicas a seguir são igualmente possíveis, sempre observando-se a proporcionalidade na aplicação da técnica.

TÉCNICA DE CONDUÇÃO SEM ALGEMAS (TÉCNICA Nº 12). Para conduzir o detido sem uso de algemas, a fim de extraí-lo de local crítico com rapidez, sem exposição da equipe policial faz-se necessário utilizar posições de imobilização e controle que o impeçam de evadir-se. As possibilidades abaixo relacionadas são versões simples e eficazes se bem aplicadas, podendo o operador utilizar outras formas que possua domínio (ver opções no TDPPMA).

Pegada simples no braço. Se aproximando por trás, o operador segura simultaneamente o cotovelo (com a mão fraca) e o punho (com a mão forte) do detido. Para manter o domínio do equilíbrio do detido, o Policial Militar pode elevar o cotovelo deste, dificultando suas reações. Essa posição é aplicável nos casos em que o detido não apresenta resistência à condução, sendo uma posição que possibilita a aplicação rápida de imobilizações para continuidade da condução caso haja resistência imediata. **A conversão dessa posição para imobilizações, para que haja eficiência, deve ser aplicada rapidamente e com elementos de distração (golpes ou desequilíbrio), antes que a intensidade da resistência evolua, do contrário far-se-á necessária a aplicação dos procedimentos descritos na Parte B.**



Figura 51: Domínio de Braço para Condução sem Resistência



Figura 52: Pegada no Braço com Controle de Cotovelo

Alternativa. A partir da posição anterior, com a mão em posição de corte, o Policial Militar força a articulação do cotovelo do detido, enquanto trás o punho do detido, segurando no dorso de sua mão, de maneira que o conjunto do punho e antebraço fiquem presos entre o tronco do operador e suas mãos. Mantendo o punho do detido flexionado, o Policial Militar troca as mãos para efetuar a pressão com sua mão fraca e

liberar a mão forte, conduzindo em seguida. Opcionalmente, esta posição pode ser executada de modo a hiperestender a mão ou dedos do detido, principalmente em casos de indivíduos com grande flexibilidade nas articulações do punho.



Figura 53: Transição para Pressão de Punho



Figura 54: Ajuste do Tronco para Pressão de Punho



Figura 55: Transição de Mãos na Pressão de Punho

Alternativa. A partir da posição inicial, o operador posiciona a mão fraca ao lado do tronco do detido (pela frente do braço) e a mão forte sobre o cotovelo equivalente.

Em seguida, o Policial Militar puxa o cotovelo e gira o corpo, de maneira a envolver o braço do detido com o seu braço fraco e posicionando a mão sobre a região do tríceps. Utilizando a mão forte, o operador ajusta a posição de maneira a ficar lateralizado e com o cotovelo do detido dominado pelo seu quadril, forçando a articulação gleno-umeral. Nessa posição, o operador pressiona com a mão forte o punho do detido e o conduz. Para a posição inicial desta variante, pode ser necessário que o operador gere uma distração, efetuando um golpe rápido ou desequilíbrio do detido para encaixe da técnica.



Figura 56: Aproximação e Contato para Chave em "L"



Figura 57: Ajuste de Tronco da Chave em "L" para Condução



Figura 58: Variante de Complemento para Chave em "L"



Figura 59: Variante de Complemento para Chave em "L"

SEÇÃO 4 – PARTE “B”: CONDUÇÕES E IMOBILIZAÇÕES COM RESISTÊNCIA IMEDIATA DO DETIDO (TÉCNICAS 13 A 17)

Os casos de resistência imediata do detido durante ou antes do processo de algemamento, exigem que o Policial Militar o coloque em posição submissa e controlada antes de proceder no algemamento. Em face das possibilidades de ataque de um abordado, a posição mais segura é com o detido deitado em decúbito ventral.

Portanto, faz-se necessário o uso de projeções e transições para decúbito ventral, quando se trata de resistência ativa ou passiva, sem prejuízo do uso de técnicas ofensivas e outras que se façam necessárias.

TRANSIÇÃO PARA DECÚBITO VENTRAL (TÉCNICA Nº 13). As Técnicas Ofensivas e as Técnicas de Projeção frequentemente fazem com que o agressor caia de costas no solo (decúbito dorsal). A Técnica de Algemamento Deitado, seguindo os princípios do algemamento, deve ser realizada com o detido em **posição de decúbito ventral**, isto é, com o abdômen voltado para o chão, de maneira que o Policial Militar tenha controle sobre o detido e esteja na posição de domínio mais segura possível. Para tanto, nos casos em que forem aplicadas as técnicas de DPPM, faz-se necessário executar a transição para decúbito ventral, a partir da posição de decúbito dorsal do detido.

No momento em que o detido é projetado em decúbito dorsal, o policial militar tem a opção de controlá-lo com joelho sobre o tronco e pressionar o cotovelo contra a perna.



Figura 60: Opção de Controle com Joelho e Pressão no Cotovelo

Dominando o punho do adversário com uma mão, quando este em decúbito dorsal, o Policial Militar pressiona, com a outra, a articulação do cotovelo do detido e força punho em sentido oposto, movimentando-se em seguida em torno da cabeça do detido. Pela pressão na articulação (com o cotovelo estendido sentirá dor nessa articulação, se o cotovelo estiver flexionado, sentirá dor na articulação gleno-umeral – ombro) e movimentação, o oponente converterá a posição para decúbito ventral. A partir dessa posição, o Policial Militar, mantendo o braço sob controle, executa imobilização utilizando joelhos e pressão sobre o braço para algemar.



Figura 61: Transição Pressionando o Cotovelo Flexionado



Figura 62: Transição Pressionando o Cotovelo Estendido



Figura 63: Controle de Braço para Algemamento Deitado

IMOBILIZAÇÃO PARA ALGEMAMENTO (TÉCNICA Nº 14). Para a execução do algemamento deitado, o Policial Militar deve imobilizar o detido através do domínio e controle do braço e do tronco. Com o detido em decúbito ventral, o Policial Militar posiciona os joelhos sobre as costas do oponente, em torno do braço. Nessa posição, o Policial Militar mantém o cotovelo do adversário pressionado com o joelho e o antebraço seguro, executando chave de braço (torção no ombro) e, com este controle, executa o algemamento no punho dominado. Em seguida, realiza o algemamento no punho oposto. Esta posição também pode ser executada com um joelho sobre o solo (vide TDPPMA).

IMPORTANTE:

A melhor posição para domínio e contenção é com a perna apoiada na base da cabeça do detido. É importante que o joelho esteja bem posicionado para que o braço esteja contido adequadamente. Esta é uma **posição de transição**, que **deve ser mantida apenas pelo tempo estritamente necessário para o algemamento**. Posicionar a perna sobre o pescoço do detido por muito tempo pode provocar estrangulamento e asfixia, e o Policial Militar responderá por excessos derivados do



Figura 64: Controle do Braço para Algemamento Deitado



Figura 65: Saque da Algema no Algemamento Deitado



Figura 66: Algemamento do Primeiro Punho Deitado



Figura 67: Algemamento do Segundo Punho Deitado

Para levantar o detido algemado, o Policial Militar posiciona uma mão sobre o cotovelo e outra no pescoço do detido, em seguida puxa seu braço para que fique em decúbito dorsal e força o pescoço para que ele fique sentado. O Policial Militar verbaliza para que o detido flexione a perna e fique de joelho, enquanto exerce gradativa pressão no pescoço para que o detido entenda a direção do movimento. Em seguida o detido levanta e o Policial Militar assume posição para condução.



Figura 68: Posicionando o Cotovelo para Puxar o Detido



Figura 69: Condução de Cotovelo e Cabeça para levantar o Detido



Figura 70: Posicionando para Condução

PROJEÇÃO POR VARREDURA (TÉCNICA Nº 15). Com uma mão, o Policial Militar segura o adversário (forma inicial: no pescoço) e realiza um puxão, conduzindo o adversário de maneira a gerar desequilíbrio em sua postura, enquanto usa o pé para realizar varredura na base do oponente. A mão livre do Policial Militar deve estar em postura defensiva ou ser utilizada para efetuar um golpe adicional ou, ainda, para apoio à projeção, segurando a gola, o pescoço ou braço do adversário (dupla pegada). A varredura também pode ser aplicada a partir de um empurrão ou por puxada do braço para dentro. O golpe apresenta maior eficiência quando aplicado em momento de movimentação do adversário. A varredura também pode ser aplicada a partir da resistência do abordado à busca pessoal, de maneira que este será projetado para trás, bem como em diferentes sentidos de movimentação do pé (sentido do calcanhar, gancho com a ponta do pé e outros constantes de documentos complementares). Após derrubar o detido, o operador executa transição e algemamento.

Outra opção de Varredura é o desequilíbrio para trás (pressão no queixo ou empurrão, seguido de varredura com o calcanhar).

Deverá ser apresentado como exercício prático inicial para esta técnica a repetição do movimento no ar (exercício sombreado), devendo ser aplicado o método da Repetição.



Figura 71: Projeção por Varredura (Variante com Desequilíbrio pelo Braço)



Figura 72: Variação de Desequilíbrio para Varredura



Figura 73: Varredura com Empurrão



Figura 74: Varredura com Puxada de Braço



Figura 75: Desequilíbrio para Varredura com Puxada



Figura 76: Varredura com Calcanhar



Figura 77: Opção de Desequilíbrio para Varredura com Calcanhar

PROJEÇÃO COM DOMÍNIO DAS PERNAS (TÉCNICA Nº 16). Diante de um ataque direto frontal, como no caso do soco, o Policial Militar executa uma defesa em esquiva rápida, avança um dos pés em sobrepasso (peso deslocado sobre a perna da frente, posicionando a cabeça em posição justa ao corpo do oponente, enquanto segura com os dois braços as duas pernas do oponente um pouco acima dos joelhos. Em seguida avança pela lateral (peso redistribuído sobre as duas pernas), tirando o equilíbrio e a base do adversário lateralmente ou para trás. Em seguida, o operador pode imobilizar o tronco do detido com o joelho, a fim de dominar seu braço para executar transição e algemamento.



Figura 78: Projeção com Domínio das Pernas

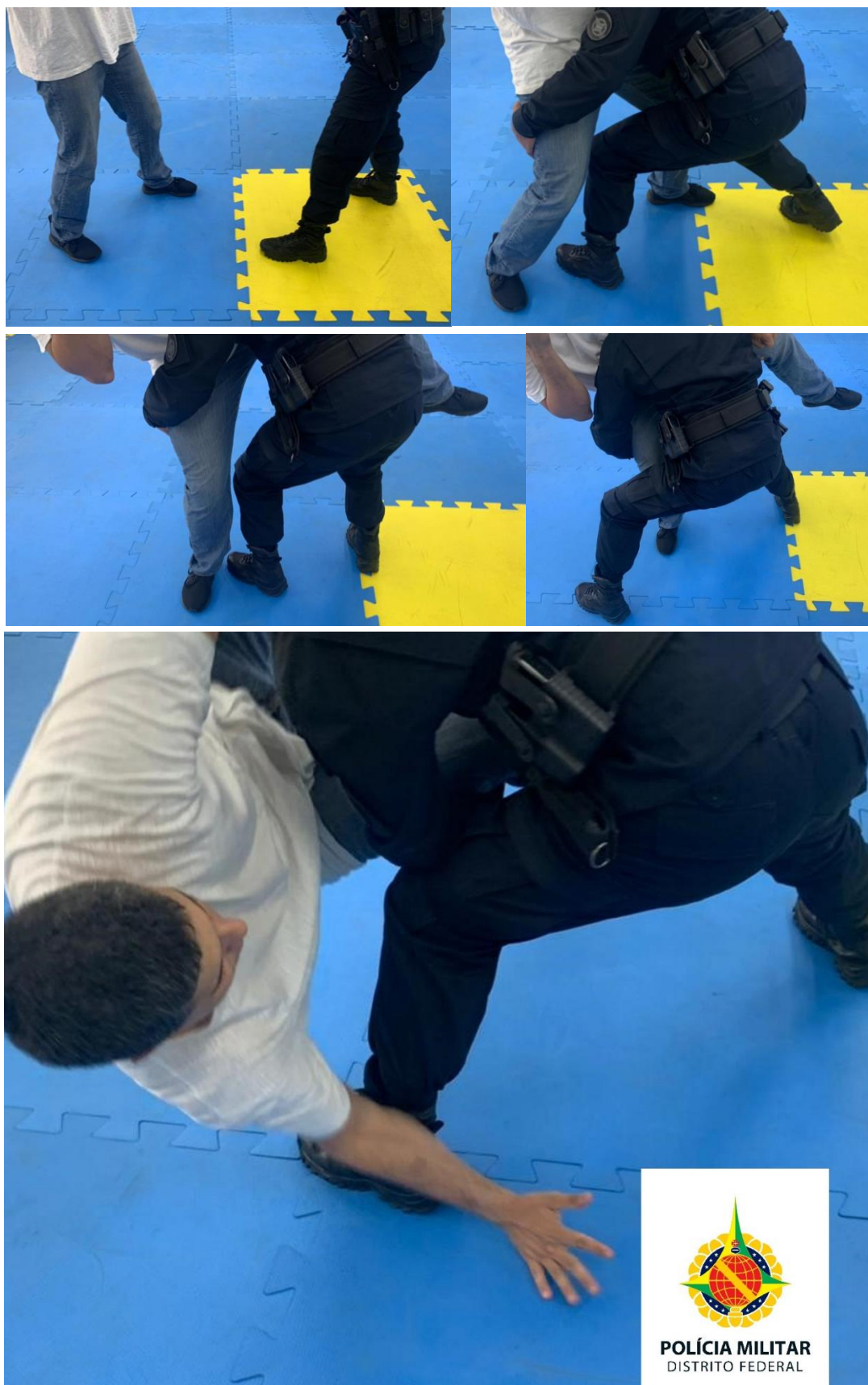


Figura 79: Movimentação dos Pés na Projeção com Domínio das Pernas

PROJEÇÃO E DOMÍNIO PELO PESCOÇO (TÉCNICA Nº 17). O Pescoço e a cabeça são áreas sensíveis do corpo humano. O domínio do pescoço permite um controle maior sobre o detido, a fim de conter sua agressividade, por meio de dor provocada por pressão nas estruturas da região da traqueia, impedimento da livre respiração e redução do fluxo arterial, tanto pela compressão das artérias, como por queda de pressão derivada do estímulo dos barorreceptores. Os pontos mais sensíveis são as laterais do pescoço, por onde passa a artéria carótida e a área frontal, onde se localiza a traqueia. Pressão excessivamente forte ou por tempo prolongado nessas regiões podem ter consequências graves.



Figura 80: Pontos Sensíveis no Pescoço

Para contenção rápida de adversários agressivos, ou para proteção de terceiros, a Técnica de Projeção e Domínio pelo Pescoço é um recurso essencial. Ao realizar esta técnica, o Policial Militar deve se atentar ao domínio rápido do adversário e considerá-la sempre como uma técnica de transição para o algemamento, **evitando permanecer na posição de estrangulamento por mais tempo que o necessário para dominar o oponente**. Portanto, quando executando a imobilização, assim que reduzida a resistência do oponente, o operador deve deslocar o adversário para a posição de decúbito ventral, ou solicitar apoio da equipe policial para conter o detido, liberando a imobilização o mais rapidamente possível, evitando a vulnerabilidade a contragolpes e as consequências mais graves da técnica, sobretudo quando executada por tempo mais prolongado. Em atenção à sua segurança, o Policial Militar deve sempre se aproximar em base forte, com pés

separados e postura estável, e deve buscar tirar o equilíbrio do adversário ao executar a técnica.

Desse modo, aproximando-se por trás, o Policial Militar puxa o adversário para trás e envolve o pescoço com um braço e, com o outro, envolve a própria mão, realizando, em seguida, pressão na nuca e causando retenção do fluxo sanguíneo do oponente (estrangulamento). Opcionalmente, o Policial Militar pode realizar pressão no pescoço (região da traqueia) com o antebraço, apoiando um cotovelo no ombro do oponente e mantendo as mãos unidas para aumentar a pressão (esganadura). Em qualquer dos casos o Policial Militar pode liberar a mão forte, mantendo a mão fraca em controle do pescoço, para sacar a arma de fogo se for necessário. Após do domínio do pescoço, o operador puxa o detido para trás, tirando seu equilíbrio e colocando-o sentado no chão, sem perder o domínio do pescoço. Em seguida, o Policial Militar Puxa um dos braços do detido e conduz a cabeça deste para que caia em decúbito ventral.



Figura 82: Domínio pelo Pescoço com Pressão na Traqueia (Esganadura)



Figura 83: Domínio do Pescoço com Compressão (Estrangulamento)



Figura 84: Transição para Decúbito Ventral a partir de Domínio pelo Pescoço



Capítulo V

Técnicas de Bastão

CAPÍTULO V – TÉCNICAS DE BASTÃO

SEÇÃO 1 - FINALIDADE

A atividade policial torna necessário o uso de diversos tipos de armamento e equipamentos, tais como armas de fogo, armas de menor potencial ofensivo, algemas, fardamento, etc.

As disciplinas marciais de todos os tempos consideram como extensão do corpo todo e qualquer recurso que possa ser segurado e manipulado diretamente contra um adversário. Deste modo, é possível utilizar como objeto de combate corpo a corpo diferentes tipos de equipamentos e armas, quando em situações de extrema necessidade. Da mesma maneira, um oponente pode utilizar ataques com objetos e armas brancas ou de impacto, e, portanto, noções de combate para sobrevivência se tornam essenciais à atividade policial.

A defesa policial com equipamentos inclui as noções de combate com armas de menor potencial ofensivo próprias para esse fim, tais como a tonfa e o bastão retrátil, e o uso de equipamentos em geral (arma, coldre, fardamento, colete) para defesa, em casos de necessidade e perigo iminente.

SEÇÃO 2 - TONFA (TÉCNICAS Nº 18 A 27)

POSIÇÃO BÁSICA. O policial segura a empunhadura do Tonfa firmemente, alinhando a haste longa a seu antebraço, de modo que a ponta curta se estenda à frente do punho, mantendo os pés em posição anteroposterior.



Figura 85: Posição e Alinhamento do Tonfa

POSIÇÃO DE COMBATE. A partir da posição anterior, o Policial Militar ergue as mãos, de maneira que o Tonfa fique posicionado próximo ao rosto e a mão oposta permanece à frente aberta.



Figura 86: Posição Inicial para Saque do Tonfa



Figura 87: Saque do Tonfa e Posição de Combate

MOVIMENTOS BÁSICOS:

ESTRUTURA DO TONFA. O Tonfa é composto de corpo maior, corpo menor e empunhadura.

1. ESTOCADA CURTA (TÉCNICA Nº 18). Estocada com a ponta do corpo menor do Tonfa, executada com o braço oposto à perna que está à frente, de maneira que o policial utilize rotação de quadril e ombro em sua totalidade, mantendo a mão oposta aberta protegendo o rosto lateralmente.



Figura 88: Estocada Curta

2. CORTE HORIZONTAL (TÉCNICA Nº 19). Corte horizontal com a ponta do corpo maior do Tonfa, girando, executado com o braço oposto à perna que está à frente, de maneira que o policial utilize rotação de quadril e ombro em sua totalidade, mantendo a mão oposta aberta protegendo o rosto lateralmente. Em seguida, retorna para a posição inicial.



Figura 89: Corte Horizontal

3. CORTE VERTICAL (TÉCNICA Nº 20). Corte vertical de cima para baixo, com o corpo maior do Tonfa, executado com o braço oposto à perna que está à frente, de maneira que o policial utilize rotação de quadril e ombro em sua totalidade, mantendo a mão oposta aberta protegendo o rosto lateralmente. Em seguida, retorna para a posição inicial.



Figura 90: Corte Vertical

4. CORTE EM 'X' (TÉCNICA Nº 21). Corte diagonal descendente, seguido de outro corte diagonal descendente pelo lado oposto e em sentido invertido, desenhando um

“8”, mantendo a mão oposta aberta protegendo o rosto lateralmente. Em seguida arrematar para a posição inicial.





Figura 91: Corte em "X"

5. DEFESA ACIMA DA CABEÇA (TÉCNICA Nº 22). Na posição básica, bloqueio com o antebraço em diagonal acima, de tal maneira que a visão não seja obstruída, e com o Tonfa protegendo o antebraço, mantendo a mão oposta aberta protegendo o rosto lateralmente.



Figura 92: Defesa Acima da Cabeça

6. DEFESA PARA DENTRO EM RELAÇÃO AO PLANO SAGITAL (TÉCNICA Nº 23).

Na posição básica, bloqueio para dentro com o braço em posição vertical, com o Tonfa protegendo o antebraço, mantendo a mão oposta aberta protegendo o rosto lateralmente.



Figura 93: Defesa para Dentro

7. DEFESA PARA FORA EM RELAÇÃO AO PLANO SAGITAL (TÉCNICA Nº 24). A partir da Posição de Combate, bloqueio para fora com o braço em posição vertical, com o Tonfa protegendo o antebraço, mantendo a mão oposta aberta protegendo o rosto lateralmente.



Figura 94: Defesa para Fora

8. DEFESA PARA BAIXO (TÉCNICA Nº 25). Na posição básica, bloqueio em diagonal para baixo à frente do corpo, fazendo movimento de varredura para fora, com o Tonfa protegendo o antebraço, mantendo a mão oposta aberta protegendo o rosto lateralmente.



Figura 95: Defesa para Baixo

9. DEFESA FRONTAL ACIMA (TÉCNICA Nº 26). Segurando a empunhadura com uma mão e o corpo maior com a outra, direcionar o Tonfa em posição horizontal para cima, mantendo a mão oposta aberta protegendo o rosto lateralmente.



Figura 96: Defesa Frontal Acima

10. DEFESA FRONTAL ABAIXO (TÉCNICA Nº 27). Segurando a empunhadura com uma mão e o corpo maior com a outra, direcionar o Tonfa em posição horizontal para baixo, mantendo a mão oposta aberta protegendo o rosto lateralmente.



Figura 97: Defesa Frontal Abaixo

SEÇÃO 8 - BASTÃO RETRÁTIL (TÉCNICAS Nº 28 A 34)

ESTRUTURA DO BASTÃO RETRÁTIL. O bastão retrátil é composto de **ponta do bastão**, peça móvel em forma de cabeçote na extremidade no equipamento; **1º extensor**, que é a parte móvel mais distante da empunhadura; **2º extensor**, que é a parte móvel mais próxima da empunhadura; e **base da empunhadura**, onde os extensores se alocam na posição retraída.

BASTÃO RETRAÍDO (TÉCNICA Nº 28). O bastão pode ser utilizado retraído (fechado) para estocar com as extremidades.



Figura 98: Postura e Golpes com Bastão Retraído

POSTURAS

POSIÇÃO DE COMBATE. Bastão aberto, mão envolvendo a empunhadura do bastão, posicionando-o lateralmente à frente, de modo de que a perna correspondente à posição do coldre esteja à retaguarda, mantendo a mão oposta aberta à frente.



Figura 99: Posição Inicial para Saque do Bastão



Figura 100: Saque do Bastão e Posição de Combate

POSIÇÕES DE TRANSIÇÃO. 1. Guarda aberta: Bastão acima, próximo à cabeça e sobre o ombro equivalente à mão que empunha, mantendo a mão oposta à frente aberta.

2. Guarda fechada: Bastão acima, próximo à cabeça e sobre o ombro oposto à mão que empunha, mantendo a mão oposta aberta e por baixo do braço forte.



Figura 101: Guarda Aberta



Figura 102: Guarda Fechada

TÉCNICAS DE BATIDAS E CORTES

BATIDA (CHICOTE) (TÉCNICA Nº 29). Batida curta e rápida lateral com a ponta do bastão, retornando o bastão para a posição inicial. Pode ser realizado a partir de guarda aberta (chicotada por fora) ou de guarda fechada (chicotada invertida).



Figura 103: Batida por Fora



Figura 104: Batida por Dentro

CORTE (TÉCNICA Nº 30). Golpe direto com a haste do bastão, de maneira a continuar a trajetória até a posição de transição oposta. Pode ser executado a partir de guarda aberta e terminando em guarda fechada (corte por fora) ou a partir de guarda

fechada e terminando em guarda aberta (corte invertido). Observe que a zona de contato com o alvo é 1º extensor do bastão.



Figura 105: Corte por Fora



Figura 106: Corte por Dentro

GIRO POR FORA (TÉCNICA Nº 31). Golpe em corte girando o punho por fora e golpeando à frente.



Figura 107: Giro por Fora

DEFESA PARA CIMA (TÉCNICA Nº 32). Mantendo a pegada da posição inicial, o policial usa a outra mão para segurar a ponta oposta do bastão e executa a defesa frontal acima.



Figura 108: Defesa para Cima

DEFESA PARA BAIXO (TÉCNICA Nº 33). Mantendo a pegada da posição inicial, o policial usa a outra mão para segurar a ponta oposta do bastão e executa a defesa frontal abaixo.



Figura 109: Defesa para Baixo

DEFESA COM CONTRAGOLPE (TÉCNICA Nº 34). O Policial Militar executa a defesa por cima com uma mão, girando o bastão por sobre a cabeça e utilizando a mão oposta para desarme e como apoio, podendo executar ataque com o bastão pelo lado oposto.



Figura 110: Defesa pela Direita com Contragolpe (frente)



Figura 111: Defesa pela Direita com Contragolpe (perfil)



Figura 112: Defesa pela Esquerda com Contragolpe (frente)



Figura 113: Defesa pela Esquerda com Contragolpe (perfil)

PONTOS DE ATAQUE. Pontos alvo no corpo do adversário.

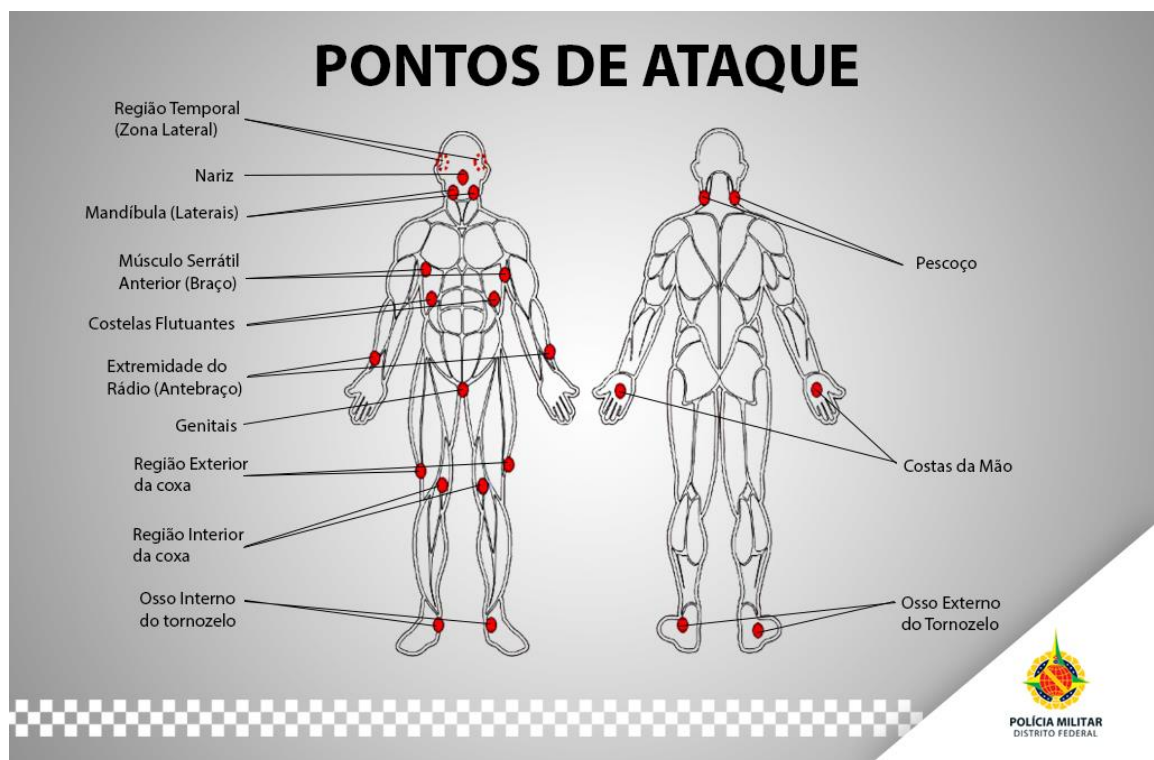


Figura 114 - Bastão retrátil (Pontos de ataque).

1. OSSO INTERNO/EXTERNO DO TORNOZELO.
2. REGIÃO INTERIOR DA COXA.
3. REGIÃO EXTERIOR DA COXA.
4. GENITAIS.
5. COSTAS DA MÃO.
6. EXTREMIDADE DO RÁDIO (ANTEBRAÇO).
7. COSTELAS FLUTUANTES.
8. MÚSCULO SERRÁTIL ANTERIOR (BRAÇO).
9. PESCOÇO.
10. MANDÍBULA (LATERAIS).
11. NARIZ.
12. REGIÃO TEMPORAL (ZONA LETAL)



Capítulo VI

Técnicas Elementares de Sobrevivência Policial

CAPÍTULO VI – TÉCNICAS ELEMENTARES DE SOBREVIVÊNCIA POLICIAL

SEÇÃO 1 - FINALIDADE

Ao Policial Militar é necessário assumir de forma incondicionada a noção completa de que **é o responsável pela sua própria segurança**, noção que deve ser construída por meio de treinamento mental e físico.

A **preparação mental**, talvez um elemento ainda mais relevante do que o aspecto corporal, é, o ponto sobre o qual a questão arquetípica se sedimenta. Mais do que o simples estudo, a preparação mental envolve a compreensão a nível intelectual e emocional. A contextualização, tanto no âmbito técnico quanto no que diz respeito a ritos de passagem, fomenta o supracitado estado crítico que permite a remodelação da mente sob uma nova perspectiva, processo explorado em cursos militares, favorecendo ao policial que por eles passa o desenvolvimento de uma mentalidade combativa que o coloca em contato com o então denominado arquétipo do guerreiro. À preparação mental acrescenta-se uma dimensão religiosa ou espiritual, que envolve o conjunto de valores prévios que cada indivíduo traz em sua formação. Mesmo os ritos de passagem não são capazes de uma redução absoluta da personalidade, renovando em totalidade a psicologia de uma pessoa, de modo que valores arraigados podem influenciar diretamente sua tomada de decisões, mesmo em se tratando de indivíduos treinados. As reações humanas não são mecânicas e meramente instintivas, portanto, cabe a cada um o conhecimento de si próprio e a adaptação mental de seus valores à realidade, a fim de que a crise não se constitua como sua ruína psíquica ou efetiva em um confronto.

Diante do que foi apresentado, é altamente recomendável ao policial a prática de artes marciais, dado o tipo de desenvolvimento físico e mental que tais atividades proporcionam.

A **preparação física** é desenvolvida pelo treinamento em todos os aspectos, desde a força e agilidade, até reflexos e domínio técnico, aqui englobando também o item habilidades. Aplicados à DPPM, esses itens incluem a disciplina de tiro e avança para as técnicas de luta, domínio e conhecimento do IMPO e dos procedimentos de abordagem.

No entanto, segundo os especialistas, para os policiais, em serviço ou fora dele, garantirem a preservação de suas vidas, **90% se dá com a prevenção, 5% com a reação e 5% com a sorte**. Dessa forma as ações voltadas para a prevenção não devem ser ignoradas. O sucesso para sobrevivência é aprender e aplicar comportamentos e técnicas para evitar o perigo.

As técnicas que serão apresentadas as seguir, visam situações críticas, ou seja, aquelas que ultrapassaram um ponto de ruptura em relação ao conjunto de procedimentos padronizados que mantêm condições relativamente seguras (ver TDPPMA). Nesse contexto, a situação crítica pode referir-se a circunstâncias envolvendo o policial na folga (quando sofre emboscadas, assaltos, etc.), situações imprevistas decorrentes de uma abordagem policial, ocorrências categorizadas propriamente como crises (casos de acionamento de operação GERENTE), ou situações em que uma equipe policial de serviço sofre um determinado ataque imprevisto, ainda que fora do contexto de abordagem, como emboscadas, agressões individuais ou coletivas.

SEÇÃO 2 – SOLTURA DAS MÃOS

Quando o agressor segura o Policial Militar pelo braço, em um ponto muito próximo à sua mão, faz-se necessário uma ação a fim de alcançar a liberação do braço, o que pode ser feito com o auxílio de determinadas técnicas.

Tratam-se de técnicas com o objetivo de trazer respostas simples e naturais para situações complicadas. A soltura de mão é indicada para situação em que a reação contra o agressor objetiva a **não agressividade**, sendo que se faz uso de técnica para fazer o mínimo de força necessária.

Em todas as posições será necessário trabalhar a técnica de girar o braço no ponto onde está preso, o que cria um efeito alavanca que desprende o braço do operador. É fundamental sempre manter a visão focada nos olhos do agressor.

Os movimentos devem ser **sincronizados ao máximo**, para **aproveitar a energia** do corpo.

POSIÇÃO 1 – MÃO DO MESMO LADO. Abre-se completamente a mão, gira-se a mesma para baixo, apontando as costas da mão para cima, aí faz-se o movimento de girar a mão em direção ao próprio corpo, dando um passo a frente com o pé igual ao que tem a mão presa. Objetivo aqui é trabalhar o ponto frágil no caso o polegar do

agressor, onde o braço deve girar exatamente no ponto em que se encontrar o polegar do agressor.

Todos os quatro movimentos, abrir mão, girar para baixo, avançar com o pé e trazer a mão em direção ao seu corpo devem acontecer simultaneamente.



Figura 115: Demonstração de Direção do Peso do Corpo

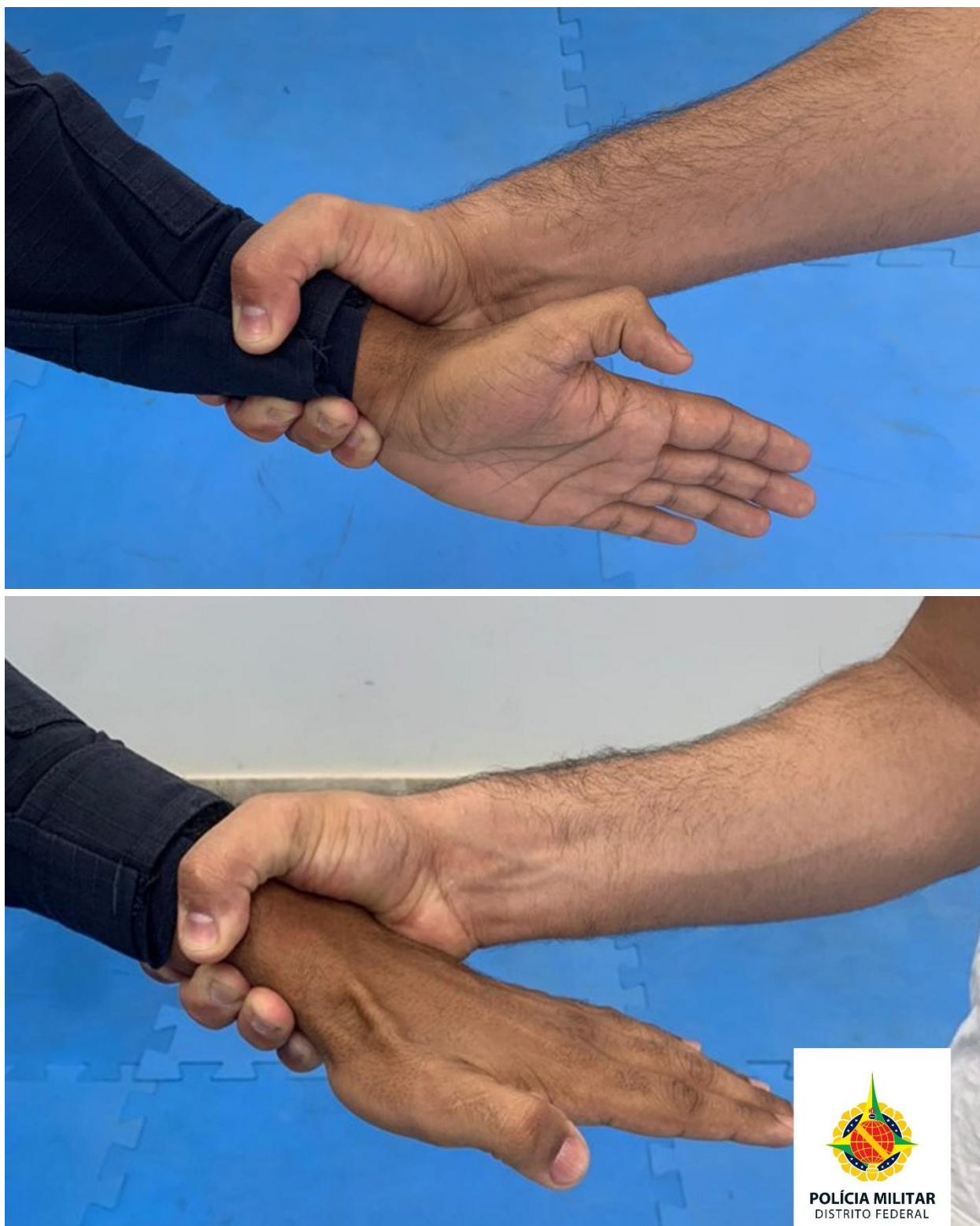


Figura 116: Giro da Mão para Soltura



Figura 117: Soltura de Mão Pegada do Mesmo Lado

POSIÇÃO 2 – MÃO DO LADO CONTRÁRIO. É quando o agressor lhe segura com o mesmo braço que o seu, mão direita do agressor segura o seu braço direito; abre-se a mão e gira para fora, sendo que ao mesmo tempo calça o cotovelo nas próprias costelas, girando o corpo e afastando com o pé para trás.



Figura 118: Demonstração de Direção do Peso do Corpo



Figura 119: Giro da Mão para Soltura



Figura 120: Soltura de Mão Pegada do Lado Oposto

POSIÇÃO 3 – DUAS MÃOS SEGURAM UMA. Fechar a mão que está sendo segurada e com a outra mão abraça o punho e puxa para cima ao mesmo tempo girando o corpo para o lado do braço que está puxando e levando o pé para trás, a posição final é seu cotovelo apontando para o agressor, enquanto uma mão segura a outra, mantendo a visão focada no agressor.

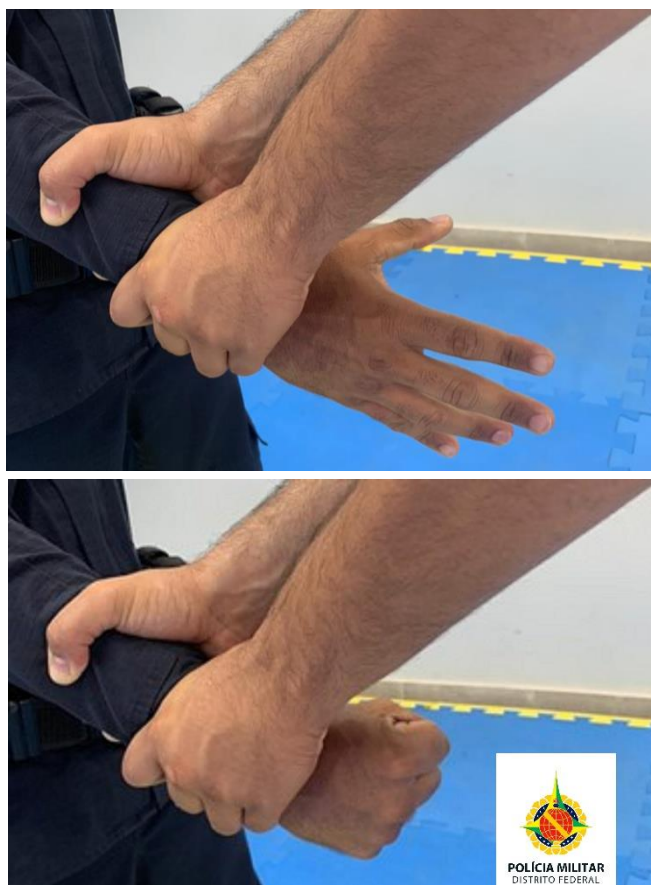


Figura 121: Tensão da Mão para Soltura



Figura 122: Soltura de Mão Contra Pegada Dupla



Figura 123: Soltura de Mão Contra Pegada Dupla Detalhe

POSIÇÃO 4 – DUAS MÃOS SEGURAM UMA COM PESO. Semelhante a posição três, porém o agressor prende seu braço com mais força, a solução é entrar com mais impulso, socando para baixo e rapidamente puxando para cima, na mesma sequência da posição 3.



Figura 124: Direcionamento do Peso



Figura 125: Soltura de Mão Contra Pegada Dupla Embaixo

POSIÇÃO 5 – DUAS MÃOS SEGURAM UMA EM CIMA. O agressor prende sua mão no alto, altura do rosto, a solução é cerrar o punho e com a outra mão puxar para baixo, girando o corpo e dando um passo para trás;



Figura 126: Soltura de mão Contra Pegada Dupla em Cima

POSIÇÃO 6 – DUAS MÃOS SEGURAM DUAS MÃOS. Seus braços estão a frente e o agressor lhe segura com as duas mãos, enquanto seu cotovelo está colado nas costelas; para se soltar basta abrir as mãos e trazer o polegar na direção do ombro com muita energia, trabalhando o efeito alavanca no polegar do agressor. Nessa posição os pés permanecem colados no chão.



Figura 127: Tensão dos Punhos para Soltura de Mãos



Figura 128: Soltura de Mãos Pegada em Duas Mãos

POSIÇÃO 7 – DUAS MÃOS SEGURAM DUAS MÃOS COM PESO. Nessa posição a situação é semelhante a posição 6, porém o agressor está aplicando um pouco mais de força, a solução é abrir as mãos e girá-las de modo que as costas de ambas as mãos se toquem, trazendo-as em direção a seu próprio corpo, mantendo o cotovelo quase na altura do ombro, quando as mãos encostarem no seu corpo continuar o movimento girando as mãos de modo que os polegares apontem para fora. Sempre mantendo a mão aberta e os pés colados no chão, assim como na posição 6.



Figura 129: Soltura de Mãos Contra Pegada em Duas Mãos para Baixo Detalhe



Figura 130: Soltura de Mãos Contra Pegada em Duas Mãos para Baixo

POSIÇÃO 8 – DUAS MÃOS SEGURAM DUAS MÃOS EM CIMA. O agressor lhe segura as mãos mais acima, a solução é girar os braços abruptamente para baixo.



Figura 131: Soltura de Mãos Contra pegada em Duas Mãos para Cima

SEÇÃO 3 - AGARRAMENTOS

De forma geral, a vítima pode se agarrada por trás ou pela frente, com as suas mãos presas ou não. Assim, há uma variedade de possibilidades para o agressor agarrar sua vítima.

E possível encontrar vários momentos diferentes para iniciar uma reação: quando o agressor inicia o seu ataque; quando ele já agarrou sua vítima; e até mesmo quando a vítima está no ar, depois de ter sido jogada no chão. **Quanto mais cedo tiver iniciado a reação, mais fácil será escapar do agarramento.**

As técnicas a seguir constituem alternativas para que a vítima possa se soltar do seu agressor quando for agarrada por trás, mas deixando as mãos soltas.

CONTRA AGARRAMENTO POR TRÁS (MÃOS SOLTAS). ALTERNATIVA 1: Os agarramentos por trás apresentam um risco maior para vítima porque a intenção do agressor ao aplicar este golpe é quebrar a colunar vertebral ou esmagar a caixa torácica.

Assim, que a vítima sentir as mãos do agressor, ela deve se inclinar para frente, transferindo o peso do corpo e tornando mais difícil ser levantado pelo agressor. Ao mesmo tempo, a vítima deve segurar a mão do adversário (a que fica por cima) e bate com a articulação do dedo médio da outra mão (ver TDPPMA) no dorso da mão do agressor, fazendo com que ele relaxe a pressão aplicada.



Figura 132: Controle do Peso



Figura 133: Golpe na Mão

A mão que bateu segura um dedo e torce-o, fazendo uma chave.

O corpo se projeta para frente e para fora, em movimento circular, segurando o dedo do agressor, para logo em seguida executar chute na região genital.



Figura 134: Chave de Dedo



Figura 135: Saída de Agarramento por Trás

ALTERNATIVA 2: Assim, que a vítima sentir as mãos do agressor, ela deve se inclinar para frente e aplicar golpes de cotovelo no rosto do agressor, até que ele solte.



Figura 136: Saída de Agarramento por Trás com Golpe



Figura 137: Saída de Agarramento por Trás Detalhe

CONTRA AGARRAMENTO POR CIMA DOS BRAÇOS. ALTERNATIVA 1: Quando agarrado por cima dos braços, a vítima arma sua base e dobra os braços. Em seguida, move o quadril para o lado e recua a perna, passando para trás do atacante e restabelecendo a base. Dobrando os joelhos, abaixa o quadril e, segurando atrás dos joelhos, ajusta as pernas do agressor para si. Ao se levantar endireitando o corpo, seu quadril suspende o atacante, que rola por cima das costas e acaba no chão. Atenção: Logo que os pés saírem do chão largue os joelhos. Mesmo sem agarrar os joelhos, o desequilíbrio pode ser suficiente para derrubar o agressor. Nos movimentos de transição podem ser desferidos diversos golpes nas pernas, pés, genital e tronco do agressor.

ALTERNATIVA 2: Quando pego por cima dos braços, a vítima arma sua base e dobra os braços, preparando-se para passar para trás. Quando o atacante evita a passagem ao abrir demasiadamente as pernas, com o calcanhar, acerta-lhe os testículos ou usa a cabeçada para desorientá-lo. Atenção: Pode-se usar o calcanhar para fazer o atacante fechar as pernas e, em seguida, passar para trás dele e jogá-lo no chão.



Figura 138: Saída de Agarramento por Cima dos Braços

ALTERNATIVA 3: Agarrada pela cintura ou por cima dos braços, a vítima arma sua base. Curvando-se para frente até tocar as mãos no chão, leva-as entre as pernas e segura a perna do atacante, puxando-a para a frente enquanto se senta no joelho, largando o peso do corpo sobre ele para quebrar-lhe a perna. Atenção: Recue com as mãos e pés no chão, usando o quadril para empurrar a perna do atacante e em seguida segurar-lhe o pé. Atenção: no último movimento, apoiar os cotovelos nos joelhos.



Figura 139: Saída de Agarramento por Trás com Chave de Perna

SEÇÃO 4 – ESTRANGULAMENTOS

Estrangulamento nas artes marciais é a denominação geral de alguns grupos de técnicas de wrestling, judô (shime-waza) e de jiu-jitsu, tendo diversas formas de execução ou técnicas (a forma mais difundida entre as artes marciais é o estrangulamento por trás, com o braço envolvendo o pescoço. Como consequência do estrangulamento ocorre o “apagão” que é a uma interrupção da passagem de oxigênio e ou sangue pelo pescoço em direção ao cérebro o que incorre no desligamento momentâneo dos sentidos.

A princípio chegar à inconsciência não é perigoso, mas caso seja algo recorrente pode gerar danos irreversíveis.

Estrangulamento por Compressão. A forma de estrangulamento mais conhecida e usual é o assim denominado “mata-leão”, onde além de envolver o pescoço do adversário, é mantida uma pressão na cervical e uma alavanca com pegada no próprio braço. O movimento quando bem aplicado não deve causar nenhuma lesão ou efeito mais grave em um agressor que precisa ser controlado.

O grande problema dessa técnica é a traqueia do adversário, que pode ser esmagada se o movimento for feito incorretamente.

Deve-se colocar a dobra do cotovelo no local onde está a traqueia do adversário, evitando, principalmente, colocar o antebraço nesta região. O intuito do movimento é **comprimir a musculatura lateral do pescoço**, evitando o fluxo de sangue arterial e, consequentemente, oxigênio para o cérebro do adversário.

Desta forma, quanto mais força o adversário fizer para sair da técnica, mais rapidamente será controlado. Em alguns casos isto pode levar a pessoa a desmaiar. Ocorrendo este fato, é importantíssimo soltar imediatamente o adversário para evitar sequelas ou até mesmo a sua morte.



Figura 140: Estrangulamento

Estrangulamento por Pressão na Traqueia (Esganadura). Esta variação de estrangulamento conhecida como *Hadaka Jime* (ou “gravata”), tem as mãos agarradas para apoiar a asfixia, permitindo maior pressão aplicada ao pescoço, mas perdendo um pouco do controle da cabeça. Isso altera um pouco o enforcamento, sendo mais aplicado como um repressor de ar ou um enforcamento que restringe tanto o sangue como o oxigênio, e provocando dor na região da traqueia que resulta num enforcamento agressivo.



Figura 141: Esganadura

DEFESAS DOS ESTRANGULAMENTOS. Alternativa 1: Ato reflexo ao envolvimento do braço do agressor em seu pescoço, segure firmemente o braço criar espaço e para evitar a compressão.



Figura 142: Defesa Contra Estrangulamento

Alternativa 2: Já com o braço do agressor envolvido em seu pescoço, colocar as duas mãos no antebraço, criando maior força no ponto de apoio, para em seguida girar, sair e então finalizar.



Figura 143: Defesa Contra Estrangulamento e Giro

Alternativa 3: Já com o braço do agressor envolvido em seu pescoço, segure firmemente o braço oposto do agressor, evitando que ele complete o movimento do estrangulamento. Então inicie uma série de golpes contínuos e sucessivos até que este caia (**soco, cotovelada, joelhada e chute**).



Figura 144: Defesa Contra Estrangulamento e Golpe

Lembrando que em todas as variações de estrangulamentos, para uma certa efetividade da defesa, o Policial Militar deverá colocar o queixo ao peito, de forma a evitar (1) o envolvimento do braço e (2) próprio estrangulamento em si.

SEÇÃO 5 – RETENÇÃO, CONTRA-RETENÇÃO E DESARME DE ARMA DE PORTE

Em sendo a arma de fogo o elemento mais ofensivo na mão do operador, um eventual oponente em proximidade de contato tende a procurar atacar especificamente o armamento, tentando retirá-lo do domínio do operador. Assim, as agressões com retenção do armamento do operador são uma realidade que exige o estabelecimento de técnicas de contra retenção.

ARMA NO COLDRE. A partir da tentativa de saque da arma do coldre policial por terceiros (tentativa de desarmar o policial), o policial realiza pressão descendente por cima da mão do oponente, mantendo a arma retida dentro do coldre, enquanto utiliza a outra mão para aplicar socos na região do pescoço ou nariz do adversário (conforme figura 36) ou, ainda, chutes na região genital ou abdominal.

É possível, também, utilizar a outra mão para cutilar com a mão aberta a região do pescoço ou nariz do adversário. E no caso de um ataque por trás, o policial pode girar e golpear com o cotovelo, sem prejuízo de outras técnicas de DPPM.



Figura 145: Retenção de Arma no Coldre

ARMA EM PUNHO. Em sendo a arma de fogo o elemento mais ofensivo na mão do operador, um eventual oponente em proximidade de contato tende a procurar atacar especificamente o armamento, tentando retirá-lo do domínio do operador. Assim, as agressões com retenção do armamento do operador são uma realidade que exige o estabelecimento de técnicas de contra retenção.

O TDPPM apresenta as técnicas de retenção da arma no coldre, evitando uma tomada da arma pelo oponente, conjugando a retenção com diferentes golpes e técnicas.

Para a arma em punho, no entanto, outras formas técnicas são necessárias.

O **direcionamento da empunhadura** é uma possibilidade dessas formas técnicas. A partir da retenção sobre a mão ou a arma do operador, este executa movimento de giro defensivo (giro curto, giro com passo lateral ou giro a partir de avanço – vide TDPPMA), direcionando a arma em conformidade com a direção de pressão do ataque do oponente. Em seguida, a partir da posição assumida, o operador puxa a empunhadura da arma, livrando-se da retenção e engajando o adversário e/ou **golpeando com o cano da arma**.



Figura 146: Contra-retenção de Arma em Punho

SEÇÃO 6 – DEFESA CONTRA ATAQUE COM FACA

O TDPPMA prevê 5 (cinco) técnicas de desarmamento de faca e cada uma com sugestões de conclusão (torção de punho, tomada da faca, ataque direto, derrubada por projeção, conversão para algemamento e imobilização).

Estocada direta na região abdominal (Fig. 327, TDPPMA).

Corte diagonal descendente por fora. Executando avanço com giro (Fig. 338, TDPPMA).

Corte frontal ou corte diagonal descendente, o operador antecipa a ser desferido, realizando sobrepasso e bloqueio (Fig. 345, TDPPMA).

O agressor defere corte transversal para dentro (Fig. 353, TDPPMA).

O oponente executa corte diagonal ascendente por dentro seguindo de estocada para baixo (Fig. 356, TDPPMA).

Tendo como os princípios norteadores da **UNIFORMIDADE**, **SIMPLICIDADE** e **EFICÁCIA**, considerar-se-ão técnicas necessárias a este Capítulo as defesas da **Estocada Invertida para Baixo (Picador de Gelo)** e da **Estocada Direta na Região Abdominal**, dada a volumosa recorrência destes ataques dentre as centenas casos de agressões com faca que acontecem diariamente no Brasil.



Figura 147: Estocada Invertida para Baixo (Picador de Gelo)



Figura 148: Estocada Direta

DEFESA CONTRA ESTOCADA INVERTIDA PARA BAIXO (PICADOR DE GELO). O operador antecipa o golpe a ser desferido, realizando sobrepasso e bloqueio, neutralizando-o antes que o movimento seja efetuado, ao mesmo tempo em que golpeia o rosto do adversário. Partindo do bloqueio, executa pegada no punho (antebraço) do oponente em que está a faca, afastando-o do corpo.

Aspectos Técnicos 1 (antecipação). O movimento de bloqueio com sobrepasso por antecipação (vide TDPPMA) pode neutralizar a maior parte dos golpes vindos de cima e aqueles executados por fora. Por outro lado, com antecipação, o passo à frente pode neutralizar também golpes por cima e aqueles executados por dentro. Essas duas movimentações podem, assim, ser um trunfo de defesa em praticamente todas as possibilidades de ataques descritos, dependendo, no entanto, da capacidade de antecipação e leitura do operador sobre os movimentos e intenções do oponente. No primeiro caso (golpes por cima e por fora), o bloqueio deve ser feito tirando o equilíbrio do adversário e, simultaneamente, um ou mais golpes devem ser desferidos, antes que qualquer conversão para outras técnicas seja executada. **O operador deve manter pressão contra o membro bloqueado, impedindo repetição de movimento de golpe do oponente.**

Aspectos Técnicos 2 (integração entre ataque e defesa). É importante a aplicação da integração entre ataque e defesa, uma vez que o operador entrará na zona de risco. O ataque imediato favorece a conversão do bloqueio para pegada, que dá margem para o desarme. No entanto, se por qualquer motivo o operador não conseguir converter o bloqueio para pegada imediatamente, a posição ofensiva e o primeiro ataque lhe darão abertura para golpear sucessivamente (**Aspectos Técnicos 3**), enquanto pressiona o braço com a faca para trás até que consiga segurá-lo e leve o oponente ao chão. A defesa pode ser executada com dispersão de energia, o que diminui as chances de um erro de cálculo do operador (possivelmente colocando o bloqueio na direção da lâmina); para tanto, o antebraço do operador deve erguer-se seguindo a linha do plano sagital e em seguida movimentar-se em corte rumo ao antebraço do adversário, enquanto realiza movimento de corpo.

Aspectos Técnicos 3 (contragolpe). O operador deve ter em mente que o punho com a faca deve permanecer sob seu controle e que deve golpear o suficiente para neutralizar o adversário, o que pode significar golpes contínuos e sucessivos até que este caia (**soco, cotovelada, joelhada e chute**). Caso opte pela projeção (por exemplo, projeção lateral), deve tomar cuidado com a lâmina e manter o punho sob seu controle.



Figura 149: Defesa Contra Facada por Cima



Figura 150: Defesa Contra Facada por Cima Detalhe do Golpe

DEFESA CONTRA ESTOCADA DIRETA NA REGIÃO ABDOMINAL. O Policial deverá estar em base e quando o agressor avançar, o antebraço que faz a defesa vai de encontro ao antebraço do agressor, desviando o golpe, enquanto a outra mão se preparara para contra-atacar. Na sequência, o operador segura o braço do agressor na altura do punho, enquanto a outra mão procura acertar o seu rosto com um soco.

Aspectos Técnicos 1 (giro com passo lateral). A esquiva por fora pressupõe o desvio e controle do braço do oponente, a fim de interromper o fluxo de movimento que pode culminar em um golpe seguinte.

Aspectos Técnicos 2 (controle do braço). A partir da pegada no punho, o operador controla o oponente. Em situações com faca, a prioridade é a defesa, portanto, o foco principal do operador será manter a arma em posição segura e contida, devendo preocupar-se contra-ataque em segundo plano.

Aspectos Técnicos 3 (entrada para contragolpe). O mais relevante na combinação de movimento de corpo e domínio do braço é criar a abertura para execução de uma técnica que possibilite o desarme da faca. Ao levantar o punho com a faca e puxar, a linha meridional do plano sagital do oponente fica exposta, cabendo golpes nos pontos de ataque, projeções ou a execução de desarme direto. Para o caso de utilização de golpes, o operador deve ter em mente que o punho com a faca deve permanecer sob seu controle e que deve golpear o suficiente para neutralizar o adversário, o que pode significar golpes contínuos e sucessivos até que este caia. Caso opte pela projeção (por exemplo, projeção lateral), deve tomar cuidado com a lâmina e manter o punho sob seu controle.



Figura 151: Defesa Contra Facada por Baixo



Figura 152: Saída da Linha do Golpe

OPÇÕES DE DESARME (vide TDPPMA)



Figura 153: Tomada de Faca Opção 1



Figura 154: Tomada de Faca Opção 2



Figura 155: Tomada de Faca Opção 3



Figura 156: Tomada de Faca Opção 4

SEÇÃO 7 – DEFESAS CONTRA ATAQUES COM FACA CONSIDERANDO O POLICIAL ARMADO

A **regra de Tueller** estabelece que 21 pés, o que é o mesmo 6,4 metros de distância, é a mínima para ter possibilidades de se defender com uma arma de fogo, diante de uma agressão com arma branca, com a arma coldreada e em condições de fazer um disparo.

A uma distância inferior a 6,4 metros, as chances de se sobreviver a uma agressão com arma branca diminuem consideravelmente, tendo em conta que os ataques podem ser muito rápidos e que, embora seja possível disparar, nada indica que não haja possibilidade de erro do disparo. Além disso, ainda que haja impacto em área vital do agressor, este pode também chegar a ferir o defensor/atirador como resultado da inércia de seu movimento.

Enumera-se a seguir os dados da teoria:

- Uma pessoa demora cerca de 1,5 segundos para cobrir essa distância e chegar até nós.

- Um atirador treinado pode sacar uma arma de fogo e efetuar um disparo, em um tempo de entre 1 e 1,1 segundos.

- O segundo tiro levaria 0,2 segundos adicionais e o terceiro tiro outros 0,2 segundos adicionais.

- O tempo de reação de um atirador, desde que a cobrança a ameaça, até que toma a decisão de contra-atacar, varia entre 0,16 e 0,5 segundos.

- A única forma de incapacitar instantaneamente a um agressor, é chocar com um tiro em um ponto vital da cabeça.

Poder-se-ia inferir daí que o simples distanciamento 7m do agressor seria suficiente para manter a segurança. No entanto há diversas situações que interferem no resultado.

GOLPEAR COM O CANO. Em determinadas situações (conforme acima), um oponente pode entrar em contato direto com o operador (contato corpo a corpo), enquanto este tem em suas mãos a arma de porte. As circunstâncias podem impedir a realização do disparo (aspectos legais e procedimentais) ou a arma pode estar em pane (ver Seção 6 do Capítulo III da IG 03/2020).

As áreas a serem atingidas são as mesmas vulneráveis ao Soco direto e à aplicação de Golpes com os Nós dos Dedos em movimento direto, retilíneo, para frente. Quando o movimento for aplicado com uma mão (sem a mão de apoio), a mão livre deve seguir a dinâmica de posições defensivas prevista no Uso Defensivo das Mãos.

Policia não consegue sacar a tempo: O policial deverá executar a defesa do ataque de faca, empurrar o agressor com uma mão e imediatamente sacar sua arma e efetuar o disparo a fim de cessar a injusta agressão.



Figura 157: Defesa Contra Facada (Impossibilidade de Saque da Arma)



Figura 158: Tomada de Espaço e Saque da Arma

Após vários disparos o agressor alcança o policial: O Policial deverá executar a defesa do ataque de faca, golpeando com o cano da arma contra o agressor, empurrar o agressor com uma mão, ou mesmo com um chute (podendo recuar para tomar distância), e imediatamente efetuar os disparos necessários para cessar a agressão.

Policial saca, mas esquece de destravar sua arma: O Policial deverá executar a defesa do ataque de faca, golpeando com o cano da arma contra o agressor e, em seguida, empurrá-lo com a mão (ou chute) e imediatamente destravar sua arma e efetuar os disparos necessários para cessar a agressão.

Arma em Pane: O Policial deverá executar a defesa do ataque de faca, golpeando com o cano da arma contra o agressor e, em seguida, empurrá-lo com a mão (ou chute) e imediatamente resolver a pane de sua arma e efetua os disparos necessários para cessar a agressão.



Figura 159: Defesa Contra Facada (Pane, Disparos Insuficientes ou Arma travada)



Figura 160: Retomada do Espaço



Figura 161: Sanando a Pane

SEÇÃO 8 - DEFESA CONTRA AMEAÇA COM ARMA DE FOGO

Situações Críticas podem exigir, como medida extrema, que o operador impeça o uso de arma de fogo pelo adversário. Esse tipo de medida é um recurso último, diante da impossibilidade de aplicação de outras resoluções ou de acesso a outros recursos que suprimam a desvantagem.

AMEAÇA PELA FRENTE. O agressor ameaça a vítima com a arma, a uma distância de aproximadamente 90 cm. A posição é a mais natural possível. Com um movimento brusco (para surpreender o agressor), a mão esquerda segura a arma e a empurra para o lado e para baixo, fazendo com que o cano aponte para o chão. A arma é segurada pelo tambor (revólver), ou pelo ferrolho (pistola). Desta forma o primeiro tiro é disparado para baixo, e como a recarga da arma foi impedida, não há mais a possibilidade de um segundo disparo. A mão envolve a arma com os dedos, ficando o polegar por baixo do cano. O corpo gira 45 graus para o lado esquerdo e para fora, enquanto a mão direita aplica um soco no rosto.

Depois de aplicar o soco, a mão direita procura a alcançar arma.

A vítima deve, então, recuar com a arma na mão, para avaliar a situação, sem perder o agressor de vista, mas procurando por eventuais cúmplices.



Figura 162: Saída da Linha de Disparo

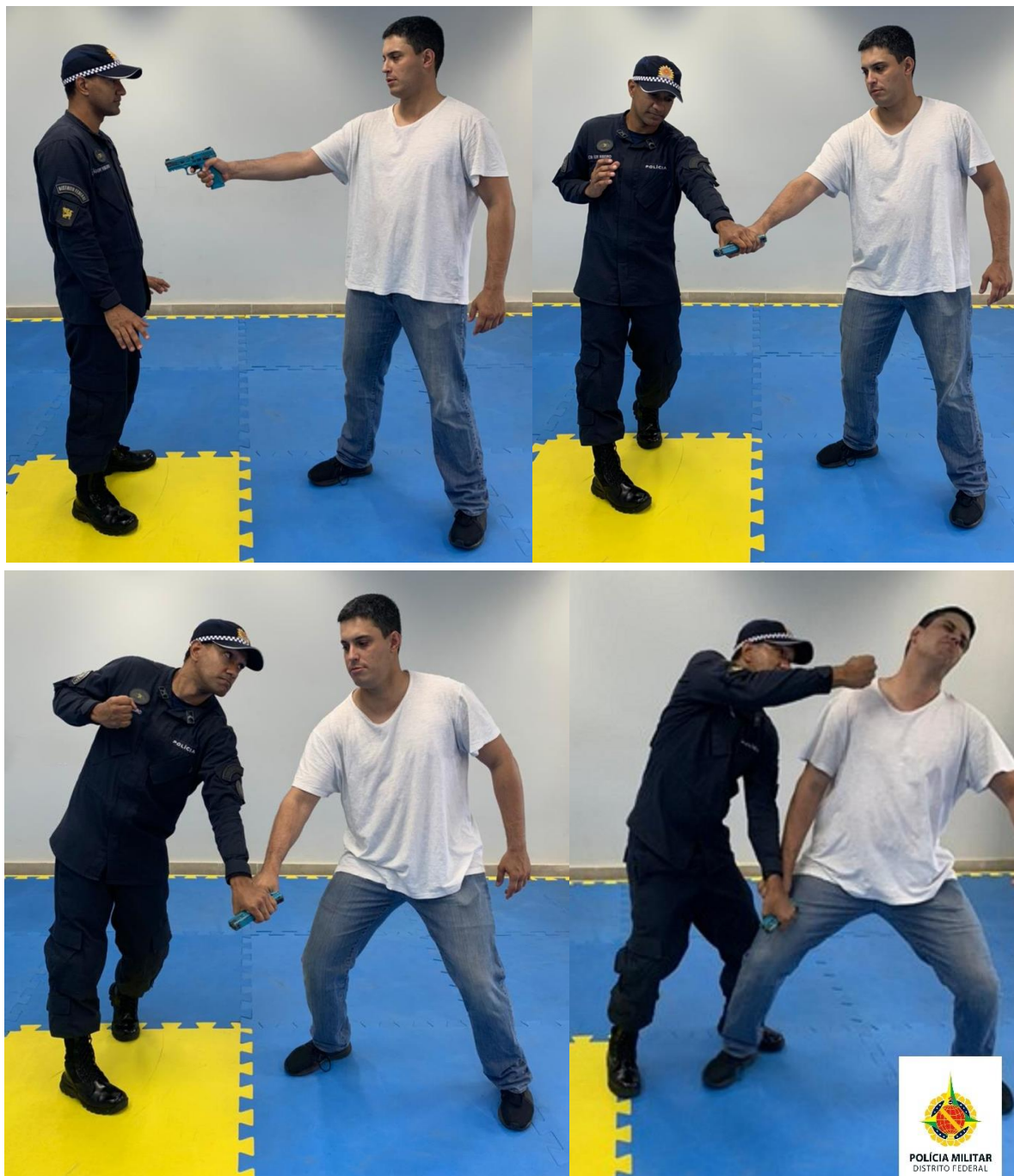


Figura 163: Saída da Linha de Disparo e Golpe



Figura 164: Tirada da Arma e Engajamento

AMEAÇA POR TRÁS. A surpresa é um complicador que dificulta e retarda a reação, ainda mais quando a agressão vem por trás, fora do campo de visão.

A vítima deve se controlar no primeiro momento, procurando surpreender o agressor quando reagir. O agressor ameaça com a arma encostada nas costas da vítima, que deve dar uma olhada rápida para trás, para ter certeza de onde realmente está a arma e qual a mão que a empunha.

Com um movimento curto e rápido, a vítima deve girar seu corpo no sentido anti-horário, projetando-o para trás, com os braços esticados para baixo. Enquanto isso os braços abrem um pouco e a perna esquerda se posiciona ao lado do agressor.

A vítima flexiona o braço esquerdo para imobilizar o antebraço, enquanto aplica um golpe com o cotovelo no seu rosto.

Em seguida, a mão direita da vítima segura por cima do cano a arma, e torce a arma no sentido horário, tomando-a do agressor. A vítima deve dar sequência ao movimento, usando a coronha da arma para agredir o adversário.

Após aplicar um golpe com a coronha da arma no rosto do agressor, a vítima deve se afastar rapidamente.



Figura 165: Verificação da Ameaça



Figura 166: Giro e Golpe



Figura 167: Saída da Linha de Disparo e Golpe



Figura 168: Tomada da Arma



Referências Bibliográficas

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ARAÚJO, Amanda de Souza; FONSECA, Erika Pedreira; SOUSA, Fabiane Lima de; SANTOS, Gabriela de Jesus dos; TRIPPO, Karen Valadares. Manual de Cinesiologia e Biomecânica. Salvador. Sanar, 2019.
- ARAÚJO, Fernando Beuren. Sobrevivência policial na folga e no trabalho: uma questão de segurança pública. Trabalho de Pós-graduação, Anais do I SUCEG, Florianópolis, 2017.
- BULL, Wagner. Aikido O Caminho da Sabedoria: A Técnica. São Paulo. Ed. Pensamento, 2015.
- COLZANI, Leonardo Daniel. Sobreviva, guardião: Técnicas para a autopreservação da vida. São Paulo. Ed. All Print, 2016.
- COSTA, Antonio Luiz M. C. Armas Brancas - lanças, espadas, maças e flechas: como lutar sem pólvora da pré-história ao século XXI. São Paulo. Ed. Draco, 2015.
- FÓRUM BRASILEIRO DE SEGURANÇA PÚBLICA - FBSP. Anuário Brasileiro de Segurança Pública. 13ªEd. São Paulo, 2020.
- GRACIE, Hélio. Gracie Jiu-Jitsu. São Paulo: Saraiva, 1ªEd. 2010.
- LICHTENSTEIN, Kobi. Krav Maga: a filosofia da defesa israelense. Rio de Janeiro: Imago, 2006.
- LIMA, João Cavalim de. Atividade Policial e Confronto Armado. Curitiba. Ed Juruá, 2011.
- POLÍCIA MILITAR DO DISTRITO FEDERAL. IG 01/2020 – PMDF: Instruções Gerais para o Treinamento de Defesa Pessoal Policial Militar. Brasília: Centro de Treinamento e Especialização, 2020.

- POLÍCIA MILITAR DO DISTRITO FEDERAL. IG 02/2020 – PMDF: Instruções Gerais de Abordagem Policial Militar. Brasília: Centro de Treinamento e Especialização, 2020.
- POLÍCIA MILITAR DO DISTRITO FEDERAL. IG 03/2020 – PMDF: Instruções Gerais para o Tiro Policial Militar. Brasília: Centro de Treinamento e Especialização, 2020.
- POLÍCIA MILITAR DO DISTRITO FEDERAL. IG 04/2020 – PMDF: Instruções Gerais para o Treinamento de Defesa Pessoal Policial Militar - Tonfa. Brasília: Centro de Treinamento e Especialização, 2020.
- POLÍCIA MILITAR DO DISTRITO FEDERAL. Portaria PMDF 843: Diretriz de Comando 002 – Diretriz para o Uso da Força pelo Policial Militar do Distrito Federal. Brasília: Estado Maior da PMDF, 2019.
- OLIVEIRA, Humberto Wendling Simões. Autodefesa contra o crime e a violência: um guia para civis e policiais. Uberlândia. Ed. do Autor, 2018.
- OYAMA, Masutatsu. Karate Vital. São Paulo. Ed. Sol SA, 1967.