

GOVERNO DO ESTADO DO AMAZONAS

POLÍCIA MILITAR DO ESTADO DO AMAZONAS

**EDITAL DE CONVOCAÇÃO PARA O EXAME DE APTIDÃO FÍSICA
– CANDIDATOS SUBJUDICES E GESTANTES**

O **COMANDANTE-GERAL DA POLÍCIA MILITAR DO ESTADO DO AMAZONAS**, no uso de suas atribuições legais, torna público o Edital de Convocação para o Exame de Aptidão Física (TAF), de acordo com as normas estabelecidas neste Edital.

1. DAS DISPOSIÇÕES INICIAIS

- 1.1.** O Exame de Aptidão Física terá caráter eliminatório e o candidato será considerado **APTO** ou **INAPTO**.
- 1.2.** Os candidatos convocados estão elencados no **Anexo I** deste Edital.
- 1.3.** O Exame acontecerá nos dias **10 e 11 de fevereiro de 2026**, conforme **Anexo I**.
- 1.4.** O horário de abertura e fechamento dos portões está estabelecido no **Anexo I**.
- 1.5.** Os Exames serão realizados na Vila Olímpica de Manaus, situada na Avenida Pedro Teixeira, 1271-1359 - Dom Pedro, Manaus – AM.
- 1.6.** Os candidatos convocados nas datas e horários constantes no **Anexo I** deverão comparecer **60' (sessenta minutos)** antes do horário marcado para a abertura do portão, atentando-se ao horário destinado ao fechamento do portão. O acesso ao recinto será restrito aos candidatos de cada horário e dar-se-á pelo chamamento do fiscal.
- 1.7.** Para a realização do Exame de Aptidão Física, o candidato deverá comparecer no dia, horário e local previamente designados, portando documento de identificação original com foto e atestado médico específico (**Anexo II**) e, ainda, se apresentar com trajes adequados, a saber: camiseta T-shirt ou sem manga (sem desenhos ou inscrições), calção (masculino) e short ou legging (feminino) e tênis. Não será permitido o uso de top para realizar os exercícios. Somente após a apresentação dos documentos, os candidatos poderão fazer uso do banheiro e/ou vestiário. Não será permitido o acesso aos sanitários após início dos Exames e/ou entre os setores de exercícios.
 - 1.7.1.** O atestado médico deverá ter data de emissão de no máximo **15 (quinze)** dias antes da data de realização do Exame e conter, expressamente, a informação de que o candidato está **APTO** a realizar os exercícios previstos neste Edital. O atestado médico deverá ser original, estar redigido em letra legível, com citação do nome por extenso do candidato, carimbo indicando o nome, número do CRM e a assinatura do médico responsável por sua emissão.
 - 1.7.2.** O candidato que deixar de apresentar o atestado médico ou apresentá-lo em desconformidade com o modelo constante no **Anexo II** não poderá ser submetido ao Exame de Aptidão Física, sendo o mesmo automaticamente eliminado do concurso.
 - 1.7.3.** O atestado médico ficará retido e fará parte da documentação do candidato.
- 1.8.** Somente serão permitidos recipientes de material transparente e sem rótulos que impeçam a visualização de seu conteúdo para armazenamento de lanches de rápido consumo e bebidas.
- 1.9.** Não haverá adaptação do Exame de Aptidão Física às condições do candidato, não havendo tratamento diferenciado aos candidatos, sejam quais forem as circunstâncias alegadas, tais como alterações orgânicas ou fisiológicas permanentes ou temporárias, estados menstruais,

indisposições, cãibras, contusões ou outras situações que impossibilitem, diminuam ou limitem a capacidade física e/ou orgânica do candidato, sendo que o candidato deverá realizar os exercícios previstos de acordo com o escalonamento previamente efetuado pela FGV, o qual será realizado de forma aleatória.

1.10. A preparação e o aquecimento para a realização dos Exames de esforço físico são de responsabilidade do próprio candidato, não podendo interferir no andamento do concurso.

1.11. Cada Exame de esforço físico terá 01 (um) coordenador responsável que fará a explanação sobre a metodologia de preparação e execução do Exame específico, sendo o único autorizado a dirimir dúvidas dos candidatos.

1.12. Será facultado ao candidato o uso de máscara no recinto da aplicação do Exame de Aptidão Física, sendo sugerido o não uso no momento de realização dos Exames.

1.13. Será eliminado do concurso o candidato que, durante a realização do Exame de Aptidão Física, for surpreendido portando telefone celular, relógio, smartwatch, wearable tech e/ou máquina fotográfica. Será permitido durante o Exame de corrida, o uso óculos escuros ou quaisquer acessórios de chapelaria (chapéu, boné etc.).

1.14. Todos os casos omissos ou duvidosos, contingências e imprevistos ocorridos durante a realização do Exame ou não, que não tenham sido expressamente previstos no presente Edital, no Edital de abertura e legislação vigente, serão resolvidos pela Comissão Especial do concurso público constituída para este fim, assessorados pela FGV e Coordenação Geral do TAF.

1.15. O candidato que infringir qualquer proibição prevista neste Edital e/ou no Edital de Abertura, independentemente do resultado obtido no Exame de Aptidão Física, será eliminado do concurso.

1.16. O candidato que vier a acidentar-se, sofrer de mal súbito ou lesão muscular, em qualquer um dos exercícios do Exame de Aptidão Física, e não tiver condição de continuar, estará automaticamente eliminado no concurso público.

1.18.1 Caso haja necessidade de remanejamento de candidato (a), o mesmo será direcionado para uma Unidade de Pronto Atendimento Público mais próxima e/ou que esteja com menor lotação.

1.17. As baterias do Exame de Aptidão Física serão filmadas e/ou gravadas, respeitados os preceitos da Lei Geral de Proteção de Dados (Lei n. 13.709/2018) e da Lei de Acesso à Informação (Lei n. 12.527/2011), para fins de posterior reprodução e análise dos recursos interpostos contra o resultado, exclusivamente pela PMAM ou pela FGV.

1.18. O candidato que se recusar a realizar algum dos exercícios do Exame de Aptidão Física deverá se posicionar frente a câmera e gravar declarando a desistência dos exercícios ainda não realizados e, consequentemente, do Exame de Aptidão Física, sendo, portanto, eliminado do concurso.

1.18.1. Em caso de recusa, o documento será assinado pelo avaliador, coordenador do referido exercício e 2 (duas) testemunhas.

1.19. O Exame de Aptidão Física será realizado independentemente das condições climáticas (chuva, temperatura, radiação solar, vento, etc.).

1.20. O candidato será considerado APTO no Exame de Aptidão Física se submetido a todos os Exercícios e obtiver o desempenho mínimo em todos, caso contrário, será considerado INAPTO.

1.21. O candidato considerado INAPTO no Exame de Aptidão Física poderá interpor recurso no prazo de até 2 (dois) dias úteis, a contar do primeiro dia útil subsequente a divulgação do Resultado Preliminar.

1.22. O candidato considerado INAPTO na realização de qualquer um dos Exercícios, após o resultado final, será eliminado do concurso.

2. DO EXAME DE APTIDÃO FÍSICA

2.1. Para os cargos Aluno-Oficial PM e Aluno-Soldado PM, o Exame de Aptidão Física será realizado em uma única fase, contemplando 2 (dois) dias.

2.1.1. No primeiro dia será realizado, na sequência, o (1) Exame de abdominal, (2) flexão de braços na barra/flexão com 6(seis) apoios e (3) corrida.

2.1.2. No segundo dia será realizado o Exame de natação.

2.2. Para Aluno-Oficial de Saúde PM, o Exame de Aptidão Física será realizado em um único dia, na sequência, (1) abdominal, o (2) Exame de flexão de braços com quatro apoios/seis apoios e (3) corrida.

2.3 Em caso de não atingir o desempenho mínimo na 1^a tentativa nos Exames de abdominal, flexão de braços e natação, os candidatos (Aluno-Oficial PM, Aluno-Soldado PM e Aluno-Oficial de Saúde PM) terão direito a 2^a tentativa, com intervalo mínimo de 3' (três minutos) entre elas; e apenas 01 (uma) tentativa para realizar a corrida.

2.4 Tabela - Exame de Aptidão Física para os cargos de Aluno-Oficial PM e Aluno-Soldado PM:

EXAME DE APTIDÃO FÍSICA (TAF) – Primeiro dia						
SEXO	EXERCÍCIO		FORMATO	SEXO	EXERCÍCIO	FORMATO
MASCULINO	ABDOMINAL SUPRA		≥ 35 repetições – 1'00"		ABDOMINAL SUPRA	≥ 30 repetições – 1'00"
	FLEXÃO DE BRAÇOS NA BARRA FIXA		≥ 4 repetições		FLEXÃO DE BRAÇOS COM SEIS APOIOS	≥ 15 repetições
	CORRIDA		2.400 m - ≤ - 12'00"		CORRIDA	2.000m - ≤ 12'00"
EXAME DE APTIDÃO FÍSICA (TAF) – Segundo dia						
SEXO	EXERCÍCIO		FORMATO	SEXO	EXERCÍCIO	FORMATO
MASCULINO	NATAÇÃO (25m)		25m livre - sem tempo		FEMININO	NATAÇÃO (25m)

2.5 Tabela - Exame de Aptidão Física para os cargos de Aluno-Oficial de Saúde PM:

EXAME DE APTIDÃO FÍSICA (TAF) – Primeiro dia					
SEXO	EXERCÍCIO	FORMATO	SEXO	EXERCÍCIO	FORMATO
MASCULINO	ABDOMINAL SUPRA	≥ 20 repetições – 1'00"	FEMININO	ABDOMINAL SUPRA	≥15 repetições – 1'00"
	FLEXÃO DE BRAÇOS COM QUATRO APOIOS	≥ 10 repetições		FLEXÃO DE BRAÇOS COM SEIS APOIOS	≥ 05 repetições
	CORRIDA (1.500m)	1.500 m - ≤ 12'00"		CORRIDA (1.000m)	1.000m - ≤ 12'00"

2.6 O objetivo de cada exercício, o desempenho mínimo, as condições de execução e as causas de inaptidão estão descritos nas tabelas a seguir:

i. FLEXÃO DE BRAÇOS NA BARRA FIXA - ALUNO OFICIAL E ALUNO SOLDADO:

Objetivo	Avaliar a força dos membros superiores.
Desempenho mínimo	04 (quatro) repetições.
Condições de execução	<p>Posição inicial: o candidato, sob a barra, deverá empunhá-la com a pegada em pronação (palma da mão para frente). As mãos deverão permanecer com um afastamento entre si correspondente à largura dos ombros e o corpo deverá estar estático.</p> <p>Normas para Execução do Exercício: O avaliador comandará o início do Exame: candidato(s) pronto(s)? / Iniciar - a) TEMPO 1: após a ordem de iniciar, o candidato deverá executar a flexão dos braços, sem o auxílio de qualquer tipo de impulso gerado a partir de balanços (pernas e quadril, por exemplo), até que o queixo ultrapasse completamente a barra, estando a cabeça na posição natural (sem hiperextensão do pescoço); e b) TEMPO 2: deverá, imediatamente, descer o tronco até que os cotovelos fiquem completamente estendidos (respeitando as limitações articulares individuais), quando será completada 1 (uma) execução.</p>
	<p>Observações:</p> <p>a) Não serão computadas as execuções realizadas em desacordo com a descrição acima;</p> <p>b) O ritmo das flexões de braços na barra é opção do candidato, não havendo limite de tempo;</p> <p>c) O traje para este Exame será camiseta T-shirt ou sem manga e calção.</p>
Causas de Inaptidão	Desistir; não atingir o desempenho mínimo estabelecido e/ou executar movimentos contrários ao Edital. Podem ser concomitantes ou não.

ii. FLEXÃO DE BRAÇOS COM QUATRO APOIOS - ALUNO OFICIAL DE SAÚDE:

Objetivo	Avaliar a força dos membros superiores.
Desempenho mínimo	10 (dez) repetições.
Condições de execução	<p>Posição inicial: - O candidato posicionará de pé, de frente ao Fiscal Avaliador. Ao comando do Examinador de Banca de "posição inicial", o candidato deverá tomar a posição de frente ao solo, na horizontal, com os braços totalmente estendidos, palmas das mãos apoiadas sobre o solo com os dedos paralelos voltados para frente e polegares tocando um no outro, pontas dos pés em contato com o solo e pernas estendidas.</p> <p>O quadril não poderá apresentar flexão na posição inicial e durante a execução do movimento.</p> <p>Normas para Execução - Ao comando do Examinador de Banca de "iniciar", o candidato flexionará simultaneamente os braços até que as pontas dos cotovelos atinjam um ângulo de 90° ou ultrapassem o plano das costas. Em seguida, voltará à posição inicial com a extensão completa dos braços. Durante a execução do teste, o candidato não poderá tocar o solo com qualquer parte do corpo, exceto mãos e pontas dos pés, e deverá manter tronco, quadril e membros inferiores em linha reta. Ao movimento completo e correto do exercício será conferida 1 (uma) repetição.</p>

	Observações: a) Não serão computadas as execuções realizadas em desacordo com a descrição acima; b) A execução do exercício deverá ser contínua, não sendo permitido qualquer tipo de pausa.
Causas de Inaptidão	Desistir; não atingir o desempenho mínimo estabelecido e/ou executar movimentos contrários ao Edital. Podem ser concomitantes ou não.

iii. **FLEXÃO DE BRAÇOS COM SEIS APOIOS - ALUNA OFICIAL PM / ALUNA OFICIAL DE SAÚDE E ALUNA SOLDADO (TODOS OS CARGOS):**

Objetivo	Avaliar a força dos membros superiores.
Desempenho mínimo	Aluna Oficial e Aluna Soldado: 15 (quinze) repetições. Aluna Oficial de Saúde: 05 (cinco) repetições.
	Posição inicial: mãos apoiadas no solo, dedos voltados para frente, braços paralelos e estendidos na mesma linha dos ombros, tronco alinhado com as pernas, joelhos apoiados no solo e pés levemente unidos.
Condições de execução	Normas para Execução do Exercício: O avaliador comandará o início do Exame: candidato(s), pronto(s)? / Iniciar - a) TEMPO 1: a candidata deverá baixar tronco e pernas ao mesmo tempo, flexionando os braços paralelamente ao corpo, até que os cotovelos ultrapassem a linha das costas, formando ângulo de 90 ° (braço e antebraço), e seu corpo esteja próximo ao solo (cerca de 10 cm); e b) TEMPO 2: a candidata deverá estender os braços, retornando seu corpo à posição anterior de maneira uniforme. Ao movimento completo e correto do exercício será conferida 1 (uma) repetição.
Causas de Inaptidão	Observações: a) Não serão computadas as execuções realizadas em desacordo com a descrição acima; b) A execução do exercício deverá ser contínua, não sendo permitido qualquer tipo de pausa; c) O traje para este Exame será camiseta T-shirt ou sem manga e short ou legging preta. Não será permitido o uso de top.

iv. **FLEXÃO ABDOMINAL SUPRA - TODOS OS CARGOS E GÊNEROS:**

Objetivo	Avaliar a força dos grupamentos musculares do abdômen.
Desempenho mínimo	Aluno Oficial PM e Aluno Soldado PM: 35 (trinta e cinco) repetições Aluna Oficial PM e Aluna Soldado PM: 30 (trinta) repetições Aluno Oficial de Saúde: 20 (vinte) repetições Aluna Oficial de Saúde: 15 (quinze) repetições.
	Posição inicial: deitado (a) em decúbito dorsal, cabeça apoiada no solo, antebraços cruzados sobre o tórax com as mãos tocando os ombros, joelhos flexionados a 90°, pés apoiados e fixos no solo com afastamento que não exceda a largura dos ombros.

Condições de execução	<p>Normas para Execução do Exercício: O avaliador comandará o início do Exame: candidatos(as) pronto(s)? / Iniciar - a) TEMPO 1: o(a) candidato(a) deverá flexionar o abdômen, elevando o tórax e tocando os cotovelos em qualquer parte da coxa, mantendo as mãos em contato com os ombros durante toda a execução dos movimentos, a planta dos pés e o glúteo deverão permanecer totalmente no solo; e b) TEMPO 2: deverá retornar à posição inicial, até que as escápulas toquem o solo, contando-se, assim, 1 (uma) repetição (flexão).</p>
Observações:	<p>a) O abdominal será realizado com o pé apoiado por um fiscal enquanto executado;</p> <p>b) Não serão computadas as execuções realizadas em desacordo com a descrição acima;</p> <p>c) O tempo máximo permitido para a execução das repetições é de 1' (um minuto);</p> <p>d) O traje para este Exame será camiseta T-shirt ou sem manga, calção (masculino) e short ou legging preta (feminino). Não será permitido o uso de top.</p>
Causas de Inaptidão	<p>Desistir; não atingir o desempenho mínimo estabelecido ou executar movimentos contrários ao Edital. Podem ser concomitantes ou não.</p>

v. CORRIDA - TODOS OS CARGOS:

Objetivo	Avaliar indiretamente a resistência aeróbica.	
Desempenho mínimo	<p>Masculino ALUNO OFICIAL E ALUNO SOLDADO: 2.400m (dois mil e quatrocentos metros) no tempo igual ou inferior a 12 minutos.</p> <p>ALUNO OFICIAL DE SAÚDE PM: 1.500m (mil e quinhentos metros) no tempo igual ou inferior a 12 minutos.</p>	<p>Feminino ALUNA OFICIAL E ALUNA SOLDADO: 2.000m (dois mil metros) no tempo igual ou inferior a 12 minutos.</p> <p>ALUNA OFICIAL DE SAÚDE PM: 1.000m (mil metros) no tempo igual ou inferior a 12 minutos.</p>
	<p>Posição inicial: livre.</p>	
	<p>Normas para Execução do Exercício: O coordenador do exame dará o comando de “preparar”, e logo após, apitará para a largada e, concomitantemente, acionará o cronômetro. O candidato deverá percorrer a distância total, conforme desempenho mínimo acima, em até 12' (doze) minutos para concluir o Exame.</p>	

Condições de execução	Observações: <ul style="list-style-type: none"> a) Aos 10' (dez) minutos percorridos o coordenador do exame apitará visando a orientação do tempo restante para finalizar o exame. b) Caso o(a) candidato(a) queime a largada, ou seja, saia antes da ordem do avaliador, será dada uma nova largada. c) Se o(a) candidato(a) queimar a largada pela segunda vez será, imediatamente, eliminado(a). d) O(A) candidato(a) poderá caminhar durante o percurso, mas deverá cumprir o exercício dentro do tempo estipulado. e) O traje para este Exame será camiseta T-shirt, sem manga ou de <u>manga comprida</u>, calção (masculino) e short ou legging preta (feminino). Não será permitido o uso de top.
	Desistir e /ou não atingir o desempenho mínimo estabelecido. Podem ser concomitantes ou não.

vi. NATAÇÃO – ALUNO (A) OFICIAL PM E ALUNO (A) SOLDADO:

Condições de execução	Objetivo Avaliar a capacidade de locomoção em meio aquático.
	Posição inicial: livre, estando o(a) candidato (a) dentro da piscina, segurando na borda.
Causas de Inaptidão	Normas para Execução do Exercício: O coordenador do exame dará o comando de “preparar”, e logo após, apitará para a largada. O (A) candidato(a) deverá nadar em estilo livre a distância total de 25m (vinte e cinco metros) para concluir o exercício sem tomada de tempo.
	Observações: <ul style="list-style-type: none"> a) Caso o(a) candidato(a) queime a largada, ou seja, saia antes da ordem do avaliador, será dada uma nova largada. b) Se o(a) candidato(a) queimar a largada pela segunda vez será, imediatamente, eliminado(a). c) o traje para este Exame será: sunga para o sexo masculino e maiô para o sexo feminino. Queimar a largada por 2 (duas) vezes; pisar ou apoiar os pés no fundo da piscina; segurar nas bordas ou raias; desistir e /ou não atingir o desempenho mínimo estabelecido. As causas podem ser concomitantes ou não.

Obs. Todos os candidatos presentes na listagem do Anexo I constam convocados em caráter sub judice. Assim, se no processamento final da nota da prova objetiva, de acordo com o determinado em liminar, restar verificado que o candidato não alcançou nota suficiente para aprovação, será anulada sua convocação para o TAF com consequente nulidade de todos os atos dela consequentes.



ANEXO I – RELAÇÃO DE CANDIDATOS CONVOCADOS

Inscrição	Nome	Cargo	1º dia	Horário de Abertura dos Portões	Horário de Fechamento dos Portões	2º dia	Horário de Abertura dos Portões	Horário de Fechamento dos Portões
Aluno Soldado PM	195120898	003.500.262-03	Diego Prado Da Silva	10/02/2026	7h	7h20	11/02/2026	7h
Aluno Soldado PM	195029641	013.243.392-33	Elisson Lincoln Navegante Da Silva	10/02/2026	7h	7h20	11/02/2026	7h
Aluno Soldado PM	195143467	007.155.612-51	Jessica Dos Santos Ferreira	10/02/2026	7h	7h20	11/02/2026	7h
Aluno Soldado PM	195037717	014.798.202-29	Karen Caroline Aguiar Sousa	10/02/2026	7h	7h20	11/02/2026	7h
Aluno Soldado PM	195143404	956.529.812-53	Luiz Andreson Torres De Souza	10/02/2026	7h	7h20	11/02/2026	7h
Aluno Soldado PM	195023521	000.314.602-24	Robervan Freitas Ferreira	10/02/2026	7h	7h20	11/02/2026	7h
Aluno Soldado PM	195121320	983.034.492-49	Davi Juan De Almeida Xavier	10/02/2026	7h	7h20	11/02/2026	7h
Aluno Soldado PM	195083144	033.573.622-01	Lincoln Ramos Paz	10/02/2026	7h	7h20	11/02/2026	7h
Aluno Soldado PM	195118179	029.158.342-37	Aidan Rodrigues Dos Santos	10/02/2026	7h	7h20	11/02/2026	7h
Aluno Soldado PM	195002448	020.096.612-06	Gianne Costa Da Silva	10/02/2026	7h	7h20	11/02/2026	7h
Aluno Soldado PM	195065825	030.746.592-62	Zilton José Braga Moreira Junior	10/02/2026	7h	7h20	11/02/2026	7h
Aluno Soldado PM	195120898	003.500.262-03	Diego Prado Da Silva	10/02/2026	7h	7h20	11/02/2026	7h
Aluno Soldado PM	195029641	013.243.392-33	Elisson Lincoln Navegante Da Silva	10/02/2026	7h	7h20	11/02/2026	7h
Aluno Soldado PM	195143467	007.155.612-51	Jessica Dos Santos Ferreira	10/02/2026	7h	7h20	11/02/2026	7h
Aluno Soldado PM	195037717	014.798.202-29	Karen Caroline Aguiar Sousa	10/02/2026	7h	7h20	11/02/2026	7h

ANEXO II – ATESTADO MÉDICO PARA O EXAME DE APTIDÃO FÍSICA

Atesto, a fim de fazer a prova junto a Polícia Militar do Estado Amazonas, que o(a) Sr.(a).

_____ portador(a) da

Carteira de Identidade no _____ e CPF no _____

encontra-se em perfeitas condições de saúde, estando apto(a) a participar do Exame de Aptidão Física

constante do Concurso Público da Polícia Militar do Estado do Amazonas (Edital de Abertura no 01/2021), que

compreende os seguintes Exames de esforço físico: Flexão de braços na barra fixa (masculino) / Flexão de

braços com seis apoios (feminino), Abdominal supra, Corrida e Natação.

Manaus, _____ de _____ 2026.

Assinatura Nome legível e CRM do Médico