



**ANEXO III DO EDITAL DE CONCURSO PÚBLICO N° 001/2013
DO TESTE DE APTIDÃO FÍSICA - TAF**

PERFIL BIOMÉDICO

É necessário ter:

- capacidade mínima para suportar física e organicamente o esforço exigido pelo exercício das funções do cargo compreendendo testes físicos de barra fixa, impulsão horizontal e teste de corrida;
- estrutura psíquica adequada, rendimento intelectual e aptidão para o exercício das atividades inerentes ao cargo, compreendendo a aplicação, avaliação de bateria de testes; e
- ter estado de saúde condizente com as exigências do exercício da função mediante realização de exames clínicos e laboratoriais.

**TESTE DE APTIDÃO FÍSICA
AGENTE COMUNITÁRIO DE SAÚDE E AGENTE DE COMBATE ÀS ENDEMIAS**

1. Abdominal Remador - Masculino/Feminino

Faixa Etária	NÚMERO DE FLEXÕES	
	CONCEITO	
	INAPTO	APTO
18 a 24	Inferior a 36	Superior a 36
25 a 30	Inferior a 33	Superior a 33
30 a 35	Inferior a 30	Superior a 30
40 a 65	Inferior a 24	Superior a 24

Posição Inicial: em decúbito dorsal, pernas e braços (no prolongamento da cabeça) estendidos.
O avaliado realizará sucessivas flexões e extensões, abdominais e de pernas (remador), sem interrupções, durante um minuto.

2. Burpee (meio sugado) - Masculino/Feminino

Faixa Etária	NÚMERO DE FLEXÕES	
	CONCEITO	
	INAPTO	APTO
18 a 24	Inferior a 21	Superior a 21
25 a 30	Inferior a 19	Superior a 19
30 a 35	Inferior a 17	Superior a 17
35 a 40	Inferior a 15	Superior a 15
40 a 65	Inferior a 13	Superior a 13

Posição Inicial: em quatro tempos, partindo-se da posição fundamental.

- Flexionar as pernas e apoiar as mãos no chão;
- Lançar as pernas para trás com os pés unidos, sem fletir os braços;

- Recolher as pernas simultaneamente, mantendo as mãos apoiadas no chão;
- retornar à posição fundamental (tronco ereto), sem interrupções, durante um minuto.

3. Flexão dos Membros Superiores S/T

MASCULINO

Faixa Etária	NÚMERO DE FLEXÕES	
	CONCEITO	
	INAPTO	APTO
18 a 24	Inferior a 25	Superior a 25
25 a 30	Inferior a 23	Superior a 23
30 a 35	Inferior a 21	Superior a 21
35 a 40	Inferior a 19	Superior a 19
40 a 65	Inferior a 17	Superior a 17

FEMININO

Faixa Etária	NÚMERO DE FLEXÕES	
	CONCEITO	
	INAPTO	APTO
18 a 24	Inferior a 25	Superior a 25
25 a 30	Inferior a 23	Superior a 23
30 a 35	Inferior a 21	Superior a 21
35 a 40	Inferior a 19	Superior a 19
40 a 65	Inferior a 17	Superior a 17

Posição Inicial: em apoio de frente, com as mãos e pés apoiados no chão, braços totalmente estendidos e corpo ereto.

O avaliado realizará sucessivas flexões e extensões de braços, sem interrupções, em apoio frontal.

Não há limite de tempo. Deve-se observar a postura ereta do corpo em relação ao peso, a partir dos joelhos. O quadril não deve abaixar nem levantar fora dessa linha.

4. Corrida: 12 minutos - Masculino/Feminino

FAIXA ETÁRIA	PERCURSO EM METROS	
	INAPTO	APTO
18 à 24	Inferior a 1800	Superior a 1800
25 à 33	Inferior a 1700	Superior a 1700
34 à 39	Inferior a 1600	Superior a 1600
40 à 65	Inferior a 1100	Superior a 1100

O avaliado deverá correr ou andar durante o período de 12 minutos, não sendo permitido parar em nenhuma hipótese, sob pena de prejudicar o teste.

Durante a prova os examinadores darão um sinal sonoro ou verbal, quando completar dez minutos do tempo, a fim de incentivar os avaliados a melhorarem os seus desempenhos.