

SECRETARIA DE ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO  
SUPERINTENDÊNCIA DE RECRUTAMENTO E SELEÇÃO

**ANEXO III - MODELO DE ATESTADO MÉDICO – AVALIAÇÃO DE APTIDÃO FÍSICA**

**TIMBRE/CARIMBO DO ÓRGÃO DE SAÚDE OU CLÍNICA MÉDICA**

**ATESTADO EXPEDIDO POR CARDIOLOGISTA**

Atesto, sob as penas da Lei, que o(a) Sr.(a) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_, portador da Identidade nº \_\_\_\_\_ e  
CPF nº \_\_\_\_\_, encontra-se em pleno gozo de saúde física e **está apto**  
para realizar **esforço físico sem restrições**, podendo participar da **Avaliação de Aptidão Física** do Concurso  
Público para o cargo de **Policia**l Penal do Estado de Goiás, conforme testes especificados a seguir:

MASCULINO				
Barra Fixa	Abdominal	Flexão	Corrida	Pontuação por Teste
Número de Repetições	Número de Repetições (1 minuto)	Número de Repetições (1 minuto)	Distância em Metros (12 minutos)	
0 a 2	0 a 34	0 a 21	0 a 2.200	0
3	35 a 38	22 a 24	2.201 a 2.300	2
4	39 a 42	25 a 27	2.301 a 2.400	2,5
5	43 a 46	28 a 30	2.401 a 2.500	3
6	47 a 50	31 a 33	2.501 a 2.600	3,5
7	51 a 54	34 a 36	2.601 a 2.700	4
8	55 a 58	37 a 39	2.701 a 2.800	4,5
≥ 9	≥ 59	≥ 40	≥ 2.801	5

FEMININO				
Barra Fixa	Abdominal	Flexão	Corrida	Pontuação por Teste
Tempo de permanência em sustentação	Número de Repetições (1 minuto)	Número de Repetições (1 minuto)	Distância em Metros (12 minutos)	
9 segundos	0 a 27	0 a 21	0 a 1.800	0
10 a 14 segundos	28 a 30	22 a 24	1.801 a 1.900	2
15 a 19 segundos	31 a 33	25 a 27	1.901 a 2.000	2,5
20 a 24 segundos	34 a 36	28 a 30	2.001 a 2.100	3
25 a 29 segundos	37 a 39	31 a 33	2.101 a 2.200	3,5
30 a 34 segundos	40 a 42	34 a 36	2.201 a 2.300	4
35 a 39 segundos	43 a 45	37 a 39	2.301 a 2.400	4,5
≥ 40 segundos	≥ 46	≥ 40	≥ 2.401	5

Local e data  
(máximo de 30 dias de antecedência da data de avaliação física).

\_\_\_\_\_  
**MÉDICO CARDIOLOGISTA**  
Assinatura do Profissional  
Carimbo/CRM  
Telefone