

# ESTRESSE OCUPACIONAL EM POLICIAIS MILITARES DE GOIÂNIA

## OCCUPATIONAL STRESS IN MILITARY POLICIES OF GOIÂNIA

SOUSA NETO, Abizaias Mendes <sup>1</sup>

DE SOUZA, Adailma Alves <sup>2</sup>

SAMARIDI, Isadora <sup>3</sup>

### RESUMO

Partindo do pressuposto que as condições e a organização do trabalho contribuem para o adoecimento do policial militar, esta pesquisa tem com o objetivo identificar os principais problemas que levam ao Policial da Polícia Militar do Estado de Goiás a desenvolver estresse ocupacional. Portanto, foi realizado um questionário aplicado na Academia de Polícia Militar de forma aleatória. O estudo se mostrou importante pois são vários os fatores de riscos a que se estão submetidos os profissionais policiais militares em seu ambiente de trabalho, os quais são expostos a vários fatores. A metodologia utilizadas para a realização deste estudo foram os procedimentos: questionário em forma de entrevista, com perguntas sobre o tema, e pesquisa bibliográficas. Os resultados mostram que a maioria dos policiais passam por situações diariamente que pode levar a vim desenvolver o estresse por ser um fator que está inserido no cotidiano. Ademais relataram que por ter algum problema em relação ao estresse podem vim desenvolver alguma outra doença.

Palavras-chave: Estresse ocupacional. Segurança Pública. Consequências.

### ABSTRACT

Based on the assumption that the conditions and organization of work contribute to the illness of the military police, this research aims to identify the main problems that lead to the police of the Military Police of the State of Goiás to develop occupational stress. Therefore, a questionnaire was applied at random at the Military Police Academy. The study was important because there are several risk factors that military police professionals are subjected to in their work environment, which are exposed to several factors. The methodology used to carry out this study was the procedures: questionnaire in form of interview, with questions on the subject, and bibliographical research. The results show that most of the police go through everyday situations that can lead to develop stress because it is a factor that is inserted in everyday life. In addition they reported that by having some problem in relation to the stress can come to develop another disease.

Keywords: Occupational stress. Public Security. Consequences.

---

<sup>1</sup> Aluno do Curso de Pós-graduação em Segurança Pública, do Comando da Academia da Polícia Militar de Goiás CAPM, [bizaloreto@hotmail.com](mailto:bizaloreto@hotmail.com); Goiânia – Go Maio de 2018

<sup>2</sup> Professor orientador: titulação Comando da Academia da Polícia Militar de Goiás CAPM, [Souza-adailmapsi@gmail.com](mailto:Souza-adailmapsi@gmail.com) Pós Graduação em Saúde da Família, Goiânia-GO, maio de 2018.

<sup>3</sup> Co-orientadora: Isadora Samaridi, Mestre em Psicologia, [isasamaridi2gmail.com](mailto:isasamaridi2gmail.com)

## 1 INTRODUÇÃO

Ser policial militar é atuar em uma profissão de alto risco de vida e outras situações traumáticas. Estes profissionais estão diretamente ligados a perigos como: ferimento por arma de fogo e branca, agressão, sequelas físicas e mentais, estresse, entre outros. Desta maneira os policiais militares estão sempre no ápice da limitação da saúde mental, os colocando em constante situação de risco, levando a uma crise da saúde de ordem pública.

Segundo a Associação de Delegados da Polícia Federal (2015), o desacato e situação de perigo ao policial é de taxa muito alta, mesmo quando estão fora de serviço, exemplificando a longa e caótica situação da Cidade do Rio de Janeiro. Para Calazans (2010) cada contexto deve ser levado em consideração quando avaliado a real situação destes profissionais em suas variadas esferas de atuação, incluindo o ambiente em que integram. Somado a isso temos ainda suas vidas particulares, o que inclui a família.

Os policiais tem como finalidade combater a criminalidade e garantir a segurança publica fatos que atraem muitos candidatos a serem policiais, Calazans (2010) pontua que ao ingressar na corporação, os concursados vislumbram um mundo de reconhecimento, respeito, remuneração e status. O que segundo o mesmo não ocorre, gerando um meio de frustração.

Minayo (2007) apresenta que muito do risco que estes profissionais correm está ligado a precariedade de uma serie de instrumentos, como viaturas, armamentos, estratégias de ações já conhecidas e previsíveis diante dos criminosos, e a participação da própria população muitas vezes coagidas a esconder e ajudar esses criminosos, tornado a ação policial ainda mais debilitada e desfavorável aos militares.

Em uma pesquisa realizada por Minayo (2007) demonstrou que a percepção sobre perigo nos policiais militares é absoluta, onde nenhum deles se sente isento dos riscos acarretados a profissão. Quando avaliado todos esses fatores ao qual estão expostos estes profissionais é difícil imaginar uma utopia sem a presença do estresse ocasionado por esta profissão.

O estresse é definido pelo dicionário Aurélio (2016), como um conjunto de perturbações físicas, orgânicas e psíquicas, ocasionadas por uma atividade repetitiva e agressora. Situação bastante recorrente no dia a dia do exercício da

profissão de policial, submerso a constante pressão psicológica exercida 24 horas por dia, e risco físico de alta periculosidade.

Diante desses fatos, levantamos o seguinte questionamento que levou ao desenvolvimento deste trabalho: como ocorre a manifestação do estresse em policiais?

Desta forma destacamos a justificativa e importância desta pesquisa, pela sua capacidade de permitir identificar os fatores que levam a estes profissionais a desenvolverem tal patologia mental, permitindo futuramente sua melhor compreensão para tratamento. Portanto, o objetivo deste presente estudo é identificar as causas que levam os policiais a serem acometidos pelo estresse do trabalho.

## **2 REVISÃO DE LITERATURA**

A profissão de policial militar é de alto risco, e diariamente está exposta, a situações diversas. Diante disto pelas características da própria atividade o militar está sujeito a desencadear várias doenças relacionadas ao estresse ocupacional

.O estresse consta como um conjunto de reações físicas e psicológicas que geralmente as pessoas apresentam quando se expõem às situações aversivas. Suas manifestações são muitas e variam de pessoa para pessoa. Quando os acontecimentos que desencadeiam os sintomas são constantes, é provável que o sujeito sofra consequências sérias em sua saúde corpórea e mental (LIPP, 2001).

De acordo com Oliveira (2010), o policial passa por várias situações, em que de um lado o perigo constante, tanto para o próprio policial como para a sociedade e do outro está a própria comunidade a qual a qual deve ser garantindo a segurança pública.

A maioria dos policiais militares não sabe como cuidar da própria saúde para que possa evitar problemas causados por elevados índices de estresse, muitas vezes buscando formas de reduzir esse estresse utilizando substâncias como álcool até as drogas ilícitas para compensar e minimizar os efeitos deste.

Segundo Miriam (2010), a realidade, atual em especial a da Policial Militar goiana. Com isso, percebe-se que a profissão policial por esta como uma das mais geradoras de estresse por vários problemas, como a pressão, o confronto com o

desconhecido, o medo em ocorrências, as cobranças excessivas e alta carga de serviços.

A partir disto é importante para que a sociedade tenha uma boa segurança e a ordem seja preservada, é preciso que haja bons policiais, que estes estejam com um bom estado físico e mental, que exista um equilíbrio entre a relação trabalho e lazer para que se possa garantir uma maior efetividade e produtividade das ações desses policiais.

Para assim seja melhorado a prestação das atividades realizadas pelo policial militar, BATISTA (2011) SITA algumas ações, que podem ser efetivadas, para um funcionamento mais positivo da instituição Polícia Militar, bem como para a saúde do profissional militar. Listados abaixo estas ações:

- a) Concurso ou contratação de psicólogos e psiquiatras para atender a demanda e as necessidades dos policiais militares;
- b) Procurar desenvolver seminários e debates em grupos usando profissionais capacitados para tratar de assuntos relacionados ao, estresse, e outras patologias psíquicas;
- c) Estabelecer horários de realização de atividades físicas, como forma de diminuir o estresse causado pela atividade policial.
- d) Estabelecer convênios como forma de procurar melhorar as instalações dos Batalhões da Polícia Militar em Goiás.
- e) Proporcionar horários de trabalho de modo a evitar conflitos com as demandas e as responsabilidades não relacionadas ao trabalho, como também os cuidados pessoais e de lazer;
- f) Permitir ao policial militar o tempo oportuno para a realização da atividade de forma satisfatória, com a finalidade melhorar sua responsabilidade e desempenho na atividade operacional;
- g) Melhorar o processo de aplicação dos testes psicológicos a fim de identificar os militares que estão nos limites máximos de estresse, permitindo que os comandantes das unidades operacionais tomem medidas adequadas para cada caso.

No entanto existem obstáculos que os próprios policiais afetados pelo estresse impõem, desde o preconceito próprio por achar que é um tratamento para pessoas doidas ou que é só um problema passageiro, até a falta de compreensão por parte dos colegas de serviço por achar que a pessoa que está passando por aquilo não está apto a exercer atividade (BATISTA, 2011).

Contudo é de suma relevância tanto para o policial que sofre com o estresse ocupacional quanto para corporação e sociedade, que exista uma consciência tanto por parte do afetado pelo problema em questão como por quem observa o comportamento alterado deste. Com isso existindo essa conscientização de todos, poderá se ter uma profissional mais eficiente, produtivo e uma melhor prestação de serviços.

### 3 METODOLOGIA

O presente estudo tem como objetivo descrever quais as causas que levam os policiais a serem acometidos pelo estresse ocupacional, a partir de uma análise e pesquisa dos policiais militares de Goiânia, baseado em informações sobre o presente problema para o qual se procura uma resposta, ou novas descobertas relacionadas.

A metodologia aplicada será por meio quantitativo descritivo, a partir do estudo de caso, utilizando os seguintes instrumentos: coleta e sistematização de dados, análise de dados a entrevista semi estruturada com perguntas abertas e exame de elementos documentais do Hospital da Polícia Militar (HPM).

As entrevistas ocorrerão de forma aleatória, onde os entrevistados serão obtidos da população presente na Academia de Polícia Militar, partindo do princípio que, como é um problema desenvolvido pelo trabalho desgastante será aplicado com policiais da ativa em atividade constante, de ambos os sexos tendo cada a mesma chance de ser selecionado. No que se refere a coleta de informações desse estudo sobre o estresse ocupacional em policias militar, algumas questões foram norteadoras para seu desenvolvimento: Qual a principal causa estressora na atividade policial? O número de horas trabalhado em relação remuneração esta compatível? Existe um desequilíbrio entre as pressões enfrentadas na atividade policial e os recursos para lidar com a mesma? Em relação a produtividade, estar menor? Com qual frequência procura atendimento médico? Como anda o nível de irritabilidade e intolerância para lidar com a população?

A partir dessas questões e com base nos dados que serão coletados, leitura dos registros, será realizado a análise destes materiais, os quais fundamentarão e caracterizarão o estudo em questão. Com objeto exploratório, é através de caso, este estudo dará conhecimento de como surge a problemática, explicando sua dinâmica, sem interferir em sua ocorrência, o questionário completo está em anexo no fim da presente pesquisa.

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir dos dados coletados na fase metodológica será apresentado os resultados das pesquisas realizadas no mês de abril de 2018 com população presente na Academia de Polícia. Utilizando-se da abordagem da pesquisa descritiva quantitativa. Aqui serão apresentados os dados para alcançar o objetivo posto no início deste artigo, que foi o de analisar as principais causas do estresse ocupacional e os fatores geradores de tal problema no policial militar no Estado de Goiás, especificamente os atuantes em Goiânia.

De acordo com Lipp (2001) também ressalva que existem elementos puramente físicos que podem produzir estresse, tais como carga excessiva de trabalho, poluição, distúrbios nutricionais, variações de temperatura, dentre outros

**Quadro 1- Fatores que o policial militar considera que contribuem no desenvolvimento de estresse ocupacional na atividade policial**

<b>RESULTADOS</b>	
<b>PRINCIPAIS CAUSAS ESTRESSE</b>	<b>RESPOSTAS EM PORCENTAGEM</b>
Carga horária	32
Remuneração	20
Cobranças da população	12
Cansaço	16
<b>80 ENTREVISTADOS</b>	

Fonte: Autor, 2018

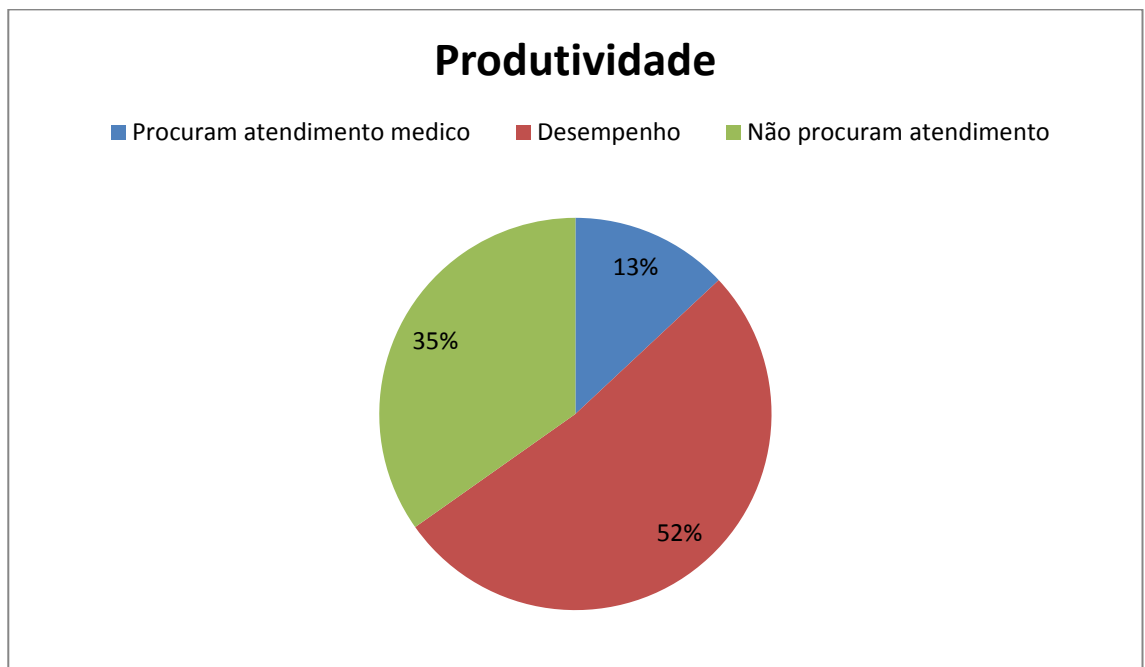
No quadro 1 foi colocado o posicionamento dos policiais em relação ao desenvolvimento de as principais causas do estresse ocupacional em relação a profissão, e dos 80 entrevistados; 40% responderam que o estresse está presente na atividade operacional tem relação a carga horária excessiva; 20% relataram que o cansaço acaba prejudicando; 16% por cobrança da população; e 24% por fatores remuneratórios. São variados os fatores, o que se destacou foi as altas carga horárias de trabalho desses profissionais; a remuneração também foi lembrada pelos militares. O estresse possui um destaque alto na população militar, pois as atividades além de exigir muito do profissional, é fator condicionante para o desenvolvimento de diversos outros problemas de saúde.

O policial militar é exposto a diversas pressões no dia a dia, desde ações de um patrulhamento até uma troca de tiro, ações seguidas de morte, a relação

entre o policial e a sociedade, carga horárias, as tensões durante uma ocorrência policial, consequências que requerem do policial militar um alto controle emocional.

O gráfico 1 foi elaborado para demonstrar como a produtividade é afetada nos profissionais devido a problemas relacionados com estresse na atividade policial, por não procura apoio medico e como problema pode diminuir o desempenho nas atividades que tendem a ser desenvolvidas pelo policial.

Gráfico 1- Produtividade e desempenho por falta de procura médica



Fonte: Autor, 2018

Segundo Minayo (2012), argumenta que policiais operativos se estressam mais porque se expõem frequentemente a situações de risco.

Devido ao grande número de profissionais da polícia militar que são acometidos pelo estresse em relação à profissão, é importante a adoção de medidas que visem à prevenção da saúde do policial militar. Medidas que possam orientar ao profissional como exercer a atividade policial com menor possível danos para si. O quadro 2 foi elaborado descrevendo medidas que podem ser usadas para melhorar o dia a dia da atividade militar.

**Quadro 2-Formas de se evitar o estresse ocupacional**

<b>RESULTADOS</b>	
<b>VARIAVEL</b>	<b>RESPOSTA EM PORCENTAGEM</b>
Diminuição de carga horária	56
Melhoria das remunerações	34
Acompanhamento da Instituição	10

Fonte: Autor, 2018

O quadro 2 apresenta as medidas que podem ser adotadas para que se tenha um profissional com saúde e disposição para atividade policial, evitando assim os problemas advindos de estresse, onde; 56% dos entrevistados responderam que as ações de diminuição de carga horária seria uma forma ideal de se evitar tal problema; 34% relatam sobre melhores remunerações a Polícia Militar; 10 % admitem que um acompanhamento mais próximo dos mesmos pela instituição castrense seria uma medida de significativa importância, pois diminuiria o afastamento por baixa médicas;

Contudo, é necessário que a Polícia Militar volte uma maior atenção para a questão dos fatores estressores na atividade ocupacional, devido ser um problema silencioso que pode se manifestar tanto fisicamente como mentalmente, pois a todo o momento, diante da pressão do serviço operacional, muitas vezes, pode causar danos irreversíveis a saúde do policial.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Conforme abordado nesta pesquisa pela entrevistas realizadas e coleta dos dados, pode-se constatar que o objetivo do proposto, ou seja analisar quais principais fatores ocasionam o estresse ocupacional em policiais militares de Goiânia, possui diversas causas e fatores.

A maioria dos entrevistados relatou ter algum sintoma físico ou psíquico ocasionado pelo serviço policial, o qual ocasionado por algum tipo de estressor no desígnio da função.

De acordo com os resultados analisados existem relato de diversos fatores geradores do estresse relacionado ao trabalho, dentre estes se tem como destaque as cargas horárias excessivas, onde grande maioria relatou que as grandes jornadas de trabalho, para cerca de 40% dos entrevistados está entre um dos maiores causadores de estresse as quais extrapolam, e na maioria das vezes ocasiona problemas mais severos por esta relacionado a um longo tempo sem descanso, com perda de sono, alimentação desregulada, e outros problemas.

Outros fatores apontados foram: baixa remuneração, cobrança excessiva por parte da população, apoio e orientação inadequada, falta de motivação.

Em relação aos sintomas muitos relataram quase nunca procuram ajuda medica, ou notifica alguém sobre o que está o acometendo, o qual na maioria das vezes nem a própria família fica a par da situação, guardando aquilo só para si próprio. E pela pessoa na maioria das vezes não busca apoio ou acompanhamento acaba ocasionando outros problemas, seja familiar ou para própria corporação.

E é importante ressaltar que além de afetar a saúde física mental, relacionamento familiar, afeta também dentro da organização, pois seja pelo absenteísmo, baixa produtividade, desmotivação, o que gera gastos indesejáveis e problemas para outros que fazem parte daquele ambiente.

O estresse não é algo que surgiu de uma hora para outra ou agora, o reconhecimento em relação aos efeitos que ele provoca nos indivíduos como também em relação ao ambiente ao qual está inserido é o que se pode considerar como algo novo. Muitos relataram que melhoras de cargo horaria, reconhecimento remuneratório e outros fatores seria uma maneira de amenizar tal problema.

Contudo isso é importante para que se evitem problemas relacionados com o estresse ocupacional, além dos citados anteriormente, que haja um acompanhamento mais próximo em relação a médicos, psicólogos, terapeutas, estes que atuem com uma relação de reconhecimento de possíveis profissionais que estejam passando por problemas emocionais, estressores, além de palestras com profissionais capacitados, falando de sinais e sintomas, e complicações do estresse na função cotidiana.

Portando a importância que essa pesquisa gera para instituição é que existam mudanças nas atividades policiais, sendo exercidas de forma quês se tenha

uma maior relação com benefícios para os policiais, pois visa chamar a atenção da Polícia Militar do Estado de Goiás (PMGO) em relação às melhorias das políticas de saúde e bem estar de todos os seus servidores. Ficando assim como dica para uma maior atenção para estes profissionais.

## REFERÊNCIAS

Amador, S.F. **Trabalho, sofrimento e violência: O caso dos policiais militares.** In: J. C. Sarriera, Psicologia comunitária: Estudos atuais. Porto Alegre: Sulina. (2000)

BATISTA, et al. **Transtornos psicológicos/saúde mental na PMGO: abordagem necessária de alguns aspectos importantes.** 32 f Trabalho Técnico- Científico {especialização} - Polícia Militar do Estado de Goiás Goiânia-GO, 2011.

CALANZAS, M. E. Resenha. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 26, n. 1, p. 206-211, jan. 2010. <https://www.scielo.org/pdf/csp/2010.v26n1/206-208>

DANTAS, M. A. et al. **Avaliação de estresse em policiais militares.** Psicol. teor. prat., São Paulo , v. 12, n. 3, p. 66-77, mar. 2010 . Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-36872010000300006&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872010000300006&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 17 fev. 2018.

DICIONARIO AURELIO, 2016-09-24, revisado em: 2017-02-27. Disponível em: <<https://dicionariodoaurelio.com/estresse>>. Acesso em: 17 Feb. 2018

FELIX, Y. T. M. **Envelhecimento e aposentadoria por policias rodoviários.** Psicologia & Sociedade, Belo Horizonte, v. 25, n. 2, p. 420-429, 2013

FERNANDES, S. R. et al, **Organização e condições de trabalho em telemarketing: repercussões na saúde psíquica dos trabalhadores.** Bahia: Departamento de Psicologia/ UFBA, 2000.

GREENBERG, J. S. **Administração do estresse.** 6. ed. São Paulo: Manole, 2002. Disponível em:[http://www.adpf.org.br/adpf/admin/painelcontrole/materia/materia\\_portal.wsp?tmp.edt.materia\\_codigo=7481&tit=Viol%Eancia-contra-policiais-um-problema-governamental-ou-social?#.Woiwk\\_k97IV](http://www.adpf.org.br/adpf/admin/painelcontrole/materia/materia_portal.wsp?tmp.edt.materia_codigo=7481&tit=Viol%Eancia-contra-policiais-um-problema-governamental-ou-social?#.Woiwk_k97IV). Associação nacional dos delegados de policia federal

Marcos C.H et al. **Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira.** <https://www.scielo.org/article/rpsp/2007.v21n4/217-222/>

Maria C. de S. Minayo.et al. **Riscos percebidos e vitimização de policiais civis e militares na (in)segurança pública.** Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 23(11):2767-2779, nov, 2007. <http://www.scielo.br/pdf/csp/v23n11/23.pdf>

MIRIAM, T. B. N Belém. **Segurança Pública.** Fórum. p. 26-27.

OLIVEIRA, et al. **Percepção da saúde mental em policiais militares da força tática e de rua.** Sociologias, Porto Alegre, ano 2012, 2010, p. **224-250** 201 O.

OLIVEIRA, P. L.M et al,. **Estresse e comprometimento com a carreira em policiais militares.** Bol. psicol, São Paulo , v. 59, n. 131, p. 153-166, dez. 2009

OLIVEIRA, R. J.;et al. **Estresse do profissional de saúde no ambiente de trabalho: causas e consequências.** Caderno Saúde e Desenvolvimento, Curitiba, v. 3, n. 2, jul./dez. 2014.

**ANEXOS****QUESTIONÁRIO TCC ESTRESSE OCUPACIONAL**

- 1- A atividade policial causa estresse?
- a) Sim ( )
  - b) Não ( )
  - c) Às vezes ( )
- 2 - O número de horas trabalhando em relação remuneração pode ser um dos principais motivos do estresse ocupacional?
- a) Sim ( )
  - b) Não ( )
- 3 - Existe um desequilíbrio entre as pressões enfrentadas na atividade policial e os recursos para lidar com a mesma?
- a) Sim ( )
  - b) Não ( )
- 4 - Em relação a produtividade, o estresse ocupacional pode diminuir desempenho?
- a) Sim ( )
  - b) Não ( )
- 5 - Com qual frequência procura atendimento médico?
- a) Sempre ( )
  - b) Às vezes ( )
  - c) Nunca ( )
- 6 - Como anda o nível de irritabilidade e intolerância para lidar com a população?
- a) Bom ( )
  - b) Mais ou menos ( )
  - c) Ruim ( )
- 7-Quais das medidas a seguir você acha mais eficaz para evitar o estresse ocupacional?
- a) Diminuição carga horária ( )
  - b) Melhor remuneração ( )
  - c) Acompanhamento da Instituição ( )

