

ESTRESSE DOS POLICIAIS MILITARES DO 17º BATALHÃO EM ÁGUAS LINDAS DE GOIÁS

**STRESS OF MILITARY POLICIES
OF THE 17th BATTALION IN ÁGUAS LINDAS DE GOIÁS**

ARAGÃO, Júlio César Pinto ¹
RODRIGUES, Weslei De Lima Nascimento ²

RESUMO

O trabalho policial militar exige muito do profissional que deve saber lidar com várias adversidades no seu cotidiano, mantendo o controle da agressividade mesmo em situações de extremo risco. A extensa jornada de trabalho e o serviço noturno são características que naturalmente desgastam os trabalhadores. Esse tipo de atividade leva o policial a receber cargas de estresse muito altas que podem influenciar negativamente em seu trabalho ou até mesmo em seu convívio familiar. Neste artigo será analisado através de questionários que combinam perguntas abertas e fechadas, sendo representado através de gráficos e textos, as principais causas e consequências do estresse nos policiais militares desse batalhão e o que eles fazem para tentar combater este problema. Com a pesquisa deste artigo foi possível identificar melhor a percepção dos policiais em relação aos sintomas de estresse no seu ambiente de trabalho. Essa informação pode ser usada para melhorar a qualidade de vida do policial, refletindo em um melhor atendimento à sociedade.

Palavras-chave: Artigo Científico; Estresse; Polícia Militar.

ABSTRACT

Military police work requires a great deal of physical and mental effort from the professional who must know how to deal with various adversities in their daily lives, while maintaining control of aggression even in extreme risk situations. The long working day and the night service are characteristics that naturally wear out the workers. This type of activity leads the police to receive very high stress loads that can negatively influence their work or even their family life. This article will be analyzed through questionnaires that combine open and closed questions, being represented through graphs and texts, the main causes and consequences of stress in the military police of this battalion and what they do to try to combat this problem. With the research of this article it was possible to identify better the perception of the policemen in relation to the symptoms of stress in their work environment. This information can be used to improve the quality of life of the police officer, reflecting a better service to society.

Keywords: Scientific Article; Stress; Military police.

¹ Aluno do Curso de Formação de Praças do Comando da Academia de Polícia Militar de Goiás - CAPM, julio_cesararagao@hotmail.com; Águas Lindas - GO, Março de 2018.

² Professor orientador: Pós Graduado em Segurança Pública, Professor do Programa de Pós-Graduação e Extensão do Comando da Academia de Polícia Militar de Goiás - CAPM, wesleilimaiberf@hotmail.com; Águas Lindas - GO, Março de 2018.

1 INTRODUÇÃO

Este trabalho tem como objetivo analisar quais os motivos causadores de estresse percebidos pelos policiais militares do 17º BPM em Águas Lindas de Goiás e como eles lidam com isso no seu dia a dia. Tais profissionais estão submetidos a um sistema militar que é rígido em relação aos princípios da hierarquia e disciplina e a profissão policial leva o indivíduo a se deparar com as situações mais complexas, insalubres e perigosas possíveis com certa frequência, principalmente quando se trata dos que vão para a rua, o que é a maioria dos casos que trabalham na viatura diária, geralmente acompanhado de mais um colega de serviço. Estes fatores da rotina policial acabam contribuindo para que ocorra o estresse.

Buscando os conceitos dos autores e a visão dos policiais é que este trabalho se baseia, procurando saber pessoalmente quais os fatores que são estressantes, analisando quais destes são mais frequentes e se este estresse acaba influenciando na vida pessoal ou na própria saúde física e mental deles, pois a própria família pode acabar sofrendo com as dificuldades enfrentadas por estes profissionais.

É certo que o estresse é recorrente em muitas profissões das mais variadas áreas, porém os profissionais de segurança pública são sujeitos a diversos fatores externos e internos que são únicos desta área de atuação que acabam pesando sobre a carga emocional de uma forma diferente se comparado aos outros trabalhadores. O estresse pode influenciar diretamente na atividade profissional do agente e conseqüentemente na prestação de serviço do Estado em relação a segurança pública pois com seus profissionais sem uma boa saúde mental, o próprio governo não terá uma boa mão de obra para lidar com a proteção da sociedade.

A Polícia Militar é encarregada de cuidar da preservação e manutenção da ordem pública, trabalhando de maneira ostensiva e preventiva a fim de manter a ordem e a paz social, mesmo que isso coloque em risco a integridade física ou a vida dos policiais. A instituição tem ciência de que há uma carga de estresse nas atividades, por isso que quando há o concurso, umas das fases é o teste psicológico onde tentam remover quem aparentemente não terá condições de suportar tais cargas.

Águas Lindas de Goiás é um cidade de tamanho médio do entorno do Distrito Federal que já foi considerada uma das mais violentas do País, porém hoje em dia a violência está mais controlada se comparado com antigamente e com outras cidades do entorno que registram índices de crime bem maiores. Apesar da violência ter diminuído, ainda há manchas criminais em certos setores que dão trabalho para a policia.

O trabalho de conclusão de curso será dividido da seguinte forma: primeiro serão pesquisados conceitos relacionados ao tema proposto; segundo será feita uma pesquisa através da metodologia de questionários abertos e fechados, onde os policiais poderão informar o que os estressa e quais consequências decorrentes disto eles tem percebido em suas vidas; e por fim serão expostos os dados colhidos e analisados de acordo com os dados coletados e o material teórico pesquisado.

Esta será uma forma de se estudar melhor o estresse ocupacional no ambiente de trabalho policial, percebido pelos homens e mulheres que atuam na área de segurança pública da cidade. É de se esperar que após a conclusão, os profissionais alvos da pesquisa possam ter uma visão macro do assunto, compreendendo se o que passam é algo pessoal, ou se seus colegas também enfrentam situações similares.

2 REVISÃO DE LITERATURA

O conceito de estresse foi definido pela primeira vez como sendo “um conjunto de reações que o organismo desenvolve ao ser submetido a uma situação que exige esforço para adaptação.” (SELYE, 1936, p. 126).

Assim também pode-se chegar a uma definição inicial de estresse como sendo:

Uma resposta estereotipada, super agregada aos efeitos específicos provocados em cada agente (que promovem ações específicas tais como infecções, intoxicações, traumas, emoções, frio, calor, fadiga muscular, irradiações, etc.), representando as manifestações somáticas e inespecíficas do sofrimento ou stress sistemático. (SELYE, 1954, p. 336).

Juliana Silva (2010) finda que pode-se entender como estresse as situações onde o trabalhador entende o ambiente ocupacional que convive como ameaçador às suas vontades de realização profissional e pessoal e à sua saúde mental ou física, assim se prejudica a interação dessa pessoa com o trabalho ao ponto de que as demandas vão aumentando de tal forma, que esta pessoa não tenha os recursos apropriados para enfrentá-las.

De acordo com Holmes (1976), os estressores são determinados através de qualquer demanda social ou interna, que requisita uma mudança no padrão de comportamento do indivíduo ao qual o mesmo já estava se habituado. Cada ser humano tem uma certa quantidade de energia de adaptação que é limitada. Durante um período de estresse prolongado, a pessoa fica vulnerável ao surgimento de doenças, pois talvez tenha ultrapassado o limite da reserva de energia que tinha, ocorrendo assim uma instabilidade orgânica como resposta às interferências internas e externas.

Segundo Botega (1993) a saúde, o bem estar físico e mental no trabalho tem sido analisado nos últimos anos pelos pesquisadores mediante o conceito de estresse. Geralmente as instituições e os trabalhadores não andam tendo muito cuidado com a saúde dos trabalhadores especialmente quando se trata de saúde mental.

Os principais motivos causadores do estresse dentro do contexto ocupacional, se dão devido a sobrecarga de tarefas; falta de estímulos positivos; ruído em excesso; alteração da rotina do sono; falta de perspectivas futuras; mudanças constantes nas atividades; mudanças determinadas pela empresa; mudanças devido a novas tecnologias implantadas; mudanças auto-impostas e a ergonomia (BALLONE, 2008).

Segundo o dicionário Michaelis (2018) em termos da medicina o estresse pode ser definido como o " estado físico e psicológico provocado por agressões que excitam e perturbam emocionalmente o indivíduo, levando o organismo a um nível de tensão e desequilíbrio, em consequência do aumento da secreção de adrenalina; estrição."

Lazarus (1993, p. 1-21), define a palavra estresse de acordo com quatro pressupostos que precisam ser observados: 1) Um estressor proveniente de um agente causal interior; 2) uma avaliação que traz a diferença dos tipos de estresse (desafio, ameaça, dano); 3) os processos de esforço cognitivo em que as pessoas usam para lidar com as situações de estresse; 4) um padrão complicado de efeitos no corpo ou na mente, que se refere com frequência como a reação do estresse.

Dejours (2007) aborda questões relacionadas à carga física e mental afirmando que no momento em que o peso psicológico do trabalho se eleva demais, torna-se fonte de tensão e desprazer, virando assim fadiga, astenia e outras patologias.

Amauri Nascimento em sua pesquisa, afirma o seguinte sobre o ambiente de trabalho:

[...] o meio ambiente do trabalho é, exatamente, o complexo máquina-trabalho: as edificações do estabelecimento, equipamentos de proteção individual, iluminação, conforto térmico, instalações elétricas, condições de salubridade ou insalubridade, de periculosidade ou não, meios de prevenção a fadiga, outras medidas de proteção ao trabalhador, jornadas de trabalho e horas extras, intervalos, descansos, férias, movimentações, armazenagem e manuseio de matérias que forma o conjunto de condições de trabalho, etc. (NASCIMENTO, 1999, p.583)

No campo da psicologia e do estresse sempre deve ser mencionada a Síndrome de Burnout que é bem capaz de atingir a população policial devido as situações que os mesmos enfrentam no dia a dia. Burnout tem como uma das melhores e mais bem aceitas definições percorrida por Maslach (1986) que caracteriza a síndrome em três principais aspectos: despersonalização, exaustão emocional e redução da realização pessoal e profissional. A despersonalização se caracteriza pelo distanciamento emocional do profissional com as pessoas que tenham algum contato com ele e com as atividades e tarefas que o mesmo

desempenha, onde é frequente a frieza, a indiferença e a insensibilidade em relação ao trabalho, com atitudes e sentimentos negativos. Na exaustão emocional, o profissional tem uma sensação de esgotamento físico, falta de energia junto a uma sensação de que não poderá se recuperar mais (MASLACH, 1986).

A realização pessoal e profissional de quem sofre com a Síndrome de Burnout fica excessivamente comprometida causando assim frustração. O seu trabalho perde o sentido e fica uma situação onde o profissional não se adéqua ao que faz. Isso traz a tona uma consequência onde a auto-estima do trabalhador fica muito baixa, o que pode levá-lo a um estado de depressão (LIMONGI-FRANÇA, 2002).

O estresse, assim como outros problemas de saúde mental estão entre as maiores causas que contribuem para o aparecimento de várias doenças e disfunções entre a população de trabalhadores, assim surgem consequências que além dos distúrbios relacionados à saúde, há custos crescentes e que afetam as organizações privadas e do estado de maneira geral. (LEVI, 2005).

No Brasil ainda há poucos estudos sobre o trabalho da polícia militar, havendo limitações que podem ser devido a dois principais fatores, o primeiramente seria a interferência histórica militar que não divulga as práticas destes servidores; e segundo seria pelo fato dos princípios do militarismo de disciplina e hierarquia que estimam pela preservação dos interesses da corporação assim impossibilitando que haja transformações que acompanhem a evolução da sociedade (SILVA & VIEIRA, 2008).

Costa M (2007) disse que a profissão do policial militar é uma profissão de alta periculosidade devido a eles enfrentarem a brutalidade, a violência e a morte em seu cotidiano. Os livros indicam que os policiais pertencem a uma das categorias profissionais que mais tem contato com o estresse, pois constantemente ficam expostos ao perigo, tendo o dever de interferir nas situações de bastante conflito e tensão.

Conforme Amador (2000), há um aspecto muito relevante no trabalho da polícia que é a falta de reconhecimento da sociedade, o que gera na maioria deles um sentimento de que são inúteis, ficando frustrados e improdutivos, assim os profissionais da área acabam arriscando a própria vida em prol de pessoas que não dão valor ao seu trabalho.

A qualidade de vida no trabalho trata-se de se preocupar com o bem estar, a felicidade e a saúde do trabalhador enquanto ele está no desempenho de suas atividades funcionais, isso engloba tanto aspectos físicos quanto psicológicos do ambiente de trabalho, e é fundamental a manutenção desta qualidade para que o profissional desenvolva suas tarefas da maneira mais eficiente possível (CHIAVENATO, 2004).

Kirschman (2007), constata que o trabalho em turnos afeta a maneira em que a família funciona normalmente, tirando o policial do modelo de trabalhador comum, que sai de manhã e volta à noite diariamente. Assim esse regime de trabalho irregular traz a necessidade da utilização de métodos não muito comuns para arrumar a rotina, de modo que o policial consiga cumprir tarefas rotineiras do lar e manter um contato adequado com a família. Além disso a autora ainda afirma que o uso de estimulantes, sedativos e álcool está mais associado ao período de trabalho noturno.

De acordo com o Conselho Federal de Psicologia (2009), os profissionais de segurança pública, mais especificamente os policiais civis e militares, usam tranquilizantes todos os dias ou todas as semanas, um número quase seis vezes maior comparado com a média da população brasileira que não costuma utilizar tais substâncias com tanta frequência. Isso demonstra a demanda que os policiais tem para aliviar o estresse de alguma forma.

O trabalho em turnos da atividade policial é muitas vezes associado a problemas de saúde, tanto físico quanto mental, principalmente nos casos de turnos alternados, dessa forma se prejudicam as funções relacionadas ao ciclo circadiano do trabalhador, que é o ciclo de aproximadamente vinte e quatro horas onde naturalmente se baseia o ciclo biológico de praticamente todos os seres vivos (SELLIGMANN-SILVA, 1994).

3 METODOLOGIA

Este artigo procura analisar o estresse ocupacional dos policiais militares que pertencem ao 17º BPM, buscando os motivos e as consequências percebidos por eles durante o cotidiano no trabalho.

O batalhão conta com 182 policiais onde 11% (20 PMs) serão entrevistados através de questionários impressos em folha A4 com perguntas abertas e fechadas, sendo entregues e recolhidos pessoalmente. Os questionários são respondidos de forma anônima para haver uma maior sinceridade nas respostas.

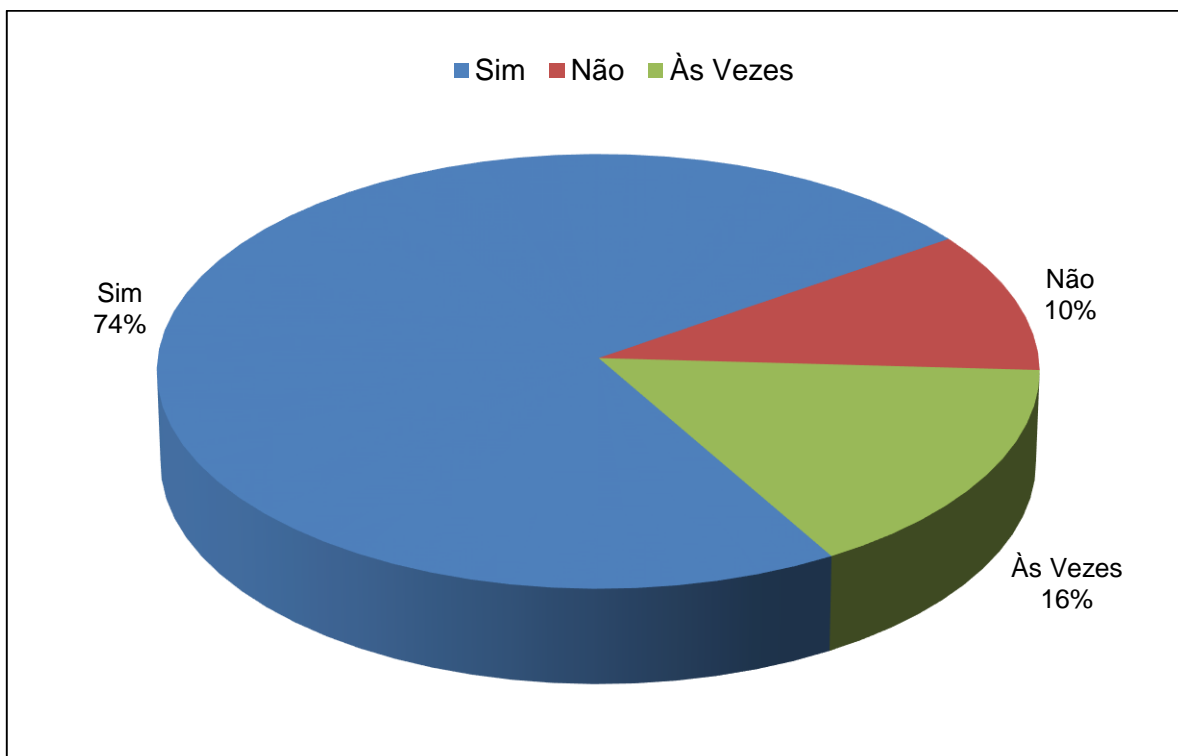
Os dados colhidos serão analisados e expostos no artigo através de gráficos e porcentagens para uma melhor visualização do pensamento majoritário, assim podendo chegar a uma conclusão de quais os principais problemas enfrentados pelos policiais em relação ao estresse.

O questionário foi testado com três policiais que trabalham em serviço de rua, onde levaram de cinco a dez minutos para responder todas as perguntas. Vale ressaltar que não há dados pessoais a serem preenchidos, apenas perguntas focadas no objetivo real da pesquisa.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

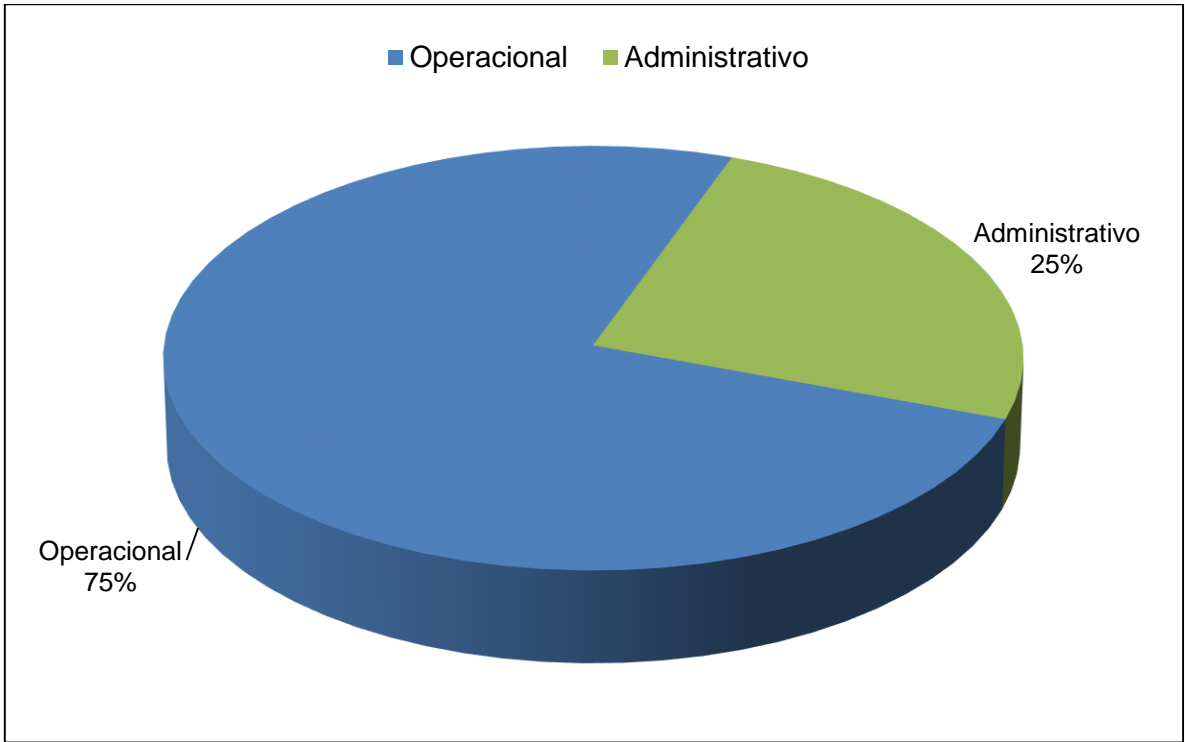
Após a aplicação dos questionários, foi possível chegar nos seguintes resultados em relação à percepção dos policiais militares do 17º BPM mediante o estresse ocupacional, suas consequências e a forma como tais profissionais lidam com este problema tão recorrente na profissão.

Gráfico 1: Os policiais acham o serviço estressante?



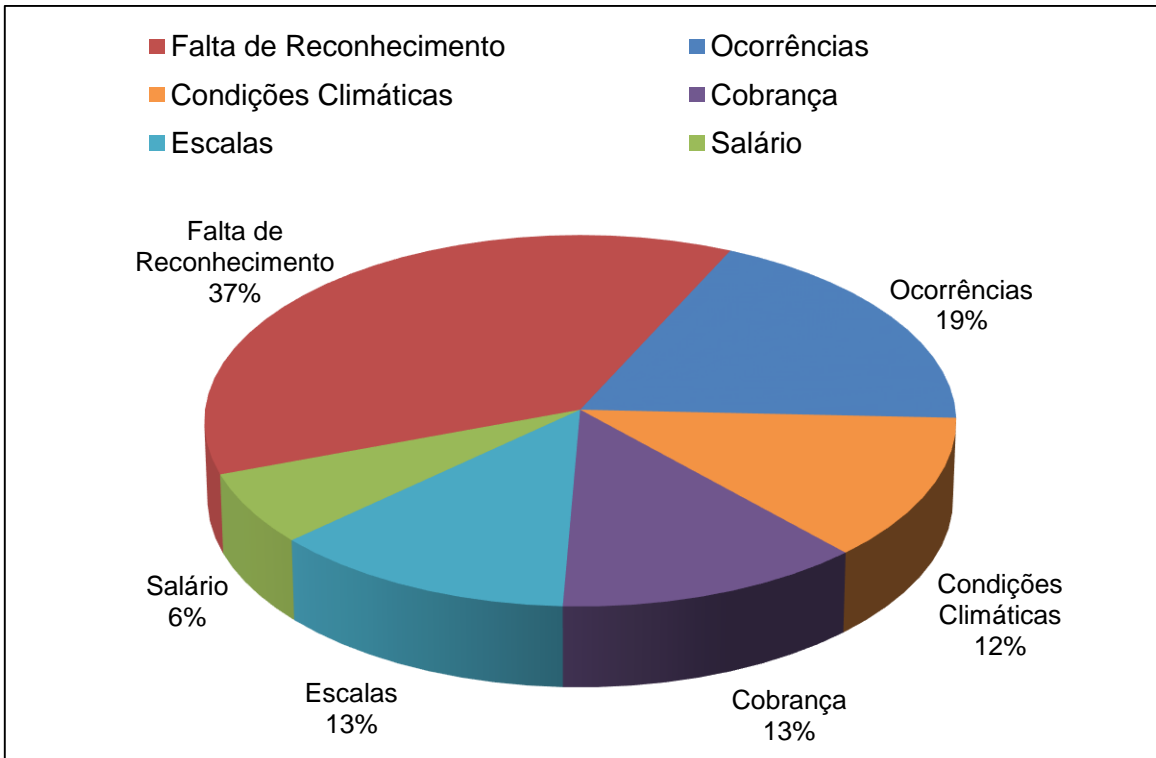
Fonte: Júlio César Pinto Aragão (2018).

Gráfico 2: Área de atuação dos entrevistados



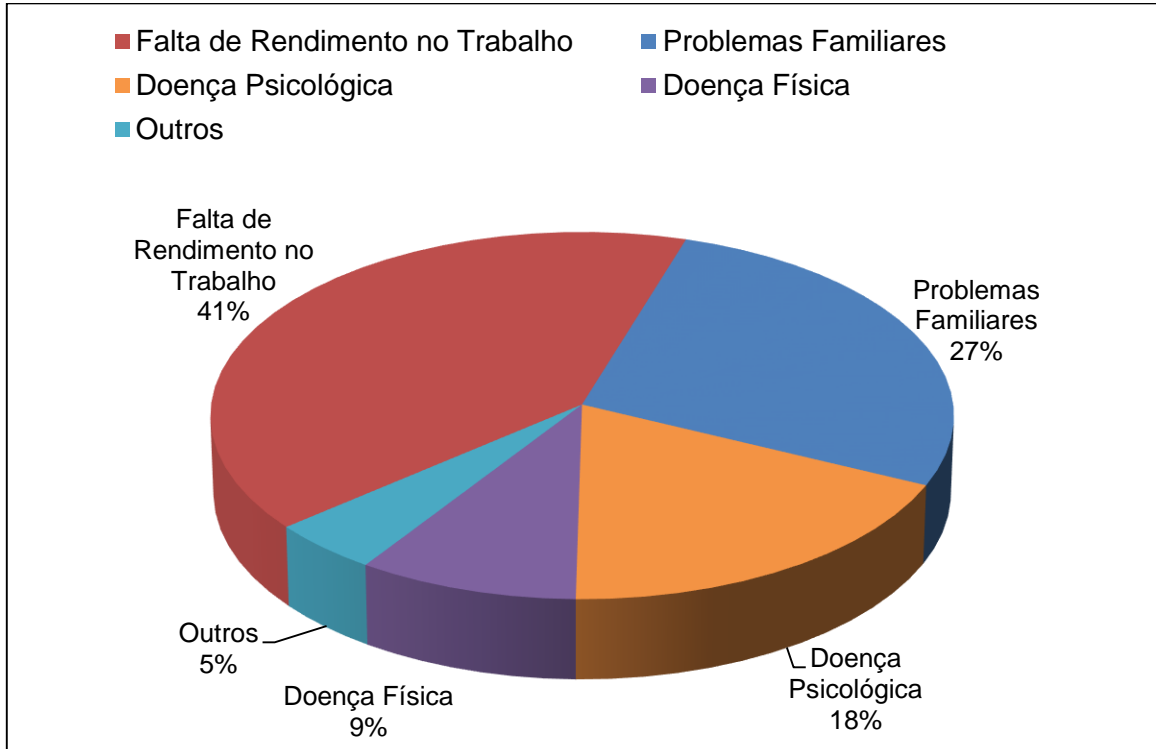
Fonte: Júlio César Pinto Aragão (2018).

Gráfico 3: O que mais estressa os policiais no serviço



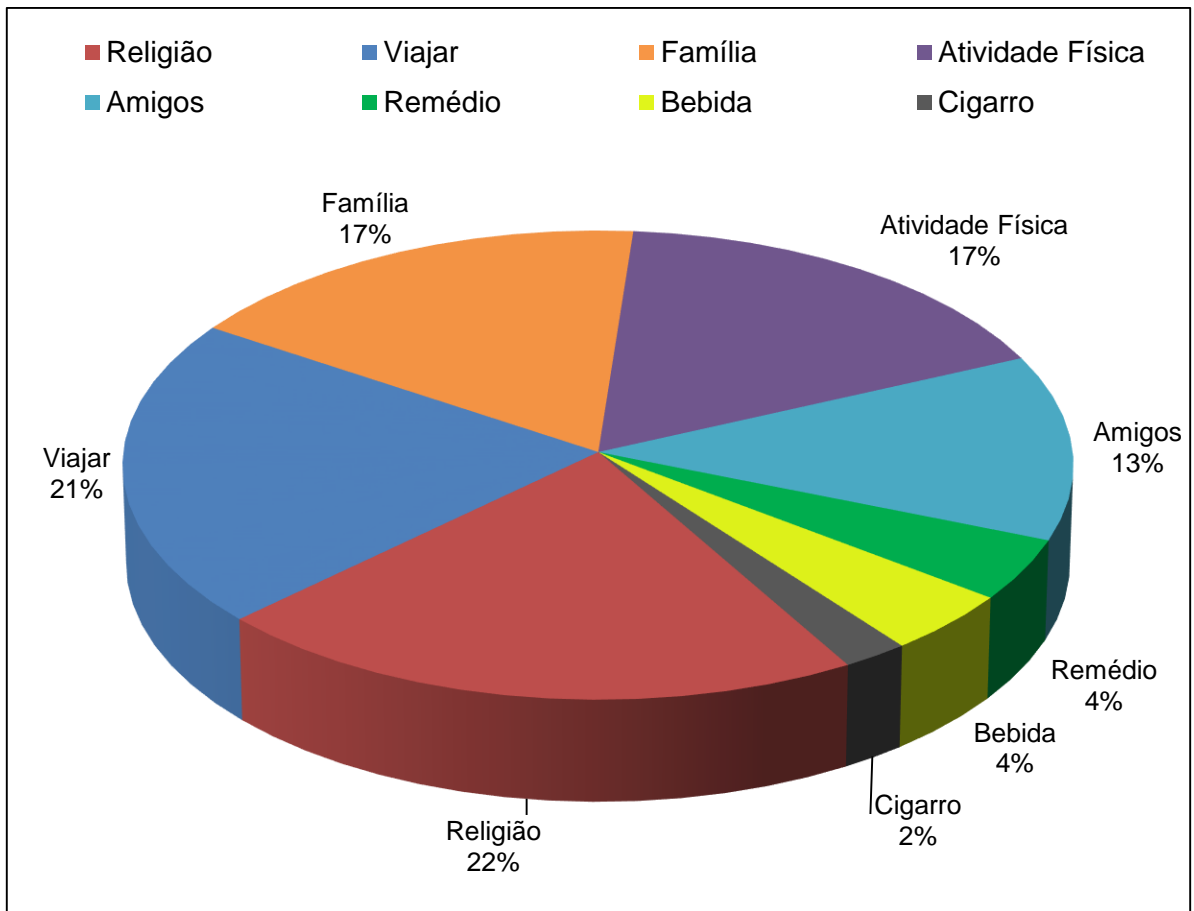
Fonte: Júlio César Pinto Aragão (2018).

Gráfico 4: Consequências do estresse na vida dos policiais



Fonte: Júlio César Pinto Aragão (2018).

Gráfico 5: O que os policiais fazem para aliviar o estresse?



Fonte: Júlio César Pinto Aragão (2018).

A maioria dos policiais percebem o estresse no seu dia a dia, exceto uma pequena parcela que não vê a profissão como algo estressante ou só ficam estressados de vez em quando.

Foram entrevistados três vezes mais policiais da área operacional do que da área administrativa, pois a atividade fim da polícia é a ostensividade, não sendo menos importante a administração que conduz toda a organização. Assim a maioria ficou com os policiais do operacional por ter mais efetivo de pessoas nessa área de atuação.

A falta de reconhecimento foi o fator mais indicado como estressante. Em seguida foram identificados aproximadamente na mesma proporção as ocorrências, as condições climáticas, a cobrança e as escalas. Por fim, dos itens apresentados, o salário foi o menos indicado como fator de estresse na vida dos policiais.

Os policiais da área administrativa apontaram em sua maioria que as escalas e a falta de reconhecimento são os maiores fatores de estresse em seus serviços.

A maior consequência percebida, sendo recorrente em quase metade das respostas, foi a falta de rendimento no trabalho, logo em seguida foram indicados problemas familiares em 27% dos entrevistados. Doenças psicológicas foram duas vezes mais citadas do que doenças físicas.

Os motivos das doenças citados foram:

- Hipertensão
- Depressão
- Estresse
- Ansiedade
- Problemas na coluna

Também houve outras consequências do estresse citadas por escrito no questionário:

- "Chegar atrasado em qualquer lugar"
- "Descontar a raiva em quem não merece"
- "Vontade de ficar só"

Pode-se perceber nas respostas que a maioria dos policiais buscam conforto na religião e em viagens, vindo em seguida a família, a atividade física, os amigos e uma pequena parcela

busca ajuda com remédio e bebida, sendo a menor porcentagem a de quem usa o cigarro. Não foram citados outros meios de alívio além dos que constam no questionário.

5 COSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho possibilitou obtermos um maior entendimento sobre a percepção dos policiais militares em relação ao estresse ocupacional em seu dia a dia.

Após a aplicação dos questionários nos corredores do batalhão, foi possível analisar quais são os fatores mais estressantes, quais suas consequências e o que os policiais fazem para aliviar tal carga emocional.

Como era de se esperar devido a pesquisa da revisão de literatura mostrada na primeira parte do trabalho, a grande maioria dos policiais percebem o estresse no seu dia a dia, exceto uma pequena parcela que por algum motivo não vê a profissão como algo tão estressante.

O fator mais apontado como estressante foi a falta de reconhecimento, que foi um dos pontos citados na revisão, porém não foi possível saber se isso parte da população, da própria instituição ou de ambos, em uma próxima pesquisa seria interessante abordar essa questão.

Nesse ponto a falta de rendimento do trabalho pode estar diretamente ligada à falta de reconhecimento pois a consequência disso é o sentimento de inutilidade e frustração por estarem trabalhando em prol de pessoas que não valorizam seu trabalho.

As ocorrências, condições climáticas e cobranças estão mais ou menos no mesmo nível como fatores estressantes, porém esses itens são coisas naturais que a atividade policial acaba gerando devido a sua atividade fim que é a ostensividade.

Hábitos saudáveis são notáveis neste batalhão pois os policiais buscam conforto e alívio em sua maioria na religião, na família e amigos e em viagens. Isso é bom pois são coisas que não trazem consequências futuras que podem piorar ainda mais a situação do policial.

REFERÊNCIAS

AMADOR, S. **Trabalho, sofrimento e violência: O caso dos policiais militares.** Porto Alegre: Sulina, 2000.

BALLONE, G. **Estresse e Trabalho**. Disponível em:
<<http://psiqweb.net/index.php/estresse-2/estresse-e-trabalho/>>. Acesso em: 19 jan. 2018.

BOTEGA, N.; DALGALARRONDO, P. **Saúde mental no hospital geral: espaço para o psíquico**. São Paulo: Hucitec, 1993.

CHIAVENATO, I. **Gestão de pessoas: e o novo papel de recursos humanos nas organizações**. 2.ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2004.

COSTA, M. *et al.* **Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira**. Disponível em:
<https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/rpsp/v21n4/04.pdf>. Acesso em: 16 jan. 2018.

DANTAS, M. *et al.* **Avaliação de estresse em policiais militares**. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872010000300006&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 15 jan. 2018.

DEJOURS, C. **Psicodinâmica do trabalho: contribuições da escola dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho**. São Paulo: Atlas, 2007.

FERNANDO, C. *et al.* **Sob fogo cruzado: o impacto do trabalho policial militar sobre a família do policial**. Disponível em:
<<http://www.uacm.kirj.redalyc.org/articulo.oa?id=115020838003>>. Acesso em: 22 jan. 2018.

LAZARUS, S. **From psychological stress to the emotions: A history of changing outlooks**. Palo Alto: Annual Review, 1993, 1-21 p.

LEVI, L. **O guia da Comissão Européia sobre stress relacionado ao trabalho e iniciativas relacionadas: das palavras à ação**. São Paulo: Atlas, 2005.

LIMONGI, F. **Stress e trabalho: Uma abordagem psicossomática**. São Paulo: Atlas, 2002, 54-71 p.

MASLACH, C. **Maslach Burnout Inventory**. 2. ed. Palo Alto: Consulting Psychologist Press, 1986.

NASCIMENTO, A. **A defesa Processual do Meio Ambiente do Trabalho**. São Paulo: Revista LTr, 1999.

SELYE, H. **Stress: A tensão da vida**. São Paulo: IBRASA, 1959.

SELIGMANN, S. **Desgaste mental no trabalho dominado**. Rio de Janeiro: Cortez Editora, 1994, 324 p.

SILVA, J. **Estresse ocupacional e suas principais consequências**. Disponível em: <http://www.avm.edu.br/docpdf/monografias_publicadas/k213171.pdf>. Acesso em: 16 jan. 2018.

SILVA, M. (2008). **O processo de trabalho do militar estadual e a saúde mental. Saúde e Sociedade**. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/sausoc/v17n4/16.pdf>>. Acesso em: 15 jan. 2018.

APÊNDICE

QUESTIONÁRIO

- Pode marcar quantas alternativas forem necessárias.
 - As respostas são anônimas
- 1) Você considera o seu serviço estressante?
 - a) Sim
 - b) Não
 - c) Às Vezes

 - 2) Qual sua Área de Atuação?
 - a) Operacional
 - b) Administrativo
 - c) Outro: _____

 - 3) O que mais estressa você no serviço?

- a) Escalas
- b) Salário
- c) Colegas
- d) Cobrança
- e) Condições Climáticas
- f) Ocorrências
- g) Falta de Reconhecimento
- h) Outros: _____

4) Quais as consequências do estresse na sua vida?

- a) Problemas Familiares
- b) Falta de Rendimento no Trabalho
- c) Doença Física: _____
- d) Doença Psicológica: _____
- e) Outros: _____

5) O que você faz para aliviar o estresse?

- a) Religião
- b) Família
- c) Remédio
- d) Bebida
- e) Cigarro
- f) Atividade Física (Esporte, Musculação)
- g) Vídeo Game
- h) Outros: _____



Estado de Goiás
Secretaria de Estado da Segurança Pública
Polícia Militar
17º Comando Regional



Ofício n.º s/nº - 17º CRPM

Águas Lindas de Goiás – GO, 30 de abril de 2018.


Ao Senhor:
Carlucio Coppolla Mendes - Tenente Coronel PM
Águas Lindas de Goiás - GO

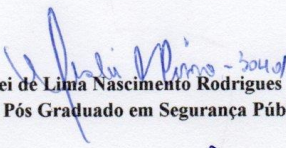
Assunto: solicitação

Senhor Comandante,

Cumprimentando-o cordialmente, em virtude do trabalho de conclusão de curso – TCC – que compõe a grade curricular dos alunos do CFP 2017, que ora ocorre neste Grande Comando, solicito autorização para desenvolver uma pesquisa empírica de cunho exploratório com o objetivo de verificar a percepção dos policiais militares do 17º BPM quanto ao estresse ocupacional. A pesquisa será feita por meio de questionário estruturado, no qual os policiais responderão de forma objetiva às perguntas realizadas.

Respeitosamente,


Júlio César Pinto Aragão
ALSDPM


Westlei de Lima Nascimento Rodrigues
SGT PM Pós Graduado em Segurança Pública

Recebido em
03/05/18
Sgt J. S. Silva
201360