

**ALGUNS FATORES QUE INTERFEREM NA QUALIDADE DE VIDA DO
PROFISSIONAL DE SEGURANÇA PÚBLICA: UMA REVISÃO CONCISA**
SOME FACTORS INTERFERING IN THE QUALITY OF LIFE OF THE PUBLIC
SAFETY PROFESSIONAL: A CONCISE REVIEW

FREITAS, Lucio Faria Alves ¹
SILVA, Davi Rodrigues da ²

RESUMO

Em virtude do contexto cada vez mais dinâmico e competitivo da sociedade moderna, o trabalho ocupa tempo significativo no escopo dos seres humanos da atualidade. São os aspectos presentes na rotina de trabalho que influenciam diretamente o desempenho de cada trabalhador. No que se refere a qualidade de vida de Policiais, a vivência constante com a violência e o risco de morte, além das cargas excessivas de trabalho, são fatores que causam estresse e comprometem o estilo de vida. De acordo com essa perspectiva, foi realizada uma revisão literária baseado em 06 artigos que abordam pesquisas realizadas com Profissionais Policiais, de modo a identificar fatores que afetam a qualidade de vida dessa população. Dentre os desafios inerentes a profissão exercida foram detectados fatores como sobrecarga de trabalho, condições estressoras diárias relacionadas a atividade policial, baixos salários, falta de reconhecimento e estrutura de serviço, vínculo com atividade extra de trabalho para compor a renda familiar, além de rigidez de hierarquia, sofrimento psíquico, físico e emocional. Com base no estudo é capaz de identificar a necessidade de intervenções que busquem promover a saúde física e mental desses profissionais, estimulando mudanças individuais/pessoais e institucionais, que se referem à organização do trabalho policial e dos serviços de atenção à saúde.

Palavras-chave: Qualidade de Vida. Segurança Pública. Estresse Ocupacional

ABSTRACT

Due to the increasingly dynamic and competitive context of modern society, work occupies significant time in the scope of human beings today. It is the aspects present in the work routine that directly influence the performance of each worker. With regard to the quality of life of police officers, constant living with violence and the risk of death, in addition to excessive workloads, are stressful factors and compromise lifestyle. According to this perspective, a literature review was carried out based on 06 articles that deal with research carried out with Police Officers in order to identify factors that affect the quality of life of this population. Among the challenges inherent to the profession were factors such as work overload, daily stress related to police activity, low salaries, lack of recognition and service structure, attachment to extra work to make up family income, and rigidity of hierarchy,

psychological, physical and emotional suffering. Based on the study, it is able to identify the need for interventions that seek to promote the physical and mental health of these professionals, stimulating individual / institutional changes that refer to the organization of police work and health care services.

Keywords: Quality of Life. Public security. Occupational Stress

1 INTRODUÇÃO

A atuação profissional dos agentes de segurança pública vêm se tornando cada vez mais fator de preocupação e estudo, seja no âmbito da prevenção e repressão de crimes, ou ainda, pelos desdobramentos que suas ações podem provocar. Diante deste contexto, o presente estudo pretende traçar algumas considerações acerca da atuação policial, que desempenha suas funções em ocorrências de alto risco, tendo como objetivo identificar fatores que interferem na qualidade de vida dos profissionais que exercem atividade policial militar, por meio do levantamento da produção científica relacionada a temática. Como objetivo específico, buscou-se verificar práticas e hábitos que influenciam para melhores condições de bem-estar e saúde dos profissionais policiais militares.

A segurança pública é tema de diversos debates em varias esferas do domínio público brasileiro em razão da sua importância no contexto atual. Apesar, da insegurança urbana, isolamento do cidadão em sua residência, crimes violentos, medo constante de violência, dentre outros, fazem parte do dia a dia da população.

A qualidade de vida pode ser descrita como o entendimento do ser humano acerca de sua posição na vida, no contexto cultural e sistemas de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas de vida, padrões e preocupações (THE WHOQOL GROUP, 1994, p.46).

Segundo Minayo, Hartz e Buss (2000), além da satisfação de necessidades básicas como alimentação, moradia, trabalho, saúde, lazer e educação, valores não materiais como

¹Aluno do Curso de Formação de Praças. Turma Charlie, Luziânia, do Comando da Academia da Polícia Militar de Goiás - CAPM, luciofaf@gmail.com;

² Professor orientador: Davi Rodrigues da Silva. Perito Criminal da Polícia Científica SPTC-GO. Comando da Academia da Polícia Militar de Goiás - CAPM, davirodrigues380@gmail.com, Goiânia – Go, Maio de 2018.

solidariedade, amor, inserção social, felicidade e realização pessoal compõem o conceito de qualidade de vida.

No entanto, Minayo (2000) ressalta que a ausência desses fatores dificulta o processo de desenvolvimento da qualidade de vida. A esse respeito, destaca-se em especial, a insegurança social, no que se refere à segurança pública, pois, cada vez mais, está ocorrendo um aumento da criminalidade, sobretudo nas regiões metropolitanas brasileiras.

Ademais, “no Brasil, a maioria da população condena a segurança pública, exatos 51%, consideram a situação da segurança pública como ruim ou péssima” (BRASIL, 2011). Isso se deve ao fato de que a população brasileira se sente insegura na maior parte do tempo, devido falta de sensação de segurança e aos crescentes números de roubos.

A atividade do Policial Militar é desgastante por lidar diretamente com ameaças e riscos diversos. Tais condições de trabalho geram dificuldades e favorecem o envelhecimento funcional e o absenteísmo.

O trabalho ocupa um percentual cada vez maior na vida da maioria das pessoas, isto devido ao mercado de trabalho, num contexto social cada vez mais dinâmico e competitivo. A rotina de trabalho pode influenciar diretamente com a qualidade de vida do indivíduo afetando assim o desempenho de cada trabalhador. Quando ocorre interferência de fatores negativos na vida do trabalhador pode ocorrer prejuízos como o estresse ocupacional. A estrutura e ritmo de trabalho, as pressões por resultados, rigidez de hierarquias, relações de equipe, além do desgaste inerente à profissão militar são alguns dos aspectos que atingem diretamente a saúde e bem estar do policial em si.

Percebe-se que estudos voltados a qualidade de vida policial militar são de suma importância devido o seu trabalho ser tão estressante e de muita importância para com a sociedade.

2 REVISÃO DE LITERATURA

O trabalho no decorrer da história, vem ocupando maior parte do tempo do ser humano (VASCONCELOS, 2001). O que inicialmente tinha por objetivo suprir suas necessidades básicas de subsistência, passa a ser o ponto central da vida do homem.

A organização do trabalho tem um papel fundamental para a saúde do trabalhador. Esse processo envolve não somente a divisão das tarefas entre os operadores, os ritmos impostos e os modos operários prescritos, mas sobretudo a divisão dos homens para garantir essa divisão de tarefas, representada pelas hierarquias, as repartições de responsabilidade e os sistemas de controle. Porém, quando essa organização entra em conflito com o funcionamento psíquico dos homens, nas situações em que não há mais possibilidade de adaptação, surge o sofrimento patogênico que necessita da criação de outras estratégias de proteção (DEJOURS, 1992).

Diante da situação criada pelo distanciamento do trabalhador em relação às suas novas atribuições no trabalho, vários pesquisadores como Maslow, McGregor, Herzberg, Mayo, entre outros, buscaram conhecer as condições que favoreceriam os trabalhadores a se identificarem com o trabalho. Dessa forma os primeiros estudos de qualidade de vida no trabalho surgem não necessariamente como uma preocupação com os trabalhadores, mas, como um processo da necessidade de maiores níveis de produção (OLIVEIRA, 2001).

Duas dimensões precisam ser analisadas, a primeira diz respeito a prática de vida no cotidiano, que são expressas por condutas e hábitos, alguns que comprometem negativamente à saúde contribuindo para o aumento das taxas de morbidade e mortalidade precoce, tais como, dieta excessivamente calórica, sedentarismo e consumo de álcool e de fumo; e, outros protetores: atividade física regular e dieta equilibrada (DELCOR, 2004); e, a segunda é a organização e o ambiente de trabalho que ocupam lugar de destaque na vida das pessoas, em razão do tempo que se dedica a atividade produtiva, com potenciais exposições às situações de riscos e aos processos de desgastes (MARTINS, 1995)

No que tange a qualidade de vida de Policiais, a vivência constante com a violência e o risco de morte além das cargas excessivas de trabalho são fatores que causam estresse e comprometem o estilo de vida.

Em estudo de Souza realizado na Escola Nacional de Saúde Pública, foi apresentado que os policiais são submetidos a sofrimento psíquico, considerado sob o ponto de vista do estresse a que são submetidos em seu trabalho, onde esse é entendido como o desequilíbrio entre as demandas do trabalho e a capacidade de resposta dos trabalhadores. O estudo demonstra que fatores estressores contribui para elevado número de afastamento ocupacional.

Num estudo de Souza *et al.* (2005) aborda que a sobrecarga física e emocional vivenciada pelos policiais militares ocorre devido a ao aumento da violência, exigindo assim políticas mais eficazes de segurança pública. Além disso, as precárias condições de trabalho afetam no desempenho desses profissionais, que, além de lidarem com pressões da sociedade por um policiamento eficiente, afetam sua saúde, gerando desgaste, insatisfação e provocando estresse e sofrimento psíquico.

“A expressão Qualidade de Vida no Trabalho surgiu na Inglaterra, no início da década de 50, através de estudos de Eric Trist e alguns colaboradores (1951), baseando-se no trinômio: indivíduo, trabalho e organização”. (CAÑETE, 2004)

Atualmente o setor empresarial já reconhece que é necessário criar condições adequadas para que as pessoas possam desenvolver o seu potencial e sua criatividade e evitar aquelas que possam gerar uma má qualidade de vida e estresse no trabalho, já que, segundo Assaf, (2008) as pessoas vivem a maior parte do seu tempo trabalhando dentro das organizações. Isso reflete impacto sobre a vida e qualidade de vida dos indivíduos, frente a isso, o tema Qualidade de Vida no Trabalho vem ganhando cada vez mais destaque, sendo amplamente debatido além de ser considerado como objeto de pesquisas, como apontado por Rodrigues (1994).

Moraes (1994), prefaciando o livro: Qualidade de Vida no Trabalho, (RODRIGUES, 1994) afirma que, “hoje em dia, pode-se dizer que muitas pessoas adoecem por causa do trabalho, pois é possível ver os mesmos sintomas em qualquer local quando se trata de sociedades industrializadas, mostrando que o mundo moderno toma uma configuração pouco saudável, tanto mental como espiritualmente”.

Enfatiza-se no estudo de Leal e Bortoli (2012) que o policial precisa de adequado índice de qualidade de vida associados à saúde e atividade física para conseguir atingir bons padrões de satisfação com a profissão, refletindo assim em bom desempenho diário. Além

disso, necessita-se também de gozar de ótima capacidade de trabalho e de boa aptidão física, pois o trabalho do policial militar tende a ser físico, psíquico e cognitivo.

Segundo Portela e Bughay Filho (2007) a pressão vivenciada no trabalho do policial conseqüentemente evidencia rebaixamento de desempenho no trabalho prestado a população, gerando fatores como o mau humor e insensibilidade.

A partir da década de 80 um aumento dos índices de violência foi constatado e expresso nos indicadores do setor saúde e da segurança pública do Brasil. Em virtude dessa massificação da violência, políticas de segurança pública têm sido exigidas, e isso gera uma sobrecarga física e emocional para os profissionais dessa área, os quais, além de lidar com as pressões da sociedade por um policiamento eficiente, enfrentam precárias condições de trabalho que interferem no seu desempenho, afetam a saúde, geram desgaste, insatisfação e provocam estresse e sofrimento psíquico (SOUZA *et al.* 2007).

Sartori (2006) evidencia que fatores como exposição continuada às intempéries, horários prolongados de trabalho, baixos salários, inflexibilidade de escalas, conflitos diários com a população, contato direto com violência e crimes além de permanente risco de vida, ocasionam altos índices de absenteísmo, hospitalizações em decorrência de problemas cardiovasculares, ocorrência de síndrome de *burnout* e de suicídios.

A síndrome de *burnout* se caracteriza por apresentar sintomas e sinais de exaustão física, psíquica e emocional, que decorrem de uma má adaptação do indivíduo a um trabalho prolongado e com uma grande carga de tensão. O termo serve para designar um estágio mais acentuado do estresse que atinge profissionais cujas atividades exigem um alto grau de contato interpessoal, a exemplo dos policiais, enfermeiros e assistentes sociais, entre outros. Esse quadro propicia o surgimento de patologias e disfunções, tais como a hipertensão arterial, úlcera gastroduodenal, obesidade, câncer, psoríase e tensão pré-menstrual, que são as mais estudadas entre aquelas relacionadas ao estresse (COSTA *et al.*, 2007).

Souza *et al.* (2007) explanam que, apesar de não caracterizar uma doença, o sofrimento psíquico é um conjunto de condições psicológicas que gera determinados sinais e sintomas que indicam sofrimento. Essas condições podem ser causadas por vários fatores, dentre os quais as condições de trabalho precárias, ausência de instalações adequadas, estresse, inabilidade para a função, ocorrendo ainda a necessidade de mostra-se resistente as

situações, não demonstrando fragilidades. O acúmulo desses fatores leva à somatização de patologias, como por exemplo Hipertensão Arterial Sistêmica e insônia.

Selokar *et al* (2011) e Weltmn *et al.* (2014) citam em seu trabalho que o estresse pode diminuir o desempenho como também produzir resultados negativos à saúde, lesões psicológicas e conflitos familiares, evidenciado através de um estudo realizado com Policiais dos Estados Unidos da América.

Em vários estudos comparativos, a atividade policial é considerada a segunda mais estressante (Bezerra, Minayo, & Constantino, 2013; Lipp, 2009; Souza, Franco, Meireles, Ferreira, & Santos, 2007; Souza & Minayo, 2005), pois os profissionais dessa área estão constantemente expostos ao perigo e à agressão (Pinto, Figueiredo, & Souza, 2013). A atividade do policial envolve condições de trabalho que ocasionam sobrecarga emocional e física. Aliado a este fato, à pressão da sociedade que busca segurança e efetividade do serviço policial a todo instante, gera desgastes, afetando a saúde, provocando insatisfação, estresse e sofrimento psíquico (LIPP, 2009).

Pelas características inerentes da profissão, o policial é um forte candidato a sofrer estresse ocupacional, que desencadeia o surgimento de patologias e disfunções físicas, como hipertensão arterial, úlcera gastroduodenal, obesidade, câncer e doenças dermatológicas, além de transtornos mentais, como depressão, agressividade e até o suicídio (HARTLEY *et al.*, 2012; WHO, 2010).

Stuart (2008) ressalta em seu estudo que a possibilidade de suicídio de policiais é preocupante, devido ao fácil acesso a armas de fogo. Além deste aspecto pessoal, em estudos de vários autores ((Kurtz, Zavala, & Melander, 2015; Manzoni & Eisner, 2006) apontam implicações sérias para a comunidade, uma vez que as pesquisas mostram que policiais com estresse empregam mais violência contra civis.

Desse modo, torna-se fundamental identificar e tratar o policial que venha a sofrer de estresse em função de sua atividade profissional. Para tanto, o primeiro passo é identificar os policiais que apresentem sintomas significativos de estresse e também os eventos que mais os prejudicam.

O estresse é definido por Lipp (2004), como um estado de tensão que causa uma ruptura no equilíbrio interno do organismo. A volta ao equilíbrio pode ocorrer pelo término da fonte de estresse ou quando se aprende a lidar com ela adequadamente, mesmo em sua presença. Porém, nem sempre a volta ao equilíbrio pelo organismo ocorre de forma satisfatória.

De acordo com Costa, *et al.* (2007) os policiais estão entre os profissionais que mais sofrem de estresse, pois são constantemente vulneráveis ao perigo e à agressão, além da necessidade de intervir em situações de problemas humanos de muito conflito e tensão.

Segundo Silva (2011) o trabalho do policial envolve principalmente duas variáveis: perigo e autoridade. Silva aborda que a combinação dessas variáveis expõe os policiais a constante pressão por eficiência. Além disso, a presença a situações de riscos os coloca em alerta e os isola dos outros segmentos sociais e comunitários, devido a um comportamento contínuo de desconfiança. Desta forma, o perigo estimula a conduta do policial focada na defesa pessoal e essa conduta tende a ser impulsiva, pois o perigo traz a ansiedade e o medo.

Uma característica relevante que deve ser ressaltada na qualidade de vida dos policiais militares apontada num estudo de Calheiros *et al.* (2013) diz respeito ao nível de atividade física. É necessário que o policial militar esteja em boas condições físicas para realizar as suas atividades laborais preventivas e ostensivas, para isto, é importante que este profissional tenha uma boa aptidão física justificando assim a necessidade que o militar execute práticas sistemáticas de atividades físicas.

Na visão de Silva (1999), a influência do exercício físico sobre a qualidade de vida se dá sob diversos aspectos, dentre eles, na ação benéfica que ele exerce sobre os efeitos do estresse cotidiano e no melhor gerenciamento das tensões próprias do dia a dia, pois na prática do exercício físico ocorre uma descarga fisiológica de energia acumulada através do corpo, podendo fazer com que a pessoa evite que se crie um estado de agitação nocivo ao bem estar do indivíduo.

A privação do sono, perspectivas pessimistas, relação de hierarquia inflexível, ergonomia, violência e perigo são alguns aspectos essenciais que se confrontam com a dinâmica do trabalho do policial militar frente a uma boa qualidade de vida (COSTA *et al.*, 2007).

Vários estudos epidemiológicos têm apontado que profissionais com maior aptidão física dispõem menor risco de apresentar doenças e agravos não transmissíveis além de menor taxa de mortalidade geral, evidenciando a relação entre aptidão física e benefícios à saúde (PITANGA, 2002; OLIVEIRA, 2007).

A Organização Mundial de Saúde, por meio da Estratégia Global de Dieta, Atividade Física e Saúde, recomenda que os indivíduos pratiquem

níveis adequados de atividade física em suas vidas. Demonstra, ainda, que pelos menos 30 minutos de atividade física de intensidade moderada e regular ajudam no fortalecimento muscular e controle de peso. Desta forma, uma vez inserida rotinas de práticas regulares de exercícios físicos, possivelmente, proporcionaria uma melhoria na saúde e qualidade de vida (WHO, 2006).

Para que o militar possa desempenhar satisfatoriamente as suas competências profissionais, contribuindo de forma eficiente para a preservação da ordem pública, faz-se necessário que estes façam jus de uma boa saúde, recorrente de um bem-estar físico, mental e emocional (PATE, 1988; BEZERRA, 2004).

Para Oliveira e Santos (2010) fatores como o desgaste físico e a falta de equilíbrio emocional podem levar esses profissionais a assumirem atitudes irresponsáveis durante crises e situações extremas. Assim, tais atitudes podem levar à falta de eficácia no desempenho do exercício profissional, expondo os policiais e a população em geral a perigos e vulnerabilidades.

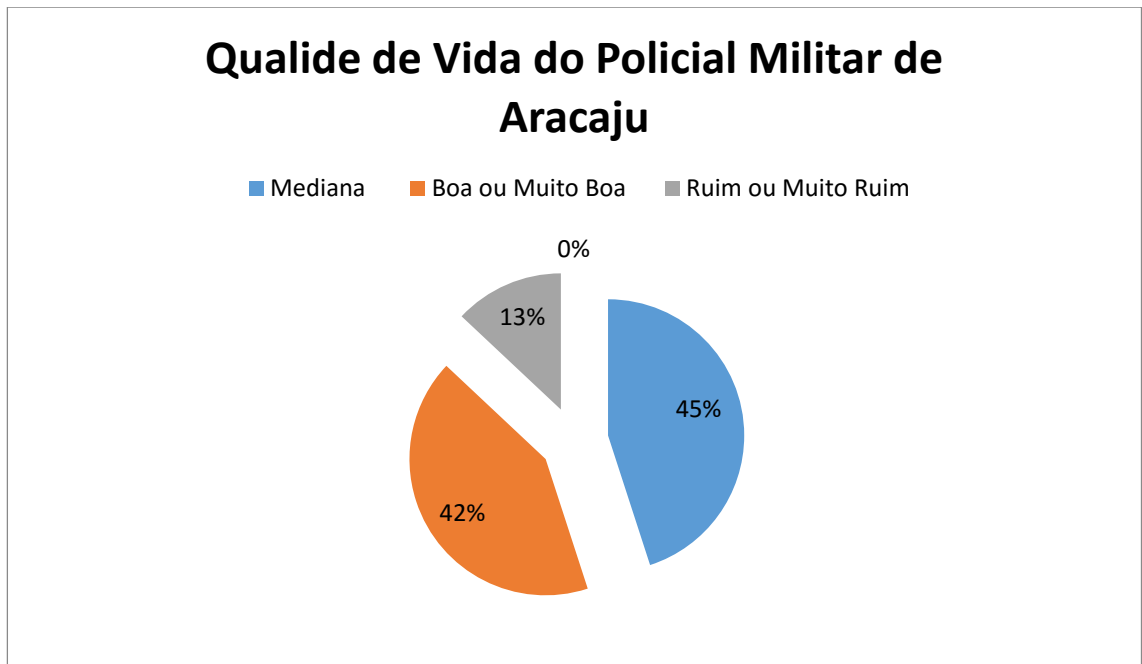
3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram incluídos no Quadro 01 (Apêndice A) um total de 06 artigos que abordavam pesquisas realizadas com Profissionais Policiais, de modo a identificar fatores que afetam a qualidade de vida dessa população. Dentre os desafios inerentes a profissão exercida que foram detectados, incluem-se em unanimidade, fatores como sobrecarga de trabalho, condições estressoras diárias relacionadas a atividade policial, baixos salários, falta de reconhecimento e estrutura de serviço, vínculo com atividade extra de trabalho para compor a renda familiar, além de rigidez de hierarquia, sofrimento psíquico, físico e emocional.

Após análise da literatura científica correlata a atividade policial, foi possível identificar que o trabalho ocupa uma grande parcela da rotina das pessoas, e com o passar do tempo, o mercado impõe um cenário cada vez mais competitivo. Desta forma, o trabalho passa a ocupar posição de destaque no cotidiano da população. No entanto, algumas profissões dispendem maior desgaste, seja ele físico, psíquico ou emocional, nesse sentido, a atividade correlata à Segurança Pública exige a vivência com situações agravantes para maior exposição ao estresse, afetando diretamente a qualidade de vida de forma global. As pesquisas apontam que os Policiais Militares encontram-se na classificação ocupacional que mais

vivencia o perigo diário. Além da característica inerente a profissão, outros fatores diversos podem contribuir para aumento da vulnerabilidade dos Policiais como demonstrado neste estudo.

A proposta apresentada ate aqui é demonstrar a qualidade de vida do profissional de segurança publica, mais especificamente sobre o policial militar o qual tem a carga de trabalho sempre dobrada, acarretando um desgaste físico e emocional.



4 METODOLOGIA

Trata-se de estudo descritivo e exploratório, obtido através de revisão de literatura baseada em estudos disponíveis nas seguintes bases de dados: REBESP, SCIELO, Biblioteca Virtual da Saúde, Google Acadêmico dentre outros.

A pesquisa descritiva expõe as características de determinada população ou fenômeno, estabelece correlações entre variáveis e define sua natureza (VERGARA, 2000).

Optou-se pela busca por termos livres, sem o uso de vocabulário controlado (descritores). Com essa estratégia, houve uma recuperação de um número maior de referências, garantindo a detecção da maioria dos trabalhos publicados referentes a temática. Foram selecionados artigos publicados escritos em Português e Inglês além de priorização da

busca por artigos pertinentes exclusivamente ao Policial Militar, fortalecendo o contexto da pesquisa com artigos relacionados à saúde e qualidade de vida de forma global.

5 CONCLUSÃO

A atividade policial por sua natureza é complexa e envolve o constante risco de perigo e enfrentamento de situações estressantes e violentas. Com o passar do tempo e o aumento dos índices de criminalidade, o trabalho policial exige ainda mais a prontidão, preparo físico e emocional, levando este profissional a exposição de cargas extremas de estresse.

O elevado nível de estresse percebido nos policiais por meio de diversos estudos é um fator que pode ser um grande agravante em situações de risco, nas quais é necessário um alto nível de autocontrole. Portanto, sugere-se incorporação de incentivos em relação às práticas de atendimento psicológico individual ou em grupo, interno ou externo à Organização. Além disso faz-se necessário que os Policiais Militares sejam orientados e conscientizados quanto a importância de acompanhamento psicológico, desmistificando os preconceitos em relação à procura de ajuda, pois o autoconhecimento promove ao indivíduo maiores condições de controle de suas atitudes.

É necessário avançar na compreensão dos aspectos ambientais, psicológicos, sociais e físicos, capazes de promover a melhoria da qualidade de vida dos policiais brasileiros, trazendo ao cotidiano a incorporação e manutenção de hábitos mais saudáveis de estilo de vida. A prática regular de exercícios contribui para melhoria da aptidão física, que se faz essencial para o bom desempenho dos policiais em sua rotina laboral.

Importante ressaltar a continuação e o alargamento dos estudos realizados ou em realização dentro da Polícia Militar, com vistas a acrescentar informações e sugestões à Instituição, para subsidiar iniciativas para promoção da saúde de policiais militares. São necessárias intervenções que busquem promover a saúde física e mental desses profissionais, estimulando mudanças individuais/pessoais e institucionais, referentes à organização do trabalho policial e dos serviços de atenção à saúde.

Portanto, mensurar os níveis de qualidade de vida desses profissionais pode contribuir para fundamentar ações capazes de elevar o desempenho e as condições de saúde e qualidade de vida dos policiais, vez que os riscos e a insegurança são inerentes às atividades praticadas por eles, cotidianamente.

7 REFERÊNCIAS

BEZERRA, C. M, MINAYO, M. C., & CONSTANTINO, P. (2013). **Estresse ocupacional em mulheres policiais**. *Ciências e Saúde Coletiva*, 18(3),657-666. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232013000300011>. Acesso em 03/01/2018.

BEZERRA, M. J. A. F. **Níveis de aptidão física relacionados à Saúde dos Policiais Militares que Trabalham do Serviço de Radiopatrulha do 5º Batalhão de João Pessoa. 2004**. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Segurança do Cidadão) – Polícia do Cabo Branco, João Pessoa.

BRASIL. Organização Pan-Americana da Saúde no Brasil. **Doenças relacionadas ao trabalho**: Manual de procedimentos para os serviços de saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2001. Disponível em http://bvs.saude.gov.br/bvs/publicacoes/doencas_relacionadas_trabalho1.pdf Acesso em: 03 de janeiro de 2018.

BRASIL. Pesquisa CNI – IBOPE: **Retratos da sociedade brasileira: segurança pública**. Brasília: CNI, 2011.

CALHEIROS, D.S.; NETO, J.L.C.; CALHEIROS, D.S. **A qualidade de vida e os níveis de atividade física de policiais militares de Alagoas**. Brasil. Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção - PPGEP Laboratório de Qualidade de Vida - LaQVida Universidade Tecnológica Federal do Paraná – UTFPR Ponta Grossa – PR – Brasil v. 05, n. 03, jul./set. 2013, p. 59-71 DOI: 10.3895/S2175-08582013000300007.

CÑETE, Ingrid. **Qualidade de vida no Trabalho**: muitas definições e inúmeros significados. *In*: BITENCOURT, Claudia. (Org.). *Gestão Contemporânea de Pessoas*. Porto Alegre: Bookman, 2004.

COSTA, M. *et al.* **Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira**. *Revista Panamericana de Salud Pública*, Washington, v. 21, n. 4, abr. 2007.

DEJOURS, C. A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho. 5. Ed. São Paulo: Cortez, 1992. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-73722012000400021>.

Acesso em Janeiro de 2018.

DELCOR, N.S.; ARAUJO, T.M.; REIS, E.J.F.B.; PORTO, L.A.; CARVALHO, F.M.; SILVA, M.O.; BARBALHO, L.; ANDRADE, J.M. **Condições de trabalho e saúde dos professores da rede particular de ensino de Vitória da Conquista.** Bahia, Brasil. *Cad Saude Publica* 2004; 20(1):187-196.

FREITAS, A. V.; **Qualidade de vida e nível de Atividade física relacionados à saúde de policiais militares do município de Aracaju/SE.** 2004, 59p. Trabalho Monográfico de Conclusão de Curso – Graduação em Educação Física Licenciatura, UFS, São Cristovão, 2004.

HARTLEY T. A., KNOX, S. S., FEKEDULEGN, D., BARBOSA-LEIKER, C., VIOLANTI, J. M., ANDREW, M. E., & BURCHFIEL, C. M. (2012). **Association between depressive symptoms and metabolic syndrome in police officers: Results from two cross-sectional studies.** *Journal of Environmental Public Health*, 12(12),1-9. doi:

<http://dx.doi.org/10.1155/2012/861219>

KURTZ, D. L., ZAVALA, E., & MELANDER, L. A. (2015). **The influence of early strain on later strain, stress responses, and aggression by police officers.** *Criminal Justice Review*, 40(2),190-208. doi: 10.1177/0734016814564696

LEAL, M.L.J.; BORTOLI, R. **Qualidade de Vida em Policiais Militares.** *EFDeportes.com, Revista Digital.* Buenos Aires, v. 16, nº. 164, 2012. Disponível em:

<http://www.efdeportes.com/efd164/qualidade-de-vida-em-policiais-militares.htm>. Acesso em Janeiro de 2018.

LIPP, M. E. N. (2009). **Stress and quality of life in Brazilian police officers: Differences in gender.** *Spanish Journal of Psychology*, 12(2),593-603.

MANZONI, P., & EISNER, M. (2006). **Violence between the police and the public influences of work-related stress, job satisfaction, burnout, and situational factors.** *Criminal Justice and Behavior*, 33(5),613-645. doi:10.1177/0093854806288039.

MARTINS, I.S.; COELHO, T.L.; CASAJUS, M.I. *et al.* **Smoking,consumption of alcohol and sedentary life style inpopulation grouping and their relationships with lipemic disorders.***Rev Saude Publica* 1995; 29(1):38-45

MINAYO, M. C. S.; HARTZ, Z. M. A.; BUSS, P. M. **Qualidade de vida e saúde: um debate necessário.** *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 5, n. 1, p. 07-18, 2000.

MORAES, Lúcio Flávio Renault de. Prefácio. *In*: RODRIGUES, Marcus Vinícius Carvalho. **Qualidade de vida no trabalho: evolução e análise no nível gerencial.** 9ª edição. Petrópolis/RJ: Vozes. 1994.

OLIVEIRA, E. A. M. **Antropometria, estado nutricional e aptidão física em Militares da ativa do Exército Brasileiro.** 2007. 114f. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) - Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca, Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro.

OLIVEIRA, K. L. DE & SANTOS, L. M. DOS. (2010) **Percepção da saúde mental em Policiais Militares da força tática de rua.** *Revista Sociologias*. Porto Alegre, ano 12, n.25, set/dez 2010, p.224-250.

OLIVEIRA, Rita de Cássia Martins de. **A Configuração da QVT no contexto de trabalho dos detetives da polícia civil metropolitana de Belo Horizonte.** 2001. Dissertação (Mestrado em Administração) – Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte.

PATE, R. R. **The evolving definition of physical fitness.** *Quest*, London, v. 40, n.3, p.174-179, 1988. Disponível em: < <https://doi.org/10.1080/00336297.1988.10483898>> Acesso em: 04 Jan de 2017.

PINTO, L. W., FIGUEIREDO, A. E. B., & SOUZA, E. R. (2013). **Sofrimento psíquico em policiais civis do Estado do Rio de Janeiro.** *Ciência & Saúde Coletiva*, 18(3),633-644. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232013000300009>

PITANGA, F. J. G. **Epidemiologia, atividade física e saúde**. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, Brasília, v. 10, n. 03, p. 49-54, jul. 2002.

PORTELA, A.; BUGHAY FILHO, A. **Nível de estresse de policiais militares: comparativo entre sedentários e praticantes de atividade física**. Revista Digital, Buenos Aires, ano 11, n. 106, 2007.

RODRIGUES, M. V. C. **Qualidade de vida no trabalho: evolução e análise no nível gerencial**. 9. ed. Petrópolis/RJ: Vozes. 1994.

SARTORI, L. F. **Avaliação de burnout em policiais militares: A relação entre o trabalho e o sofrimento**. 2006. Dissertação (Mestrado em Administração) – Universidade Estadual de Londrina. Londrina.

SELOKAR, D. *et al.* **Occupational stress among police personnel of Wardha City India**. Australasian Medical Journal, Bethesda, v. 4, n. 3, p. 114-7, 2011. Disponível em: <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3562957/>>. Acesso em: 23 dez. 2017.

SILVA, J. C. DA. (2011). **Manutenção da ordem pública e garantia dos direitos individuais: os desafios da polícia em Sociedades democráticas**. Revista Brasileira de Segurança Pública, São Paulo, ano 5, edição 8, 2011.

SILVA, M. A. D. **Exercício e qualidade de vida**. In: GHORAYEB, N. BARROS NETO, T. L. O exercício: preparação fisiológica, avaliação médica, aspectos especiais e preventivos. São Paulo: Atheneu, 1999.

SOUZA, E. R., & MINAYO, M. C. S. (2005). Policial, risco como profissão: Morbimortalidade vinculada ao trabalho. *Ciência & Saúde Coletiva*, 10(4),917-928. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232005000400015>

SOUZA, E. R., FRANCO, L. G., MEIRELES, C. C., FERREIRA, V. T., & SANTOS, N. C. (2007). **Sufrimento psíquico entre policiais civis: Uma análise sob a ótica de gênero.** *Cadernos de Saúde Pública*, 23(1),105-114.

STUART, H. (2008). **Suicidality among police.** *Current Opinion in Psychiatry*, 21(5),505-509. doi:10.1097/YCO.0b013e328305e4c1.

WHOQOL Group. The development of the World Health Organization quality of life assessment instrument (the WHOQOL). In: ORLEY, J.; KUYKEN, W. (Eds.). **Quality of life assessment: international perspectives.** Heidelberg: Springer, 1994. p.41-60.

VASCONCELOS, A. F. **Qualidade de vida no trabalho: origem, evolução e perspectivas.** *Cadernos de Pesquisas em Administração*, [Internet]. São Paulo, v. 8, n. 1 jan/mar 2001.

VERGARA, Sylvia C. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração.** 3.ed. Rio de Janeiro: Atlas, 2000.

WELTMAN, G. *et al.* Police Department Personnel Stress Resilience Training: An Institutional Case Study. *Global Advances in Health and Medicine*, Bethesda, v. 3, n. 2, p. 72-9, 2014. Disponível em: <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24808985>>. Acesso em: 2 jan. 2017.

World Health Organization. (2010). **Health impact of psychosocial hazards at work: An overview.** Geneva: WHO.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Diet and physical activity: a public health priority.** WHO: 2006.

APÊNDICE A

QUADRO 01: Caracterização dos artigos que abordam os desafios à prática adequada da higienização das mãos por profissionais de saúde.

Autor	Ano	Título	Objetivos	Conclusão	Desafios a serem enfrentados
SOUZA, E. R.; <i>et al</i>	2007	Sofrimento psíquico entre policiais civis: uma análise sob a ótica de gênero.	Investigar a existência de sofrimento psíquico entre policiais civis, segundo diferenças de gênero	Os resultados não indicam diferença de sofrimento psíquico entre os gêneros, mas apontam para a existência de diferenças significativas em alguns itens da escala. As policiais, sobretudo as técnicas, apresentam maiores proporções em relação aos homens.	Fatores estressores como alta demanda, baixo controle sobre o processo de trabalho, frequente contato com o público, longas jornadas de trabalho, recursos materiais insuficientes, insatisfação com a atividade e a remuneração, dificuldade de ascensão profissional, além da exposição ao sofrimento alheio, a situações perigosas e
MINAYO, M.C.S; <i>et al</i>	2007	Riscos percebidos e vitimização de policiais civis e militares na (in)segurança pública.	Investigar características socioeconômicas, qualidade de vida, condições de trabalho e de saúde de policiais militares e civis do Estado do Rio de Janeiro, Brasil.	Os policiais são as maiores vítimas do desempenho de suas atividades, sobretudo os militares e aqueles de ambas as corporações que exercem funções operacionais	Condições de trabalho, em especial, o exercício de outras atividades no período legal de descanso.
SOUZA, E. R. <i>et al</i>	2005	Policial, risco como profissão: morbimortalidade vinculada ao trabalho	Abordam-se mortes e agravos à saúde dos agentes de segurança pública do Rio de Janeiro, ocorridos em sua jornada de trabalho ou fora dela.	Agressões e acidentes de trânsito são as principais causas de morte e de lesões.	O campo de saúde do trabalhador deve buscar medidas mais efetivas para a vulnerabilidade da saúde dos agentes de segurança pública a sobrecarga física e emocional
FREITAS, A.V.	2004	Qualidade de vida e nível de Atividade física relacionados à saúde de policiais militares do município de Aracaju/SE	Analisar a Qualidade de Vida de Policiais Militares de Aracaju	No estudo, 45% dos entrevistados analisaram como mediana sua Qualidade de Vida, enquanto 42% se citaram muito boa ou boa e 13% que seriam 17 policiais no universo de 129 da amostra avaliada classificaram como ruim ou muito ruim.	Falta de Condições de Trabalho e jornadas longas, estresse inerente a profissão, sedentarismo
COSTA,	2006	Estresse:	Diagnosticar a	Os níveis de estresse	A sintomatologia de

M.; <i>et al</i>		diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira.	ocorrência e a fase de estresse em policiais militares da Cidade de Natal, Brasil, além de determinar a prevalência de sintomatologia física e mental.	e de sintomas não indicaram um quadro de fadiga crítico. É recomendável uma ação preventiva por parte da organização policial, que poderia incluir a aplicação de um programa de diagnóstico, orientação e controle do estresse.	estresse se manifestou, principalmente, por meio de sintomas psicológicos, com baixos níveis de sintomas físicos e com predominância na fase de resistência.
PORTELA, A	2007	Nível de Estresse em Policiais Militares: Comparativo entre sedentários e praticantes de atividade física.	Identificar o nível de estresse dos policiais militares ativos e sedentários, as causas e as reações, e comparar a manifestação do estresse entre ativos e sedentários	Comparando o nível de estresse dos policiais militares sedentários com o nível de estresse dos policiais militares ativos/praticantes de atividade física, apesar dos dois grupos estarem sendo classificados como elevado nível de estresse pela pontuação alcançada, pode-se dizer que os ativos se percebem menos estressados podendo indicar o efeito positivo da atividade física no controle do estresse.	Defasagem, Arrocho Salarial, Pressão e Excesso de Trabalho.