

A SAÚDE MENTAL DO POLICIAL MILITAR: A FORMA COM QUE O SEU DESGASTE MENTAL PODE PREJUDICÁ-LO

THE MENTAL HEALTH OF THE POLICE OFFICER: HOW DAMAGING HIS MIND WEAR OFF CAN BE

RODRIGUES, Lucas de Souza ¹
DE SOUZA, Adailma Alves ²
SAMARIDI, Isadora ³

RESUMO

Este estudo tem por objetivo demonstrar de que modo a saúde mental do policial militar é afetada por meio da atividade exercida por este, sendo que o desgaste mental ao qual o policial é exposto, pode prejudicá-lo em diversos níveis, sendo pessoal ou profissional. Com esse objetivo, o trabalho foi desenvolvido por meio da pesquisa bibliográfica, o que proporcionou visualizar a visão de vários autores sobre o tema em questão. Por meio deste, foi possível perceber de que modo o convívio familiar dos policiais militares é afetado, pois conforme as pesquisas em alguns casos estes podem se afastar de sua família por causa do desgaste mental. A saúde física também é afetada, uma vez que, a alimentação nem sempre é feita do melhor modo possível. Por fim este tema é relevante pois auxilia a compreender como o desgaste mental, inerente da atividade policial, pode influenciar na sua profissão, convívio familiar, e como afeta a sua saúde mental e física.

Palavras- chave: Desgaste Mental. Convívio Familiar. Saúde Física.

ABSTRACT

This project's goal is to show how the mental health of the police officer is affected by its activities. Such draining can harm not only his family coexistence but also the performance on the job itself. With this goal in mind, this paper was developed based on bibliography research that made it possible to visualize where other authors stands on this particular topic. Hereby it was possible to realize how the family relationships of the police officers is affected, because according to research on some cases, a mind wear off can result in a family absence. Their physical health can also be damaged by them not having the best eating habits. Finale, this subject is important because it helps understanding how both, physical and mental health of the police officer, can be impaired and how their jobs and families can be damaged by it.

Keywords: Mental Fatigue. Family Coexistence. Physical health.

¹ Aluno do Curso de Pós-Graduação do Comando da Academia da Polícia Militar de Goiás – CAPM, Goiânia- GO

² Professora orientadora. Academia de Polícia Militar do Estado de Goiás Graduada em Psicologia e Pós-graduada em Saúde da Família. Goiânia-GO.

³ Professora Co-orientadora. Academia de Polícia Militar do Estado de Goiás. Mestre em Psicologia. Goiânia-GO.

1 INTRODUÇÃO

Neste artigo, pretende-se discutir a saúde mental dos Policiais Militares, compreendidas pelo ângulo do desgaste mental percebidos durante o exercício da profissão e, dos agravos relacionados a este, que podem resultar em um mau convívio familiar e conseqüentemente o seu desempenho na função policial.

Será utilizado o modelo de pesquisa bibliográfica para obter os dados necessários, a fim de compreender como o trabalho dos policiais militares influencia em seu cotidiano. Assim será possível entender qual o perfil dos policiais militares, com a finalidade em verificar o nível de estresse e conseqüentemente o desgaste mental destes profissionais, deste modo por meio da revisão literária e da pesquisa bibliográfica foi possível verificar que em casos extremos os policiais podem recorrer ao consumo do álcool como uma tentativa de “extravasar”, ou melhor, aliviar o estresse da rotina de trabalho. Uma das conseqüências do desgaste emocional que foi constatado por meio de pesquisas e que constam na revisão literária é que estes policiais, em alguns casos se afastam de sua família buscando relacionamentos externos.

Desta forma será possível compreender o problema acerca da temática, qual seja, como a atividade policial interfere na saúde mental do policial e quais as conseqüências no ambiente familiar e no desempenho de suas funções?

Para que os objetivos do artigo sejam prontamente atingidos, será utilizada a revisão de literatura, para avaliar o material disponível que versa sobre o tema, este levantamento será feito por meio de plataformas como a SCHOOLAR, SCIELO e LILAC, sendo que outras plataformas poderão ser utilizadas.

Assim será utilizado como referência os artigos e trabalhos científicos já produzidos, para demonstrar como a atividade policial prejudica o convívio familiar e conseqüentemente o seu desempenho na função policial.

Tem-se como objetivo geral, analisar como a atividade policial interfere na saúde mental do policial e quais as conseqüências no ambiente familiar e no desempenho de sua função.

Quanto aos objetivos específicos, faz-se necessário: Identificar a visão dos estudiosos sobre o tema; demonstrar como a atividade policial interfere no convívio

familiar e; demonstrar como o desgaste mental interfere no desempenho de sua função.

Justifica o estudo desse tema pois, o mesmo é de suma importância para compreender como o desgaste mental do policial militar, pode influenciar em seu convívio familiar e conseqüentemente em seu desempenho na função. Através deste estudo pretende-se compreender como ocorre esse desgaste mental e quais as suas conseqüências.

É importante conhecer as dificuldades do exercício da função do policial militar, pois o seu ambiente de trabalho lhe oferece riscos, tais como o de morrer durante o exercício de sua profissão. A pressão social, o trabalho desgastante, a falta de efetivo entre outros problemas pode ou não contribuir, para que o policial militar se sinta emocionalmente desgastado, o modo pelo qual esse desgaste ocorre, será devidamente pontuado no decorrer deste artigo.

A prioridade, para a polícia militar, é guardar a cidade, promover a ordem e garantir a segurança do cidadão, respeitando os direitos humanos fundamentais. (JESUS, 2004). Deste modo para que o policial execute o melhor trabalho possível é necessário estar em pleno gozo de suas faculdades mentais, e para que isto ocorra faz-se necessário que este se resguarde emocionalmente, para que os conflitos diários existentes no ambiente de trabalho os afetem fisicamente, emocionalmente e ainda alcance o ambiente familiar, este que deve ser um refúgio e um local de descanso após um longo dia de trabalho, saber separar o ambiente de trabalho do ambiente familiar é primordial para o bem estar de qualquer indivíduo.

Este artigo será desenvolvido por meio da pesquisa bibliográfica, para obter dados em conjunto com a abordagem dialética. Dessa forma será possível compreender como o trabalho dos policiais militares influencia em seu cotidiano, e como o estresse e o desgaste mental influencia a vida destes. Para isto far-se-á necessário pesquisar sobre os autores que discutem o tema para entender a relação entre o estresse o desgaste mental e o convívio familiar.

A pesquisa bibliográfica segundo Marconi & Lakatos (2003) é um apanhado geral sobre os principais trabalhos já realizados, revestidos de importância, por serem capazes de fornecer dados atuais e relevantes relacionados com o tema.

Junto a este método foi utilizado a abordagem dialética, vez que por meio deste analisa-se criticamente os autores e a troca de informações. Portanto essa

abordagem dialética, “pode ser entendida como crítica, crítica dos pressupostos, crítica das ideologias e visões de mundo, crítica de dogmas e preconceitos. A tarefa da dialética é essencialmente crítica” (Gadotti, 1990, p.38).

Para delimitar quais os artigos e trabalhos que serão analisadas nos resultados e discussões, foi estabelecido nos mecanismos de buscas citados acima no período de até 10 anos.

Assim sendo, ao coletar os dados necessários para atingir o objetivo central do trabalho, que é compreender como o desgaste mental pode prejudicar o convívio familiar e conseqüentemente o desempenho na função, por meio da análise dos resultados obtidos nos mecanismos de buscas, foi possível selecionar os artigos e trabalhos científicos, que atenderiam da melhor forma possível as necessidades deste artigo.

2 REVISÃO LITERÁRIA

Os policiais militares realizam um trabalho de muita honra, pois arriscam as suas vidas diariamente para proteger o cidadão, entretanto eles sofrem diariamente com as críticas acerca da segurança pública em relação à atuação policial. “No cenário midiático encontramos um novo estilo jornalístico, o sensacionalista, em que o conteúdo predominante está relacionado ao crime, à violência e à exploração da tragédia humana”. (SOUZA, 2010, p.16)

Dessa forma, o quadro de violência social e falhas institucionais, referem-se que as polícias brasileiras matam demais, ignoram direitos, prestam serviços deficientes e não tem a confiança do cidadão. (MENA, 2005)

O exercício da função do policial exige que estes sejam submetidos a risco diários, assim como qualquer outra função. Entretanto essa em especial existe um risco maior, uma vez que ao defender o cidadão de bem, seus bens materiais, seu direito de ir e vir, sua liberdade de expressão dentre outros direitos garantidos pela Constituição Federal de 1888, os riscos aos quais são expostos incluem o de morte, ao se depararem em situações conflituosas. “A atividade policial-militar expõe seus integrantes a risco de morte por causas externas”. (Merino, 2010, p.06)

Por este e outros motivos às forças de segurança pública deveriam ser mais valorizadas, não só com salários mais dignos e compatíveis com os riscos inerentes a função, mas com equipamentos de boa qualidade, que sejam substituídos periodicamente, melhores condições de trabalho com horas trabalhadas e horas de descanso compatíveis com o desgaste e o estresse que são típicos da função. Nesse sentido “A falta de manutenção das viaturas e a inadequação dos equipamentos fazem com que a tropa fique mais exposta aos riscos” (MINAYO, SOUZA & CONSTANTINO 2008, p. 133)

Neste âmbito este tema é de interesse social, pois irá revelar a versão desses profissionais, com o objetivo de demonstrar o desgaste mental aos quais estes são submetidos no exercício da atividade policial, para compreender melhor o tema faz-se compreender como são classificados os militares.

Os militares são classificados na Constituição Federal (1988) no art. 42 “Os membros das Polícias Militares e Corpos de Bombeiros Militares, instituições organizadas com base na hierarquia e disciplina, são militares dos Estados, do Distrito Federal e dos Territórios”.

Deste modo os policiais militares tem um papel de relevância, sendo que além das atribuições constitucionais a estes profissionais são designados outras atribuições que, direta e indiretamente influenciam no cotidiano das pessoas.

O exercício da atividade policial faz com que os policiais enfrentem diariamente situações que geram um desgaste mental, pois é um dos seus deveres estarem sempre prontos para atuar e, atentos a quaisquer sinais de perigo para que possam agir preventivamente e prontamente, mantendo o controle da situação. (OLIVEIRA & SANTOS 2010, p. 240)

Assim o policial militar precisa desempenhar uma série de atividades perigosas, não cabendo a este abster de suas responsabilidades, mesmo que para tal este seja exposto a situações de risco, do ponto de vista da saúde física e mental. Para Silva e Vieira (2008, p.167), estes profissionais convivem diariamente com a injustiça social, a violência urbana e ainda com o risco de matar ou morrer durante o atendimento de ocorrências, sendo que estas atividades influenciam no comportamento e no modo de tomar decisões.

No decorrer do processo de treinamento de um policial militar, a este é ensinado de modo objetivo que cada instrução tem seu objetivo específico, e ele é

submetido durante o curso de formação a várias situações de pressão psicológica. Este ambiente oferecido no decorrer do treinamento é necessário, pois quando o policial estiver nas ruas depois de formado ele consiga desempenhar melhor o seu trabalho. Muitas vezes os civis vão criticar o seu trabalho, vão desrespeitar, ferir a sua honra e ele vai ter de permanecer cumprindo o seu dever com serenidade e cautela, mesmo com o risco da própria vida.

O treinamento envolve atividades físicas desgastantes ao extremo no intuito de forjar um profissional que resista ao trabalho, que muitas vezes vai exigir o uso da força física, pois em alguns casos o uso da arma de fogo seria desproporcional. O processo de formação estaria, segundo Sirimarco (2004 *apud* DERENUSSON & JABLONKI, 2010, p.25), relacionado a uma transformação específica, em certa medida planejada, operando de acordo com uma lógica institucional que visa despir o indivíduo de idiosincrasias e personalismos em favor da obediência a um *ethos* específico. A polícia militar tem como princípios a hierarquia e a disciplina que fazem com que o militar seja adestrado a se acostumar a receber ordens e cumpri-las se manifestamente legais sem reclamar e com rapidez, cumprir horários rigorosamente, estar sempre com seu fardamento impecável. E o mais importante valor policial militar que é o espírito de corpo, em que o policial militar nunca se acovarda, nunca deixa o seu companheiro de profissão para trás e isto é de suma importância para a sobrevivência na rua.

Estudos em relação ao estresse desses profissionais são realizados antes mesmo da Organização Mundial da Saúde definir que: “A atividade policial é considerada a segunda profissão maior causadora de estresse do mundo, sendo superada apenas para a mineração, ou seja, este ofício é um dos mais arriscados para a saúde e o bem estar físico e mental” (OMS,1998, p.6 *apud* SANTOS 2013).

Deste modo o estresse que o exercício da profissão pode causar a estes indivíduos, que são submetidos diariamente a situações de contato com a morte e violência, podem ou não resultar em um desgaste mental dos mesmos e conseqüentemente, prejudicar o convívio familiar e o desempenho na função policial.

Para autores como Silva e Vieira (2008) e Portela e Bugay (2007) alguns estudos comprovam que o ambiente de trabalho ao quais os policiais são expostos, é um dos principais motivos para o surgimento de problemas no ambiente familiar como o divórcio, alto índice de suicídio e alcoolismo.

Sanchez-Milla e colaboradores (2001 citado por COLETA E COLETA 2008, p.60) enfatizam que os policiais militares formam o grupo dos profissionais que mais cometem suicídio. Em relação ao consumo de álcool Cranck e Caldero (1991 citado por COLETA E COLETA 2008, p.61), afirmam que o aumento deste está relacionado a presença de situações estressantes no ambiente de trabalho.

Segundo os autores (French 1975, Schwartz e Schwartz 1975 e Stratton 1978, citado por COLETA E COLETA 2008, p.61) a atividade policial é o que eleva os casos de divórcio no ambiente familiar. Em relação ao consumo exacerbado do álcool Mendes (2013), relata que em alguns departamentos da polícia existe o fornecimento do álcool como meio para encorajar os policiais, antes de estes saírem para atender uma ocorrência. Como consequência a este ato para Mendes (2013) o policial mediante o estímulo alcoólico terá dificuldades para exercer a sua função com segurança e de modo adequado, devendo ainda sofrer as consequências do uso contínuo do álcool.

No ambiente familiar o policial na maioria dos casos segundo Portela e Buagy (2007), tende a se afastar da relação familiar, desligando as suas emoções e em alguns casos procurando relações fora de casa. Essa conduta reflete no trabalho desempenhado em campo, pois, este indivíduo em alguns casos é propício a usar o cidadão como meio para descontar o estresse tornando-se um policial dadas vezes agressivo.

A atividade policial aliada ao estresse são o que de fato colaboram para o desgaste mental do policial, por este motivo é importante que a família dê o suporte necessário para àqueles que exercem a atividade policial. A família são os que mais sofrem com os problemas decorrentes do serviço, pois quando o seu ente querido se afasta a família sofre e se sente deixada de lado. “Se o policial perde o interesse na família ou nas atividades familiares, elas acabam se irritando e sentindo-se abandonadas e esquecidas por este membro”. (Lima, 2002 *apud* MENDES 2013 p. 22).

Alguns estudos como o de Anchieta e colaboradores (2011, p. 203) demonstram como que as condições ruins de trabalho, são avaliados pelos profissionais e como possibilita o adoecimento. Quanto ao trabalho desgastante os estudos de Dias (2011) colaboram para compreender como isso reflete nos problemas familiares.

Grandes são as consequências para a saúde do policial advindas do seu trabalho, muitos fazem tratamento psiquiátrico, alguns só dormem com a ajuda de medicamentos tarja preta, outros já até se suicidaram, o alto estresse a qual passa faz com que ele se irrite com mais facilidade, conseqüentemente transmitindo tudo isso para sua família e gerando os problemas conjugais, já tem aqueles que buscam refúgio no álcool e drogas ilícitas. Se esses fatores que afetam a saúde mental não forem tratados as consequências serem drásticas. No Brasil contemporâneo o policial militar sofre por saber o seu dever e não poder realiza-lo por se sentir intimidado, coagido pela mídia que edita a matéria de uma ação policial da maneira a qual quer para prejudicar a imagem da polícia e o cidadão de bem não procura saber se aquela notícia é verídica, ficando vítima da “criminologia midiática”.

Neste sentido faz-se necessário aumentar a quantidade de policiais para que o horário de descanso seja proporcional a carga horária de trabalho, porque o efetivo atualmente tem estado abaixo do ideal e a consequência disso é a sobrecarga de um trabalho que por si só já é extremamente estressante. Com a mudança e o enrijecimento das leis faz com que os policiais se sintam desmotivados, pois prendem o infrator da lei, cumprindo o seu dever, e em grande parte das vezes o criminoso é solto em uma audiência de custódia, isso coopera para que aumente a vitimização policial. Para a Oliveira e Bardagi (2009, p. 155) “o estresse não advém apenas de eventos negativos, há eventos positivos que também vão representar uma carga emocional considerada excessiva”.

Deste modo ainda segundo Oliveira e Bardagi (2009, p. 156), o estresse se relaciona com o indivíduo e seu ambiente de trabalho, portanto nesse diapasão a carga excessiva de trabalho reflete no modo que o policial militar desempenha sua função.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Ao realizar a coleta dos dados para atingir o objetivo central do trabalho, que é compreender como o desgaste mental pode prejudicar o convívio familiar e conseqüentemente o desempenho na função, através da análise dos resultados obtidos nos mecanismos de buscas, foi possível selecionar os artigos e trabalhos científicos, que atenderiam da melhor forma possível as necessidades deste artigo.

Dentre os trabalhos pesquisados utilizou-se o artigo das psicólogas Katya Luciane de Oliveira e Luana Minharo dos Santos, para compreender como os fatores negativos do ambiente de trabalho geram o estresse e o desgaste mental. As autoras retrataram por meio do estudo exploratório e do uso da escala likert, a frequência com que os indivíduos perceberam que estavam estressados e, como que a vida laboral do policial o direciona para um ambiente de extremo estresse.

A amostra delas envolveram 24 indivíduos de dois batalhões da Polícia Militar de São Paulo. Como resultado da pesquisa as psicólogas constaram que 91,7% dos policiais se sentem estressados, sendo que o contínuo ritmo de trabalho, “possivelmente aumenta o cansaço físico e o desgaste emocional e depõe de forma negativa para a saúde mental do policial” (OLIVEIRA & SANTOS 2010, p. 240).

Nesse sentido a pesquisa de Minayo, Souza e Constantino (2008) contribuiu de forma positiva para identificar as condições materiais, técnicas e o ambiente de trabalho, ao qual os policiais militares estão inseridos. Deste modo os autores concluíram que na sua amostra, o índice de insatisfação era alto, vez que o reconhecimento institucional era baixo e que o volume de trabalho era excessivo.

Deste modo em relação a falta de reconhecimento 2,6% da amostra de Minayo e colaboradores (2008), eles acreditam que o volume de trabalho não é proporcional ao reconhecimento, quanto ao estresse e desgaste mental temos que dentre os entrevistados por Oliveira e Santos (2010) o índice foi de 91,7%.

Em relação aos problemas físicos e mentais foi utilizada a pesquisa de Minayo e colaboradores (2011), com esta foi possível compreender, com base na amostra dos policiais militares do Estado do Rio de Janeiro, como o ambiente de trabalho afeta o convívio familiar o aumento da agressividade, incidência do alcoolismo e as dificuldades conjugais.

Para a coleta de dados foi utilizado a triangulação de métodos, adotando como amostra a delegacia, academia de polícia e batalhão. “Também foi utilizada a escala SRQ20 (Self Report Questionnaire), desenvolvida por *Harding* que mede a existência de sofrimento psíquico” (MINAYO, ET AL, 2011 p. 2201).

Os autores concluíram que a atividade policial acarreta problemas e riscos quanto à saúde física. “A obesidade, observada com maior frequência em policiais militares, constitui relevante fator de risco que se associa à morte por hipertensão, ao aumento do colesterol e do açúcar sanguíneo” (MINAYO, ET AL, 2011 p. 2202). O

aumento da obesidade pode ser justificado pelo fato dos policiais militares possuírem uma carga de trabalho extensa, sendo que na maioria das vezes não possuem tempo suficiente para fazer suas refeições com tranquilidade e por isso não raras vezes se alimentam de comidas não saudáveis. Outro fator relevante é o do horário para as refeições, muitas vezes a hierarquia impõe as praças mais modernos um horário ruim, sendo que os melhores são resguardados aos mais antigos, o que corrobora para o aumento do peso.

O mal estado da saúde física, resultado de um trabalho desgastante, que exige muito controle emocional, para resolver problemas alheios sem deixar que este o afete, influencia diretamente na saúde mental/ psíquica, tornando a atividade mais árdua. Para os autores o sofrimento físico e mental é o resultado do conjunto das atividades que os policiais vivenciam em seu cotidiano (MINAYO, ET AL, 2011 p. 2201).

Ademais, a precarização dos instrumentos e as condições de trabalhos inadequadas, os salários desproporcionais e a falta da capacitação, fazem do ambiente de trabalho impróprio. “Esses fatores acabam configurando um quadro desfavorável tanto para a eficiência do trabalho policial, quanto para a própria saúde dos PMs” (SILVA & VIEIRA, 2008, p. 168). Em relação a PMGO o responsável por fornecer equipamentos em geral é o Governo do Estado de Goiás, entretanto não raras vezes a demora em fornecer materiais de qualidades, corrobora para prestação de serviço inadequada, sendo que a morosidade em substituir os equipamentos faz com que estes se tornem obsoletos.

Alguns estudos como o de Anchieta e colaboradores (2011, p. 203) tem demonstrado que as más condições de trabalho, e as relações socioprofissionais comumente são avaliadas como crítica pela amostra, o que caracteriza uma possibilidade de adoecimento.

Esta mesma pesquisa envolveu policiais que tinham menos de um ano na polícia, foi utilizado a escala ITRA (Inventário sobre o trabalho e riscos de adoecimento), para investigar os riscos de adoecimento e as exigências físicas, cognitivas e afetivas. Os resultados encontrados foram capazes de proporcionar uma compreensão de como o ambiente de trabalho, pode influenciar na saúde e conseqüentemente no desgaste mental do policial em geral.

Durante a pesquisa as autoras constataram que apesar da possibilidade de adoecimento alguns policiais avaliam os danos físicos, sociais e psicológicos como

suportável, porém durante os estudos de Anchieta e colaboradores (2011) foi possível constatar que 5,6% dos participantes homologaram atestados de saúde em até três vezes, desde que ingressaram na instituição, seja para acompanhamento familiar ou por outros motivos.

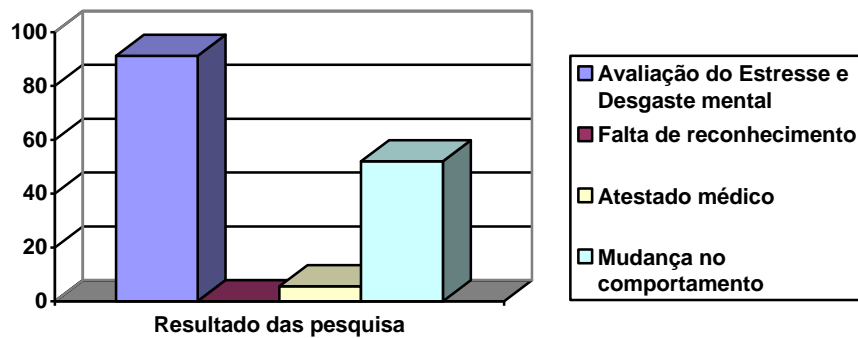
Quanto aos problemas familiares Derenusson & Jablonski (2010) definiram através de suas pesquisas, que o risco para o policial e o salário são um dos principais fatores de impacto. A amostra dos autores mencionados envolveu companheiras e esposas de policiais, pois para eles essa é a melhor maneira de avaliar o impacto sobre a família. Para obter os resultados os autores utilizaram o programa SPSS para tratamento estatístico

Deste modo em relação a fatores diretos foi constatado uma maior incidência em famílias cujos policiais realizam serviço externo, quanto aos fatores indiretos o horário de trabalho foi um fator destacado pela amostra como um elemento prejudicial. “O grupo de companheiras ligado aos policiais do serviço externo revelou maior insatisfação que o ligado aos policiais do serviço interno” (DERENUSSON & JABLONSKI, 2010, p.28). Nesse sentido muitas vezes em relação aos policiais da PMGO, muitos deixam de estar com suas famílias, para realizarem serviços extraordinários, em momentos que deveriam ser de folga e lazer, e isto o prejudica o seu convívio familiar, faltando o afeto, a convivência e o diálogo.

Nos resultados os autores obtiveram que os fatores que afetam a família são respectivamente “Preocupação com a Segurança do Policial (37% do total de respostas), Salário (32%), Preocupação com a Segurança da Família (12%), Atitudes do Policial em Casa (10%), Horário de Trabalho do Policial (8%), e Outros (1%)” (DERENUSSON & JABLONSKI, 2010, p.28)

Outro ponto levantado na pesquisa foi acerca da mudança de personalidade desde o ingresso na corporação, os resultados demonstraram que a mudança foi perceptível sendo que 52% das companheiras observaram a mudança. (DERENUSSON & JABLONSKI, 2010, p.28). A mudança no comportamento pode ser justificada pelo treinamento e pelo trabalho desgastante.

A seguir gráfico ilustrativo com os resultados obtidos, pela pesquisa bibliográfica:



Em razão do trabalho desgastante e da constante submissão ao risco, a atividade policial demanda longas e irregulares horas de trabalho árduo, nesse sentido de acordo com os estudos de Dias (2011, p.20) “isto resulta sempre em estresse psicológico e problemas familiares e de personalidade”. Outrossim, nas horas que deveriam ser de lazer e convívio familiar, muitas vezes o policial não consegue se desprender do trabalho e das ocorrências vez que os momentos de folga nem sempre são o suficiente.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este projeto permitiu analisar a forma com que o desgaste mental reflete na saúde mental do policial militar. Por meio dos estudos referenciados ao longo do trabalho, foi possível perceber que a atividade que o policial militar exerce o coloca frente ao perigo, e faz com que este tenha que lidar com situações do seu cotidiano que elevam o seu nível de estresse.

Desta forma, foi possível verificar através da pesquisa que o estresse influencia, no ambiente familiar do policial militar, uma vez que as suas atividades corroboram para que este se preocupe com a segurança de sua família. Por outro lado, a família também sofre com a ausência de seu ente querido, sendo que em alguns casos podem até mesmo se sentir abandonadas. Ainda no âmbito familiar foi possível perceber que em alguns casos os policiais militares, as vezes por não saber como lidar com o estresse se afastam de suas famílias, podendo inclusive buscar relacionamentos extraconjugais.

Nos resultados foi possível compreender melhor como alguns fatores internos, diretamente relacionados ao ambiente de trabalho exerce um impacto nos policiais

militares. Um dos pontos que foi levantado em relação a este assunto foi a falta de reconhecimento, apontado por uma das amostras trazidas no trabalho, os participantes relataram que o volume de trabalho não era proporcional ao reconhecimento, vez que o reconhecimento institucional era baixo.

Quanto ao desgaste mental, foi possível compreender de que modo o ritmo de trabalho, corrobora para que haja um desgaste emocional e físico.

Deste modo foi possível concluir que a carga de trabalho, a atividade desgastante, e que exige do policial muito controle emocional para lidar com os problemas de seu dia a dia, influencia em sua saúde mental, o que por si só faz com que o trabalho seja mais árduo.

Assim esse trabalho é importante, pois auxilia a compreender como o desgaste mental, inerente da atividade policial, pode influenciar na sua profissão, convívio familiar, e como afeta a sua saúde mental e física.

Por meio deste trabalho compreendemos como o desgaste mental pode influenciar a vida do policial militar em seu cotidiano, em todas as esferas de seu convívio. A atividade policial é árdua e exige muito preparo e para isso, nós precisamos deixar as atividades do trabalho no trabalho, é necessário ir para casa após uma jornada de trabalho e evitar pensar nas situações de estresse, apesar de ser difícil, é necessário não levar o estresse para as relações pessoais e familiares. Se envolver com a família é importante para que casos como os citados neste texto não aconteça conosco.

REFERÊNCIAS

ANCHIETA, V. C. C. et. al (2011). **Trabalhos e riscos de adoecimento**: um estudo entre policiais civis. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, Brasília, Abr-Jun 2011, Vol. 27 n. 2, pp. 199-208

BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília, DF: Senado Federal: Centro Gráfico, 1988

DERENUSSON, F. C & JABLONSKI, B. (2010). **Sob fogo cruzado**: o impacto do trabalho policial militar sobre a família do policial. *Aletheia* 32, p.22-37, maio/ago. 2010.

COLETA, A. S. M. D; COLETA, M. F.D (2008). **Fatores de estresse ocupacional e coping entre policiais civis**. *Psico-USF*, v. 13, n. 1, p. 59-68, jan./jun. 2008

DIAS, J. B. (2011) **A influência do estresse na qualidade de vida do policial militar**. 2011. Monografia (Bacharelado em Administração). Universidade de Brasília, Palmas-To

GADOTTI, M. (1990). **A dialética: concepção e método in:** Concepção Dialética da Educação. 7 ed. São Paulo: Cortez/Autores Associados, p. 15-38.

JESUS, J.L.B (2004). **Polícia militar e direitos humanos:** segurança pública, brigada militar e os direitos humanos no estado democrático de direito. Curitiba: Juruá, 2004.

MARCONI, M. de A; LAKATOS, E. M (2003). **Fundamentos de Metodologia Científica**, 5ª ed., São Paulo, Ed. Atlas S.A, 2003.

MENA, F. (2005). **O fracasso de um modelo violento e ineficaz de polícia**. Folha de São Paulo. 08/02/2015. Disponível em <<http://www1.folha.uol.com.br/ilustrissima/2015/02/1586223-o-fracasso-de-um-modelo-violento-e-ineficaz-de-policia.shtml>>. Acesso em 15 de janeiro de 2018.

MENDES, E. de. O. (2013). **A saúde psicossocial na segurança pública brasileira**. Rio de Janeiro: ESG 2013. Disponível em: <<http://www.esg.br/images/Monografias/2013/MENDESE.pdf>>. Acesso em 22 de janeiro de 2018.

MERINO, P. S. (2010). **Mortalidade em efetivos da polícia militar do Estado de São Paulo**. 2010. Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), São Paulo.

MINAYO, M. C. S., SOUZA, E. R., CONSTANTINO, P., (2008). **Condições materiais, técnicas e ambiente de trabalho**. In: Missão prevenir e proteger: condições de vida, trabalho e saúde dos policiais militares do Rio de Janeiro [online]. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2008, pp. 127-139. ISBN 978-85-7541-339-5

OLIVEIRA, P. L. M de; BARDAGI. M. P (2009). **Estresse e comprometimento com a carreira em policiais militares**. Universidade Luterana do Brasil. Boletim de Psicologia. 2010, vol. LIX, nº131: 153-166, Santa Maria RS.

OLIVEIRA, K. L. de; SANTOS, L. M. dos. (2010). **Percepção da Saúde mental em policiais militares da força tática e de rua**. Sociologias, Porto Alegre, ano 12, nº 25, set./dez. 2010, p. 224-250

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

SANTOS, A. C. M. dos (2013). **A interseção entre saúde e segurança pública:** Um estudo sobre prevenção, reabilitação e reinserção de policiais militares adictos. 124 f. il. 2013. Dissertação (Mestrado) — Faculdade de Direito, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2013.

SOUZA, L. I. de (2010). **Mídia e violência:** um estudo da atuação policial no Caso Eloá. Dissertação (Especialista)- Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2010.

SILVA, M. B.; VIEIRA, S. B (2008). **O processo de trabalho do Militar Estadual e a Saúde Mental**. Saúde e Sociedade, São Paulo, v. 17, n. 4, p. 161-170, 2008.

