

# SAÚDE DO POLICIAL MILITAR DO ESTADO DE GOIÁS

## MILITARY POLICE HEALTH

Jorge Luiz Ribeiro da Silva Nonato<sup>1</sup>

Tatiane Vilarinho<sup>2</sup>

### RESUMO

O objetivo da pesquisa é analisar os agravos à saúde dos policiais em decorrência do exercício da profissão militar. O presente trabalho pode ser determinado como pesquisa bibliográfica para uma fundamentação e aprimoramento das ideias, em um contexto exploratório. O nível alto de tensão pode acarretar em quadros de hipertensão arterial sistêmica, e unidos ao sedentarismo e excesso de peso, os policiais podem ser considerados como um grupo de risco de doenças cardiovasculares. Os dados da pesquisa mostram que as doenças cardiovasculares são os principais fatores de afastamento dos policiais militares e são gerados em sua maioria pelo estresse e a alta tensão que a profissão permeia. E acarretado por esse estresse está a hipertensão e o sedentarismo, que podem ser minimizados pela prática de atividade física, mas as jornadas de trabalho e os compromissos familiares e sociais, muitas vezes inviabiliza essa prática regular de atividade física.

Palavras-chave: Saúde. Polícia. Militar. Doenças.

### ABSTRACT

The objective of the research is to analyze the health problems of police officers resulting from the exercise of the military profession. The present work can be determined as bibliographical research to substantiate and improve ideas, in an exploratory context. High levels of tension can lead to systemic arterial hypertension, and combined with a sedentary lifestyle and being overweight, police officers can be considered a risk group for cardiovascular diseases. The research data shows that cardiovascular diseases are the main factors causing military police officers to leave and are mostly generated by the stress and high tension that the profession permeates. And caused by this stress is hypertension and a sedentary lifestyle, which can be minimized by practicing physical activity, but working hours and family and social commitments often make this regular practice of physical activity unfeasible.

Keywords: Health. Police. Military. Illnesses.

---

<sup>1\*</sup> Aluno do Curso de Praças, Turma B Goiânia, do Comando da Academia da Polícia Militar de Goiás (CAPM), Goiânia – GO, dezembro de 2023. E-mail: jorgeluzfla.JL@gmail.com

<sup>2\*\*</sup> Professor orientador, Doutora, Professora do Programa de Pós-Graduação e Extensão do Comando da Academia da Polícia Militar de Goiás, Goiânia – GO, dezembro de 2023.

## **1 INTRODUÇÃO**

A globalização propiciou para a sociedade as mais variadas mudanças, e no que tange a saúde e qualidade de vida, não foi diferente. Entrou em cena uma maior preocupação com o bem estar físico e mental das pessoas que estão inseridas no mercado de trabalho, pois as condições de trabalho afeta diretamente nas relações pessoais, na saúde e qualidade de vida, fora do ambiente de serviço. Quando de volta para o exercício da profissão militar essa preocupação se extenua, visto que as suas condições de trabalho se difere das demais profissões, pois nas situações rotineiras, podem gerar agravos irreversíveis para a saúde.

Isso acontece, pelo fato de a polícia militar ter como dever a garantia da segurança pública, preservando a ordem. O elevado crescimento da violência afeta diretamente a sociedade e os policiais. Ao se acrescentar as muitas horas de escala ininterrupta, cerca de um dia de trabalho, sem descanso, alimentação desregrada, gera um desencadeamento de doenças, o que pode afetar diretamente na qualidade do serviço prestado.

O policial militar corre risco diariamente, pois as suas condições de trabalho, muitas vezes são desfavoráveis, no que tange ao desempenho de suas funções. Esse profissional carece de uma atenção especial, pois exerce um importante papel na sociedade, pois atua no dever de preservação da ordem pública. Assim, o seu ambiente de trabalho causa desgaste físico e mental, para tanto, as condições de trabalho devem ter no mínimo, local com boas instalações físicas, equipamentos adequados para a rotina e necessidade de trabalho, assistência psicológica, física e mental, dentre outros, que ajudem na melhora da qualidade de vida dos militares.

As condições da segurança pública são um dos fatores que mais estressa no cotidiano do policial militar, o que acarreta uma agravamento da violência nas mais variadas formas e ações, visto que a criminalidade tem se extenuado cada vez mais na sociedade, e os policiais estão sempre em confronto para minimizar e combater essa realidade. Diante disso, se desencadeia doenças ocupacionais, em detrimento dos inúmeros distúrbios que o exercício da profissão desenvolve, acarretando transtornos físicos e mentais.

Assim, este trabalho se justifica pela necessidade de mostrar para a sociedade, que as vezes, pela função que exerce na preservação da ordem pública, o policial militar é incompreendido pela grande massa. Mas a vida do policial também tem seus problemas, e afetam de forma direta na qualidade de vida, pelo exercício extenuante da profissão militar.

Diante disso, o presente estudo tem como objetivo geral analisar os agravos à saúde decorrentes do exercício da profissão militar. E os objetivos específicos, entender os conceitos de saúde e bem estar, mostrar a relação entre saúde e polícia, salientar os problemas e riscos desenvolvidos no trabalho policial, e, analisar as características da saúde do policial militar.

A rotina de trabalho do policial militar é imprevisível, por estar sempre frente à situações de combate à criminalidade, não sabe se ao sair de casa, a maneira que poderá voltar e se voltará, o que por si só, já compromete o seu equilíbrio físico e mental. Desse modo, uma questão nos indaga, quais os agravos à saúde decorrentes do exercício da profissão militar?

## **2 REVISÃO DE LITERATURA**

### **2.1 SAÚDE E BEM ESTAR**

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), saúde pode ser definida como um estado de completo bem-estar físico, mental e social, não somente a ausência de doença. Muitos consideram esse conceito utópico, pois é impossível estar bem em todos os aspectos. Visto que corpo e mente estão interligados e se afetam mutuamente, assim como no meio a qual estamos inseridos, se atingimos, somos atingidos, tudo se relaciona.

Dessa forma se a mente está sobrecarregada com estresse acima do normal, a respiração se ofega, do mesmo modo quando o corpo está com tensão, a mente se sobrecarrega, e o controle da respiração pode acalmar a mente, pois o alívio tranquiliza o corpo.

Souza e Paixão (2022) determinam que o bem-estar pode ser sentido em níveis de qualidade e intensidade diversos, pois a natureza humana, por si só é plural e complexa, e cada indivíduo pode sentir e vivenciar de uma maneira. Para eles a doença está em sua gênese ligada a dor, mas a ausência de doença pode não necessariamente ser um indicativo de saúde, pois se tem a presença de doença, mas ela está controlada e tratada, a pessoa pode se sentir saudável.

Nesse sentido, pode-se definir o bem-estar como um estado de satisfação, em que a pessoa se sente bem emocional e fisicamente. E as relações interpessoais, o trabalho, sono, lazer, estão intimamente ligados à esse bem-estar, resultando em uma melhora na saúde.

Os termos saúde e qualidade de vida são bem amplos e abrangentes e pode ser aplicado na linguagem cotidiana dos policiais militares, por isso faz-se imprescindível compreender os processos que podem auxiliar e melhorar a qualidade de vida dos policiais, mediante a importância que estes profissionais tem na sociedade, pois são responsáveis pela preservação da ordem pública.

A atividade policial tem uma relação estreita com a saúde, pois para o exercício da profissão militar, requer do policial muito vigor físico e mental, pois para as operações diárias, muitas vezes estão no caminho subir morros, pular muros, carregar o armamento pesado. Eles precisam de boa aptidão física, sem contar os treinamentos. Mas na realidade, muitos policiais são pré-dispostos a doenças crônicas, como obesidade, hipertensão e depressão, em consequência do descontrole emocional da falta de qualidade de vida. E isso se torna um problema, pois em decorrência desses fatores os policiais encontram dificuldades de realizar as ocorrências. (BARRETO, 2021).

O exercício da profissão militar traz desgaste emocional, mental e físico, juntando isso a um ambiente impróprio para a realização das funções básicas do policial, contribui significativamente para uma má qualidade de vida, pois o policial está exposto a inúmeras maneiras que podem interferir negativamente na saúde desses profissionais.

A qualidade de vida dos policiais militares está associada a satisfação profissional, de maneira que para o exercício da profissão, o policial necessita ter uma boa capacidade de trabalho, associado uma boa aptidão física e condição de saúde, visto que o policial precisa ser apto físico, psíquico e cognitivo. Obstante a isso, pelo fato de ser uma profissão de risco, por si só, gera insatisfação, além de favorecer um envelhecimento precoce, de modo que os policiais podem se tornar com o decorrer do tempo de serviço, pessoas agressivas, arbitrarias e grosseiras, pelo desequilíbrio emocional. (PONTE, 2018)

Minayo, Assis e Oliveira (2011) relatam que os policiais são acometidos de forma mais acentuada e mais elevada as doenças coronárias, obesidade, hipertensão, agravos intestinais, alguns tipos de câncer, do que a população mundial. No Rio de Janeiro, especificamente, as taxas de morbidade e mortalidade são muito maiores do que a população como um todo. Na questão emocional, muitos policiais em decorrência dos riscos e desgaste, resultam em noites mal dormidas, aumento da agressividade, alcoolismo, dificuldade de relacionamento conjugal, e suicídio. E quanto maior o tempo de serviço na instituição, mais os efeitos associados ao estresse se agravam, além das mencionadas acima, gera ainda explosões emocionais e diversos tipos de dores crônicas, em decorrência do envelhecimento precoce.

Em um trabalho desenvolvido por Júnior e et. al (2018) eles pesquisaram 144 policiais do 4º Batalhão de Polícia Militar de Maringá, no Paraná. Os resultados demonstram que uma das maiores características para um comportamento preventivo em relação a saúde, é um bom relacionamento social, em segundo plano então a atividade física e a nutrição, e essa preocupação não é grande devida a extensa e instável carga horário de trabalho, em que o policial muitas vezes não tem tempo de ter uma alimentação adequada e nem para a realização

de atividade física, fora do ambiente de trabalho. E, no seu tempo livre, em vez de se preocupar com a preparação de alimentos mais saudáveis, ele prefere descansar, ou se preocupar e usar esse tempo para outras atividades.

Os turnos de no mínimo 12 horas de trabalho, gera um cansaço físico e mental, que dificulta em várias situações na vida do policial. Como pouco tempo para o convívio social e familiar, falta de lazer e descanso.

As rotinas exaustivas somadas ao fato de o policial não conseguir “retirar de seus ombros” o peso da profissão a qual defende que é do cumprimento da lei e manutenção da ordem e preservação do bem comum, faz com que o mesmo não se desvincule e sempre fique em estado de alerta, mesmo em momentos em que poderia está realizando um lazer ou algo do tipo. (DIAS, 2018).

O que demonstra que a rotina do policial interfere na saúde mental, por conta do cansaço e estresse. E muitas vezes é difícil desacelerar quando não se está em turno de serviço, no retorno a casa, mesmo amando a farda e o exercício da profissão, nem sempre são reconhecidos pelo serviço que exercem na sociedade pela população, sendo esta uma causa de bastante frustração por parte dos policiais. (SANTOS, 2019).

O trabalho policial é desenvolvido por profissionais que exercem o cumprimento das leis de segurança pública para o preservação da ordem pública, e dedica a uma função exclusiva do Estado, com desempenho de atividades e horários pré-estabelecidos, e a violência e à criminalidade são atividades corriqueiras no exercício da profissão policial, sendo um fator estressante para os indivíduos que trabalham na função militar, pois além de lidarem nas situações diárias com a violência, muitas vezes suas ações também precisam ser menos brandas, prudentes para o cumprimento de suas atribuições.

Ligado a isso, a profissão militar tem jornadas de trabalho excessivas, muitas vezes sem horas extras e o regulamento interno proíbe greves para uma melhora nessa questão. Barreto (2021) traz que essa jornada árdua pode acarretar nas ocorrências erros de procedimento, o que pode gerar a síndrome denominada de “bornout” que é quando os policiais apresentam um elevado grau de exaustão emocional, que afeta diretamente na realização do seu exercício profissional. Visto que a profissão militar necessita que o policial se doe ao máximo pelo outro, estando sempre em evidência os mais diversos sentimentos, como estresse, preocupação, angústia, aflição, dentre outros.

Para Lopes (2010) essa síndrome de “burnout” tem uma relação intrínseca com o mundo do trabalho, sendo considerada uma doença ocupacional, e a Lei nº 8.213/1991 e o

Decreto nº 3.048/1999 trazem em seu teor que essa síndrome é adquirida ou desencadeada nas condições de trabalho, cujo há fatores de riscos de natureza ocupacional ou agentes etiológicos. Isto é, o ritmo de trabalho é penoso, o que pode gerar dificuldades mentais e físicas ocasionado pelo exercício da profissão.

Outro fator que tem sido causa de preocupação, é a quantidade elevada de policiais que cometem suicídio, que no ano de 2019, de acordo com o levantamento da Revista Exame, no ano anterior 104 policiais cometeram suicídio no país, já os que morreram em confronto direto nas ruas, enquanto estavam em serviço, foram 87, número bem menor. (BARRETO, 2021).

Minayo, Assis e Oliveira (2011) ao analisar os impactos do trabalho na saúde física e mental de policiais militares e civis do Rio de Janeiro, mostram que há uma relação entre a sobrecarga de trabalho, sofrimento psíquico e adoecimento físico, e isso pode ser percebido nas duas corporações, tanto na militar, quanto na civil. Mas há uma diferença no sofrimento psíquico, pois os policiais militares tem 33,6%, enquanto os civis tem 20,3%, ou seja, os militares apresentam mais sintomas psicossomáticos, de ansiedade e depressivos, e isto pode ser percebido no elevado número de licenças por questões de distúrbios psiquiátricos.

## 2.2 O TRABALHO POLICIAL

O trabalho policial implica em estado de alerta diário, mesmo em sua folga, pois sua missão é defender o cidadão e preservar a ordem pública, isso pode ocorrer em qualquer momento. Desse modo, nem sempre a prática policial viabiliza clareza na atuação, pela pressão profissional, o que pode gerar dúvidas e angústia, estando sempre no estresse máximo, ligado ao cansaço físico e a perda do equilíbrio emocional, pode ocasionar que esses policiais atuem de maneira irracional em momentos de crises e caos, o que gera uma ineficácia de desempenho no exercício da profissão. Visto que, a profissão policial por si só é sacrificial, e podendo em momento de erro e perigo, perder a vida, sendo a morte um perigo real e diário, pois o policial pode sair para trabalhar e não voltar com vida para casa. (GOMES, 2021)

Visto a realidade de perigo da atuação policial, se o ambiente fora do profissional fosse saudável, com horas adequadas de repouso e lazer, poderia propiciar um melhor equilíbrio mental no exercício da profissão militar, entretanto, muitos militares em suas folgas fazem virtuais, ou seja, prestam serviços nos seus dias de folga, de modo a complementar a renda mensal. Essas situações desenvolvem maior desgaste mental e físico, o que conseqüentemente reduz a eficácia na atuação policial.

Entretanto, percebe-se que há poucos trabalhos que tratem acerca da saúde mental dos

Batalhões da Polícia Militar, e muitas vezes o policial não tem a liberdade de demonstrar suas limitações, emoções, angústias e frustrações, pela função que exerce na sociedade, o que gera mais agravos ainda, pois quando se manifesta e trata-se daquilo que prejudica a saúde mais rápido e menor será a possibilidade de risco. Portanto, como é o caso dos policiais no exercício da sua profissão, muitas vezes não cabe que sejam reveladas esses sintomas, pois muito possivelmente será um prejuízo diante de uma situação de risco. Visto que o policial lida diariamente com riscos reais e imaginários, e o estresse pode desencadear alerta e risco morte. (GOMES, 2021).

### **3 METODOLOGIA**

O presente trabalho pode ser determinado como pesquisa bibliográfica, que pretendemos através de revistas, sites, livros, artigos, entender mais sobre a temática da saúde na vida do policial militar. Este tipo de pesquisa coloca o pesquisador em contato direto com tudo aquilo que já foi produzido sobre o assunto da pesquisa.

O objetivo da pesquisa é analisar os agravos à saúde dos policiais em decorrência do exercício da profissão militar, de modo a entendermos mais acerca dos conceitos de saúde e bem-estar, a relação entre saúde e polícia, bem como os problemas ocasionados pelo trabalho policial.

Diante disso para uma fundamentação e aprimoramento das ideias, a pesquisa será em um contexto exploratório, que de acordo com Gil (2002) esse tipo de enfoque proporciona uma maior familiaridade com o problema, sendo bem flexível, o que possibilita variados relatos ao fato estudado, além de envolver um levantamento bibliográfico e o desenvolvimento de entrevistas com pessoas que tiveram experiência com o problema da pesquisa, no nosso caso será realizado uma entrevista com policiais que atuam no Município de Goiânia.

### **4 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

No exercício da profissão militar e ao assumir o papel de ‘herói’ muitas vezes a eles outorgados, o policial nega a sua própria vulnerabilidade, frente ao desgaste mental e físico ainda continua se envolvendo diariamente nas mais diversas situações de perigo, o que pode acarretar um estresse por sobrecarga de atividades, pois os policiais são continuamente desafiados a uma cobrança no cumprimento das ações para alcançar a sua missão profissional de preservação da ordem pública e quando alcançados certas metas de trabalho outras surgirão,

um ciclo sem fim. E, uma característica marcante dessa classe de trabalhadores é o silêncio, preferem sofrer sozinhos e calados.

Essa realidade reflete, frente aos dados do Anuário Brasileiro de Segurança Pública 2023, um endividamento pelos custeios advocatícios em decorrência das ações de intervenção policial, pois no Brasil o policial é sempre culpado até que prove o contrário. Isso demonstra a vulnerabilidade dos policiais na sua função profissional. Essa categoria carece de ações de reflexão da segurança pública na garantia da insegurança pública dos próprios policiais.

Juliana e Cruz (2023) mostram que os dados referentes as mortes de policiais em 2023 disponibilizados pelo Anuário 2023 mostra um cenário que preocupa, policiais estão morrendo mais em confronto ou por lesão não natural na folga, suicídio e em último por confronto em serviços, 161 policiais morreram assassinados e 82 por suicídio a cada 10, 7 foram mortos em suas folgas.

Esse fator mostra o que já decorremos anteriormente, que os policiais não deixam o ofício quando tiram suas fardas, eles são policiais 24 horas por dia, independente se estiver de folga ou não. Muitos têm dificuldade de se adequar a isso, mas precisam tomar medidas constantes de proteção e escolher bem os ambientes de passeio.

Figura 1 e 2 - Policiais mortos em serviço ou folga

Brasil e Unidades da Federação	Policiais Civis mortos em confronto em serviço		Policiais Militares mortos em confronto em serviço		Policiais Civis mortos em confronto ou por lesão não natural fora de serviço		Policiais Militares mortos em confronto ou por lesão não natural fora de serviço	
	Ns. Absolutos		Ns. Absolutos		Ns. Absolutos		Ns. Absolutos	
	2021 <sup>(4)</sup>	2022	2021 <sup>(4)</sup>	2022	2021 <sup>(4)</sup>	2022	2021 <sup>(4)</sup>	2022
Brasil	7	1	15	18	16	20	79	94
Acre	-	-	-	-	-	-	-	-
Alagoas	-	-	-	-	1	-	2	1
Amapá	-	-	-	-	-	-	-	2
Amazonas	...	...	...	...	...	...	...	...
Bahia	-	-	5	1	1	2	7	8
Ceará	1	-	1	-	-	1	7	7
Distrito Federal	-	-	-	-	-	-	1	-
Espírito Santo	-	-	-	2	1	-	1	2
Goiás	-	-	...	...	-	1	4	5
Maranhão	-	-	-	-	-	-	5	3
Mato Grosso	-	-	-	-	-	-	1	1
Mato Grosso do Sul	-	-	-	-	-	-	-	-
Minas Gerais	-	-	-	1	-	-	-	-
Pará	-	-	1	1	-	2	11	14
Paraíba	-	-	-	-	-	-	4	6
Paraná	-	-	-	1	-	-	-	-
Pernambuco	1	-	2	2	1	1	8	10
Piauí	-	-	-	1	-	1	7	3
Rio de Janeiro	...	...	...	...	...	...	...	...
Rio Grande do Norte	-	-	-	-	2	2	5	4
Rio Grande do Sul	-	-	1	-	1	-	3	4
Rondônia	-	-	-	-	1	2	1	-
Roraima	-	-	-	1	-	-	-	-
Santa Catarina	-	-	1	2	1	-	1	1
São Paulo	4	1	4	6	6	7	11	19
Sergipe	1	-	-	-	1	-	-	1
Tocantins	-	-	-	-	-	1	-	3



Fonte: Anuário Brasileiro de Segurança Pública (2023)

Brasil e Unidades da Federação	Suicídio de Policiais da Ativa								
	Polícia Militar		Polícia Civil		PM e PC				Variação (%)
	Ns. Absolutos		Ns. Absolutos		Ns. Absolutos		Taxa <sup>(1) (2)</sup>		
	2021 <sup>(3)</sup>	2022	2021 <sup>(3)</sup>	2022	2021 <sup>(3)</sup>	2022	2021	2022	
Brasil	78	69	23	13	101	82	0,2	0,2	-18,8
Acre	1	-	-	-	1	-	0,3	-	-
Alagoas	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Amapá	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Amazonas	2	1	-	-	2	1	0,2	0,1	-50,0
Bahia	5	6	-	1	5	7	0,1	0,2	40,0
Ceará	2	3	1	1	3	4	0,1	0,2	33,3
Distrito Federal	4	3	-	1	4	4	0,3	0,3	0,0
Espírito Santo	3	3	-	-	3	3	0,3	0,3	0,0
Goiás	1	4	1	-	2	4	0,1	0,3	100,0
Maranhão	2	2	1	-	3	2	0,2	0,2	-33,3
Mato Grosso	1	2	1	-	2	2	0,2	0,2	0,0
Mato Grosso do Sul	2	2	1	2	3	4	0,4	0,6	33,3
Minas Gerais	...	...	...	...	...	...	...	...	...
Pará	1	-	2	-	3	-	0,2	-	-
Paraíba	2	-	-	1	2	1	0,2	0,1	-50,0
Paraná	1	5	1	-	2	5	0,1	0,2	150,0
Pernambuco	7	7	1	-	8	7	0,4	0,3	-12,5
Piauí	-	-	1	-	1	-	0,1	-	-
Rio de Janeiro	13	5	2	1	15	6	0,3	0,1	-60,0
Rio Grande do Norte	-	1	-	-	-	1	-	0,1	0,1
Rio Grande do Sul	7	5	2	1	9	6	0,4	0,3	-33,3
Rondônia	2	-	-	-	2	-	0,3	-	-
Roraima	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Santa Catarina	4	1	-	2	4	3	0,3	0,2	-25,0
São Paulo	16	16	8	3	24	19	0,2	0,2	-20,8
Sergipe	2	3	1	-	3	3	0,4	0,4	0,0
Tocantins	-	-	-	-	-	-	-	-	-

As organizações policiais devem ter um olhar mais amplo, não somente para os que morrem, mas para os que adoecem também. E existem inúmeros acometimentos em decorrência do exercício da profissão militar que não necessariamente matam o policial, mas dá sinais que podem ser preventivos para uma morte futura, as comorbidades precisam de uma extrema atenção, pois será que policiais estão sendo afastados por questão de saúde mental? Após a licença voltam a trabalhar normalmente? Como são reinseridos no trabalho policial? Quantos policiais são afastados por hipertensão ou doenças cardíacas?

A figura abaixo mostra o Relatório de encaminhamentos de policiais ao Centro de Saúde Integral do Policial Militar do Estado de Goiás e abrange o período de 01/01/2023 a 26/10/2023.

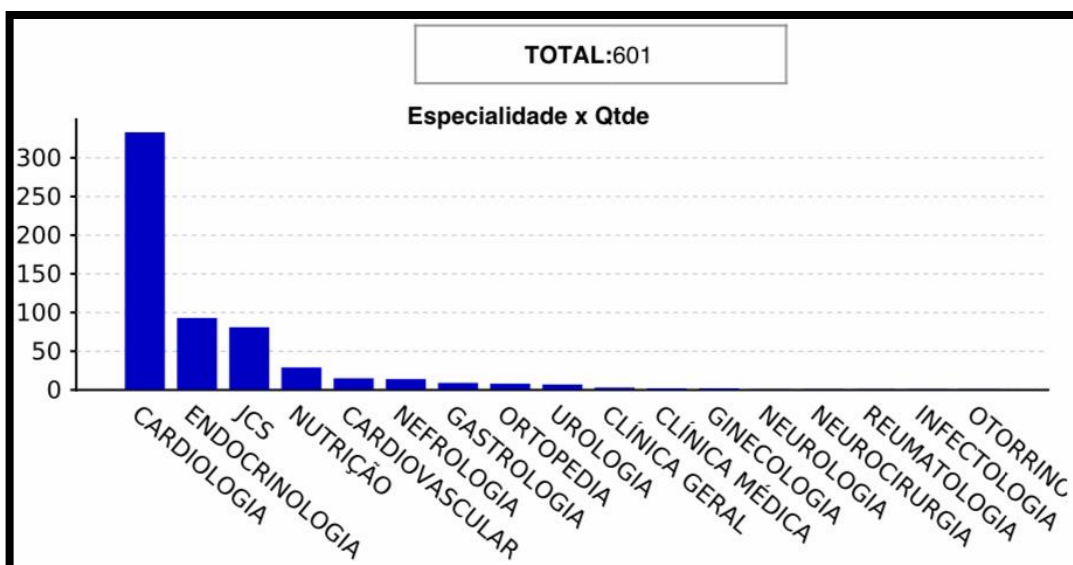
Tabela 1- Relatório de Encaminhamentos Medicina

ESPECIALIDADE	QUANTIDADE	%
CARDIOLOGIA	333	55,41 %
ENDOCRINOLOGIA	93	15,47 %
JCS	81	13,48 %
NUTRIÇÃO	29	4,83 %
CARDIOVASCULAR	15	2,50 %
NEFROLOGIA	14	2,33 %
GASTROLOGIA	9	1,50 %
ORTOPEDIA	8	1,33 %
UROLOGIA	7	1,16 %
CLÍNICA GERAL	3	0,50 %
CLÍNICA MÉDICA	2	0,33 %
GINECOLOGIA	2	0,33 %
NEUROLOGIA	1	0,17 %
NEUROCIURGIA	1	0,17 %
REUMATOLOGIA	1	0,17 %
INFECTOLOGIA	1	0,17 %
OTORRINOLARINGOLOGIA	1	0,17 %

Fonte: Centro de Saúde Integral do Policial Militar, Secretaria do Estado de Segurança Pública, 2023.

Os dados mostram que 601 policiais nesse intervalo de tempo foram encaminhados e 55% para a especialidade Cardiologia, ou seja, 333 como mostra o gráfico a seguir.

Tabela 2 – Especialidade x Quantidade



Fonte: Centro de Saúde Integral do Policial Militar, Secretaria do Estado de Segurança Pública, 2023.

Esses dados corroboram com Loiola (2018) que mostra que as doenças cardiovasculares são os principais fatores de afastamento dos policiais militares, que são gerados muitas vezes pelo estresse e alta tensão permeados pela profissão, ligados ainda a hipertensão e ao sedentarismo constituem os policiais como um grupo de risco as doenças cardiovasculares. É uma solução séria a prática de atividade física, mas as jornadas de trabalho e os compromissos familiares e sociais, muitas vezes inviabiliza a prática regular de atividade física.

O nível alto de tensão pode acarretar em quadros de hipertensão arterial sistêmica, e unidos ao sedentarismo e excesso de peso, os policiais podem ser considerados como um grupo de risco de doenças cardiovasculares.

Gonçalves (2018) também salienta que as doenças cardiovasculares são as maiores causas de afastamento dos policiais e pode ser por inúmeros fatores, e o que mais se destaca é o sedentarismo e a má alimentação e a maneira de diminuir essa realidade é pela prática de exercícios físicos diários, pois traz benefícios à saúde e ajuda na prevenção de outras doenças.

Ademais, uma das principais causas de estresse na vida do policial tem sido sua atividade profissional, por estar sempre em evidente vulnerabilidade e risco, além de exigir uma grande capacidade de isenção em determinadas situações de estresse e que favorece o desenvolvimento do adoecimento mental e físico.

Reis (2018) acredita que os diferentes níveis de violência que o exercício da profissão militar lida diariamente tem comprometido sua saúde mental, visto que o policial precisa estar em constante alerta, por estar sempre em risco iminente, sem uma pausa necessária para o descanso, pois as cargas de serviço são desgastantes. São muitos os fatores que podem interferir

no quadro psicológico do policial, que mesmo sendo qualificado e instruído para lidar com as mais variadas situações do cotidiano, o estresse e o adoecimento mental tem gerado um risco no desenvolvimento da função e atuação do policial, uma vez que precisam sempre agir de maneira rápida e eficiente para não colocar sua vida e dos outros em risco.

Os riscos são reais e presentes sejam por agressões físicas e psicológicas, ferimentos por armas de fogo ou armas brancas, acidentes de trânsito, o policial atua em um trabalho bastante desgastante física e psicologicamente, está constantemente exposto ao perigo e a violência, com sobrecargas que repercutem na vida familiar, nas relações sociais e principalmente na saúde e na qualidade de vida (LOIOLA, 2018).

A carga horária também pode ser considerado como um fator de agravamento das doenças, Rodrigues (2018) descreve que os turnos são cansativos e variam as escalas, com 12x24, 12x36, 12x38 e 24x72 horas, em que os policiais trabalham horas seguidas de trabalho, passando por situações diversas nas rondas em períodos diurno e noturno com risco iminente de perder a vida e o salário, muitas das vezes não cobre as despesas e o policial para suprir os gastos aumenta sua carga de trabalho que já é grande, com atividades extrapoliciais e virtuais, sem um descanso devido, resultando em grande desgaste físico e mental, o que pode aumentar o risco de desenvolver doenças ocupacionais.

Essas jornadas de trabalho excessivas, podem resultar em erros de procedimento, o que pode gerar a síndrome denominada de “burnout” considerado como um transtorno adaptativo crônico desenvolvido por policiais que apresentam um elevado grau de exaustão emocional, e afeta diretamente na realização do seu exercício profissional. Essa síndrome não tem um alvo específico, pode ser adquirido em qualquer profissão e pode ser classificada em quatro categorias: físicos (fadiga, enxaqueca, diarreia, insônia, palpitação, hipertensão, e outros), psíquicos (perda de memória, baixo nível de concentração, falta de atenção, depressão, baixa autoestima, outros), comportamentais (irritabilidade, aumento no consumo de bebidas alcoólicas, substâncias ilícitas, cigarro, pensamentos suicidas, outros) e defensivos (isolamento, tristeza, ironia, dentre outros. (RODRIGUES, 2018).

Portanto, a vida do policial pode ser afetada por inúmeros fatores que vão desde a sobrecarga de trabalho, periculosidade da profissão, infraestrutura, problemas internos e/ou externos, traumas, problemas psicológicos, depressão, estresse, fadiga, síndrome de “Burnout” sendo muitas vezes a porta de entrada para problemas de saúde mais graves, como diabetes, hipertensão, doenças cardiovasculares, dentre outras.

Santos (2012) mostra que as condições de trabalho dos policiais militares não são favoráveis e pode acarretar diversas enfermidades, pois as atividades desempenhadas são

estressantes e perigosas, e está relacionada na missão de manter a segurança e integridade de si mesmo e da sociedade. E além das doenças físicas mesmo com o preparo físico que a corporação oferece a saúde psicológica tem sido agravada, pois um ambiente de tensão traz danos severos, além de comprometer o rendimento no exercício da profissão.

Existe um problema e uma medida que pode ser eficaz na diminuição do estresse pelo trabalho policial é melhorar de tomar gradual o efetivo do Polícia Militar de Goiás, propiciando uma melhor condição de trabalho, a fim de melhorar a qualidade de vida e trabalho dos policiais, afetando diretamente na motivação e sensação de felicidade na profissão, pois a medida que essas sensações são propiciadas no ambiente de trabalho, melhores são os resultados.

## **5 CONCLUSÃO**

O objetivo da pesquisa é analisar os agravos à saúde dos policiais em decorrência do exercício da profissão militar. A saúde do policial está intimamente ligada ao estresse e as pressões diárias e geram desordens físicas e psíquicas, o que pode ocasionar doenças como hipertensão, diabetes, cardiovasculares, síndromes, bournet, aumento de bebidas alcoólicas, fumo, dentre outras.

O nível alto de tensão pode acarretar em quadros de hipertensão arterial sistêmica, e unidos ao sedentarismo e excesso de peso, os polícias podem ser considerados como um grupo de risco de doenças cardiovasculares.

Os dados da pesquisa mostram que as doenças cardiovasculares são os principais fatores de afastamento dos policiais militares e são gerados em sua maioria pelo estresse e a alta tensão que a profissão permeia. E acarretado por esse estresse está a hipertensão e o sedentarismo, que podem ser minimizados pela prática de atividade física, mas as jornadas de trabalho e os compromissos familiares e sociais, muitas vezes inviabiliza essa prática regular de atividade física.

Portanto, a atividade policial é bastante desgastante e necessita de ações que acompanhem os policiais para a realização periódica de exames e consultas para a sua própria segurança, pois a medida que estão com problemas físicos e psicológicos, podem apresentar alterações de comportamento que inviabiliza o manuseio de armas de fogo, pois podem ser um risco para si e para aqueles que o cercam.

## **REFERÊNCIAS**

ARROYO, T. R.; BORGES, M. A. **Saúde e qualidade de vida de policiais militares.** Revista Brasileira de Promoção à Saúde. Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto. São Paulo, 2019.

DIAS, L. L. F. ; DANTAS, T. S. **Relações saúde-doença-trabalho e os principais aspectos que norteiam a saúde do policial militar.** Disponível em:  
<https://acervodigital.ssp.go.gov.br/pmgo/bitstream/123456789/1416/1/Lucas%20Lamounier%20Ferreira%20Dias.pdf>> Acesso em: 23 agosto de 2023.

PONTE, P. A.; BELCHIOR, W. B. **O enfoque dos estudos sobre a saúde do policial militar.** Disponível em:  
<https://acervodigital.ssp.go.gov.br/pmgo/bitstream/123456789/832/3/Piertson%20Alves%20Ponte.pdf>> Acesso em: 25 agosto de 2023.

SANTOS, C. P. **Impacto da saúde mental do policial militar frente a rotina de trabalho.** Disponível em:  
<https://acervodigital.ssp.go.gov.br/pmgo/bitstream/123456789/2235/1/Charliton%20Pereira%20dos%20Santos-corrigido.pdf>> Acesso em: 25 agosto de 2023.