



POLÍCIA MILITAR DO ESTADO DE GOIÁS
COMANDO DA ACADEMIA DE POLÍCIA MILITAR
DIRETORIA DE ENSINO E PESQUISA
ESPECIALIZAÇÃO EM POLÍCIA E SEGURANÇA PÚBLICA



ARTHUR HENRIQUE CAMPOS FARIA

SAÚDE DOS POLICIAIS MILITARES

GOIÂNIA-GO

2024

ARTHUR HENRIQUE CAMPOS FARIA

SAÚDE DOS POLICIAIS MILITARES

Artigo Científico apresentado como exigência para conclusão da disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso da Pós-Graduação em Polícia e Segurança Pública pelo Comando da Academia de Polícia Militar de Goiás, sob a orientação do Prof. Me. Gustavo Caires Neves Magalhães

GOIÂNIA-GO

2024

SAÚDE DOS POLICIAIS MILITARES HEALTH OF MILITARY POLICE OFFICERS

Arthur Henrique Campos Faria ¹
Gustavo Caires Neves Magalhães ²

Resumo

A segurança pública na sociedade contemporânea enfrenta muitos problemas. As altas demandas de trabalho, bem como inúmeros problemas psicológicos e psicossociais, assolam a classe policial militar. Este artigo tem como objetivo verificar como está a saúde do policial militar. Para isso, foi realizada uma pesquisa bibliográfica a fim de levantar o referencial teórico necessário. Os profissionais de segurança pública, especialmente os policiais militares, têm a responsabilidade de compreender a dinâmica dos grupos humanos e da proteção social. A literatura científica aponta uma variedade de doenças que afetam os policiais, causadas ou não pelo seu trabalho: transtornos mentais, riscos cardiovasculares, lesões musculoesqueléticas, deficiência auditiva e problemas de saúde bucal. A ausência do trabalho por motivos de saúde é generalizada, tais como: condições ortopédicas causadas por traumas, além da incidência de condições como dislipidemia, que fazem parte da síndrome metabólica.. Por fim, recomenda-se desenvolver uma política de saúde pública da polícia militar e integrá-la aos serviços de saúde das empresas militares.

Palavras-chave: Saúde; Policial Militar; Profissionais da segurança pública.

Abstract

Public security in contemporary society faces many problems. High work demands, as well as countless psychological and psychosocial problems, plague the military police class. This article aims to check the health of military police officers. For this, a bibliographical research was carried out in order to gather the necessary theoretical framework. Public security professionals, especially military police officers, have the responsibility to understand the dynamics of human groups and social protection. Scientific literature points to a variety of illnesses that affect police officers, whether or not caused by their work: mental disorders, cardiovascular risks, musculoskeletal injuries, hearing impairment and oral health problems. Absence from work for health reasons is widespread, such as: orthopedic conditions caused by trauma, in addition to the incidence of conditions such as dyslipidemia, which are part of metabolic syndrome. Finally, it is recommended to develop a public health policy for the police military and integrate it with the health services of military companies.

Keywords or Palabras clave: Health; Military police; Public security professionals.

¹ Aluno do Curso de Formação de Praças: Arthur Henrique Campos Faria - Especialização em Polícia e Segurança Pública do Comando da Academia de Polícia Militar de Goiás, email: arthurhenrique730@gmail.com Telefone: (64)996633281

² Orientador: Gustavo Caires Neves Magalhães - Professor da Especialização em Polícia e Segurança Pública do Comando da Academia de Polícia Militar. Mestre em Avaliação e Assistência e Saúde. Email: cairesgustavo@yahoo.com.br . Telefone: (62)99216-1988

1 INTRODUÇÃO

Os policiais estão sujeitos a uma variedade de fatores negativos que podem criar estresse extremo. O cansaço físico e o desequilíbrio emocional podem fazer com que esses profissionais adotem atitudes irracionais durante situações de crise. Esta atitude pode levar a uma falta de eficácia no desempenho das suas funções profissionais, colocando os agentes policiais e o público em risco potencial. A profissão militar se caracteriza por exigir que os indivíduos façam inúmeros sacrifícios pela vida dos outros, inclusive pela própria. A morte é um fato da vida deste profissional, pois ele deve saber lidar com a morte de vítimas, criminosos, colegas, e sabendo que sua própria vida está em perigo (Oliveira et al.,2010)

Os policiais lidam com riscos reais e imaginários em sua profissão. Como resultado, a dor e o estresse podem piorar. Profissionais que auxiliam diretamente outras pessoas estão suscetíveis ao estresse. Os sintomas são diversos, sendo alguns: fadiga persistente e progressiva, dores musculares, distúrbios do sono, distúrbios gastrointestinais, dentre outros. São muitos os casos em que a saúde física e mental dos policiais militares são prejudicadas. Essa realidade gera sofrimento psíquico que reduz a eficácia da atuação profissional. No Brasil, ainda são poucos os estudos realizados em nível nacional sobre a saúde mental do policial militar.

O trabalho policial pode ser descrito como extremamente desgaste físico e mental, principalmente devido à exposição constante a perigos, riscos iminentes, horários irregulares de trabalho, alimentação e longos períodos em pé. Estas características do trabalho podem afetar a saúde de um agente, prejudicando a sua qualidade de vida e relações sociais, o que prejudica o seu desempenho e colocar a sua vida e de outras pessoas em risco. Diante disso, fica evidente a relevância de investigar a saúde mental dos policiais. (Souza et al.,2014).

Para as organizações militares, as questões de saúde mental ocupam um lugar de destaque no seu planejamento operacional e estratégico, dado a importância de proporcionar condições de trabalho adequadas aos profissionais de segurança pública, tanto a nível social como institucional. Logo indaga-se: Como anda a saúde mental dos policiais militares?

O trabalho em questão tem como foco examinar o impacto da saúde mental de policiais militares na qualidade do serviço prestado à comunidade. Assim, o objetivo geral da pesquisa é investigar a relação entre a incidência de doenças mentais e a qualidade de vida no trabalho nos policiais militares do estado de Goiás. Como objetivos específicos tem-se: Compreender o impacto da violência no cotidiano do Policial Militar; conceituar violência; e por fim, verificar as principais causas de adoecimento mental de Policiais Militares.

A metodologia dessa pesquisa se dará através de uma abordagem qualitativa, ou seja, será baseada em uma pesquisa de bibliográfica sobre a temática: O impacto da violência na saúde mental dos policiais militares da PM-GO.

2 A VIOLÊNCIA NA SOCIEDADE BRASILEIRA

Hoje se vivenciam cenas de violência quase todos os dias. Como resultado, as ruas das cidades brasileiras ficam com sentimento de insegurança e medo. Essas sensações são reforçadas pelas cenas brutais veiculadas nos noticiários. Essa violência pode provocar diversos sentimentos, como opressão e ansiedade (Reis, 2017).

A violência é considerada um fator histórico na sociedade brasileira. Fatores como escravidão, colonização, coronelismo e um estado caracterizado pelo autoritarismo burocrático contribuíram para o aumento da violência no Brasil ao longo dos anos (Reis, 2017).

Fatores como o aumento da urbanização e a migração em massa para áreas urbanas levaram a um aumento da violência na sociedade brasileira, fazendo com que os centros urbanos ficassem fora de controle. Recessão econômica, desigualdade social e consumo desenfreado também contribuem para o aumento da violência (Reis, 2017).

Segundo Reis (2017), o poder público adota uma atitude tímida diante dessa situação social. Contudo, mesmo o envolvimento do governo brasileiro em práticas corruptas pode contribuir para esse comportamento criminoso. Fatores como as vastas desigualdades sociais do país favorecem a acumulação de violência. O investimento insuficiente na educação e até mesmo a falta de melhorias nas políticas públicas levaram a um sentimento de impunidade.

O autor acrescenta ainda que na democracia a polícia é a protagonista no combate ao crime. Sendo uma democracia, a participação popular também ajuda a controlar a violência. O medo da violência no Brasil só aumentou e os casos de impunidade apenas confirmam esses sentimentos. A lei acaba deixando brechas que permitem que os presos sejam libertados muito rapidamente para cometerem novamente os mesmos crimes, e as prisões acabam tornando os presos mais perigosos porque não há reabilitação

Em termos de questões sociais, a violência pode ser vista como um mecanismo de defesa da população diante de tamanha desigualdade social. A violência acaba aterrorizando a população, que acaba se afastando da política e das questões sociais, deixando a população nas mãos de políticos que podem facilmente manipulá-la. O governo destrutura a população ao comprar meios de comunicação que manipulam informações para ignorar os verdadeiros números da violência no Brasil (Reis, 2017).

Portanto, segundo Almeida (2010), a violência da nação brasileira é resultado de uma longa história de barbárie. Envolve também diversos fatores da sociedade como a justiça, a segurança pública, logo a população clama por melhorias sociais e mudanças políticas como alternativas para a redução dos índices de criminalidade.

2.1 A Saúde Do Policial Militar

Como observa Minayo (2008), a profissão policial não é apenas reconhecida pelos perigos inerentes, mas também pelo estresse significativo vivenciado por esses indivíduos que estão expostos a cenas cotidianas de violência. Embora a principal responsabilidade de um policial seja defender a ordem pública, a função evoluiu ao longo do tempo, resultando na perda de identidade e no acúmulo de várias tarefas adicionais.

Com isso, esses profissionais sentem-se desanimados devido ao alto estresse do dia a dia, aliado aos baixos salários e à pressão para alcançar resultados satisfatórios, resultando em baixa produtividade. A profissão é frustrante devido ao alto estresse diário, pressão para obtenção de resultados e baixos salários, levando à diminuição da produtividade (Minayo, 2008).

O policial é uma ferramenta essencial na erradicação da criminalidade, por isso ele tem que passar diariamente por situações muito cansativas para desempenhar suas funções básicas, conciliando sua vida profissional com situações estressantes do dia a dia (Sousa, 2022).

Segundo Mendes (2013), os policiais militares devem possuir uma série de qualidades para exercer suas funções, tais como: inteligência, rapidez, calma, autoridade, etc. Fica evidente que com o passar dos anos (Minayo, 2008) esses profissionais acabam desenvolvendo determinados problemas psicológicos como: alcoolismo, depressão, insônia, além de algumas enfermidades físicas. O momento mais estressante da carreira é o início, pois o profissional está constantemente sob pressão para alcançar resultados, o que afeta constantemente seu estado emocional.

Para os órgãos policiais militares, devido ao alto risco de suas atribuições, a grande maioria das situações de alerta são frequentes convocados mesmo fora do horário de trabalho. Como resultado, estes momentos estressantes podem levar a desequilíbrios psicológicos que vão desde um sofrimento menor até condições mais graves. (Costa; Estevam, 2014)

Por seu papel de defensor da sociedade, está sempre em conflito com malfeitores ou organizações criminosas. Portanto, acabam sendo constantemente afetados por uma variedade

de fatores negativos que, se acumulados ou não tratados, podem eventualmente produzir quadros como depressão, ansiedade, estresse, entre outros.

O cansaço físico e mental e a falta de equilíbrio emocional levam esses profissionais a adotarem uma atitude indiferente diante de certas situações. Nesta realidade, o desempenho da polícia pode ser prejudicado, colocando ainda mais em risco potencial a vida de soldados e civis.

Quanto mais situações estressantes os policiais vivenciam, mais agressivos eles se tornam, e essas situações acabam por interferir no ambiente doméstico. O suicídio é comum nesta profissão e ocorre em situações extremamente estressantes.

Mendes (2013) identifica as principais angústias dos Policiais Militares: sua autoridade é questionada, eles são as pessoas da sociedade, ainda fazem sacrifícios pessoais pelo bem de todo o coletivo, os horários são inflexíveis, completamente estressantes e ainda baixos salários.

Um dos fatores que contribui para o aumento do estresse no trabalho na força policial pode estar relacionado com restrições sociais às expressões de sua dor, frustração e emoções. Para os policiais, esse fato se torna ainda mais grave, pois se não houver espaço para revelar e lidar com essas manifestações, esses sintomas podem ser prejudiciais em situações de risco. (Oliveira, Santos; 2010)

Outro momento tenso para esta profissão são as críticas negativas veiculadas diariamente nos noticiários pela mídia, que colocam em xeque a atuação policial que, embora se sabe que esses profissionais estão dando o melhor de si, ainda são pouco reconhecidos pela sociedade (Oliveira, Santos, 2010).

Dado o código de conduta bastante rígido, onde qualquer erro é punível, os policiais acabam trabalhando em um ambiente de muita atenção e cautela, o que repercute positivamente nos aspectos psicológicos desses profissionais. Esses profissionais têm grande probabilidade de morrer no desempenho de suas funções (Minayo, 2008).

Diante de uma sociedade permissiva, os policiais acabam recorrendo a drogas lícitas e, por vezes, ilegais, para diminuir suas dores emocionais e relaxar, levando à dependência de um grande número de pessoas (Mendes, 2013).

No Brasil, até o momento, nenhum estudo conseguiu definir com precisão a prevalência do abuso de álcool entre policiais militares e sua correlação com doenças mentais. Problemas como estresse e álcool estão intimamente relacionados e afetam a maioria dos militares, de soldados a coronéis (Gomes, 2021).

Mesmo diante de tantas adversidades, esses profissionais acabam continuando na carreira devido à estabilidade financeira, embora a maioria deles esteja insatisfeita com seus salários. Diante de uma sociedade exigente, de uma profissão que acaba exigindo cada vez mais desses profissionais habilidades e preparo físico e mental para desempenhar essa função, surgem cada vez mais barreiras psicológicas. Portanto, o corpo continua suas atividades diárias mesmo quando apresenta sinais de cansaço (Mendes, 2013).

Como a criminalidade aumenta a cada dia e os riscos são elevados, os policiais acabarão por desenvolver certas doenças mentais. Alguns sintomas se desenvolvem ao longo de muitos anos de trabalho. (Minayo, 2008)

O crime contribui com medo inesperados, e esse sentimento causa ansiedade. É caracterizada pelo medo do inesperado. Algumas pessoas desenvolvem transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) como resultado de traumas graves causados pela exposição contínua a cenas violentas.

O estresse também está relacionado ao sentimento de condições objetivas e subjetivas insatisfatórias para o desempenho do trabalho, à falta de reconhecimento social e, obviamente, também à personalidade de cada policial, que vivencia prazer e ansiedade de forma diferente. (Minayo *et al*, 2008, p. 221)

Segundo Minayo (2008, p. 222), o uso de drogas também é comum entre os policiais devido ao seu trabalho diário exigente e à convivência em ambientes perigosos e regidos pela violência. Trata-se aqui de drogas lícitas, como cigarros e bebidas alcoólicas, mas não descartamos a possibilidade do uso de drogas ilícitas. A razão do uso dessas substâncias é o relaxamento (Futino, 2020).

Muitos policiais também sofrem com o chamado estresse ocupacional, as distrações que acompanham seu trabalho. A doença causa sintomas como exaustão, abstinência, fadiga e dor. Fatores qualitativos (nível de dificuldade da ocupação) ou quantitativos (número excessivo de tarefas) podem contribuir para o surgimento dessas barreiras (Minayo, 2008).

Fatores pessoais, remuneração digna, condições de trabalho adequadas, mau planejamento de carreira e pressão dos superiores também estão entre os fatores que aumentam o estresse entre os membros da polícia. Esses distúrbios psicológicos acabam prejudicando também os aspectos físicos, pois problemas como insônia, problemas cardíacos e digestivos estão intimamente relacionados a fatores emocionais (Minayo, 2008).

O estresse geralmente consiste em três estágios: o estado de alerta ocorre quando exposto a circunstâncias que causam esse desequilíbrio, a resistência ocorre quando o corpo tenta combater a situação e a exaustão ocorre quando a pessoa perde a energia, capacidade de

concentração e tomada de decisões e até doenças físicas podem eventualmente desenvolver-se como resultado da exposição ao estresse. Portanto, devido às más condições de trabalho, aos baixos salários e às pesadas cargas de trabalho, os policiais rapidamente se encontram em uma situação desgastante e estressante (Minayo, 2008).

Desse ponto de vista, os problemas psicológicos estão relacionados a fatores como insatisfação no trabalho, desaprovação social, baixos salários e altas exigências. Diante disso, a violência nas cidades impacta esses profissionais, que acabam por buscar formas de amenizar esses sentimentos. Porém, mesmo com tantos danos físicos e mentais, a maioria dos policiais ainda ama sua profissão (Minayo, 2008).

3 MÉTODO

3.1 Desenho do Estudo

Este estudo trata-se de uma revisão integrativa que tem como objetivo explorar a correlação entre a ocorrência de doenças mentais e a qualidade de vida no trabalho entre policiais militares do estado de Goiás. Ao reunir um conjunto diversificado de autores e fontes, buscamos proporcionar uma discussão teórica sobre o tema e lançar luz sobre o impacto prejudicial do estresse no desempenho diário das funções policiais militares por meio de uma análise crítica.

3.2 Local do estudo

O trabalho será desenvolvido no Comando da Academia de Polícia Militar do Estado de Goiás– Curso de Formação de Praças pela Disciplina, Trabalho de Conclusão de Curso

3.3 Critérios de Inclusão/Exclusão

Estudos observacionais disponíveis, na íntegra, que não fossem utilizados filtros de datas, que não houvesse restrição de sexo e idade do participante na pesquisa

Estudos que investigassem fatores causadores de suicídios em policiais militares.

Foram excluídos Estudos que incluíssem um tamanho amostral de <20; Estudos cujos documentos originais estavam inacessíveis; Estudos repetitivos.

3.4 Tempo do estudo

O estudo foi iniciado no dia 26 de janeiro de 2024 e concluído em 25 de março.

3.5 Estratégia de busca

Todas as buscas serão conduzidas sem restrição de idiomas ou datas. Serão pesquisadas as seguintes bases de dados: Portal Regional da Biblioteca Virtual em Saúde.

3.5.1 Estratégias usadas para identificar estudos Estratégia específicas para esta revisão

A questão de pesquisa e seu título correspondente foram formulados seguindo o método PICOS, que envolve considerar os Participantes, Intervenções, Comparadores, Resultados e Desenho do Estudo. Esse método mostrou-se fundamental na coleta de informações precisas e na identificação dos descritores essenciais necessários à condução da pesquisa.

Para realizar a busca, foi utilizado um passo a passo, aprofundando-se nos artigos armazenados nas bases eletrônicas do Portal Regional da Biblioteca Virtual em Saúde. Os termos de busca utilizados foram obtidos do abrangente dicionário multilíngue DeCS/MeSH, uma linguagem especializada usada para categorizar e organizar a literatura científica, incluindo artigos de periódicos, livros, anais de conferências e relatórios técnicos. Este dicionário também serve como uma valiosa ferramenta para recuperar informações de diversas fontes da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), incluindo LILACS e MEDLINE.

3.6 Descrição dos passos da revisão

A seleção dos artigos seguiu uma abordagem hierárquica, levando em consideração diversos fatores como título, resumo, disponibilidade do texto completo de forma livre, duplicidade e adesão aos critérios de inclusão e exclusão. Os autores dos estudos realizaram uma análise minuciosa dos dados, considerando a questão de pesquisa e o tipo de estudo. Um autor atuou como analisador primário, enquanto o outro atuou como revisor independente. Inicialmente, a análise centrou-se nos títulos e resumos e, posteriormente, os estudos foram lidos e avaliados na íntegra.

A etapa inicial envolve avaliar se cada estudo identificado satisfaz os critérios de inclusão, seguido de um exame minucioso dos dados por ambos os revisores. A busca por informações relevantes foi realizada de forma metódica, utilizando descritores idênticos e garantindo máxima precisão. O consenso foi alcançado através de discussões dentro da equipe de pesquisa.

4 RESULTADOS

Ao realizar uma busca minuciosa no Portal Regional da Biblioteca Virtual em Saúde, utilizando exclusivamente descritores de saúde mental, foi recuperado um impressionante total de 956.167 documentos eletrônicos. Porém, ao ampliar a busca para incluir descritores relacionados à atividade policial em geral, esse número diminuiu significativamente para 1.486. Além disso, ao incorporar descritores que englobavam especificamente a atividade policial militar juntamente com a saúde mental, o número de estudos relevantes diminuiu para apenas 27 artigos (21 na MEDLINE, 5 na LILACS e 1 no Index Psicologia - Periódicos). Para garantir a precisão e eliminar redundâncias, removemos diligentemente quaisquer estudos duplicados e examinamos meticulosamente os títulos e resumos.

Ao realizar a leitura dos títulos e/ou resumos dos estudos 06 artigos foram elegíveis para a revisão sistemática.

Gráfico 1: Fluxograma de busca de artigos

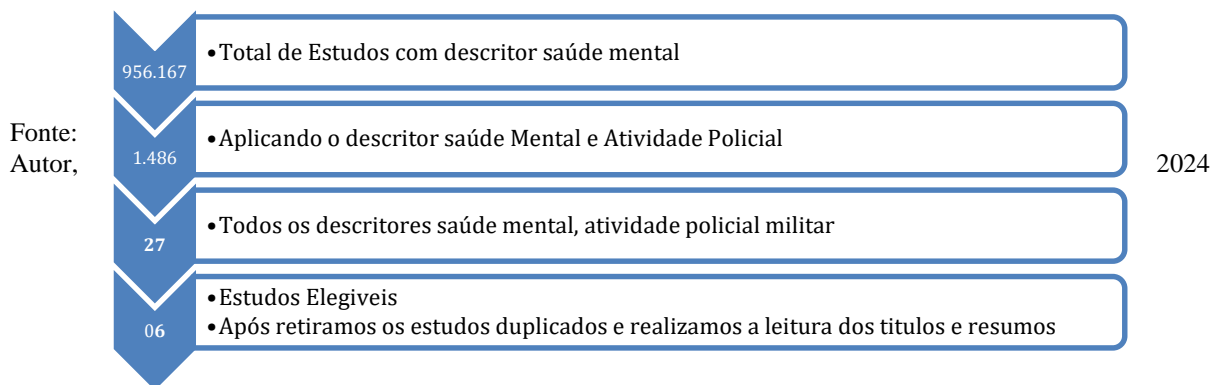


Tabela 1: Busca no Portal Regional da Biblioteca Virtual em Saúde

Autor (Ano)	Amostra/abordagem/Local	Fatores de estresse	Discussão/conclusão
Barreto et al. 2021	Um estudo transversal que examinou uma amostra aleatória de 329 policiais militares do sexo masculino que participavam de patrulhas de rua em Salvador, Brasil.	Com o tempo, condições estressantes de trabalho podem afetar a saúde mental dos	Concluiu-se que os policiais da cidade de Salvador apresentam menor qualidade de vida relacionada à saúde, devido ao

		<p>policiais, fazendo consumo excessivo de com que eles álcool e baixa abandonem o capacidade para o mercado de trabalho, o que pode trabalho, enquanto dificultar suas aqueles com boa atividades saúde física e profissionais. mental tendem a permanecer no emprego.</p>	
Barbosa e Menezes. (2017)	Participaram, cinco policiais do sexo masculino, tinham idade média de 38 anos, 17 anos de serviço em média e patentes militares que iam de soldado a coronel.	Este trabalho mostrou que a falta de apoio psicológico, aliada ao estresse diário, prejudica os policiais.	Concluiu-se que este problema é multifatorial, mas pode ser alterado através de estratégias de intervenção baseadas no atendimento psicológico regional.
Silva (2015)	Artigo teórico	Fatores relacionados a organização da Polícia Militar causam impactos negativos na saúde mental desses trabalhadores, devido a sobrecarga de trabalho, regida disciplina militar, e salários pouco atrativos.	Dada a relevância do papel desempenhado pelos policiais militares na sociedade, são necessários trabalhos científicos que visem identificar e analisar o estado de saúde mental desses profissionais.

Onishchenko (2014)	Estudo transversal em uma amostra não clínica. Os participantes incluíram 417 homens brancos, 284 bombeiros (com idades entre 21 e 55 anos), 58 policiais (com idades entre 22 e 45 anos) e 75 soldados (com idades entre 21 e 42 anos).	Um efeito negativo significativo da vitalidade nos sintomas de trauma foi encontrado apenas no grupo de soldados	A reatividade emocional tendeu a diminuir apenas a intensidade dos sintomas entre o grupo de soldados
Silva et al (2017)	A amostra contou com 165 policiais militares. Foi utilizada planilha do Questionário Internacional de Atividade Física e dados sociodemográficos, ocupacionais e antropométricos.	A relação entre circunferência da cintura e altura foi identificada como um fator de risco para má qualidade de vida relacionada à saúde. Além disso, a jornada diária de trabalho e os níveis de atividade física no lazer foram identificados como fatores de risco para doença coronariana em policiais.	Estas conclusões reforçaram que os departamentos de Polícia devem adaptar uma política institucional que permita aos agentes policiais participar regularmente em atividades físicas para manter e melhorar a sua aptidão física, saúde, desempenho profissional e qualidade de vida.
Hartley et al (2013)	Os participantes foram 452 policiais do Estudo de Estresse Policial Ocupacional Cardiometabólico de Buffalo	Os policiais não-militares experimentam níveis significativamente	Concluiu-se os potenciais efeitos experiência militar no estresse policial. Pesquisas futuras

		<p>mais elevados de estresse quando expostos a incidentes ameaçadores física e psicologicamente do que os policiais não-combatentes. Os oficiais não-militares também relataram ter experimentado mais estresse organizacional e eventos físicos e psicológicos ameaçadores no ano passado do que os oficiais combatentes e não-combatentes.</p>	<p>precisam desemaranhar esta associação complexa através da inclusão de fatores psicossociais adicionais.</p>
--	--	--	--

Fonte: Autor, 2024

5 DISCUSSÃO

Segundo estudos de Barreto *et al* (2021) em sua pesquisa intitulada como “Fatores associados à qualidade de vida relacionada à saúde de policiais militares de Salvador, Brasil: estudo transversal”, cuja amostra foi de policiais do estudo na maior parte casados, tinham baixa escolaridade, possuíam automóveis (70,2%) e trabalhavam mais de 8 horas por dia. Eles não praticam atividades físicas extenuantes com frequência, e alguns são obesos, fumavam e bebiam e tinha baixa capacidade para o trabalho.

Foi possível perceber mediante esse estudo que a qualidade de vida relacionada à saúde (QVRS) dos policiais que ingeriam bebida sua capacidade para o trabalho é menor do que

aquele que não bebe. O mesmo reforça ainda que dado o papel fundamental que os policiais desempenham na segurança, estes resultados são preocupantes e merecem a atenção dos gestores para que possam ser tomadas medidas preventivas para proteger a saúde mental destes trabalhadores.

Logo Barreto *et al* (2021) concluiu que os policiais da cidade de Salvador apresentam menor qualidade de vida relacionada à saúde, devido ao consumo excessivo de álcool ocasionando baixa capacidade para o trabalho, o que pode dificultar suas atividades profissionais. A associação entre idade mais jovem e componentes psicológicos mais baixos da qualidade de vida relacionada à saúde (MCS) pode ser devida a um efeito de sobrevivência de trabalhadores saudáveis.

Para Barbosa *et al* (2017), o processo de mudança no sistema produtivo pós-moderno exige mais esforço e adaptabilidade dos trabalhadores. Estas mudanças afetam o estilo de vida dos trabalhadores e conduzem ao desemprego, às diferenças salariais e à desvalorização do trabalho, uma vez que o foco nos resultados passou a orientar o trabalho, independentemente da forma como são alcançados. Como resultado, o atual sistema de produtividade visa o lucro em detrimento do bem-estar dos trabalhadores.

Os policiais entrevistados por Rosa *et al* (2017), sentiram falta de apoio para si e para seus familiares, pois relataram que o trabalho teve forte impacto em suas relações familiares, tanto positiva quanto negativamente. Para eles, relacionamentos frágeis podem gerar mais insatisfação e estresse ao longo do tempo. Além disso, a carga de trabalho priva os policiais de momentos de lazer, o que também contribui para a saúde mental. Para os capitães, o motivo da doença é a falta de tempo de descanso para ficar com a família, a falta de lazer.

Outro aspecto relevante reforçado pelo autor, é o impacto psicológico que começa nos primeiros anos de academia, quando a vida cotidiana sofre mudanças dramáticas que preparam os civis para o crime. Isto envolve armas, regras e violência vistas de outra perspectiva. A responsabilidade repentina produziu mudanças psicológicas profundas e o estresse tornou-se corriqueiro. Acredita-se, portanto, que essa mudança brusca, aliada à impunidade característica da cultura brasileira, influencia a saúde mental dos policiais militares. O transtorno varia desde o simples desgaste do dia a dia até a psicopatologia grave, produzindo estresse e sentimentos de insegurança na vida.

Por fim, o mesmo reforça que o fator causador de estresse mais citado na pesquisa foi a falta de reconhecimento, seguido pela falta de segurança sobre a vida. O sentimento mais comum nesse grupo é o medo. A violência aumentou nos últimos anos, não só contra civis, mas também contra militares.

De acordo com Silva (2015), a consciência e o sentimento de utilidade vivenciada nas atividades operacionais contribuem para que o trabalho se torne fonte de alegria e de autonomia, onde se podem fazer ajustes criativos no trabalho. Esses fatores ajudam a reduzir o sofrimento psicológico e a promover a saúde mental. Alguns Policiais relatam que consideraram certas atividades administrativas como a pior parte do trabalho, provavelmente porque deixavam pouco espaço para expressar a sua singularidade e sentem-se demasiado rigidamente vinculados a normas e regras. Reforçar a qualidade do pessoal da Polícia Militar, respeitando ao máximo a sua singularidade e criando espaços de escuta para que o pessoal possa expressar os seus desejos promove a valorização e o reconhecimento dos profissionais, o que é essencial para demonstrar um trabalho de elevada qualidade.

O mesmo autor ainda versa que, apesar das condições de vida prejudiciais à saúde física e mental, muitos PMs continuaram a trabalhar, apenas tirando atestado médico para receber tratamento médico quando estavam gravemente doentes. Uma possibilidade explicativa para esta afirmação é que a dor muitas vezes passa despercebida e negada porque, se fosse reconhecida poderia fazer com que se desligassem dos seus papéis e atividades. Além disso, ao estar afastado, o policial terá a preocupação de ser estigmatizado como “louco”, além de perder seu bônus caso seja afastado do serviço, e de não saber onde e qual função estará quando retornar ao trabalho. Em outras palavras, a dor é normalizada e banalizada.

Por fim, o mesmo relata que a autoimagem do policial militar é a de um super-herói, ou seja, faz com que muitos se sintam onipotentes. Dessa representação emerge a negação da dor. Ao negar às pessoas a capacidade de vivenciar a dor e o sofrimento, ignoram a necessidade de um espaço para ouvir e comunicar experiências. Como resultado, os profissionais muitas vezes acreditam que só procurarão atendimento quando a dor e o sofrimento se tornarem insuportáveis. Criar espaços de escuta para esses profissionais é fundamental para evitar o aumento das licenças médicas para tratamento e melhorar a qualidade de vida e o bem-estar desses trabalhadores. Os cuidados psicológicos e psiquiátricos explícitos e integrados em organizações podem abrir o diálogo e proporcionar melhores caminhos para a redução do sofrimento psicológico.

Hartley *et al* (2013) em sua pesquisa envolvendo policiais com e sem experiência militar, relata que, em geral, os oficiais sem experiência militar classificaram os incidentes específicos da polícia como mais estressantes e relataram ter sofrido mais incidentes do que os oficiais com experiência militar. Especificamente, foi relatado que incidentes envolvendo ameaças físicas e psicológicas eram significativamente mais estressantes para oficiais não-

militares do que para oficiais não-combatentes. Os não-oficiais relataram ter sofrido incidentes ameaçadores física e psicologicamente com mais frequência do que os oficiais.

O mesmo autor ainda enfatiza que, os oficiais não-militares relataram experimentar mais estresse organizacional do que os oficiais não-combatentes por questões organizacionais. Os estressores organizacionais incluem ineficiências organizacionais, salários inadequados, críticas públicas e papelada excessiva. Portanto, os oficiais com experiência militar podem estar mais familiarizados e mais capazes de aceitar as estruturas organizacionais policiais e os fatores de estresse associados a esse modelo. Além disso, os oficiais do estudo tinham mais anos de serviço policial do que aqueles sem experiência militar, pelo que a combinação de experiência militar e mais serviço policial pode ajudar a reduzir os fatores de estresse organizacional porque estes indivíduos têm mais tempo para se adaptarem e concordarem com os requisitos da organização.

Por fim, o mesmo versa que oficiais com experiência militar podem ser mais capazes de lidar com o estresse do trabalho policial. Em comparação com oficiais sem experiência militar, os oficiais com experiência militar relataram menos fatores de estresse específicos da polícia, incluindo questões organizacionais e de risco. Além disso, não houve diferenças significativas nos níveis individuais de sofrimento psicológico entre oficiais militares e não-militares, sugerindo que pode haver outros fatores ou diferenças individuais no trabalho policial que resultem em oficiais com experiência militar relatando menos fatores de estresse.

A pesquisa de Silva *et al* (2014) sobre a qualidade de vida do Policial Militar, mostrou que a maioria dos policiais apresentava baixos níveis de atividade física no lazer. Este resultado pode estar relacionado com a procura de um segundo emprego. Num estudo sobre agentes policiais, Minayo concluiu que devido aos salários mais baixos, alguns agentes policiais assumem um segundo emprego para complementar sua renda. Isto levanta a possibilidade de uma ligação entre os baixos níveis de atividade física nos tempos livres e o emprego secundário na população relevante. Além disso, essa prática interfere no descanso e na vida familiar. Outro fator que pode estar relacionado aos baixos níveis de atividade física no lazer é o próprio trabalho policial, considerado uma atividade extremamente estressante, com longas jornadas de trabalho, plantões noturnos ou posturas prolongadas que levam à sobrecarga física e mental.

Oniszczenko (2014) em seu estudo enfatiza que o maior nível de sintomas de trauma foi observado em militares com experiência. A reatividade emocional foi propícia ao aumento do trauma.

Diante do exposto, fica evidente a necessidade da corporação estar atentos à saúde dos policiais militares, que estão sujeitos a problemas psicológicos devido ao estresse diário. A

verdade é que um profissional que faz o seu trabalho com eficiência é mais valioso do que aquele que se ausenta por motivo de doença. Com o adoecimento desses profissionais, o Estado acaba tendo que contratar um número maior de profissionais para cobrir tais licenças. É necessário que o Policial Militar tenha um bom plano de carreira, para que o salário ali auferido possa efetivamente auxiliar no seu rendimento, para que não necessitem de serviços adicionais, e ter um bom planejamento de carreira. Sendo necessário ainda um acompanhamento mais próximo ainda é realizado por profissionais de saúde para verificar regularmente a saúde física e mental dos policiais.

5 CONCLUSÃO

Através da realização dessa pesquisa, ficou evidente que o trabalho diário tem um impacto profundo no bem-estar geral dos Policiais Militares, tanto física quanto mentalmente. Como resultado, foi realizada uma investigação bibliográfica, reunindo dados estatísticos relativos a este assunto específico.

Através dessas pesquisas, foi estabelecido que o contínuo ataque de violência têm um impacto profundo no bem-estar mental da Polícia Militar, comprometendo assim a sua eficácia dentro da organização. A prevalência da violência no Brasil é consequência de eventos históricos, incluindo a colonização, o regime autoritário e outros marcos significativos que contribuíram para os atuais índices alarmantes, exacerbados pelo crescimento desordenado dos centros urbanos. Embora vários fatores, como a remuneração inadequada, a falta de oportunidades de desenvolvimento de carreira e a carga de trabalho excessiva, representem desafios para a saúde desses profissionais, o fator mais prejudicial continua a ser a questão persistente da violência, que intensifica os níveis de estresse diário vividos por estes indivíduos.

A corporação deve estar atenta aos elementos que podem induzir estresse e comprometer o bem-estar dos policiais. Recomenda-se que busquem ativamente métodos para atenuar esses fatores, com o objetivo final de reduzir a probabilidade de desenvolvimento da síndrome e de outros agravos. Isto pode ser conseguido através de intervenções específicas, tais como programas educacionais que fornecem estratégias para gerir o stress, promovendo assim a saúde geral destes profissionais dedicados. Além disso, o contentamento derivado das

atividades relacionadas com o trabalho pode ter uma influência positiva no bem-estar dos agentes e ter um impacto significativo na qualidade da segurança pública que prestam.

Neste artigo, certos aspectos do trabalho do policial que merecem consideração foram trazidos à tona. É crucial sublinhar que este estudo não pretende julgar os aspectos organizacionais e estruturais do trabalho policial, mas antes sublinha a importância de contemplar a natureza do trabalho neste contexto específico, de modo a minimizar o impacto na vida dos policiais e, conseqüentemente, contribuir para a segurança pública.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Maria da Graça Baya. A violência na Sociedade Contemporânea. EdPUCRS, Porto Alegre, 2010.. Disponível em: https://oasisbr.ibict.br/vufind/Record/UNIJ_4b8f92cbc794e06449c8f4b2a6220bd6. Acesso em 08.04.2024

BARBOSA, Louise Maia; MENEZES, Catarina Nívea Bezerra. A importância do apoio psicológico na saúde mental dos policiais militares de Fortaleza. *Psicologia Argumento*, v. 35, n. 89, 12 ago. 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.7213/psicolargum.35.89.a001>. Acesso em: 8 abr. 2024.

BARRETO, Carla Requião; CARVALHO, Fernando Martins; LINS-KUSTERER, Liliane. Factors associated with health-related quality of life of military policemen in Salvador, Brazil: cross-sectional study. *Health and Quality of Life Outcomes*, v. 19, n. 1, 18 jan. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s12955-020-01661-0>. Acesso em: 8 abr. 2024.

COSTA, Adriana da Câmara e ESTEVAM Ionara Dantas. Depressão em Policiais Militares: Uma Possível Decorrência das Atividades Laborais. Disponível em: <https://psicologado.com/atuacao/psicologia-da-saude/depressao-em-policiais-militares-uma-possivel-decorrencia-das-atividades-laborais>>. Acesso em: 08.04.2024

DA SILVA, Franciele *et al.* Health-related quality of life and related factors of military police officers. *Health and Quality of Life Outcomes*, v. 12, n. 1, p. 60, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/1477-7525-12-60>. Acesso em: 8 abr. 2024.

FARIA RODRIGUES, T. D. DE F. .; SARAMAGO DE OLIVEIRA, G.; ALVES DOS SANTOS, J. AS PESQUISAS QUALITATIVAS E QUANTITATIVAS NA EDUCAÇÃO. *Revista Prisma*, v. 2, n. 1, p. 154-174, 25 dez. 2021.

FUTINO, Regina Silva Futino; DELDUQUE, Maria Célia Delduque. Saúde mental no trabalho de segurança pública: estudos, abordagens e tendências da produção de conhecimento sobre o tema. *Cad. Ibero-amer. Dir. Sanit.*, Brasília, 9(2): abr./jun., 2020.

GOMES, Antonio José Ferreira. O Trabalho Policial e suas Implicações na Saúde Mental. Universidade Atual Editora, 2021. Disponível em: DOI: 10.5281/zenodo.5229069 Acesso em: 08.04.2024

Hartley, T. A., Violanti, J. M., Mnatsakanova, A., Andrew, M. E., & Burchfiel, C. M. (2013). Experiência militar e níveis de estresse e enfrentamento em policiais. *Revista internacional de emergência em saúde mental*, 15(4), 229–239. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4734366/#article-aaff-infotitle> Acesso em: 8 abr. 2024.

MENDES, Evaristo de Oliveira. A Saúde Psicossocial Na Segurança Pública Brasileira. 2013, 73 f. Monografia (Curso de Altos Estudos de Política e Estratégia). Escola Superior de Guerras, Rio de Janeiro, 2013.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; ASSIS, Simone Gonçalves de; OLIVEIRA, Raquel Vasconcellos Carvalhaes de. Impacto das atividades profissionais na saúde física e mental dos policiais civis e militares do Rio de Janeiro (RJ, Brasil). *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 16, n. 4, p. 2199-2209, abr. 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s1413-81232011000400019>. Acesso em: 9 abr. 2024.

MINAYO, MCS., SOUZA, ER., and CONSTANTINO, P., coords. Prazer, estresse e sofrimento mental. 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. 217-243.

OLIVEIRA, Katya Luciane de; SANTOS, Luana Minharo dos. Percepção da saúde mental em policiais militares da força tática e de rua. *Sociologias*, v. 12, n. 25, p. 224-250, dez. 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s1517-45222010000300009>. Acesso em: 8 abr. 2024.

ONISZCZENKO, Włodzimierz. Temperamental correlates of trauma symptoms in firemen, policemen and soldiers. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*, v. 27, n. 4, 1 jan. 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.2478/s13382-014-0287-3>. Acesso em: 8 abr. 2024.

REIS, Cristina Froés de Borja. Violência no Brasil: Desigualdades Perpetradas pela Sociedade e pelo Estado. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/320622726_Violencia_no_Brasil_Desigualdades_Perpetradas_pela_Sociedade_e_pelo_Estado>. Acesso em: 8 abr. 2024.

Silva, N. N. d. (2015). Organização policial militar, produção de subjetividade e saúde mental: Uma revisão de literatura. *Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações*, 2015, disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/3735>. Acesso em: 8 abr. 2024.

SOUSA, Hercules Da Silva *et al.* O Impacto Da Violência Na Saúde Mental Dos Policiais Militares. Disponível em: https://acervodigital.ssp.go.gov.br/pmgo/bitstream/123456789/1357/1/978934578-728_Hercules_Da_Silva_Sousa_Deposito_final_13447_1294281345.pdf. Acesso em: 8 abr. 2024.2023.

SOUSA, Raphaela Campos de; BARROSO, Sabrina Martins; RIBEIRO, Ariadne Christie Silva. Aspectos de saúde mental investigados em policiais: uma revisão integrativa. *Saúde e Sociedade*, v. 31, n. 2, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/s0104-12902022201008pt>. Acesso em: 8 abr. 2024.