



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



RENATO CÉSAR CASTRO CUNHA

A IMPORTÂNCIA DA SAÚDE MENTAL NA VIDA DO POLICIAL MILITAR

GOIÂNIA-GO

2024

RENATO CÉSAR CASTRO CUNHA

A IMPORTÂNCIA DA SAÚDE MENTAL NA VIDA DO POLICIAL MILITAR

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. Loiane Ribeiro.

GOIÂNIA-GO

2024

A IMPORTÂNCIA DA SAÚDE MENTAL NA VIDA DO POLICIAL MILITAR

THE IMPORTANCE OF MENTAL HEALTH IN THE LIFE OF MILITARY POLICE OFFICERS

Renato César Castro Cunha¹

Loiane Ribeiro²

Resumo

O objetivo deste artigo foi examinar a importância do bem-estar mental na vida de policiais militares. Com abordagem quantitativa, o estudo utilizou um questionário estruturado por 15 questões fechadas. Esses questionários foram distribuídos aos policiais militares por meio de um aplicativo de mensagens, resultando em 50 respostas voluntárias. Os resultados indicam que a saúde mental dos policiais militares é frequentemente impactada por diversos fatores, incluindo o estresse associado às demandas do trabalho. A análise dos dados revela uma alta prevalência de sintomas de ansiedade e outros transtornos psicológicos entre os policiais pesquisados, ressaltando a importância de consideração e abordar as preocupações de saúde mental dentro da Polícia Militar. Este reconhecimento é crucial não apenas como uma prioridade de saúde pública, mas também como uma necessidade fundamental para garantir o bem-estar dos profissionais e a eficácia do serviço policial. Portanto, conclui-se que é essencial implementar políticas e programas que visem à promoção da saúde mental e ao apoio psicológico dos policiais militares. Isso inclui a disponibilização de recursos adequados de assistência psicológica, o desenvolvimento de estratégias de prevenção do estresse ocupacional e a criação de uma cultura organizacional que valorize a busca de ajuda e o autocuidado.

Palavras-chave: Apoio Psicológico; Estresse Ocupacional; Policiais Militares; Saúde Mental.

Abstract

The objective of this article was to examine the importance of mental well-being in the lives of military police officers. With a quantitative approach, the study used a questionnaire structured by 15 closed questions. These questionnaires were distributed to military police officers through a messaging application, resulting in 50 voluntary responses. The results indicate that the mental health of military police officers is often impacted by several factors, including stress associated with work demands. Data analysis reveals a high prevalence of anxiety symptoms and other psychological disorders among the police officers surveyed, highlighting the importance of considering and addressing mental health concerns within the Military Police. This recognition is crucial not only as a public health priority, but also as a fundamental need to ensure the well-being of professionals and the effectiveness of the police service. Therefore, it is concluded that it is essential to implement policies and programs aimed at promoting mental health and psychological support for military police officers. This includes the provision of adequate psychological assistance resources, the development of strategies to prevent occupational stress and the creation of an organizational culture that values seeking help and self-care.

Keywords or Palabras clave: Psychological Support; Occupational Stress; Military Police; Mental health.

¹ Aluno do Curso de Formação de Praças – 2ª Turma, Especialização em Polícia e Segurança Pública do Comando da Academia de Polícia Militar de Goiás, e-mail: brnatin2@gmail.com. Telefone: (62) 99815-0795.

² Orientadora. Professora da Especialização em Polícia e Segurança Pública do Comando da Academia de Polícia Militar. Graduada em Enfermagem e Especialista em Políticas e Gestão em Segurança Pública, E-mail: loainenf@gmail.com. Telefone: (62) 98187-7541

1 INTRODUÇÃO

Uma das ocupações mais exigentes e perigosas é a da Polícia Militar, cuja principal responsabilidade é manter a ordem pública e combater a atividade criminosa. O envolvimento em funções de aplicação da lei expõe os agentes policiais a uma fadiga mental constante, uma vez que devem permanecer constantemente preparados para implementar rapidamente medidas preventivas e gerenciar eficazmente qualquer situação (Oliveira; Santos, 2010).

A importância da saúde mental na vida dos policiais militares não pode ser exagerada, pois não só impacta o seu bem-estar pessoal, mas também a eficiência geral do serviço policial. É essencial investigar os obstáculos encontrados e conceber estratégias e iniciativas inventivas para promover um ambiente de trabalho mais saudável e solidário para estes agentes. Reconhecendo a importância primordial da saúde mental na vida dos policiais militares, abordamos abordagens inovadoras que possam contribuir para o seu bem-estar (Oliveira; Santos, 2010).

Dados os desafios enfrentados pela profissão busca-se responder, como a saúde mental pode ser promovida de forma otimizada na vida dos policiais militares para mitigar os efeitos do estresse, prevenir distúrbios psicológicos e promover um ambiente de trabalho mais saudável e resiliente?

A importância da saúde mental na vida dos policiais militares está intrinsecamente ligada não apenas ao seu bem-estar pessoal, mas também à eficácia e integridade do serviço policial como um todo. A polícia militar frequentemente enfrenta situações de alta pressão e tensão. Uma boa saúde mental é a base para o desenvolvimento da resiliência, permitindo-lhes enfrentar desafios com confiança e tomar decisões críticas de forma equilibrada, mantendo não só a segurança deles próprios, mas também as suas comunidades (Pereira, 2010).

O objetivo principal é examinar a importância do bem-estar mental para policiais militares. Mais especificamente, os objetivos incluem identificar os serviços de apoio psicológico disponíveis, avaliar as proteções legais em vigor para a saúde mental dos agentes e destacar as deficiências do atual sistema de cuidados policiais. O objetivo final é propor melhorias que possam aprimorar o sistema de apoio psicológico.

O exame foi realizado por meio de uma avaliação abrangente de publicações e literatura acadêmica, incluindo artigos científicos e livros que se aprofundam no assunto. Para

conduzir este estudo, foi empregada uma combinação de metodologias de pesquisa qualitativa e quantitativa, com foco específico nos policiais militares como destinatários pretendidos dos resultados. Com este objetivo em mente, o estudo está estruturado em três seções distintas, começando com uma exploração teórica abrangente da importância do bem-estar mental na vida dos policiais. Posteriormente, é detalhada a metodologia empregada na pesquisa, seguida de análise aprofundada e discussão dos resultados obtidos no estudo de campo, que se baseou na aplicação de um questionário.

2 REVISÃO TEÓRICA

2.1 SAÚDE OCUPACIONAL

A saúde ocupacional conforme Guimarães e Grubits (2004), é uma área fundamental de qualquer profissão, mas assume particular importância no âmbito policial pois os desafios e o stress inerentes à profissão podem ter um grave impacto no bem-estar dos profissionais. A saúde é considerada um bem, uma condição do trabalhador, a essência e a base da convivência social estão inteiramente relacionadas com o trabalho é uma das principais ferramentas de desenvolvimento, sejam elas públicas ou privadas.

A saúde ocupacional na polícia é um componente importante do bem-estar geral dos profissionais que desempenham um dos papéis mais desafiadores e complexos da sociedade. O ambiente operacional da Polícia Militar é caracterizado por situações perigosas, estresse constante e exposição a eventos traumáticos, evidenciando a necessidade urgente de cuidar da saúde física e mental dos policiais militares (Guimarães; Grubits, 2004).

Portanto, para Pereira (2010), conceituar a saúde de um indivíduo requer uma tarefa complexa, pois envolve múltiplas características como humor e saúde. Desde características psicológicas até traços espirituais, entendemos que a saúde está relacionada ao equilíbrio de fatores internos e externos que ocorrem na vida pessoal ou profissional.

O conceito de saúde ocupacional também sofreu algumas alterações. Anteriormente, as questões de saúde ocupacional não eram consideradas e abordadas especificamente, discutindo-se apenas a medicina ocupacional, ignorando a promoção e prevenção da saúde dos trabalhadores (Oliveira; Santos, 2010).

Conforme afirmado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), a saúde ocupacional centra-se na salvaguarda do bem-estar geral dos trabalhadores em todos os setores, abrangendo a sua saúde física, mental e social. Seu objetivo principal é prevenir quaisquer consequências prejudiciais à saúde decorrentes do ambiente de trabalho, desde que os

trabalhadores sejam capazes de se ajustar a um ambiente de trabalho psicológico equilibrado (Oliveira; Santos, 2010).

Um trabalho na área de segurança pública, especialmente na profissão policial, é uma das carreiras mais desafiadoras e exigentes do mundo profissional. Muitas vezes confrontados com situações perigosas, stress emocional e horários de trabalho imprevisíveis, os agentes policiais enfrentam um conjunto único de desafios que podem afetar diretamente a sua saúde física e mental. Neste contexto, a saúde ocupacional policial tornou-se um foco de atenção, visando guardar e promover o bem-estar geral dos profissionais responsáveis pela manutenção da ordem e segurança social (Gusso; Lopes, 2019).

Dessa forma, os agentes policiais enfrentam muitos desafios, desde a gestão de crises e confrontos até à gestão das suas próprias emoções em circunstâncias adversas. A saúde ocupacional torna-se uma ferramenta importante para mitigar os efeitos negativos destas exigências e garantir a sustentabilidade e eficácia a longo prazo das forças policiais.

Em outras palavras, de acordo com Gusso e Lopes (2019), a saúde ocupacional pertence a uma faceta distinta do bem-estar dos funcionários que se esforça para prevenir doenças, lesões e complicações que possam surgir no local de trabalho. No domínio do trabalho, a importância da saúde não pode ser exagerada, uma vez que não só melhora o bem-estar dos indivíduos e da sociedade, mas também desempenha um papel fundamental no reforço da eficácia global da organização.

Segundo Gusso e Lopes (2019) o estabelecimento de políticas institucionais de apoio, incluindo assistência médica e psicológica acessível e livre de estigma, é fundamental para criar um ambiente que valorize a saúde ocupacional. Os desafios culturais relacionados com o medo de pedir ajuda devem ser enfrentados e uma cultura de apoio e compreensão mútuos deve ser promovida nas agências policiais.

Investir na saúde ocupacional dos policiais militares não é apenas uma questão de cuidado com os profissionais, mas também uma estratégia para aumentar a eficiência operacional. Profissionais saudáveis e resilientes contribuem para uma força policial mais eficiente, taxas mais baixas de licenças por doença, aumento da produtividade e melhor desempenho geral (Pereira, 2010).

Diante desses desafios, é imperativa a busca por soluções inovadoras, pesquisas contínuas e iniciativas de promoção da saúde ocupacional. Ao enfrentar essas questões de frente, a Polícia Militar pode construir uma força mais forte, mais adaptável e mais comprometida com o bem-estar de seus integrantes e das comunidades que atende.

2.2 SAÚDE MENTAL DO POLICIAL MILITAR

A definição de saúde mental não é imutável, pois abrange vários elementos que impactam o bem-estar geral de uma pessoa, além das doenças específicas da Organização Mundial da Saúde. É de extrema importância destacar a ligação entre trabalho e saúde. Para que os indivíduos preservem o seu bem-estar, é vital que estabeleçam linhas de comunicação eficazes no seu trabalho, família e outros ambientes que apoiem a sua capacidade de se envolver com sucesso nas suas tarefas diárias (Sousa, 2021).

O bem-estar e a eficácia dos policiais militares são de extrema importância devido ao seu papel indispensável na sociedade. As suas responsabilidades, que abrangem a manutenção da ordem pública e o tratamento de situações de elevado stress, representam desafios únicos para a organização. Portanto, é crucial avaliar a saúde física e mental desses agentes, a fim de melhorar o desempenho global das forças policiais e oferecer assistência adequada a estes indivíduos empenhados (Minayo, 2008).

De acordo com Minayo (2008), a profissão policial não acarreta apenas riscos indiretos, mas também acarreta uma quantidade significativa de estresse devido à exposição frequente a situações violentas. Embora o dever principal de um policial seja manter a ordem pública, com o tempo, seu papel tornou-se mais complexo e eles assumiram responsabilidades adicionais.

Segundo Mendes (2013), o papel dos policiais militares necessita de uma gama diversificada de habilidades e qualidades para desenvolver suas responsabilidades com proficiência. Estes abrangem inteligência, agilidade, compostura, autoridade e resistência, entre outras características. Naturalmente, com o passar do tempo, esses indivíduos podem encontrar certas doenças físicas, e também existe o potencial para o surgimento de problemas psicológicos. As fases iniciais da carreira podem ser desafiadoras, pois a pressão constante para alcançar os resultados desejados pode ter um impacto substancial no estado emocional de uma pessoa.

A natureza exigente das suas responsabilidades coloca o pessoal uniformizado em situações de alta pressão, resultando em níveis elevados de stress e numa maior susceptibilidade a vários problemas de saúde mental, incluindo, entre outros, depressão, ansiedade, distúrbios de abuso de substâncias (legais e ilegais), e mais. Entre os resultados potenciais destes transtornos mentais, o suicídio é o mais grave, com militares e policiais

apresentando taxas de suicídio mais elevadas em comparação com indivíduos em outras ocupações (Mendes, 2013).

O setor enfrenta atualmente uma situação desafiadora devido à constante enxurrada de cobertura negativa da mídia. Os relatórios diários lançam dúvidas sobre a conduta policial, apesar de estes profissionais dedicados estarem a envidar todos os esforços. Infelizmente, a sociedade não reconhece o seu trabalho árduo e sacrifícios. A força policial adere a um código de conduta rigoroso e quaisquer erros cometidos pelos agentes têm as consequências apropriadas. Como resultado, operam num ambiente que exige maior concentração e cautela, o que inevitavelmente prejudica o seu bem-estar psicológico (Mendes, 2013).

O foco no bem-estar mental dos policiais militares é de extrema importância, segundo Oliveira e Santos (2010), devido ao caráter altamente angustiante das circunstâncias que eles enfrentam no desempenho de suas funções. Essas situações geralmente levam a uma maior vulnerabilidade ao transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), ansiedade e depressão. Para garantir a saúde mental destes indivíduos, é crucial implementar medidas preventivas, identificar problemas precocemente e fornecer intervenções eficazes.

Diariamente, estes especialistas enfrentam situações específicas por agressão, crueldade e perigo, resultando numa sensação abrangente de exaustão, tanto física como mental. A gendarmaria, funcionando como entidade governante da nação, tem o dever essencial de implementar restrições às liberdades pessoais na medida precisa necessária para a segurança e manutenção da harmonia pública (Oliveira; Santos, 2010).

A saúde física dos policiais militares não é afetada apenas pelas exigências de seu trabalho, mas seu bem-estar mental também é afetado. Lesões e exaustão são comuns devido a horários irregulares de trabalho, exposição a condições desafiadoras e à necessidade de manter o melhor condicionamento físico. Para abordar estas questões e garantir o bem-estar físico contínuo dos indivíduos, é essencial estabelecer iniciativas e políticas de formação específicas na saúde ocupacional (Dias, 2013).

Perante vários obstáculos, mantiveram-se firmes nas suas profissões, principalmente devido à estabilidade económica que lhes proporcionava. Esta linha de trabalho, numa sociedade inflexível, coloca pressão ainda maior sobre as capacidades e o bem-estar geral destes indivíduos. Como resultado, continuar com suas rotinas diárias apesar da fadiga física rigorosa pode aumentar as chances de sofrer distúrbios psicológicos (Dias, 2013).

É crucial dar prioridade ao bem-estar do pessoal militar e policial, necessitando de uma deliberação ponderada. Ao considerar os diferentes desafios enfrentados por estes indivíduos e ao implementar medidas de assistência, podemos cultivar um ambiente que promova a sua saúde física e mental. Isto não terá um impacto positivo apenas em homens e mulheres uniformizados e empenhados, mas também em comunidades que servem incansavelmente.

3 METODOLOGIA

Na construção deste estudo foram utilizados métodos quali-quantitativa, utilizando tanto informações concretas e pessoais, quanto informações mais informais ou menos detalhadas, tendo como público-alvo os policiais militares.

De novembro de 2023 a março de 2024, foi realizado um extenso estudo sobre o tema do policiamento online. Esta investigação envolveu uma revisão aprofundada de artigos científicos e teorias disponíveis em diversas plataformas online. Para recolher informação relevante, foi realizada uma exploração bibliográfica abrangente através da plataforma Google Scholar, sem quaisquer restrições de tempo. Além disso, outras técnicas, como a utilização do *Google Forms* para coletar dados por meio de pesquisas (Apêndice A) e a realização de pesquisas bibliográficas, serão empregadas para garantir uma investigação completa.

O conteúdo coletado será então submetido a uma análise metódica para extrair informações contextuais, muitas vezes apresentadas na forma de texto ou narrativas. Para melhorar a organização e apresentação dos resultados, serão utilizados tabelas e gráficos. Através desta abordagem abrangente, serão obtidas informações valiosas para contribuir para o campo do policiamento online.

Gil (2006), sugere que tanto a investigação qualitativa como a quantitativa partilham a crença de que toda a informação pode ser quantificada, o que significa que os dados são recolhidos e analisados utilizando valores numéricos. Após a coleta dos dados, eles são organizados por meio de frequências absolutas, frequências relativas e percentuais, sendo posteriormente apresentados em tabelas e gráficos para maior clareza e organização.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1 CARACTERIZAÇÃO DOS POLICIAIS E DA AMOSTRA DA PESQUISA

Durante o período entre janeiro e fevereiro de 2024, um total de cinquenta indivíduos participantes do estudo, respondendo a um questionário elaborado no Formulários Google e distribuído por meio de um link compartilhado em uma plataforma de mensagens instantâneas.

Tabela 1 – Caracterização da amostra

Variáveis	n	%
Graduação		
Soldado	40	79,7
Cabo	2	4,1
1° Sargento a 3° Sargento	6	12,2
Subtenente	1	2
Oficial	0	0
2° Tenente a 1° Tenente	1	2
Capitão/ Major	0	0
Tenente Coronel/ Coronel	0	0
Sexo		
Masculino	45	89,8
Feminino	5	10,2
Tempo de serviço na PM		
01-05 anos	35	68,8
06-10 anos	3	6,3
11-20 anos	2	4,2
21-30 anos	10	20,8
Tipo de Atividade na PMGO		
Administrativa	8	16,7
Operacional	42	83,3

Legenda: n = quantidade da amostra.

Fonte: Elaborada pelo Autor (2024).

Ao analisar a Tabela 1, percebe-se que a amostra em estudo, composta por policiais militares do Estado de Goiás, é detalhada de forma detalhada. A formação educacional dos participantes varia, sendo uma maioria significativa de 79,7% soldados. Um percentual menor da amostra é composto por cabos, representando 4,1%, enquanto os sargentos representam 12,2%. A representação de oficiais e suboficiais na amostra é bastante limitada.

Em termos de gênero, a grande maioria dos participantes, especificamente 89,8%, identifica-se como homem, enquanto uma percentagem menor, de 10,2%, identifica-se como mulher. Ao considerar o tempo de serviço na Polícia Militar, uma parcela significativa, responsável por 68,8% dos participantes, serviu por um período que varia de 1 a 5 anos, destacando uma presença especial de policiais com experiência recente. Contudo, vale

destacar também que um segmento notável, composto por 20,8% dos participantes, acumula de 21 a 30 anos de serviço, apresentando assim uma variada gama de tempos de serviço.

Ao examinar a natureza do trabalho realizado na PMGO, fica evidente que a maioria dos indivíduos, representando 83,3% dos participantes, está envolvida em tarefas operacionais. Por outro lado, uma parcela menor, de 16,7%, está envolvida em tarefas administrativas. Esta repartição de atividades oferece informações valiosas sobre as características dos participantes do estudo, permitindo uma interpretação mais precisa dos resultados da investigação.

4.2 A IMPORTÂNCIA DA SAÚDE MENTAL NO DESEMPENHO DAS FUNÇÕES DOS POLICIAIS MILITARES

Tabela 2 - Você acredita que a saúde mental dos policiais militares é fundamental para o desempenho eficaz de suas funções.

Classificação	n	%
Sim	49	98
Não	1	2
Total	50	100

Fonte: Elaborada pelo autor (2024).

Com base nos achados, a Tabela 2 destaca um consenso significativo entre os participantes quanto ao papel crucial da saúde mental no desempenho eficaz das funções dos policiais militares. A ampla maioria 98% concorda com essa afirmação, indicando um reconhecimento significativo da importância da saúde mental para o trabalho policial. Apenas uma pequena minoria 2% discorda dessa afirmação.

A importância de priorizar o bem-estar mental dos policiais militares e oferecer apoio suficiente para que possam desempenhar suas responsabilidades com eficiência e segurança é ressaltada por essas constatações. Eles também sugerem a importância de políticas e programas que promovam o bem-estar psicológico dentro das instituições policiais.

Tabela 3 - Os policiais militares recebem treinamento adequado para lidar com questões de saúde mental.

Classificação	n	%
Sim	17	34,7
Não	33	65,3
Total	50	100

Fonte: Elaborada pelo autor (2024).

A tabela 3 evidencia a percepção dos participantes em relação ao treinamento fornecido aos policiais militares para lidar com questões de saúde mental. Dos participantes entrevistados, 34,7% concordaram que os policiais militares recebem treinamento adequado nessa área, enquanto 65,3% discordaram dessa afirmação.

Contudo, esses resultados sugerem uma lacuna percebida no treinamento oferecido aos policiais militares para lidar com questões relacionadas à saúde mental. A maioria dos participantes expressou preocupação com a falta de preparo dos policiais para lidar com essas questões complexas e desafiadoras. Isso ressalta a necessidade de investimentos em programas de treinamento específicos que abordem adequadamente a saúde mental.

Dessa forma, a falta de treinamento adequado pode impactar negativamente a capacidade dos policiais de lidar com situações que envolvem questões de saúde mental, afetando não apenas seu próprio bem-estar, mas também a qualidade do serviço prestado. Portanto, ressaltam a importância de priorizar o treinamento em saúde mental como parte integrante do desenvolvimento profissional contínuo dos policiais militares. O treinamento em saúde mental é uma parte fundamental da preparação de policiais militares para lidar com as complexidades do seu trabalho. No entanto, muitas vezes, os recursos e o tempo dedicados a essa área são inadequados (Carlson, 2022).

Tabela 4 - Existe um sistema de apoio psicológico disponível para os policiais militares em sua instituição.

Classificação	n	%
Sim	38	75,5
Não	12	24,5
Total	50	100

Fonte: Elaborada pelo autor (2024).

A tabela 4 apresenta a disponibilidade percebida de um sistema de apoio psicológico para os policiais militares dentro de sua instituição. Dos participantes entrevistados, 75,5% afirmaram que existe um sistema de apoio psicológico disponível, enquanto 24,5% indicaram que não. Esses resultados sugerem que a maioria dos participantes tem acesso a algum tipo de suporte psicológico dentro de sua instituição. Isso é positivo, pois indica que há reconhecimento da importância do apoio psicológico para os policiais militares.

Ter um sistema de apoio psicológico pode ser crucial para ajudar os policiais a lidar com o estresse e os desafios emocionais inerentes ao trabalho policial. No entanto, é importante observar que quase um quarto dos participantes indicou a ausência de um sistema

de apoio psicológico em suas instituições. Isso ressalta a necessidade de garantir que todos os policiais tenham acesso a recursos de apoio psicológico adequados para promover seu bem-estar emocional e mental (Carlson, 2022).

Dessa forma, destacam a importância contínua de investir em programas de apoio psicológico e de garantir que os policiais tenham acesso a recursos de saúde mental de alta qualidade em suas instituições. Isso pode contribuir significativamente para melhorar o bem-estar e a resiliência dos policiais militares, bem como sua capacidade de desempenhar suas funções de forma eficaz e segura.

Tabela 5 - Os policiais militares são encorajados a buscar ajuda profissional para questões relacionadas à saúde mental.

Classificação	n	%
Sim	31	61,2
Não	19	38,8
Total	50	100

Fonte: Elaborada pelo autor (2024).

De acordo com a tabela 5 apresenta a percepção dos participantes em relação ao encorajamento dos policiais militares a buscar ajuda profissional para questões relacionadas à saúde mental. Dos participantes entrevistados, 61,2% afirmaram que os policiais militares são encorajados a buscar ajuda profissional nessa área, enquanto 38,8% indicaram que não.

Esses resultados sugerem que a maioria dos participantes percebe que há um encorajamento para que os policiais militares busquem ajuda profissional para questões relacionadas à saúde mental. Esse encorajamento é positivo, pois pode ajudar a reduzir o estigma em torno da saúde mental e promover uma cultura de apoio e cuidado dentro da instituição policial.

No entanto, é importante notar que quase 40% dos participantes indicaram que os policiais militares não são encorajados a buscar ajuda profissional para questões de saúde mental. Isso destaca a necessidade de uma abordagem mais abrangente, incluindo iniciativas de conscientização, educação e suporte institucional.

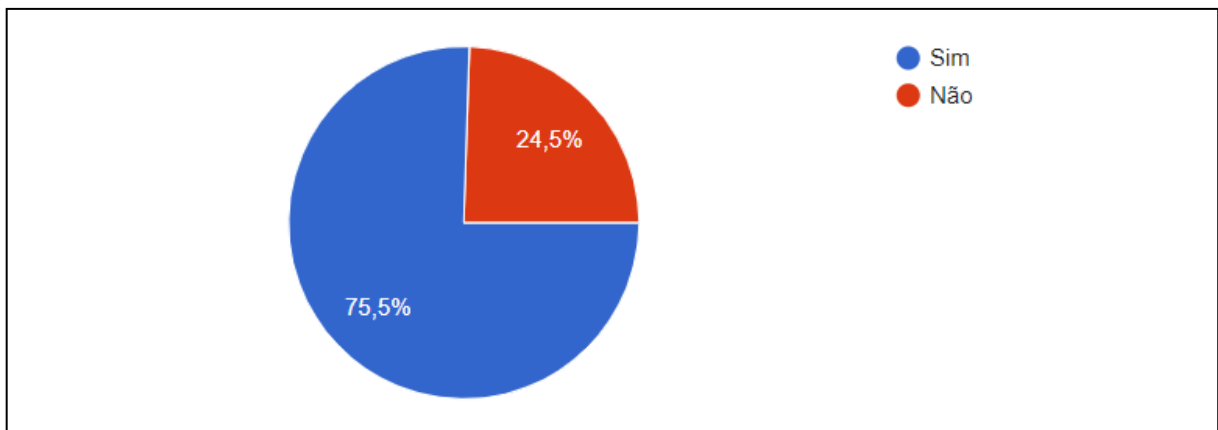
Com isso é importante criar um ambiente que promova ativamente o autocuidado e o apoio mútuo entre os policiais militares. Ao incentivar e facilitar o acesso à ajuda profissional, as instituições policiais podem desempenhar um papel fundamental na promoção da saúde mental e no bem-estar emocional de seus membros.

Em sua obra sobre a importância do apoio psicológico para policiais militares, o autor destaca a necessidade crítica de cuidar da saúde mental dos agentes da lei. O autor explora os

desafios únicos enfrentados pelos policiais militares no desempenho de suas funções e como esses desafios podem impactar sua saúde mental (Carlson, 2022).

Devido à natureza estressante e muitas vezes traumática do trabalho policial, é fundamental que os policiais tenham acesso a recursos de apoio psicológico adequados. Isso inclui não apenas a disponibilidade de profissionais de saúde mental treinados, mas também uma cultura institucional que promova abertamente o autocuidado e o suporte entre os colegas (Carlson, 2022).

Gráfico 1: A administração da polícia militar reconhece publicamente a importância da saúde mental dos policiais.



Fonte: Elaborada pelo autor (2024).

De acordo com os resultados da pesquisa no gráfico 1, a maioria dos participantes, representando 75,5%, percebe que a administração da polícia militar reconhece publicamente a importância da saúde mental dos policiais. Isso sugere um reconhecimento significativo por parte da liderança da instituição sobre a importância do bem-estar emocional e psicológico dos membros da corporação.

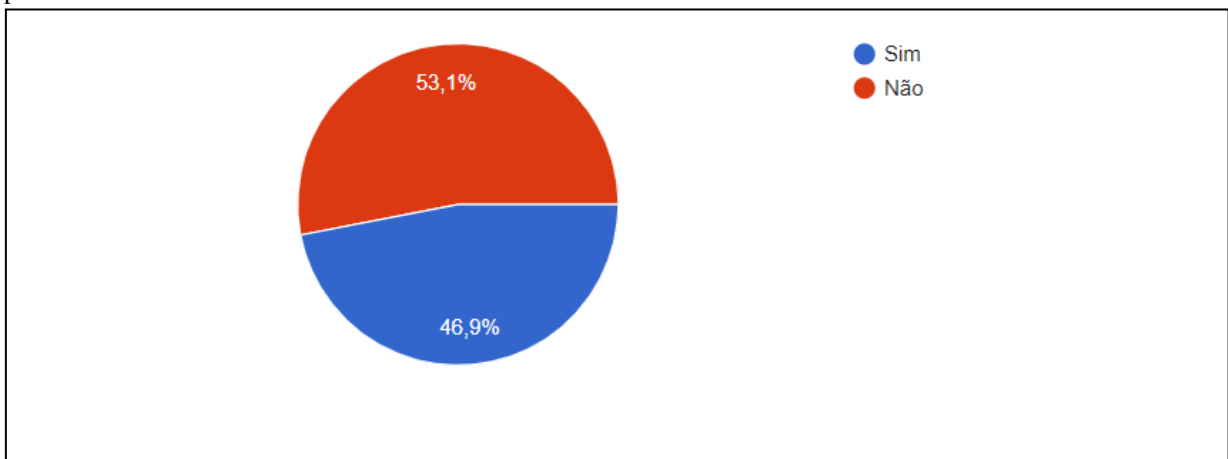
Essa percepção positiva pode indicar que a administração está adotando medidas para promover um ambiente de trabalho mais saudável e apoiador para os policiais. Reconhecer publicamente a importância da saúde mental é fundamental para reduzir o estigma associado a problemas psicológicos e encorajar os policiais a buscar ajuda quando necessário.

No entanto, é importante estar ciente de que cerca de um quarto dos participantes, representando 24,5%, percebem que a administração não reconhece publicamente essa importância. Isso destaca a necessidade de uma comunicação mais eficaz por parte da liderança para garantir que todos os policiais se sintam apoiados em relação à sua saúde mental. Em suma, esses resultados destacam a importância da conscientização e do

compromisso da administração com a saúde mental dos policiais, o que pode ter um impacto positivo significativo na cultura organizacional dos membros da polícia militar.

A importância do reconhecimento da saúde mental dos policiais militares pela administração é um tema amplamente discutido por acadêmicos e profissionais da área da segurança pública. Em sua obra sobre o assunto, a renomada autora Lipp (2016), destaca a relevância crítica desse reconhecimento e a eficácia dos policiais. Dada a natureza desafiadora e muitas vezes traumática do trabalho policial, é fundamental que a administração reconheça publicamente a importância da saúde mental dos policiais. Esse reconhecimento não apenas valida as experiências emocionais dos policiais, mas também sinaliza um compromisso institucional com seu bem-estar.

Gráfico 2: As políticas da instituição incluem medidas para reduzir o estresse e promover o bem-estar mental dos policiais.



Fonte: Elaborada pelo autor (2024).

Com base nos dados fornecidos no gráfico 2 os resultados apontam que aproximadamente 46,9% dos participantes percebem que as políticas da instituição incluem medidas para reduzir o estresse e promover o bem-estar mental dos policiais. Por outro lado, cerca de 53,1% dos participantes indicaram que as políticas da instituição não incluem tais medidas. Essa percepção pode levantar preocupações sobre a falta de recursos ou programas voltados para o apoio psicológico e emocional dos policiais.

Contudo, destacam a importância de uma análise mais aprofundada das políticas e práticas da instituição em relação ao apoio à saúde mental dos policiais. Identificar lacunas ou áreas de melhoria nessas políticas pode ser crucial para garantir o bem-estar e a resiliência emocional dos membros da força policial. Além disso, promover uma cultura organizacional que valorize e priorize o cuidado com a saúde mental pode ser fundamental para o desenvolvimento de uma força policial mais saudável e eficaz.

A questão do bem-estar mental dos policiais militares tem sido objeto de debate e preocupação crescentes dentro das instituições policiais e da comunidade acadêmica. Em seu estudo sobre o tema, a autora Lipp (2016), analisou as políticas e práticas adotadas pelas instituições policiais para lidar com o estresse, argumenta que, embora muitas instituições reconheçam a importância da saúde mental dos policiais, nem sempre implementam medidas eficazes para abordar esse problema. Sua pesquisa revelou que apenas uma parcela dos policiais percebe a existência de políticas institucionais destinadas a reduzir o estresse e promover o bem-estar mental.

Tabela 6 - Os policiais têm acesso a programas de prevenção do estresse e gerenciamento de conflitos.

Classificação	n	%
Sim	27	53,1
Não	23	46,9
Total	50	100

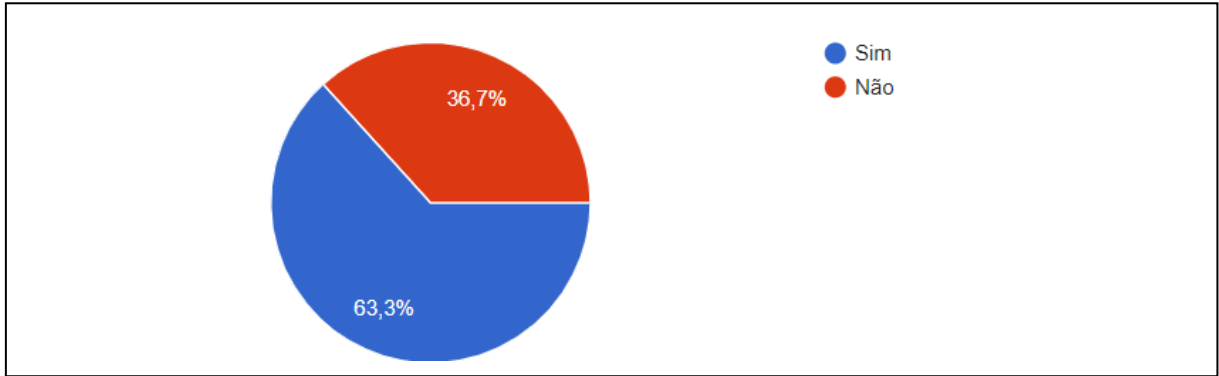
Fonte: Elaborada pelo autor (2024).

Os resultados da tabela 6 indicam que aproximadamente 53,1% dos policiais têm acesso a programas de prevenção do estresse e gerenciamento de conflitos, enquanto 46,9% dos policiais não têm acesso a tais programas. Esses números revelam uma divisão entre os policiais que têm acesso a esses recursos e aqueles que não têm.

Aqueles que têm acesso a programas de prevenção do estresse e gerenciamento de conflitos podem se beneficiar de ferramentas e estratégias para lidar com os desafios emocionais do trabalho policial, o que pode contribuir para um melhor bem-estar mental e reduzir o risco de problemas de saúde mental.

Por outro lado, a falta de acesso a esses programas pode representar uma lacuna nas políticas de apoio à saúde mental dentro da instituição. Isso destaca a importância de avaliar e melhorar os recursos disponíveis para os policiais, garantindo que todos tenham acesso a programas que promovam o bem-estar emocional e o gerenciamento eficaz do estresse.

Gráfico 3: As experiências traumáticas dos policiais são levadas em consideração na implementação de políticas de apoio à saúde mental.



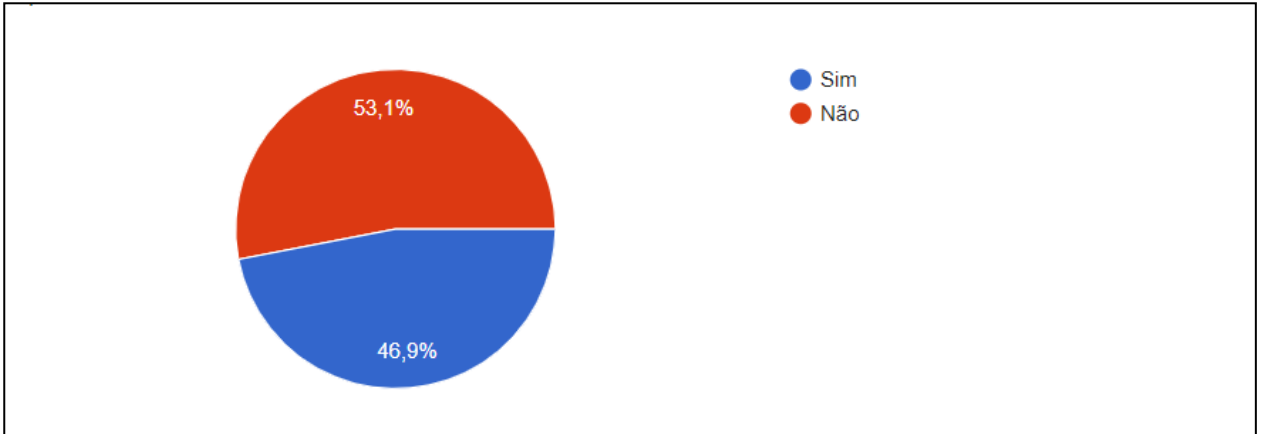
Fonte: Elaborada pelo autor (2024).

Os dados apresentados no gráfico 3 indicam que aproximadamente 63,3% dos policiais concordam que as experiências traumáticas são levadas em consideração na implementação de políticas de apoio à saúde mental, enquanto cerca de 36,7% discordam dessa afirmação.

Esses resultados sugerem que uma parte significativa dos policiais percebe que suas experiências traumáticas são consideradas ao implementar políticas de apoio à saúde mental. Isso é encorajador, pois reconhece a importância de abordar as consequências emocionais do trabalho policial e implementar medidas de apoio adequadas. No entanto, a presença de quase 37% dos policiais que discordam dessa afirmação indica que há espaço para melhorias na implementação de políticas de apoio à saúde mental.

A importância de considerar as experiências traumáticas dos policiais na implementação de políticas de apoio à saúde mental tem sido amplamente discutida. O impacto significativo que o trauma relacionado ao trabalho pode ter na saúde mental dos policiais e enfatizado a necessidade de políticas e programas que abordem essas questões de forma eficaz, as experiências traumáticas, como confrontos violentos, acidentes de trânsito e exposição a situações de risco, podem deixar cicatrizes emocionais duradouras nos policiais (Lipp, 2016).

Gráfico 4: Há uma cultura de abertura e aceitação em relação às questões de saúde mental dentro da polícia militar.



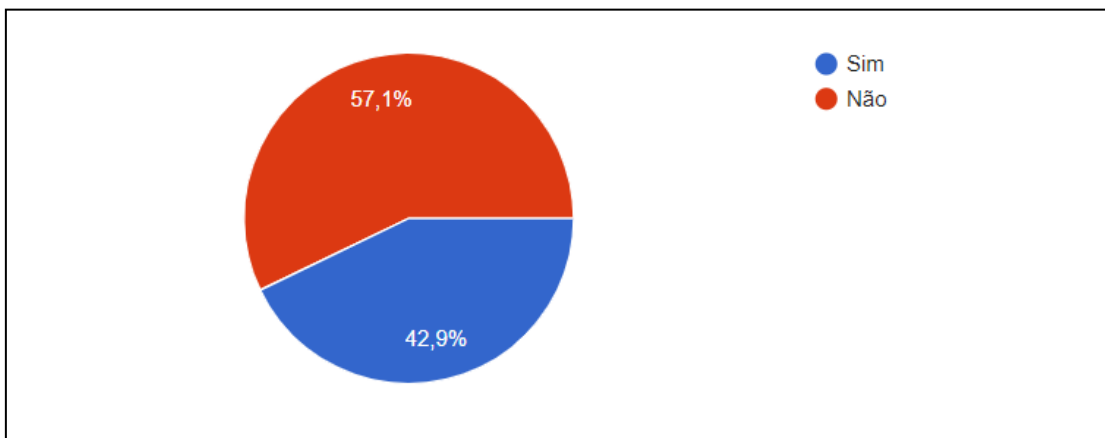
Fonte: Elaborada pelo autor (2024).

Conforme os dados no gráfico 4, revelam que cerca de 46,9% dos respondentes acreditam que há uma cultura de abertura e aceitação em relação às questões de saúde mental dentro da polícia militar, enquanto aproximadamente 53,1% discordam dessa afirmação. Esses dados indicam uma divisão de opiniões entre os policiais em relação à cultura organizacional em torno da saúde mental.

Aqueles que concordam podem perceber um ambiente onde os colegas são encorajados a discutir abertamente suas preocupações e buscar apoio quando necessário. Por outro lado, os que discordam podem sentir que há estigma ou falta de apoio em relação às questões de saúde mental dentro da instituição.

Esses resultados destacam a importância de promover uma cultura organizacional que valorize a saúde mental e encoraje os policiais a procurar ajuda quando necessário. A implementação de políticas e programas de apoio psicológico pode ajudar a criar um ambiente onde os policiais se sintam confortáveis para discutir suas preocupações e buscar assistência sem medo de estigma ou represálias.

Gráfico 5: A saúde mental dos policiais militares é considerada uma prioridade institucional.



Fonte: Elaborada pelo autor (2024).

De acordo com os dados apresentados, cerca de 42,9% dos participantes concordam que a saúde mental dos policiais militares é considerada uma prioridade institucional, enquanto aproximadamente 57,1% discordam dessa afirmação. Esses resultados sugerem uma divisão de opiniões em relação à priorização da saúde mental dentro da instituição policial.

Aqueles que concordam podem perceber que a liderança e a administração da polícia militar demonstram um compromisso em abordar questões de saúde mental e fornecer recursos e apoio adequados aos policiais. Por outro lado, os que discordam podem sentir que a saúde mental não recebe a devida atenção ou investimento por parte da instituição.

Diante da análise abrangente dos diversos aspectos relacionados à saúde mental dos policiais militares, torna-se evidente a complexidade e a importância desse tema dentro da instituição. Através das pesquisas realizadas e dos dados apresentados, pudemos observar uma diversidade de perspectivas, desafios e áreas de preocupação. Desde a avaliação da priorização da saúde mental pela instituição até a disponibilidade de recursos de apoio psicológico, passando pela percepção dos policiais sobre a cultura organizacional e o reconhecimento público da importância da saúde mental, cada aspecto analisado traz à tona a necessidade de uma abordagem holística e comprometida com o bem-estar emocional dos profissionais da segurança pública.

Portanto, concluímos que os líderes das agências policiais devem reconhecer a importância da saúde mental entre o pessoal uniformizado e tomar medidas eficazes para promovê-la. Isto inclui o desenvolvimento de políticas e programas que valorizem a saúde mental, fornecendo recursos adequados de apoio psicológico, promovendo uma cultura organizacional que incentive a abertura e o diálogo sobre questões emocionais e o reconhecimento público da importância da saúde mental para o desempenho eficaz das funções policiais. Só através de um compromisso coletivo e contínuo com a saúde mental é possível garantir um ambiente de trabalho seguro, saudável e produtivo para os serviços uniformizados, contribuindo assim para a qualidade dos serviços prestados à comunidade e para o bem-estar geral da sociedade.

5 CONCLUSÃO

Com base nos resultados obtidos e nas análises realizadas, a conclusão é clara: a saúde mental dos policiais é uma questão extremamente importante que requer atenção e

ação imediata por parte dos órgãos responsáveis. Os dados revelaram uma prevalência alarmante de sintomas de estresse e ansiedade entre os policiais entrevistados, sugerindo que isso estava tendo um impacto significativo no bem-estar e no desempenho desses profissionais.

É fundamental reconhecer que a saúde mental dos policiais militares não só impacta seu próprio bem-estar, mas também influencia diretamente sua capacidade de desempenhar suas funções com eficácia e segurança. Portanto, políticas e programas que visem prevenir o estresse ocupacional, oferecer apoio psicológico adequado e promover uma cultura organizacional que valorize o autocuidado e a busca de ajuda são essenciais.

No entanto, é importante destacar a necessidade de eliminar o estigma associado às questões de saúde mental na cultura policial, incentivando a abertura e a comunicação sobre o assunto e garantindo que os agentes se sintam seguros ao pedir ajuda quando necessário.

Desta forma, sublinham a importância de colocar a saúde mental da polícia militar no centro das políticas e práticas da agência, garantindo que recebem o apoio de que necessitam para enfrentar os desafios únicos da sua profissão e continuar a proteger e servir as suas comunidades de forma eficaz.

REFERÊNCIAS

CARLSON, Neli. **Fisiologia do comportamento**. São Paulo: Manole, 2022.

DIAS, Maria Berenice. **Manual de direito das famílias**. São Paulo: Editora Revista dos Tribunais, 2013.

GIL, Antônio. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. São Paulo: Atlas, 2006.

GUIMARÃES, Liliane Andolpho Magalhães; GRUBITS, Sônia. **Série Saúde Mental e Trabalho**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004.

GUSSO, Gustavo; LOPES, José Mauro Ceratti. **Tratado de Medicina de Família e Comunidade: Princípios, Formação e Prática**. Porto Alegre: Artmed, 2019.

LIPP, Marilda. **Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco**. Campinas: Papirus, 2016.

MENDES, Evaristo de Oliveira. **A Saúde Psicossocial Na Segurança Pública Brasileira**. 73 f. Monografia. Escola Superior de Guerras, Rio de Janeiro, 2013. Disponível em: <https://docplayer.com.br/6556298-A-saude-psicossocial-na-seguranca-publica-brasileira.html>. Acesso em: 09 jan. 2024.

MINAYO, Maria Cecília. **Prazer, estresse e sofrimento mental.** In: Missão prevenir e proteger: condições de vida, trabalho e saúde dos policiais militares do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2008.

OLIVEIRA, Katya; SANTOS, Luana. **Percepção da Saúde mental em policiais militares da força tática e de rua.** Porto Alegre: Sociologias, 2010.

PEREIRA, Ana Maria. **Quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.

SOUSA, Karen. **Fatores associados ao surgimento de ansiedade / depressão em policiais militares: uma revisão integrativa.** Maranhão: Ed. Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento, 2021.

APÊNDICE A - QUESTIONÁRIO

1) Qual é a sua graduação?

- a) Soldado
- b) Cabo
- c) 1º Sargento a 3º Sargento
- d) Subtenente
- e) Oficial
- f) 1º Tenente/2º Tenente
- g) Capitão/ Major
- h) Tenente Coronel/ Coronel

2) Sexo

- a) Masculino
- b) Feminino

3) Há quanto tempo você está na polícia militar?

- a) 1 a 5 anos
- b) 6 a 10 anos
- c) 11 a 20 anos
- d) 21 a 30 anos

4) Qual seu ambiente de Trabalho?

- a) Administrativo
- b) Operacional

5) Você acredita que a saúde mental dos policiais militares é fundamental para o desempenho eficaz de suas funções?

- a) Sim
- b) Não

6) Os policiais militares recebem treinamento adequado para lidar com questões de saúde mental?

- a) Sim
- b) Não

7) Existe um sistema de apoio psicológico disponível para os policiais militares em sua instituição?

- a) Sim
- b) Não

8) Os policiais militares são encorajados a buscar ajuda profissional para questões relacionadas à saúde mental?

- a) Sim
- b) Não

9) A administração da polícia militar reconhece publicamente a importância da saúde mental dos policiais?

- a) Sim
- b) Não

10) As políticas da instituição incluem medidas para reduzir o estresse e promover o bem-estar mental dos policiais?

- a) Sim
- b) Não

11) Os policiais têm acesso a programas de prevenção do estresse e gerenciamento de conflitos?

- a) Sim
- b) Não

12) As experiências traumáticas dos policiais são levadas em consideração na implementação de políticas de apoio à saúde mental?

- a) Sim
- b) Não

13) Há uma cultura de abertura e aceitação em relação às questões de saúde mental dentro da polícia militar?

- a) Sim
- b) Não

14) A saúde mental dos policiais militares é considerada uma prioridade institucional?

- a) Sim
- b) Não

15) Você gostaria de fornecer sugestões ou comentários adicionais sobre a melhor forma de abordar ou prevenir a saúde mental no ambiente de trabalho policial?