

OS FATORES QUE PODEM INFLUENCIAR A QUALIDADE DE VIDA DO POLICIAL MILITAR

THE FACTORS THAT CAN INFLUENCE THE QUALITY OF LIFE OF THE MILITARY
POLICE

NASCIMENTO, Barbara Alessandra dos Santos¹
LARA, Lorena Dantas²

RESUMO

Este trabalho objetiva analisar quais são os fatores que podem influenciar no aumento ou diminuição da Qualidade de vida (QVT) dos policiais militares, as dificuldades encontradas durante as suas jornadas de trabalho e de quais maneiras elas se apresentam e em quais setores de suas vidas estas podem ser mais impactantes. A metodologia utilizada foi à pesquisa bibliográfica de outros artigos científicos sobre o tema, que se propuseram a analisar diversos Batalhões de Polícia Militar, tanto do Estado de Goiás, quanto em outros Estados. Também foram utilizadas fontes eletrônicas, quais sejam: Scielo, Acervo digital da PMGO, Qualy Capes, SENASP e Google Acadêmico, sendo, portanto um artigo científico teórico. O estudo se faz relevante, pois, apontou que são vários os fatores de riscos a que se submetem os profissionais policiais militares em seu ambiente de trabalho, gerando, por conta da exposição a esses fatores, diferentes patologias e diversos tipos de transtornos emocionais e psicológicos, além da insatisfação pessoal. Os resultados apontam que o estresse, doenças do sono e a depressão são as mais existentes. Portanto é extremamente importante a atuação do Estado de maneira positiva, para o enfrentamento destas doenças, oferecendo maior atenção para o aumento e melhoria desta qualidade de vida.

Palavras Chave:Qualidade de vida. Trabalho.Doenças.Polícia Militar.

ABSTRACT

This study aims to analyze the factors that may influence the increase or decrease in the quality of life of military police officers, the difficulties encountered during their working days and in what ways they present themselves and in which sectors of their lives these are can be more impacting. The methodology used was the bibliographical research of other scientific articles on the subject, which proposed to analyze several Military Police Battalions, both in the State of Goiás, and in other States. Electronic sources were also used, namely: Scielo, Digital Collection of PMGO, Qualy Capes, SENASP and Google Academic, and, therefore, a theoretical scientific article. The study is relevant, because, it pointed out that there are several risk factors that military police professionals undergo in their work environment, generating, due to exposure to these factors, different pathologies and different types of emotional and psychological disorders , as well as personal dissatisfaction. The

¹Aluna do Curso de Formação de Praças, Turma A Cidade Ocidental, do Comando da Academia de Polícia Militar do Estado de Goiás- CAPM;email: bsantasnasci@gmail.com;

²Professor (a) Orientador: Lorena Dantas Lara, formação em Relações Públicas e Ciências Contábeis pela UFG; Especialista em Comunicação Pública pela ESPM; Mestre em Administração Pública pela UFG; email: lorennalara@gmail.com; Cidade Ocidental-GO, Maio de 2018.

results indicate that stress, sleep diseases and depression are the most prevalent. Therefore, it is extremely important that the State act in a positive way, to address these diseases, offering greater attention to the increase and improvement of this quality of life.

Keywords: Quality of life. Job. Diseases. Military police.

1. INTRODUÇÃO

Vivemos atualmente em torno de uma grande correria do dia a dia e isso nos leva a pensar sobre a qualidade de vida que possuímos. No ambiente profissional não poderia ser diferente, pois já que passamos boa parte de nossas vidas trabalhando, esta área torna-se de extrema importância (DESSEN, PAZ, 2010).

A conceituação de Qualidade de Vida (QV) ainda não é unânime, pois esta envolve diversos tipos de conceitos e critérios que podem ser analisados de forma objetiva ou subjetiva. Quando inserimos esta qualidade de vida na esfera profissional tratamos, portanto do tema Qualidade de vida no trabalho (QVT). Em se tratando do contexto histórico podemos dizer que a QVT teve sua origem na esfera privada, no ambiente organizacional que, com o passar do tempo e aos poucos, vem se tornando cada vez mais competitivo.

Observa-se que a QVT tem sido muitas vezes, utilizada para aumentar o nível de aprovação dos colaboradores fazendo assim com que os mesmos venham a se envolver ainda mais com a empresa e/ou a instituição na qual trabalham (GARCIA, 2010).

A importância deste tema se apresenta por diversos fatores, quando paramos para analisar que ele envolve tanto a vida profissional quanto pessoal dos indivíduos e de quais formas pode refletir no aumento ou diminuição desta qualidade de vida. Vivemos atualmente uma realidade crescente da violência na sociedade e o papel da Polícia Militar é de natureza essencial. Portanto neste artigo abordaremos o tema: Qualidade de vida no trabalho (QVT) voltada para os policiais militares e analisaremos de quais formas a função policial militar pode afetar a mesma, nos levando a seguinte problemática: se a atividade policial militar pode contribuir para a diminuição desta tão sonhada qualidade de vida.

Este artigo trará referências sobre o dia a dia da vida profissional do policial militar e dos enfrentamentos dos fatores negativos que podem afetar a sua vida dentro da instituição, como profissional, e como isso pode refletir negativamente na sua saúde física e psicológica, e nos seus relacionamentos também fora do ambiente de trabalho. Questões referentes ao: estresse mental, a fadiga do corpo e aos fatores que põem em risco a vida do policial militar. Portanto o mesmo visa apontar como todos estes fatores relacionados podem trazer benefícios ou malefícios tanto para a instituição policial militar quanto para o seu

servidor e de quais maneiras podem ser feitas melhorias para tratarem dos aspectos negativos observados.

O objetivo geral deste trabalho será apontar quais fatores da função policial militar podem afetar a qualidade de vida destes trabalhadores. Sendo o seu objetivo específico analisar como estes fatores podem afetar a saúde do policial militar, alterando também a sua qualidade de vida fora da instituição.

Para a realização deste artigo as fontes utilizadas para consulta foram: 10 artigos científicos publicados por autores acadêmicos dos quais o temas pesquisados foram: Qualidade de vida e Qualidade de vida no trabalho do policial militar. Os critérios de inclusão utilizados foram feitos por meio de trabalhos acadêmicos elaborados com os temas anteriormente citados. Nestas literaturas citadas foram analisadas informações referentes à: qualidade de vida, seus fatores e influências e as funções da atividade policial militar.

Deste modo este tema possui grande importância para a Polícia Militar do Estado de Goiás por envolver questões bastante relevantes que envolvem fatores físicos, psicológicos e laborais, podendo estes fatores quando em desequilíbrio acarretar prejuízos não somente para os policiais afetados, mas também para a própria instituição, porquanto o policial militar é o bem mais preciso que a PMGO possui, sendo de extremo interesse da mesma o seu bem estar, motivação e capacitação.

2. REVISÃO DE LITERATURA

O que é qualidade de vida no trabalho?

A Organização Mundial de Saúde – OMS (THE WHOQOL GROUP, 1995) explica que qualidade de vida pode ser vista de maneira diferente para cada indivíduo. Questões como: cultura social, valores agregados a sua vida e de que maneira vai à busca dos seus objetivos e se relaciona com estes, trazendo juntamente a tudo isso suas expectativas, desafios e frustrações.

A conceituação de Qualidade de Vida ainda não é unânime, pois esta envolve diversos tipos de conceitos e critérios que podem ser analisados de forma objetiva ou subjetiva. Os ambientes e a organização do trabalho impactam fortemente na percepção que o indivíduo tem desta tão sonhada qualidade de vida, já que parte considerável da vida das pessoas é gasta vivendo e trabalhando dentro das organizações (LIMA e MELLATI, 2006).

Portanto a qualidade de vida está diretamente ligada a todos os setores de nossas vidas, como uma balança que deve estar em equilíbrio para se manter sustentada. Não podemos nos esquecer que o trabalho é um importantíssimo fator de motivação, sobrevivência e maneira de integração social do indivíduo e de descobrimento e identidade pessoal e não podemos negligenciar todas as circunstâncias que possam impactar fortemente este setor da vida de cada indivíduo.

É por meio do trabalho que criamos relações com outras pessoas, rotinas diárias, crescimento profissional, descobertas de nós mesmos, além de ser fonte rentável para a nossa sobrevivência.

Portanto quando colocamos esta dimensão de fatores que nos influenciam como pessoas e nos motivam dentro de nossas vidas profissionais, estamos falando em qualidade de vida no trabalho. Embora esta expressão seja bastante utilizada por colaboradores, gestores e outros tipos de lideranças não existem uma unanimidade a respeito de sua definição ou quanto ao tipo de modelo ideal de QVT. Especialistas da área de gestão de pessoas, profissionais de saúde e estudiosos frequentemente divergem sobre o que é e, quais fatores devem ser observados para a garantia de que um trabalho seja fonte de bem-estar, motivação pessoal, crescimento profissional e maior gratificação, e não fonte de tristezas, inseguranças, doenças, desânimo, sentimentos de insatisfação, acidentes de trabalho, etc..

Na década de 50 surgiram os primeiros estudiosos interessados em estudar o assunto. Este interesse ocorreu por conta da desvalorização do capital humano, quando do surgimento da informática e do aumento de maquinários dentro das organizações, gerando assim um grande e crescente distanciamento entre as organizações e os seus colaboradores. Ao observarem estas questões, com o passar do tempo, gestores e administradores começaram a se perguntar quais são os fatores determinantes que podem influenciar a qualidade do trabalho oferecido e a diminuição da produtividade do colaborador dentro das organizações e quais elementos presentes nestas poderiam mudar este cenário, gerando assim uma maior identificação entre o colaborador e o ambiente profissional (RODRIGUES, 2002).

Foi nesse cenário que emergiu o ideário de Qualidade de Vida no Trabalho com a finalidade explícita de melhorar as condições de trabalho do indivíduo e, desta forma favorecer melhorias no seu desempenho nas empresas (FERNANDES, 1996).

Passada uma década, essas idéias se fortaleceram e ganharam um pouco mais de atenção com o reconhecimento da importância de melhor conceber o trabalho, de forma a reduzir os seus efeitos negativos sobre a saúde e sobre a satisfação dos empregados e, por conseguinte, melhorar o desempenho dos mesmos (NADLER e LAWLER, 1983).

A grande difusão do tema sem uma exatidão de seu conteúdo levou os administradores e gestores de empresas a exigir dos responsáveis pelos setores de recursos humanos a efetivação de programas de QVT como um remédio no combate aos diversos tipos de problemas enfrentados (1979 a 1982).

O que dizem os estudiosos sobre o assunto.

Para Nadler e Lawler (1983) a QVT é uma forma de pensar sobre as pessoas, o trabalho e as organizações. Por meio desta ótica os elementos principais da QVT seriam: a preocupação sobre de que forma a rotina do trabalho pode impactar na vida pessoal de cada colaborador e vice e versa. E de como sendo alinhadas as expectativas dos colaboradores com as organizações podem ser transformados todo um contexto de resultados, como a participação na resolução de problemas e na tomada de decisões na organização. Para esses autores o foco não é em como as pessoas podem trabalhar melhor, mas em como o trabalho pode torná-las melhores. Ou seja, esta visão se distingue de outras por pensar muito no ser humano e em suas necessidades individuais.

A qualidade de vida no trabalho precisa se preocupar com tudo o que acontece dentro da organização, os seus problemas comportamentais, buscando entender quais são as necessidades básicas dos seus colaboradores, o que eles esperam do seu ambiente de trabalho. Baseia-se, portanto, em como tudo é um espelho, se os colaboradores estão motivados isto será refletido de maneira positiva no desenvolvimento e crescimento de uma determinada organização.

Ao observar a fala desses consagrados autores é possível perceber que há divergência no que eles consideram importante para que a QVT ocorra, entretanto o que eles apresentam como viável conversam entre si. Não se pode esperar de funcionário/servidor um bom desempenho se o clima dentro da empresa em que ele trabalha é gerido por tensão, desrespeito e falta de comprometimento dos líderes com os liderados, bem como, se os equipamentos de trabalho estão obsoletos. Também é preciso pensar em estratégias que tragam os funcionários/servidores para a posição de auxiliar na tomada de decisão da empresa pública ou privada, isso demonstra que os superiores se importam com a opinião de seus subordinados, hoje em dia empresas com perfil inovador que se preocupam com a gestão de pessoas estão utilizando essa ferramenta e tendo bons resultados.

De acordo com o artigo: “Satisfação no Trabalho dos policiais militares do Rio Grande do Sul: estudo qualitativo” (de Almeida; *et al.*, 2016) outro fator bastante importante é

a satisfação que se tem em relação ao trabalho que é exercido. Para estes pesquisadores, dizer que uma instituição/organização oferece condições de bem-estar no ambiente de trabalho e de que valoriza o seu servidor/colaborador, somente será possível por meio de monitoramento e acompanhamento dos níveis de satisfação dos mesmos. De acordo com essa percepção, pode-se dizer que os sentimentos vivenciados na vida laboral possuem ligação com a vida familiar e social de cada indivíduo. Para estes pesquisadores os fatores que mais geram insatisfação estão relacionados ao salário e às promoções na carreira.

Os policiais militares estão permanentemente expostos a mudanças na sua qualidade de vida (MINAYO; SOUZA; CONSTANTINO, 2007). Entende-se, portanto do pensamento destes autores que diversas situações vivenciadas pelos policiais militares no seu dia a dia profissional podem alterar esta satisfação, tais como: jornadas de trabalho, questões salariais, ergométricas, planos de carreira, ferramentas de trabalho, reconhecimento pelo trabalho prestado, entre outras.

Os policiais estão constantemente expostos a diversas situações que os colocam em situações negativas, das quais é ocasionado nos mesmos um estado de estresse muito intenso. Situações estas que põem em cheque o equilíbrio do corpo físico e da mente, proporcionando muitas das vezes o cometimento de ações impensadas durante o confronto destas situações estressoras, como por exemplo, as dúvidas que surgem ao não saberem agir em determinadas situações ou quando perdem o controle da mesma, ou simplesmente entram em estado de choque. Assim, tais atitudes podem levar à falta de eficiência no desempenho do exercício profissional, expondo os policiais e a sociedade em geral a possíveis perigos (OLIVEIRA; SANTOS, 2010).

Para (CHIAVENATO, 2010, p. 470) as “responsabilidades legais e morais de assegurar um lugar de trabalho livre de riscos desnecessários e de condições ambientais que possam provocar danos à saúde física e mental das pessoas”. Em se tratando da função policial militar torna-se um tanto complicado e um grande desafio a ser enfrentado, pois os riscos e sinistros são inerentes a mesma, além do sistema rígido de formação e vivência exigido e vivido no dia a dia de um quartel e durante toda a carreira policial.

De acordo com Mayer (2006) o fato de superiores hierárquicos tratarem seus subordinados de forma muitas vezes inaceitável do ponto de vista constitucional, este é um dos fatores que causam certo desconforto entre alguns policiais e às vezes pode até mesmo vir a ocasionar queda no desempenho profissional. Mas esta é uma questão muito complicada, já que a hierarquia e a disciplina são à base do regimento militar.

De acordo com Portela e Bughay Filho (2007) a pressão que o policial militar sofre diariamente em sua rotina no trabalho acarreta uma diminuição da eficiência do serviço

oferecido para toda a sociedade, e trazendo consigo uma sensação de insatisfação e de alteração no humor.

Osfatores que podem influenciar a QVT do policial militar

Diante da representatividade que o trabalho possui na vida de cada indivíduo, é necessário falar da importância do trabalho policial militar para a sociedade. Trabalho este que lida com diversos tipos de ocorrências que vão desde a um crime de natureza gravíssima, acidentes de trânsito até os crimes contra o meio ambiente (SERGIPE, 2010b).

Os policiais militares são preparados e treinados para lidarem com vários tipos de situações, por isso durante o seu treinamento profissional e principalmente quando especializados são capacitados para atuarem em diversas áreas, tais como: ambiental, resgate, assaltos, seqüestros, homicídios, entre outras situações. Esta gama de ocorrências pode gerar diversos impactos psicológicos no policial militar. Desta maneira, faz-se necessário que o policial militar cuide da saúde do seu corpo físico e mental para que possa assim estar apto ao cumprimento das suas atividades, e que esta qualidade de vida possa estar associada à satisfação pessoal e profissional. Essa capacidade física é de suma importância aliada a outros fatores psíquicos e cognitivos, pois é exigido dos policiais ações enérgicas e pensamentos rápidos para as suas atividades diárias.

A relação com a sociedade desencadeia um turbilhão de emoções e sentimentos diversos e muitas das vezes contrários no indivíduo pelo modo que desgasta a relação com o cidadão e gera uma crise de identidade individual em detrimento da relação com a instituição (MAYER, 2006). De acordo com este autor podemos inferir que a atividade policial militar é bastante complexa, pois este age em prol da sociedade, mas ao mesmo tempo é temido e não querido, pois repressão e coação da liberdade não são atrativas.

Em relação ao serviço policial, Monteiro e Gomes (1998) alertam que a qualidade de vida se relaciona com a maneira que o indivíduo interage com o seu espaço profissional e com a sua capacidade de produzir. Desse modo, as doenças geradas pelos fatores emocionais acumulados no serviço policial, podem ocasionar número significativo de problemas na saúde, dentre eles os distúrbios gastrintestinais; excesso de peso; as doenças cardiovasculares; alcoolismo e tabagismo.

RODRIGUES *et al.*, (2015) analisou em seu artigo referente à Saúde do trabalhador e qualidade de vida : experiência em um batalhão de polícia comunitária do sertão do Ceará, que é de suma importância que o policial militar tenha uma vida de atividades

físicas ativa, pois o seu trabalho assim a exige, para que assim possam ser evitadas outros tipos de doenças, principalmente relacionadas aos distúrbios emocionais, como por exemplo, o estresse.

SALLA *et al.*,(2011) realizou um estudo de caso que buscou analisar a importância de uma vida ativa de exercícios físicos e equilíbrio nutricional. Para tanto fez um estudo com policiais militares do 11º e 16º BPM do Estado de Goiás, no qual foram analisadas questões referentes ao Índice de Massa Corpórea (IMC), doenças crônicas, frequência da prática de atividades físicas e o preparo físico para as atividades realizadas diariamente na função policial militar. Foram observados comprometimentos pela falta de condicionamento físico necessário e de uma habitualidade de realização de atividades físicas, que acarretam outros agravos na saúde do corpo físico, tais como: problemas na coluna, pressão alta, enxaqueca, hepatite e bronquite.

BARBOSA *et al.*, (2016) buscou estudar em seu artigo a Qualidade de Vida (QV) dos policiais militares ao fazer uma relação entre a função exercida e os riscos a que estes profissionais estão expostos. Foram analisadas as seguintes doenças: cardiovasculares, fadiga, hipertensão, estresse, entre outras. Observando-se da análise deste estudo que o estresse é a doença que mais contribui para a afetação de outras doenças de fundo emocional. Sendo a segunda, as doenças do coração, que afetam a saúde do corpo físico ocasionando outros tipos de doenças.

MORAES *et al.*, (2000) preocupou-se em estudar a qualidade de vida no trabalho dos policiais militares do Estado de Minas Gerais e o estresse ocupacional dos mesmos. Foi feita uma análise envolvendo um quantitativo de 1.152 policiais militares e como resultado constatou-se a prevalência do fator “estresse” entre os membros da instituição derivado de uma insatisfação relacionada à mesma. Em contrapartida, foi observado um alto nível de satisfação com a profissão e suas atividades realizadas, com isso gerando um aumento na participação da qualidade de vida no trabalho destes policiais. Verificou-se também neste estudo que os policiais militares que ingerem bebida alcoólica e os que não ingerem possuem diferenças mínimas e em relação ao estresse os oficiais desta instituição tiveram uma representatividade maior.

MELLO (2015) realizou um estudo que objetivava analisar de quais maneiras o trabalho operacional dos policiais militares (2º sargentos) do Curso de aperfeiçoamento de sargentos (CAS) da Polícia Militar do Estado de Goiás afeta os citados. Buscando apontar de quais maneiras poderiam ser feitas medidas preventivas para evitarem afetos à saúde do policial. Foram observadas que as doenças mais citadas pelos mesmos foram: a depressão e o

estresse e o desgaste por conta de pressões sofridas relacionadas à cobrança da produtividade de suas atividades.

COSTA *et al.*, (2014) buscou obter dados e informações inerentes ao uso de medicamentos psicotrópicos em unidades policiais militares no Estado de Goiás. Foram realizadas análises embasadas em amostras voluntárias dos participantes. Foram encontradas uma significativa habitualidade de uso de substâncias psicoativas e fármacos, por conta de doenças relacionadas aos distúrbios emocionais e dores nos músculos e coluna.

CASTRO *et al.*, (2013) fez um estudo para analisar os efeitos do Serviço Extra Remunerado (SER) com os policiais militares do Estado de Goiás. Estudo este que objetivou analisar o impacto da sobrecarga de serviço extra na vida profissional e particular do policial militar. Aferindo que: os policiais militares dizem ser o “SER” negativo por dois fatores, quais sejam: ser manobra do aumento de efetivo da corporação por meio do governo e alterar a qualidade de vida dos mesmos. Foi verificado no estudo que mais da metade do efetivo da instituição realiza o serviço extra remunerado como forma de compensar a remuneração. Causando assim menos tempo para o lazer e convivência familiar.

ALMEIDA (2016) falando da qualidade de vida no trabalho dos policiais militares do Estado do Rio Grande do Sul realizou um estudo quantitativo que envolveu a satisfação referente à: chefia; colegas de trabalho; salário e natureza do trabalho. Foi observada uma grande insatisfação relacionada à remuneração e as promoções na carreira. Quanto à satisfação relativa aos colegas e chefias não foram notados predomínios.

BRASIL *et al.*, (2016) analisou 289 policiais militares do interior do Estado de São Paulo, lotados no 16º BPM/I. Todos os policiais participantes da pesquisa eram do sexo masculino e possuíam entre 30 a 45 anos. Foram analisadas na pesquisa questões referentes à: fatores físicos, ambientais e estressores. E com os resultados obtidos puderam relacionar o sofrimento humano a questões referentes a situações vivenciadas no ambiente profissional, em se tratando da função policial militar os fatores estressantes e intensos relacionados ao dia a dia da atividade podem vir a desencadear este sofrimento.

PITTS *et al.*, (2014) analisou em seu artigo a qualidade de vida no trabalho das mulheres na polícia militar do Estado do Ceará, mais precisamente com 81 policias femininas.

De acordo com a pesquisa o perfil da policial feminina do Estado do Ceará são mulheres na faixa etária entre 20 a 30 anos, casadas, sem filhos e de maioria com formação em nível superior. Estas realizam em sua maioria atividades administrativas dentro da corporação e se encontravam insatisfeitas ou indiferentes a sua qualidade de vida no trabalho. As queixas principais são: os baixos salários e a falta de oportunidade de crescimento na carreira.

O futuro da qualidade de vida no trabalho.

A literatura acerca do tema é muito vasta, porém é um assunto relativamente novo, e que tem ganhado cada vez mais espaço, as diversas áreas da ciência têm dedicado uma maior atenção acerca da matéria, pois não é interessante para as empresas perderem os seus funcionários por motivos de alta rotatividade ou tê-los enfermos.

A realidade nos empurra para o desenvolvimento, conhecimento e respeito da política pública/social do trabalho, as perspectivas nos apontam que surgiram demandas que exigem uma maior atenção.

A atenção necessária que devemos dar a qualidade de vida no trabalho envolve a atuação de diversos setores profissionais, a exemplo os da área de saúde, assistentes sociais, gestores, administradores, entre outros. A satisfação no trabalho envolve questões referentes à: bom relacionamento com os colegas de trabalho, ascensão profissional, ambiente profissional favorável e também fatores da vida pessoal que podem aumentar ou diminuir os resultados da vida profissional. Para que seja alcançado um equilíbrio estes setores devem conversar entre si, todos estes fatores devem estar agregados, pois quando falamos em ambiente profissional falamos no todo e não em partes separadas.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Quadro: Análise do resumo dos autores envolvidos 3.1

Autores	Observações
Nadle e lawler (1983)	Preocuparam-se em analisar de como a rotina profissional pode afetar a vida do indivíduo em todos os sentidos e de como o trabalho pode torná-los pessoas melhores.
Mínayo; Souza; Constantino (2007)	Acreditam que as situações vivenciadas no dia a dia profissional trás consequências que refletem tanto na satisfação pessoal quanto profissional.
Oliveira; Santos (2010)	Situações estressantes, negativas e perigosas podem acarretar um

	estado de estresse muito intenso que pode afetar o desempenho profissional.
Chiavenato (2010)	Trata de como é importante levar em consideração os direitos legais e morais de um indivíduo e de como essa questão também é importante dentro de um ambiente profissional. Como é importante oferecer condições adequadas para que o trabalho seja realizado da melhor maneira possível.
Mayer (2006)	Analisa como é importante haver o respeito entre os pares dentro do ambiente profissional.
Portela e Bughay Filho (2007)	Também concordam com a ideia de que as situações vivenciadas pelos policiais podem afetar a sua saúde física e mental, acarretando consequente diminuição da eficiência profissional.

Quadro: Relação dos artigos estudados e os fatores observados 3.1.2

AUTORES	CARACTERÍSTICAS ANALISADAS
Minayo; Sousa; Constantino; (2007)	Jornadas de trabalho, salários, progressão na carreira, ferramentas de trabalho, ergonomia, reconhecimento profissional.
Oliveira; Santos; (2010)	Estresse Intenso vivenciado pelos Policiais Militares.
Mayer (2006)	Hierarquia e Subordinação opressoras.
Portela e Bughay Filho (2007)	Pressão Profissional.

Rodrigues <i>et al.</i> , (2015)	Atividade física relacionada à prevenção de doenças, principalmente as emocionais, em especial o estresse.
Salla <i>et al.</i> , (2011)	Doenças desencadeadas: problemas na coluna, pressão alta, enxaqueca, hepatite e bronquite. Importância da atividade física e equilíbrio nutricional.
Barbosa <i>et al.</i> , (2016)	O estresse como fator desencadeador de diversas doenças emocionais. Doenças cardiovasculares, fadiga, hipertensão, estresse, entre outras.
Moraes <i>et al.</i> , (2000)	Estresse ocupacional e o uso de bebidas alcoólicas.
Mello (2015)	Predominância da depressão, estresse e cobranças hierárquicas.
Costa <i>et al.</i> , (2014)	A relação do uso de psicotrópicos e fármacos com doenças emocionais, musculares e na coluna.
Castro <i>et al.</i> , (2013)	A sobrecarga do serviço extra remunerado e seus impactos.
Almeida (2016)	Nível de satisfação relacionada à remuneração e promoções na carreira.
Brasil <i>et al.</i> , (2016)	Fatores físicos, ambientais e estressores.
Pitts <i>et al.</i> , (2014)	Perfil das policiais femininas e suas queixas principais: baixos salários e a falta de oportunidades de crescimento profissional.

Em todos os estudos e informações observados nestes artigos foram analisados alguns fatores em comum, fatores estes ligados a questões referentes à saúde do corpo físico e do equilíbrio emocional. Em se tratando da importância da atividade física para o policial militar podemos observar que por ser esta uma função muito intensa e nem um pouco rotineira é de extrema importância que este se preocupe com o seu condicionamento físico, pois no seu

dia a dia é certo que haverá momentos em que sua aptidão física será testada muitas das vezes ao extremo.

Juntamente com uma vida de atividade física ativa vemos aumento da qualidade de vida por meio de mudanças observadas por uma melhoria na saúde do corpo físico e também psicológico, que somente o exercício físico é capaz de trazer. Deste modo, trazendo mais vivacidade e disposição para as atividades laborais e também para a vida fora do trabalho.

Fatores estes que podem ser notados no aumento da disposição para realizar diversos tipos de atividades, melhoria da qualidade do sono, maior motivação e auto-estima. Em contrapartida, quando estes mesmos policiais são levados a exercerem exaustivamente a função policial esta qualidade de vida pode sofrer alterações, pois neste sentido os mesmos terão diminuídas suas horas de lazer, por conseguinte, diminuição do sono, do horário de alimentação e também para a realização de atividades físicas, fatores tão importantes para a saúde do corpo físico e da mente.

Em se tratando ainda sobre a importância da atividade física na vida do policial militar o estudo realizado nos batalhões: 11º e 16º BPM localizados no Estado de Goiás, foram constatados que mais da metade dos policiais militares possuíam comprometimento em sua saúde pela falta de condicionamento físico, apresentaram também problemas de coluna, pressão alta, enxaqueca, hepatite e bronquite.

Nos estudos feitos por Moraes *et al.*, (2000) e Costa *et al.*, (2014) buscou-se analisar a frequência com que certos psicotrópicos e fármacos são utilizados por policiais militares para se tratarem de certas doenças desencadeadas pelo exercício da função. Em alguns artigos estudados foram citados o uso de: anfetaminas, metanfetaminas, canabinóides, cocaína, opióides e benzodiazepínicos, além da dependência de álcool e tabaco. Estes autores concluíram que por conta do estresse e pressão vivenciadas pelos policiais militares, estes utilizam os medicamentos e bebidas alcoólicas como um meio de se desligarem das lembranças e situações vivenciadas no seu cotidiano e que a chance de desenvolverem uma dependência química é muito alta.

Estes medicamentos e substâncias são utilizados como forma de tratamento de algumas doenças desencadeadas principalmente por fatores estressores vivenciados nas atividades diárias do policial e também por questões que afetam a saúde do corpo físico, além de serem utilizados como forma de se desligar das preocupações de que são acometidos.

Num estudo realizado no Estado de Goiás foi encontrada a prevalência do uso de substâncias psicoativas nos profissionais que exercem suas atividades na área de segurança

pública lotados em unidades espalhadas em todo o Estado, sendo que os dados encontrados foram considerados altos se comparados a média da população brasileira.

O uso de drogas psicoativas, principalmente a maconha e anfetaminas é o grande “vilão”, responsável por desencadear graves transtornos, que se manifestam tanto na vida profissional quanto pessoal dos policiais militares.

No estudo realizado com os policiais militares do Estado de Minas Gerais um dos fatores de grande preocupação é o estresse, vindo a ser citado também na grande maioria dos artigos estudados. Este é desencadeado por uma série de fatores que contribuem para o desenvolvimento do mesmo, quando durante do exercício da atividade policial. Neste caso, foi constatado que os policiais normalmente não sentiram sintomas físicos o que não ocorreu em outros artigos analisados. Mas disseram que quando este estresse se encontra em um alto grau os sintomas físicos podem ser notados por alguns.

Algumas patologias foram citadas em todos os artigos, tais como: doenças cardiovasculares, hipertensão, fadiga, estresse, depressão, entre outras. Sendo que o estresse foi o mais citado, sendo responsável por gerar outros tipos de doenças e outros agravos. Em segundo lugar vêm as doenças do coração que são responsáveis pelo aparecimento de outras doenças como: diabetes e hipertensão. Na análise do artigo, BARBOSA *et al.*, (2016) foi constatado que as policiais militares femininas sofrem ainda mais e são mais acometidas de doenças do que os policiais homens. Pois no caso das mulheres, estas além de lidarem com suas atividades laborais ainda precisam se desdobrar para cuidar dos filhos, do lar, etc.

As doenças que mais acometem os policiais militares por conta das cargas horárias e condições de trabalho são: ortomoleculares, fraturas, estresse, sendo muito predominantes as dores musculares: na coluna, no pescoço, entre outras. Também podem vir a desenvolver doenças na pele, problemas na visão e contágio de doenças venéreas por conta de vários parceiros sexuais e contato com diversos grupos de pessoas. Sendo observado portanto que a profissão do policial militar além de ser considerada perigosa é também insalubre, apesar de algumas leis específicas não concordarem com tais fatos. Foi observado também neste estudo, BARBOSA *et al.*, (2016) que os riscos a que os policiais se expõem diariamente no exercício de sua atividade laboral são constantes e diversos, sendo ainda que existam poucos estudos relacionados ao assunto.

No estudo realizado referente às ações preventivas realizadas pela Polícia Militar do Estado de Goiás para assistência à saúde do policial militar, este tratou da importância de investir na atenção à saúde do próprio, sendo citados alguns pontos muito importantes e que poderiam ser melhorados dentro da instituição, como: o fortalecimento de fatores que envolvem maior solidariedade, respeito e camaradagem. Questões referentes também ao

acompanhamento e monitoramento de fatores condicionantes a uma melhoria da qualidade de vida, evitando assim muitos afastamentos médicos, também a diminuição da carga de trabalho (no serviço operacional) e investimentos em recursos médicos, psicológicos e assistenciais.

Nos artigos referentes aos policiais militares do Estado de São Paulo, BRASIL *et al.*, (2016) e do Estado do Rio Grande do Sul, ALMEIDA (2016) foram constatados que os fatores que modificam a qualidade de vida do policial envolvem questões multisetoriais, pois analisam fatores referentes à saúde física, psicológica, motivacional, financeira, social e instrumental. Destacando que este foi o único artigo que se preocupou em analisar estes fatores. Portanto, existem componentes muito importantes que devem ser levados em consideração, tais como: promoção na carreira, respeito aos subordinados, melhorias no ambiente de trabalho, investimento em capacitação e uma maior ênfase a estes pontos, pois muitas das vezes são ignorados.

Quanto ao estudo do artigo realizado com as policiais femininas do Estado do Ceará, PITTS *et al.*, (2014) foi observado que as mulheres ainda necessitam se desdobrar para ocuparem os mesmos cargos de responsabilidades que os policiais homens. Sendo importante destacar que este foi o único artigo que se preocupou em estudar as mulheres dentro da Polícia Militar e em como estas se sentem em relação ao trabalho, necessitando então de maiores estudos e atenção. Foi analisado neste artigo que elas têm de lidar pela igualdade e diminuição de preconceito, principalmente dentro das instituições militares por serem ainda de predominância masculina.

Quadro: Comparativo entre os assuntos estudados pelos autores 3.1.3

Estados	Pontos em comum
Ceará; Goiás; São Paulo; Minas Gerais e Rio Grande do Sul.	Importância da atividade física para o policial militar; Relação do estresse e da depressão como doenças muito comuns entre os policiais militares; O uso de bebidas alcoólicas e outras substâncias (dependência química); Estresse e depressão como doenças mais predominantes, seguidas da fadiga e falta de sono; excesso de trabalho e poucas condições para exercê-lo (ferramentas de trabalho).

Há que salientar que nos artigos estudados em sua grande maioria não houve grandes divergências a serem citadas, pois os fatores analisados são realmente muito inerentes a todas as atividades realizadas pelo policial militar, profissão que envolve riscos e situações reais que são vivenciadas pelos mesmos, capazes de gerar transtornos físicos, psicológicos e que acabam acarretando reflexos em suas vidas pessoais.

É necessário que haja uma atenção maior voltada para as unidades situadas distante da capital do Estado de Goiás (Goiânia). Pois há ainda uma carência assistencial nestas unidades, tais como: a criação de Hospitais da Polícia Militar do Estado de Goiás em alguns pontos do Estado para que possa atender melhor os seus policiais que trabalham distante da capital. Estes ficam na dependência de se deslocarem até a mesma, quando necessitam fazer alguns exames que são realizados somente no Hospital da PMGO (HPM) que fica situado distante da maioria das unidades do Estado.

O policial militar vive em constante atenção por conta das situações e tipos de pessoas das quais é obrigado a lidar durante a sua atividade profissional, por isso, para que este possa desfrutar mais tranquilamente de uma vida social e de momentos de tranquilidade, seria de grande importância que fossem desenvolvidos espaços apropriados para a realização de atividades físicas (natação, corrida, musculação, acompanhamento nutricional, etc.) em diversas regiões do Estado, falando especificamente da Polícia Militar do Estado de Goiás, pois estes espaços são reservados apenas aos policiais da capital do Estado (Goiânia). Com certeza isso tudo refletiria de maneira extremamente positiva tanto para o policial quanto para a própria instituição.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Vários são os fatores de riscos a que se submetem os profissionais policiais militares em seu ambiente de trabalho, estes estão constantemente expostos a situações de estresse, pressão e riscos que podem desencadear diversos tipos de doenças e gerando diversos problemas em sua saúde física, mental e no convívio social. Por conta de tudo isso o estudo deste artigo se faz importante por apontar quais dentre estes aspectos são os que estão mais presentes na vida destes profissionais e de quais maneiras a instituição, os próprios policiais e o poder público podem atuar para a prevenção ou diminuição destes fatores.

A Qualidade de Vida no Trabalho (QVT) sofre influências do meio externo que também afeta a vida familiar, social e econômica do policial militar. Tendo em vista que os policiais militares se deparam cotidianamente com diversos tipos de situações, muitas das

vezes extremas, tais como: risco de morte, desenvolvimento de diversos tipos de doenças físicas e psicológicas, além de cobranças intensas advindas de seus superiores hierárquicos.

Os policiais militares desencadeiam doenças muito relevantes e extremamente preocupantes que põem em risco não somente a sua integridade física e psíquica, mas também a de seus familiares, amigos, colegas de trabalho e também de toda a sociedade.

Desse modo, são desencadeadas doenças relacionadas ao sono, ao estresse, cardiopatias, problemas de hipertensão, diabetes, má alimentação, excesso de peso, por falta de atividades físicas constantes, problemas na coluna, depressão, dependência química, entre outras.

Portanto a Qualidade de Vida pode sofrer influências advindas do trabalho, tanto positivas quanto negativas. E o policial militar por conta das conseqüências de tudo o que envolve a sua profissão torna-se um “alvo” fácil, em todos os sentidos.

Por isso, o tamanho da importância da valorização profissional vinda por parte das instituições militares por meio do poder público, referentes a questões de instrumentalização de trabalho adequados e confortáveis, salários compatíveis com os riscos de sua profissão, valorização salarial, motivacional e profissional, além de acompanhamentos psicológicos, médicos, odontológicos e nutricionais, entre outros.

A importância de investimento em projetos que envolvam palestras periódicas referentes a temas tão relevantes que tratem de questões como: a vida financeira, a dependência química, a importância da atividade física e de atividades que auxiliem no equilíbrio da vida psicológica, entre outras. Também o incentivo à valorização e ao respeito por parte de toda a sociedade e do poder público, de maneira que a atuação destes se traduza em ações e políticas positivas, além de estudos mais eficazes e periódicos que possam acompanhar o desenvolvimento e efetivação dos fatores que mais contribuem para o aumento e a valorização da qualidade de vida no trabalho aos policiais militares.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CHIAVENATO, Idalberto. **Gestão de Pessoas: o novo papel dos recursos humanos nas organizações**. 3ª Ed. 6ª reimpressão. Rio de Janeiro: Elsevier, 2010.

DE SOUSA, JuraíAlves. **Determinação n. 009/2013 – CG**. Polícia Militar de Goiás. Goiás, 2013.

HUSE, E. F.; CUMMINGS, T. G. **Organization development and change**. 3. ed. St Paul: Ed. Minn, 1985.

MINAYO, M. C. S., & Adorno, S. **Risco e (in) segurança na missão policial.** 2013.

MORAES, et al. **Diagnóstico de qualidade vida e estresse no trabalho da Polícia Militar do Estado de Minas Gerais.** Relatório de pesquisa. 219f. Belo Horizonte: NEACO/CEPEAD/FACE/UFMG, 2000.

NADLER, D.; LAWLER, E. **Quality of work life: perspectives and directions.** Organization Dynamics. v. 1, n. 11. p. 20-30. New York: Winter, 1983.

PORTELA, A.; BUGHAY FILHO, A. **Nível de estresse de policiais militares: comparativo entre sedentários e praticantes de atividade física.** *EFDeportes.com, Revista Digital.* Buenos Aires, v. 11, nº. 106, Março 2007.