



ESTADO DE GOIÁS

POLÍCIA MILITAR DO ESTADO DE GOIÁS



COMANDO DA ACADEMIA DE POLÍCIA MILITAR

ESPECIALIZAÇÃO EM POLÍCIA E SEGURANÇA PÚBLICA

**LINHA DA PESQUISA: IX: USO DA FORÇA, DEFESA
PESSOAL E EDUCAÇÃO FÍSICA NO CONTEXTO POLICIAL**

KEUVYS ALVES DE SOUSA VIDAL

**SOB PRESSÃO: O IMPACTO DO ESTRESSE NA TOMADA DE DECISÃO DE
USO DA FORÇA NA POLÍCIA MILITAR DE GOIÁS**

Goiânia-GO

2024

KEUVYS ALVES DE SOUSA VIDAL

**SOB PRESSÃO: O IMPACTO DO ESTRESSE NA TOMADA DE DECISÃO DE
USO DA FORÇA NA POLÍCIA MILITAR DE GOIÁS**

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. Danilo da Silva Andrade.

Goiânia-GO

2024

SOB PRESSÃO: O IMPACTO DO ESTRESSE NA TOMADA DE DECISÃO DE USO DA FORÇA NA POLÍCIA MILITAR DE GOIÁS

Keuvys Alves de Sousa Vidal

RESUMO

Este trabalho investiga o impacto do estresse na tomada de decisão de uso da força na Polícia Militar de Goiás, abordando uma questão fundamental tanto para a eficiência operacional quanto para o bem-estar dos policiais e da comunidade que servem. O estudo se debruça sobre a compreensão das dinâmicas psicológicas e operacionais que influenciam as decisões dos policiais em situações de alta pressão, analisando como o estresse afeta sua capacidade de julgamento e ação. Através de uma metodologia que combina revisão sistemática da literatura e aplicação de questionários a policiais militares, o trabalho identifica uma percepção significativa do impacto negativo do estresse na capacidade decisória, especialmente em contextos críticos que exigem o uso da força.

Palavras-chave: Tomada de decisão. Polícia Militar de Goiás. Uso da força. Gestão de estresse. Saúde mental. Segurança pública. Treinamento policial.

ABSTRACT

This work investigates the impact of stress on decision-making regarding the use of force in the Military Police of Goiás, addressing a fundamental issue for both operational efficiency and the well-being of police officers and the community they serve. The study focuses on understanding the psychological and operational dynamics that influence police officers' decisions in high-pressure situations, analyzing how stress affects their ability to judge and act. Through a methodology that combines a systematic literature review and application of questionnaires to military police officers, the work identifies a significant perception of the negative impact of stress on decision-making capacity, especially in critical contexts that require the use of force.

Keywords: Decision making. Military Police of Goiás. Use of force. Stress management. Mental health. Public security. Police training.

Keuvys Alves de Sousa Vidal - Aluno do Curso de Formação de Praças – 2ª Turma, Especialização em Polícia e Segurança Pública do Comando da Academia de Polícia Militar de Goiás, email: Keuvysvidal@outlook.com
Telefone: (64)98160-2038 Danilo da Silva Andrade – 3º SGT do Corpo Musical da Polícia Militar do Estado de Goiás, Orientador. Professor da Especialização em Polícia e Segurança Pública do Comando da Academia de Polícia Militar. Graduado em Licenciatura em música - Trombone e Especialista em Coaching. Email: andradedanilo0806@gmail.com Telefone: 62982671499

1 INTRODUÇÃO

O uso da força e a tomada de decisão em situações de alto estresse são aspectos críticos no contexto policial, especialmente na Polícia Militar de Goiás. Essa temática se insere num campo mais amplo de estudos sobre a psicologia da tomada de decisão em ambientes de pressão, onde as consequências podem ser imediatas e significativas. A análise do impacto do estresse na capacidade de tomada de decisão dos policiais é fundamental, pois afeta não apenas a eficiência e segurança dos profissionais envolvidos, mas também a comunidade a que servem. O desempenho sob pressão é um tópico de relevância crescente, visto que os desafios enfrentados pelos policiais são cada vez mais complexos e dinâmicos, exigindo uma compreensão profunda dos fatores que influenciam suas escolhas e ações.

Estudos recentes destacam que o estresse pode comprometer significativamente a capacidade de julgamento e tomada de decisão em situações críticas, uma realidade não distante dos policiais militares de Goiás. A literatura sugere uma correlação entre níveis elevados de estresse e a propensão a decisões precipitadas ou erro no uso da força. Este cenário ressalta a importância de investigações aprofundadas sobre como o estresse afeta especificamente estes profissionais, buscando preencher as lacunas deixadas por pesquisas anteriores que talvez não tenham explorado adequadamente as peculiaridades do contexto policial brasileiro (PINHEIRO; FARIKOSKI, 2016). Assim, o presente estudo visa expandir o entendimento sobre este tema crítico, conectando-se a pesquisas anteriores e abordando novos aspectos dessa complexa dinâmica.

A relevância deste estudo reside na necessidade crítica de compreender como o estresse influencia as decisões de uso da força na Polícia Militar de Goiás, uma questão de significativo impacto social e organizacional. A não resolução desse problema pode levar a consequências graves, incluindo uso indevido da força, danos à integridade física e psicológica dos policiais e da população, além de repercussões legais e de imagem para a instituição. Esta pesquisa propõe-se a contribuir para a melhoria das práticas e políticas dentro da Polícia Militar, oferecendo informações que podem aprimorar treinamentos, protocolos de atuação e estratégias de gestão de estresse. Ao abordar lacunas deixadas por estudos anteriores, este trabalho visa não

apenas avançar no conhecimento acadêmico, mas também produzir impactos práticos positivos, melhorando a qualidade das intervenções policiais e a segurança pública.

Além disso, a pesquisa pode influenciar positivamente políticas públicas e práticas organizacionais, conduzindo a uma melhor preparação dos policiais para enfrentar situações de alta tensão. A compreensão das dinâmicas de estresse e tomada de decisão é fundamental para o desenvolvimento de estratégias eficazes de treinamento e bem-estar dos policiais, o que, por sua vez, repercute na qualidade do serviço prestado à sociedade. A exploração desse tema contribuirá para um levantamento de dados ainda incipiente no Brasil, fornecendo uma base sólida para futuras pesquisas e práticas inovadoras na área da segurança pública.

O problema central deste estudo é identificar e compreender como o estresse afeta a tomada de decisão no uso da força por policiais militares de Goiás. Considerando a complexidade das operações policiais e a necessidade de decisões rápidas em situações de alto risco, como o estresse experimentado pelos policiais impacta a qualidade e a eficácia dessas decisões? Esta questão surge da observação de que, apesar da relevância do tema, há uma carência de estudos aprofundados focados no contexto específico da Polícia Militar de Goiás. A pesquisa busca, portanto, esclarecer a relação entre estresse e tomada de decisão na prática.

O objetivo geral deste estudo é analisar o impacto do estresse na tomada de decisão de uso da força por policiais militares de Goiás. Este objetivo alinha-se diretamente com a necessidade de compreender as nuances psicológicas e operacionais que influenciam as ações policiais em situações de alta pressão. Ao focar neste aspecto específico, a pesquisa busca oferecer contribuições que possam agregar em estratégias mais eficazes de treinamento, gestão de estresse e tomada de decisão, visando aprimorar a eficácia operacional e a segurança dos policiais e da comunidade. Já como objetivos específicos, busca-se identificar os principais fatores de estresse que influenciam policiais militares de Goiás em situações de uso da força; avaliar como o estresse afeta a capacidade de julgamento e decisão dos policiais em situações críticas; desenvolver recomendações para treinamentos e protocolos que ajudem a gerenciar o estresse durante operações policiais; propor medidas para a melhoria do bem-estar psicológico dos policiais, com foco na otimização da tomada de decisão sob pressão.

2 REVISÃO DA LITERATURA

No século XVII, o termo latino stress utilizado no campo da saúde para descrever um estado de tensão patológica foi reintroduzido na literatura científica em 1926 pelo progenitor da estressologia, Dr. Hans Selye, para caracterizar uma condição de tensão patogênica no organismo. Atualmente, o termo "estresse" é reconhecido nos léxicos da língua portuguesa, embora os especialistas frequentemente prefiram a grafia anglicizada "stress". Denomina-se stress a condição que provoca um desequilíbrio no estado de equilíbrio interno do corpo. Esse desbalanço é responsável por manifestações fisiológicas como aceleração cardíaca excessiva, dificuldades digestivas e insônia durante períodos de desafios. Normalmente, o corpo opera em harmonia, assemelhando-se a uma orquestra, onde cada órgão desempenha sua função em ritmo sincronizado com os demais (Lipp, 2015).

Esta harmonia, conhecida como homeostase, é essencial para o funcionamento integrado do organismo. Contudo, o advento do stress rompe essa sincronia, resultando em uma operação descompassada dos órgãos, onde alguns necessitam intensificar seu funcionamento enquanto outros reduzem, na tentativa de gerir a perturbação. Este fenômeno é identificado como a fase inicial do estresse. Inerentemente, o ser humano possui a tendência de buscar o reequilíbrio, desencadeando esforços adaptativos significativos para restaurar a homeostase. Este processo de ajuste pode demandar um substancial consumo de reservas energéticas, tanto físicas quanto mentais. A eficácia no emprego de mecanismos de enfrentamento para reinstaurar a ordem interna resulta na eliminação do estresse, permitindo o retorno à normalidade. Essa capacidade de recuperação, seja pela eliminação da fonte de estresse ou pelo aprendizado em lidar com a mesma de maneira eficaz, é uma experiência comum à maioria dos indivíduos (Lipp, 2015).

As investigações sobre o estresse e as estratégias adotadas pelas pessoas diante de adversidades são fundamentais para a psicologia, contribuindo tanto para o diagnóstico quanto para o planejamento de ações preventivas. A resposta fisiológica do corpo a diversos tipos de agressões foi nomeada por Selye em 1963 como Síndrome da Adaptação Geral (SAG). Esta síndrome é dividida em três fases: alarme, resistência e exaustão. A Fase de Alarme caracteriza-se pela reação inicial do organismo ao estresse, que pode ser vista como uma resposta adaptativa, incluindo

sintomas como taquicardia, tensão crônica, dor de cabeça e sensação de esgotamento. A Fase de Resistência é marcada pela ativação das defesas do corpo, com aumento na secreção de hormônios adrenocorticóides e persistência do estado de alerta. Durante esta fase, o organismo pode apresentar uma redução na resistência a outros estímulos e manifestações psicossociais como ansiedade e isolamento social. A Fase de Exaustão ocorre quando o corpo está desgastado pelo excesso de atividade e pelo alto consumo de energia, levando à falência do órgão-alvo e manifestando-se em doenças orgânicas (Nodari, 2014).

Estudos com grupos de primatas em cativeiro revelaram que babuínos selvagens mantêm uma hierarquia social complexa, com machos subordinados evitando os dominantes. As mortes observadas no grupo subordinado não foram causadas por ferimentos ou subnutrição, mas aparentemente pelos efeitos severos do estresse prolongado. As autópsias indicaram altas taxas de úlceras gástricas, glândulas adrenais aumentadas e degeneração hipocampal. O estresse contínuo eleva os níveis de cortisol, prejudicando o hipocampo, que, danificado, não consegue reduzir esses níveis, criando um ciclo vicioso de degeneração hipocampal e níveis de cortisol descontrolados. O estresse, em sua forma positiva (eustresse), provoca uma resposta adaptativa do organismo, enquanto o distresse refere-se a estímulos fortes que podem causar danos ao organismo. O termo comum "estresse" é frequentemente usado para descrever o que tecnicamente seria o "distresse" (Nodari, 2014).

O fornecimento de um serviço de segurança adequado à população é um aspecto crítico na função da polícia, especialmente devido ao aumento da criminalidade e violência na sociedade brasileira contemporânea. No entanto, as atividades desempenhadas pelos policiais militares estão frequentemente associadas a problemas de saúde e a um comprometimento de sua capacidade de trabalho. A saúde física e psicológica desses profissionais tem uma conexão direta com suas funções laborais, representando um problema significativo para a saúde do trabalhador na atualidade (Van Gelderen, 2015).

A demanda por serviços de segurança eficazes tem implicações organizacionais e políticas significativas, visto que as condições e processos de trabalho dos policiais militares impactam diretamente em sua saúde, bem-estar e produtividade. Esses fatores influenciam diretamente na qualidade do serviço de segurança prestado. Nesse contexto, a violação dos direitos dos policiais a condições de trabalho dignas é considerada uma forma de violência no ambiente de trabalho,

prejudicando o comprometimento e desempenho desses profissionais (Mata; Pires; Bonfatti, 2017).

Os membros das forças policiais militares são definidos como aqueles que, temporária ou permanentemente, oferecem serviços militares sob a jurisdição tanto da União quanto dos governos estaduais. Portanto, esses profissionais operam em esferas federais ou estaduais, sendo remunerados por seus serviços através de subsídios, conforme elucidado por Bassalo et al. (2020). As práticas profissionais envolvidas no policiamento ostensivo revelam aspectos das interações entre o ambiente de trabalho dos militares e o seu bem-estar.

A identificação de estresse ocupacional pode facilitar para que os comandantes das unidades da Polícia Militar realizem escolhas informadas sobre as demandas internas por um ambiente de trabalho mais saudável, buscando resolver, com base em fundamentos científicos, quaisquer problemas que possam comprometer a qualidade do serviço prestado (Dorileo; Souza, 2017).

Policiais satisfeitos e realizados profissionalmente tendem a oferecer mais apoio aos colegas e superiores, o que pode resultar em níveis mais elevados de bem-estar e motivação. A satisfação no trabalho inclui o engajamento profissional, um estado cognitivo afetivo positivo relacionado à profissão, que envolve comprometimento e alinhamento com o ambiente e atividades laborais (Schaufeli, 2012).

Segundo a literatura, recursos de trabalho como oportunidades de aprendizado, um bom ambiente e apoio são fundamentais para o bem-estar motivacional dos trabalhadores, atendendo às suas necessidades psicológicas de competência e autonomia. No entanto, profissionais frustrados podem apresentar esgotamento, desânimo e falta de motivação, levando à perda de recursos energéticos e afetando a produtividade, resultando no desenvolvimento de patologias associadas ao esgotamento mental (Hu; Schaufeli; Taris, 2017).

O estresse ocupacional, decorrente do desequilíbrio na relação com o ambiente de trabalho, é frequentemente causado por sobrecarga de funções, tanto qualitativa quanto quantitativa, tornando o ambiente laboral ameaçador e comprometendo a produtividade do trabalhador. A realização de estudos sobre saúde no ambiente policial é desafiadora, devido ao acesso limitado às instituições policiais e à falta de documentação disponível (Bayley, 2001). Reflexões sobre saúde no trabalho policial no Brasil são limitadas, com pouca atenção dada aos aspectos relacionados à saúde e qualidade de vida dos policiais militares (Minayo, Assis & Oliveira, 2011).

A Polícia Militar (PM) representa 70% dos agentes policiais no sistema de segurança, realizando vigilância ostensiva e atuando na preservação da ordem pública. O nível de estresse nesses profissionais é considerado superior ao de outras categorias, não apenas devido à natureza de alto risco de suas atividades, mas também pela sobrecarga de trabalho e pelas relações internas à corporação, que é baseada em uma hierarquia rígida e disciplina militar (Minayo, Souza, & Constantino, 2008).

Lipp (2010), em uma contribuição ao portal do Ministério da Saúde, destacou que o índice de estresse entre policiais e bombeiros aumentou para aproximadamente 51% entre 2006 e 2011. Uma das causas identificadas foi a insuficiência de treinamento adequado em técnicas de enfrentamento de estresse. Reduzir os efeitos do estresse representa um desafio tanto para os trabalhadores quanto para seus empregadores. O policial militar encontra-se na intersecção de múltiplas forças oriundas da organização do trabalho, da precarização do trabalho e da sociedade contemporânea. A interação dessas forças pode acarretar consequências negativas para a saúde mental dos profissionais, levando ao aumento do sofrimento psíquico, que pode resultar em alcoolismo, depressão e até suicídio.

Fatores como carga excessiva de trabalho, condições de trabalho desfavoráveis e baixos salários contribuem para o sofrimento psíquico desses profissionais. Em resposta à questão salarial, muitos policiais recorrem a trabalhos extras ("bicos") para complementar sua renda, resultando em um acúmulo de horas de trabalho que afetam negativamente o descanso, lazer e convívio familiar. Por exemplo, na Paraíba, o percentual de aposentadorias por invalidez devido a problemas psiquiátricos chegou a 25% em um determinado período, afetando principalmente soldados e cabos, que têm maior probabilidade de envolvimento em operações de risco. Minayo, Assis e Oliveira (2011) confirmam essa tendência em um estudo realizado com policiais militares e civis do Rio de Janeiro.

As autoras supracitadas observaram que problemas nas condições e organização ocupacional, como jornadas de trabalho extensivas, pouco tempo para descanso e lazer, condições materiais e técnicas precárias e salários baixos, são fatores que contribuem para o sofrimento psíquico dos policiais militares. A combinação de excesso de trabalho com escassas horas de sono e repouso leva a fadiga e cansaço, além de desafios associados ao acúmulo de dois empregos, necessidade de trabalhar sob pressão e realizar apenas uma refeição durante muitas horas. Como resultado, os policiais podem apresentar irritabilidade, insônia e

envelhecimento precoce, com o trabalho sendo uma fonte potencial de enfermidades. Adicionalmente, tanto policiais militares quanto civis enfrentam problemas relacionados à valorização profissional, especialmente em termos de salários, condições habitacionais, acesso a serviços de saúde e apoio institucional e psicológico.

Diante desse panorama, a necessidade de implementar medidas preventivas e interventivas para mitigar os efeitos negativos do estresse ocupacional nos policiais militares torna-se imperativa. A promoção de programas de bem-estar e saúde mental específicos para esta população é fundamental, visando não apenas a prevenção de doenças psicológicas, mas também o fortalecimento da resiliência e do bem-estar geral dos profissionais. Estratégias como treinamentos em técnicas de manejo de estresse, promoção de atividades físicas regulares, apoio psicológico contínuo e melhoria nas condições de trabalho podem contribuir significativamente para a redução dos níveis de estresse.

A reavaliação das práticas organizacionais dentro das instituições policiais, incluindo a gestão de cargas de trabalho e a promoção de um ambiente de trabalho saudável e seguro, são medidas fundamentais. A implementação de políticas que favoreçam o equilíbrio entre a vida profissional e pessoal dos policiais, oferecendo flexibilidade de horários e reduzindo a necessidade de trabalhos extras, é uma abordagem relevante para diminuir a pressão sobre esses trabalhadores. Além disso, a valorização profissional através de remunerações justas, oportunidades de carreira e reconhecimento social do trabalho desempenhado pelos policiais militares pode impactar positivamente na autoestima e na motivação desses profissionais. Investimentos em capacitação e formação continuada, que incluam habilidades de gestão emocional e psicológica, são essenciais para preparar os policiais para lidar com as situações de alta tensão inerentes à sua profissão.

3 METODOLOGIA

Esta pesquisa adotará uma abordagem metodológica que combina revisão da literatura e aplicação de questionários. Inicialmente, será realizada uma revisão sistemática da literatura para identificar e analisar estudos prévios relacionados ao impacto do estresse na tomada de decisão em contextos policiais. Esta revisão buscará compreender as tendências atuais, lacunas e debates existentes no campo, com foco particular nas práticas e desafios enfrentados pela Polícia Militar de Goiás.

Para a coleta de dados primários, serão elaborados questionários estruturados, destinados aos policiais militares de Goiás. Estes questionários visarão avaliar diretamente as percepções dos policiais sobre o estresse e seu impacto na tomada de decisão durante operações de uso da força. A análise dos dados coletados por meio dos questionários será realizada utilizando métodos estatísticos apropriados, visando identificar padrões, correlações e dados significativos. Esta metodologia mista, combinando revisão da literatura e pesquisa empírica, proporcionará uma base sólida de conhecimento teórico, complementada por dados atuais e relevantes do contexto específico da Polícia Militar de Goiás.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

O estresse ocupacional tem sido amplamente reconhecido como um fator que afeta negativamente a saúde mental e física dos trabalhadores, bem como sua capacidade de tomar decisões eficazes, especialmente em profissões de alta pressão como a polícia militar. Este estudo foca especificamente na Polícia Militar do Estado de Goiás (PMGO), buscando entender como o estresse impacta a capacidade de tomada de decisão dos policiais, além de explorar as estratégias de enfrentamento adotadas por eles e as possíveis soluções para mitigar esses efeitos.

Através de uma pesquisa quantitativa, foram coletados dados sobre a percepção dos policiais em relação ao impacto do estresse em sua capacidade decisória, a busca por apoio em situações de alto estresse, a independência na tomada de decisões, a importância de melhorias nas condições de trabalho, o papel do apoio psicológico, os principais fatores de estresse, a falta de treinamento em técnicas de relaxamento, o impacto do estresse na saúde, a adequação do treinamento recebido e a eficácia do suporte psicológico oferecido pela PMGO.

Os resultados obtidos revelam contribuições significativas sobre a relação entre estresse e tomada de decisão na PMGO, destacando a necessidade urgente de abordagens integradas que visem não apenas o bem-estar dos policiais, mas também a eficácia de suas funções operacionais. Esta seção discute os principais achados da pesquisa, correlacionando-os com a literatura existente no campo do estresse ocupacional e da psicologia organizacional, com o objetivo de oferecer uma compreensão mais profunda dos desafios enfrentados pelos policiais militares e sugerir medidas práticas para a promoção de um ambiente de trabalho mais saudável e produtivo.

A tabela a seguir resume os dados coletados e as percepções dos policiais militares de Goiás sobre o impacto do estresse em sua capacidade de tomada de decisão e as medidas sugeridas para melhorar o bem-estar psicológico e a eficácia no trabalho:

Aspecto Avaliado	Percentual (%)	Observações
Impacto do estresse na capacidade de tomada de decisão	89,3% acreditam que afeta negativamente	Destaca a necessidade de gestão do estresse
Busca de apoio em situações de alto estresse	46,4% buscam apoio	Reflete a variação nas estratégias de enfrentamento
Decisões tomadas de forma independente	32,1% decidem independentemente	-
Melhoria das condições de trabalho para reduzir o estresse	96,4% concordam	Correlação com a eficácia na tomada de decisão
Importância do apoio psicológico	42,9% veem como primordial	Seguido por melhorias nas condições de trabalho (32,1%) e aumento de salário (17,9%)
Principal fator de estresse	Carga de trabalho para 46,4%	Indica a necessidade de revisão das condições laborais
Falta de treinamento em técnicas de relaxamento	82,1% não receberam treinamento	Lacuna na preparação contra o estresse
Impacto do estresse na saúde física e mental	53,6% veem como negativo, e 21,4% muito negativo	Necessidade de intervenções direcionadas
Adequação do treinamento recebido	35,7% adequado, 53,6% parcialmente adequado, 10,7% inadequado	Opiniões mistas sobre a eficácia do treinamento
Suporte psicológico oferecido pela PMGO	42,9% consideram adequado, 57,1% discordam	Indica a necessidade de melhorias no suporte psicológico

Fonte: feito pelo autor.

A análise dos dados coletados neste estudo revela uma percepção significativa entre os policiais militares de Goiás sobre o impacto do estresse em sua capacidade de tomada de decisão, especialmente em contextos críticos que envolvem o uso da força. Uma expressiva maioria de 89,3% dos entrevistados acredita que o estresse afeta negativamente essa capacidade, o que ressalta a importância de estratégias eficazes de gestão do estresse para melhorar a performance decisória em operações policiais.

Este dado é particularmente relevante quando consideramos que 46,4% dos policiais tendem a buscar apoio antes de tomar decisões em situações de alto estresse, enquanto 32,1% se sentem mais inclinados a tomar decisões de forma independente. Esses percentuais refletem a complexidade do impacto do estresse na tomada de decisão, indicando uma variação nas estratégias de enfrentamento que podem ser influenciadas tanto por fatores individuais quanto organizacionais. A crença na melhoria das condições de trabalho como meio de reduzir o estresse e melhorar a capacidade decisória é quase unânime entre os entrevistados, com 96,4% apontando para essa direção.

Isso sugere uma forte correlação percebida entre o ambiente de trabalho e a eficácia na tomada de decisão, um aspecto que é amplamente discutido na literatura sobre estresse ocupacional e desempenho cognitivo. Por exemplo, a revisão da literatura aponta para a importância da homeostase e como o estresse pode romper essa harmonia, afetando negativamente a capacidade do indivíduo de operar eficientemente (Lipp, 2015). A situação dos policiais militares, portanto, não é isolada, refletindo um fenômeno observado em diversas profissões onde o estresse elevado pode comprometer a performance.

Quanto às medidas sugeridas para aprimorar o bem-estar psicológico e a capacidade de tomada de decisão sob pressão, 42,9% dos participantes identificam o apoio psicológico como primordial. Isso é seguido por melhorias nas condições de trabalho (32,1%) e aumento de salário e benefícios (17,9%). Esses dados indicam uma consciência crescente sobre a importância do suporte psicológico e de um ambiente de trabalho saudável como fatores críticos para o bem-estar e eficácia dos policiais. A carga de trabalho é identificada como o principal fator de estresse para 46,4% dos policiais, um aspecto que ressoa com a literatura que destaca a sobrecarga de trabalho e as condições laborais precárias como fontes significativas de estresse ocupacional (Minayo, Assis & Oliveira, 2011).

Notavelmente, 82,1% dos respondentes afirmam não ter recebido treinamento específico em técnicas de relaxamento ou controle do estresse, um dado alarmante que aponta para uma lacuna crítica na preparação dos policiais para lidar com as demandas psicológicas de sua profissão. Mais da metade (53,6%) classifica o impacto do estresse em sua saúde física e mental como negativo ou muito negativo, reforçando a necessidade urgente de intervenções direcionadas para enfrentar esse desafio. Em relação ao treinamento para gestão do estresse e tomada de decisão sob pressão, as opiniões são mistas: 35,7% consideram o treinamento recebido

adequado, 53,6% parcialmente adequado, e 10,7% inadequado. Quase metade dos policiais (42,9%) acredita que o suporte psicológico oferecido pela PMGO é adequado, embora uma maioria de 57,1% discorde.

Este contraste nas percepções sugere a necessidade de uma revisão e fortalecimento das políticas de saúde mental e treinamento dentro da corporação. A unanimidade quanto à influência do estresse na qualidade do serviço público reforça a importância de abordagens integradas que considerem não apenas o bem-estar psicológico dos policiais, mas também a eficácia de seu papel social.

A literatura revisada e os dados coletados neste estudo convergem para a conclusão de que a gestão eficaz do estresse é fundamental para a promoção de um ambiente de trabalho saudável, a melhoria da tomada de decisão em situações de pressão e, conseqüentemente, a qualidade do serviço de segurança prestado à comunidade. Assim, torna-se imperativo implementar programas robustos de treinamento, melhorias nas condições de trabalho, e apoio psicológico contínuo para enfrentar os desafios identificados.

Dentro deste contexto, a implementação de estratégias de intervenção baseadas em evidências emerge como uma prioridade para a PMGO. A adoção de programas de gestão do estresse, que incluam técnicas de relaxamento, mindfulness e treinamento de resiliência, pode oferecer aos policiais ferramentas eficazes para lidar com as pressões inerentes à sua profissão. Além disso, a reestruturação das cargas de trabalho e a otimização das escalas de serviço, visando um equilíbrio entre a vida profissional e pessoal, podem contribuir significativamente para a redução dos níveis de estresse ocupacional.

A valorização do apoio psicológico, conforme indicado por 42,9% dos participantes, ressalta a importância de tornar o acesso a serviços de saúde mental mais amplo e menos estigmatizado dentro da corporação. A criação de um ambiente onde os policiais se sintam seguros para buscar ajuda psicológica sem receio de julgamento ou repercussões em sua carreira é essencial. Isso pode ser alcançado por meio de campanhas de conscientização e pela inclusão de profissionais de saúde mental nas equipes de apoio dentro da própria PMGO. A implementação de feedback contínuo e avaliações de desempenho que incluam aspectos de saúde mental e bem-estar também pode fornecer apoios importantes para a administração da PMGO. Essas avaliações ajudariam a identificar não apenas as necessidades individuais dos policiais, mas também as tendências gerais dentro da corporação, permitindo ajustes proativos nas políticas e práticas de gestão de pessoal.

A formação contínua é outro ponto crítico identificado. A atualização e aprimoramento constantes dos programas de treinamento para incluir módulos específicos sobre gestão do estresse, técnicas de relaxamento e tomada de decisão sob pressão são fundamentais. Essa abordagem não só prepara melhor os policiais para enfrentar os desafios do dia a dia, mas também promove uma cultura de aprendizado contínuo e adaptação às mudanças no ambiente operacional. Por fim, a colaboração com instituições de pesquisa pode enriquecer as estratégias de intervenção adotadas pela PMGO. Parcerias estratégicas com universidades e centros de pesquisa em psicologia organizacional e saúde ocupacional podem facilitar o desenvolvimento de programas baseados em evidências científicas, garantindo que as intervenções sejam não apenas eficazes, mas também adaptadas às especificidades da função policial.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo em tela representa uma contribuição significativa para a compreensão das dinâmicas entre estresse e tomada de decisão no contexto policial, especificamente na Polícia Militar de Goiás. A pesquisa revelou uma percepção ampla entre os policiais sobre como o estresse influencia negativamente suas capacidades decisórias, particularmente em situações que exigem o uso da força. A identificação do estresse como um fator prejudicial à qualidade da tomada de decisão ressalta a necessidade de estratégias eficazes de gestão de estresse, visando não somente a saúde e bem-estar dos policiais, mas também a eficácia e segurança das operações policiais.

A falta de treinamento específico em técnicas de controle de estresse, conforme apontado pelos participantes, indica uma área crítica para intervenção. A implementação de programas de treinamento focados no manejo do estresse, técnicas de relaxamento e tomada de decisão sob pressão pode fornecer aos policiais as ferramentas necessárias para lidar com as exigências psicológicas de sua profissão. Além disso, o suporte psicológico contínuo e a melhoria das condições de trabalho surgem como medidas essenciais para mitigar o impacto do estresse na capacidade decisória. Este estudo também reforça a importância de abordar a saúde mental e o bem-estar dos policiais como elementos centrais para a eficiência operacional e a qualidade do serviço de segurança prestado à comunidade.

As recomendações para treinamentos, protocolos de atuação e estratégias de gestão de estresse devem ser vistas como prioridades para a Polícia Militar de Goiás, visando a criação de um ambiente de trabalho que promova o equilíbrio psicológico e a tomada de decisão eficaz. Ao contribuir para a literatura existente, este trabalho não apenas avança no conhecimento acadêmico sobre os efeitos do estresse na tomada de decisão em ambientes de alta pressão, mas também oferece levantamentos valiosos para políticas públicas e práticas organizacionais na segurança pública.

As evidências sugerem que a adoção de abordagens holísticas, que integrem suporte psicológico, treinamento adequado e melhorias nas condições de trabalho, pode significativamente aprimorar a qualidade das decisões tomadas por policiais sob estresse, impactando positivamente a segurança e o bem-estar da sociedade como um todo. Por fim, este estudo destaca a necessidade de pesquisas contínuas que explorem a complexidade da relação entre estresse e tomada de decisão na polícia, enfatizando a importância de abordagens multidisciplinares para enfrentar esse desafio. A Polícia Militar de Goiás, assim como outras instituições de segurança pública, deve considerar estes achados ao desenvolver estratégias futuras, assegurando que seus membros estejam não apenas preparados para enfrentar as adversidades de sua profissão, mas também protegidos contra os efeitos prejudiciais do estresse ocupacional.

REFERÊNCIAS

BASSALO, F. S., RAMOS, M. F. H., ALMEIDA, S. S. SILVA, E. P. Autoeficácia e o Desempenho de soldados da Polícia Militar. Research, **Society and Development**, v9, (8), e701986485, 2020.

BAYLEY, D. **Padrões de Policiamento**. São Paulo: EDUSP, 2001.

DORILEO, A.W., Souza F. C. Qualidade de vida no trabalho: um estudo entre policiais militares do 12º batalhão de Polícia Militar. Homens do mato - **Revista científica de pesquisa em segurança pública**. 17 (3) 161-190, 2017.

FARNÊ, M. **O estresse**: às vezes é positivo, às vezes é negativo, mas pode ser transformado em um aliado. Paulinas, 2003.

LIPP, M. E. N. **Mecanismos neuropsicofisiológicos do stress**: teoria e aplicações clínicas. 3ª ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.

LIPP, M.E.N. **Manual do inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp (ISSL)**. Casa do Psicólogo, 2005.

Lipp, Marilda Novaes. **O Stress está dentro de você**. Brasil, Editora Contexto, 2015.

MINAYO, M. C. de S., ASSIS, S. G. de, & OLIVEIRA, R. V. C. de. **Impacto das atividades profissionais na saúde física e mental dos policiais civis e militares do Rio de Janeiro (RJ, Brasil)**. Ciência & Saúde Coletiva, 16(4), 2199-2209, 2011.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; SOUZA, Edinilsa Ramos de; CONSTANTINO, Patrícia. **Missão prevenir e proteger**: condições de vida, trabalho e saúde dos policiais militares do Rio de Janeiro. Editora Fiocruz, 2008.

NODARI, Natália Lenzi et al. Estresse, conceitos, manifestações e avaliação em saúde: revisão de literatura. **Saúde e Desenvolvimento Humano**, v. 2, n. 1, p. 61-74, 2014.

PINHEIRO, Letícia Ribeiro Souto; FARIKOSKI, Camila. Avaliação do nível de estresse de policiais militares. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 8, n. 1, p. 14-19, 2016.

SCHAUFELI WB. **Work engagement**: What do we know and where do we go_ Rom J Appl Psychol 2012.

VAN GELDEREN B. **Bik LW Affective organizational commitment, work engagement and service performance among police officers.** Policing: An Intern J 2015.