

O IMPACTO DA VIOLÊNCIA NA SAÚDE MENTAL DOS POLICIAIS MILITARES

THE IMPACT OF MILITARY POLICE VIOLENCE ON MENTAL HEALTH

SOUSA, Hercules Da Silva ¹
DE SOUZA, Adailma Alves ²
SAMARIDI, Isadora ³

RESUMO

A violência na saúde dos policiais militares hoje é uma realidade que afasta inúmeros profissionais do trabalho por tempo indeterminado. Assim, o presente artigo possibilitou um estudo mais aprofundado acerca dos impactos da violência na saúde dos policiais militares. O mesmo tem a finalidade de verificar os impactos da violência na saúde mental dos policiais militares. Para isso, foi realizada uma pesquisa bibliográfica sobre o tema em questão. Diante disso pode-se inferir que a constante onda de violência que a sociedade se encontra, sendo assim essa violência não prejudica somente a população em geral, mas também a vida do Policial Militar que convive diariamente com cenas fortes de violência, mexendo intensamente com sua saúde psicológica. Assim, a pesquisa é importante para o trabalho da PM, pois devemos refletir sobre o que influenciam a saúde física e principalmente mental dos policiais.

Palavras-chaves: Saúde policial. Polícia Militar. Impacto da violência.

ABSTRACT

Violence in the health of military police today is a reality that keeps many professionals away from work indefinitely. Thus, this article made possible a deeper study on the impacts of violence on the health of military police officers. The purpose is to verify the impact of violence on the mental health of military police. For this, a bibliographical research was carried out on the subject in question. In light of this, it can be inferred that the constant wave of violence that the society is in, so this violence does not only harm the population in general, but also the life of the Military Police that lives daily with strong scenes of violence, stirring intensely with its psychological health. Thus, the research is important for the work of the PM, because we must reflect on what influences the physical and mainly mental health of the police.

¹ Aluno do Curso de Formação Policial. Turma, Academia da Polícia Militar de Goiás - CAPM, herculeessilvaesousa@gmail.com;

² Professor orientador: Especialista, professora do Programa de Pós-Graduação e Extensão do Comando da Polícia Militar de Goiás CAPM, adailmapsi@gmail.com, Goiânia - Go, Março de 2018.

³ Professor co-orientadora: Isadora Samaridi, mestre em Psicologia, isasamaridi@gmail.com, Goiânia - Go, Março de 2018.

Keywords: Police health. Military Police. Impact of violence.

1 INTRODUÇÃO

Diariamente lidamos com situações de violência, direta ou indiretamente e isso pode nos afetar emocionalmente, podendo inclusive nos causar um grande estresse. O estresse está presente no cotidiano humano e sua ação tem sido notada por modificações em aspectos que podem acarretar mudanças de caráter negativo, tanto em aspectos físicos como mentais, contribuindo para o surgimento das mais diversas doenças.

A partir dessa reflexão surgiu o interesse de estudar o impacto da violência na saúde mental dos Policiais Militares, pois esses profissionais que têm por missão prevenir e combater a violência para que a sociedade como um todo possa se sentir mais seguro, porém trabalhar diretamente e cotidianamente lidando com a violência pode trazer sérias consequências para a vida profissional e pessoal desses trabalhadores. Dessa maneira, Mendes (2013) afirma que o trabalho policial é descrito na literatura como uma ocupação extremamente estressante, devido às condições laborais as quais estão expostos, ocasionando estresse.

Diante do exposto acima, acreditamos que o policial militar adoecido pelo estresse poderá adotar diversas posturas, as quais terão repercussões diretas em suas atividades laborais e em suas interações sociais dentro e fora da corporação.

As relações entre saúde mental e trabalho correlacionado a diferentes categorias profissionais se apresenta como um assunto de pesquisa bastante recente no mundo científico. Para as organizações militares o tema saúde do profissional de segurança pública vem ocupando lugar de destaque no seu planejamento operacional e estratégico, levando em consideração a importância de oferecer adequadas condições de trabalho aos profissionais de segurança pública, tanto no âmbito social quanto institucional.

O objetivo do presente estudo é investigar a relação entre a ocorrência de doenças mentais e a qualidade de vida no trabalho dos policiais militares do Goiás, através da reunião de um conjunto de autores e fontes para a discussão dos conteúdos que fundamentem a discussão teórica sobre o tema; apresentar o impacto do estresse no cotidiano do funcionamento executivo de Policiais Militares; reunir as informações coletadas; desenvolver uma análise crítica sobre o tema e orientar os profissionais sobre o estresse.

O presente estudo, ao investigar a ocorrência do estresse e a qualidade de vida profissional dos policiais militares de Goiás, tem a finalidade de confirmar a necessidade de psicodiagnóstico e o resguardo nos problemas de saúde mental enfrentados diariamente por esses profissionais. Pretende-se também caracterizar a qualidade de vida profissional desses Policiais.

A metodologia utilizada é a revisão bibliográfica, tendo em vista que ela consiste na literatura científica, para investigar o que já se produziu sob o tema. Neste trabalho foi levantado exaustivamente o conhecimento do que já foi publicado sobre o assunto aqui abordado, promovendo assim a atualização do pesquisador.

O presente trabalho visa mostrar os impactos causados pela violência na saúde mental dos policiais militares, desse modo baseou-se em pesquisas bibliográficas sobre o tema proposto. Os autores que subsidiaram o trabalho foram: Minayo (2008), Mendes (2013) e Reis (2017).

A pesquisa tem caráter qualitativo, uma vez que baseará na interpretação da bibliografia base para a elaboração da revisão de literatura. E ainda pode ser considerada como explicativa pois, também baseará em argumentos, tais como dados estatísticos retirados de livros, jornais e sites da internet, para comprovar que a violência impacta na saúde mental do policial.

O trabalho foi dividido em tópicos, onde o primeiro abordará a saúde policial de modo geral para então enfatizar a questão da violência. Assim, através de pesquisas bibliográficas retiradas de livros e artigos da internet, aproximará a revisão de literatura com a realidade vivenciada, abordando o porquê que a violência impacta tanto na vida dos policiais.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 A Violência Na Sociedade Brasileira

Infelizmente nos dias atuais temos que conviver quase que diariamente com cenas de violência por todos os lugares. Devido a esse cenário, um sentimento de insegurança e medo ronda as ruas das cidades brasileiras. Os telejornais apresentam cenas de barbaridade fazendo com que esses sentimentos sejam reforçados. Essa violência traz consigo diversos sentimentos como a opressão e o constrangimento (REIS, 2017).

A violência é considerada um fator histórico na sociedade brasileira. Momentos tais como: a escravidão, a colonização, o coronelismo, o momento da independência, juntamente

com um Estado caracterizado pelo autoritarismo burocrático favorece para um aumento da violência no decorrer dos anos no Brasil (REIS, 2017).

Fatores tais como a crescente urbanização e ainda a grande migração de pessoas para as áreas urbanas favoreceram para o aumento da violência na sociedade brasileira, fazendo com que os centros urbanos crescessem desgovernadamente. Frustrações econômicas, desigualdade social e ainda o consumo desenfreado também favorece para o crescimento da violência (ALMEIDA, 2010).

Segundo Reis (2017), o poder público tem tomado uma atitude tímida perante essa situação social. Porém, na mesma direção disso, até mesmo os governantes brasileiros contribuem para essa prática criminal, quando entram em atos de corrupção. Nesse sentido, fatores como a enorme desigualdade social (desemprego, fome, miséria) existente no país, favorece para o acúmulo de violência. Falta também investimentos na educação e ainda melhoria nas políticas públicas, transparecendo assim uma sensação de impunidade.

Este autor, ainda complementa que diante de um Estado Democrático, a polícia e a repressão atuam como protagonistas no combate à criminalidade. Como democracia, a participação popular também favorece para o controle a violência (REIS, 2017).

O medo da violência no Brasil só aumenta, e os casos de impunidade só comprovam esses sentimentos. As leis acabam deixando brechas para que os presos sejam soltos rapidamente, e assim cometendo novamente os mesmos crimes, e ainda os presídios acabam tornando os presos mais perigoso, pois não há um trabalho de ressocialização (ALMEIDA, 2010).

No que diz respeito às questões sociais, a violência pode ser tratada como um mecanismo de defesa da população diante de tanta desigualdade social. Atos de violência acaba aterrorizando a população que acaba se retraindo nas questões políticas e social, fazendo com que a população fique na mão de políticos que a manipula facilmente. O governo mexe com a população através da mídia comprada, que manipula informações com o intuito de omitir os reais números da violência brasileira (REIS, 2017).

Assim, de acordo com Almeida (2010), a violência na nação brasileira é decorrência de uma história longa de barbaridades. Envolve também diversos fatores na sociedade, tais como o judiciário, a segurança pública e a população que clamam por melhorias sociais e mudanças políticas como uma alternativa para reduzir os índices de criminalidade.

2.2 A Saúde Do Policial Militar

Segundo Minayo (2008), a profissão de policial é bastante estressante, além de ser considerada bastante perigosa, visto que esses profissionais presenciam cenas de violência diariamente. A principal função do policial é manter a ordem pública, porém ao passar dos anos acabou perdendo sua identidade e acumulando diversas outras funções.

Assim, devido a esses altos índices de estresse passado diariamente aliado a baixos salários e uma pressão por resultados satisfatórios, fez com que esses profissionais se sentissem desestimulados resultando em uma baixa produtividade. Devido a esses altos índices de estresse enfrentado diariamente e ainda a pressão por resultados aliada a baixos salários, faz com que essa profissão seja desestimulante, ocasionando queda a produtividade (MINAYO, 2008).

Assim, a sociedade se questiona sobre as reais condições que esses profissionais estão para cumprir seu dever de proteger a população. O policial é o dispositivo fundamental para erradicar a criminalidade, assim passa diariamente por situações bastante exaustiva para cumprir sua função fundamental, desse modo, esse profissional deve aliar sua vida profissional a situações estressantes de seu cotidiano (MINAYO, 2008).

De acordo com Mendes (2013), o policial militar deve possuir uma gama de qualidade para conseguir exercer sua função tais como: Inteligência, rapidez, tranquilidade, autoridade, resistência, dentre outros.

Percebe-se que ao passar dos anos (Minayo, 2008), esses profissionais acabam adquirindo certos problemas psicológicos tais como: alcoolismo, depressão, insônia além de algumas patologias físicas. Ainda de acordo com Minayo, o momento mais estressante dessa profissão é o seu ingresso, uma vez que é pressionado constantemente por resultados, mexendo constantemente com o seu emocional.

Desse modo, para as instituições de Polícia Militar na sua grande maioria situações de alerta são frequentes mesmo não estando em horário de trabalho devido ao alto grau de periculosidade da sua função. Diante disso esses momentos de estresse provocam desequilíbrios psicológicos, que vão desde a uma pequena angústia até casos mais sérios. (COSTA & ESTAVAM, 2014, p.1)

Devido a sua função de defensor da sociedade acaba sempre entrando em confronto com condutas errôneas ou organizações criminosas. Assim acabam sendo influenciados constantemente com diversos fatores negativos, que quando acumulados ou não orientados/tratados acabam gerando depressão, ansiedade, estresse dentre outras patologias. Nesse sentido, Costa e Estevam (2014, p. 1) argumentam, que:

O cansaço físico e mental e a falta de equilíbrio emocional conduzem esse profissional a assumirem, em alguns momentos, atitudes inconsequentes durante situações confusas. Com essa realidade o desempenho do policial poderá ser

comprometido expondo ainda mais a vida do militar e da população a um perigo em potencial.

Quanto mais o policial passar por situações humilhante mais agressivos ficam, e ainda essas situações acabam interferindo em seu ambiente familiar. O suicídio, é bastante comum nessa profissão, que ocorre em situações de extrema tensão. (MENDES, 2013)

Mendes (2013), aponta as principais angústias dos Policiais Militares: O questionamento de sua autoridade, são a quem da sociedade, e ainda fazem um sacrifício pessoal para o bem de todo o coletivo, a inflexibilidade de horário, tensão a todo momento, o questionamento sobre os direitos humanos, a baixa remuneração.

Um dos agravantes do estresse no trabalho do policial pode estar associado à limitação que a sociedade submete pessoas quanto às manifestações de suas angústias, frustrações e emoções. Esse fato fica ainda mais grave no caso do policial, pois, se não há espaço para que tais manifestações sejam reveladas e trabalhadas, então, possivelmente, esses sintomas podem ser prejudiciais diante de uma situação que envolve risco. (OLIVEIRA E SANTOS, 2010, p.1)

Outro momento de tensão nessa profissão é as críticas negativas que as mídias relatam diariamente em seus noticiários, que colocam em xeque a atuação policial, mesmo sabendo que esses profissionais estão dando o seu melhor, ainda há pouco reconhecimento da sociedade (OLIVEIRA E SANTOS, 2010, p.1).

Diante de um código de conduta bastante rigoroso, qualquer erro é punido, assim os policiais acabam atuando em um ambiente com grande preocupação e cautela, mexendo ativamente no lado psíquico desses profissionais. A possibilidade desses profissionais entrarem em óbito durante o exercício da função é alto (MINAYO, 2008).

Diante de uma sociedade permissível, os policiais acabam utilizando de drogas lícitas e algumas vezes ilícitas, para diminuir seu sofrimento sentimental, para relaxar, causando dependência em grande parte dessas pessoas (MENDES, 2013).

No Brasil, até o presente momento, inexistem pesquisas que definam com exatidão o número de policiais militares alcoolistas e qual a correlação com doenças psíquicas. —Os problemas – estresse e álcool – estão intimamente ligados e atingem um elevado percentual de militares – de soldados a coronéis. A estimativa é que a média de policiais atingidos com os dois problemas está em torno de 40% dos membros da Corporação, de acordo com o Comando Geral da Polícia Militar do estado da Paraíba. (MENDES, 2013, p. 42)

Mesmo diante de tantas adversidades, devido a uma estabilidade financeira, esses profissionais acabam por seguirem carreiras, mesmo que na sua maior parte se sentem

insatisfeitos com seus salários. Diante de uma sociedade exigente, essa profissão acaba cobrando desses profissionais cada vez mais competência e preparo físico e mental para exercer essa função, passando cada vez mais por transtornos de cunho psicológico. Assim, mesmo o corpo mostrando sinais de cansaço persistem em sua rotina (MENDES, 2013).

Mendes (2013) dá orientações para o profissional militar diminuir seu nível de estresse durante seu dia de trabalho: Descrever metas alcançáveis, equilibrar a relação de autoridade e justiça, permitir sucessos e fracassos, dentre outros.

2.3 O Impacto Da Violência Na Saúde Mental Dos Policiais

Devido aos altos riscos passados diariamente resultantes de uma criminalidade que só aumenta a cada dia, o policial acaba adquirindo certas enfermidades de cunho mental. São diversas patologias adquiridas no decorrer de longos anos de trabalho. (MINAYO, 2008)

A criminalidade nos remete a medos e situações desagradáveis e inesperadas, essa sensação faz com que muitos policiais adquiram a chamada ansiedade. É caracterizada pelo temor a situações inesperadas. Alguns diante de um trauma intenso causado pelas constantes cenas de violência vivenciada adquirem o Transtorno de Estresse Pós-Traumático (Tept).

Em nossas análises, compreendemos que o estresse do profissional policial tem relação, sobretudo, com a organização hierárquica que faz pesar muito sobre as chefias decisões categóricas e tira dos subordinados a possibilidade de criar e decidir. Mas tem relação também com condições objetivas e subjetivas insatisfatórias de realização do trabalho, com sentimentos de falta de reconhecimento social e, obviamente, com a personalidade de cada policial que vive diferentemente as experiências de prazer e de ansiedade. (MINAYO et al, 2008, p. 221)

De acordo com Minayo (2008, p. 222), o uso de drogas entre policiais também é frequente devido a sua dura rotina de trabalho e o convívio com situações perigosas geridos pela violência. Estamos tratando aqui de drogas lícitas, tais como cigarro e bebidas alcoólicas, mas não descartamos a possibilidade de uso de drogas ilícitas. A justificativa para a utilização dessas substâncias é para relaxar.

Muitos policiais sofrem também com o chamado estresse ocupacional, que é as perturbações causadas pelo trabalho. Esse transtorno provoca exaustão, afastamento, fadiga, angústia dentre outros sintomas. Fatores qualitativos (nível de dificuldade da profissão) ou quantitativo (número excessivo de afazeres) contribuem para o aparecimento desses transtornos (MINAYO, 2008).

Fatores pessoais e ainda a falta de estabilidade, de uma remuneração digna, de condições de trabalho adequadas, um péssimo plano de carreira e a pressão de superiores também é um dos fatores para aumentar o nível de estresse entre membros dessas corporações. Ainda esses transtornos psicológicos acabam comprometendo também a parte física, visto que, problemas como insônia, problemas cardíacos e digestivos estão intimamente ligados a fatores emocionais (MINAYO, 2008).

O estresse de um modo geral é constituído de três etapas, a considerada alerta quando entra em contato com o ambiente que causa tal desequilíbrio, a resistência, que acontece quando o corpo tenta resistir a situação e a exaustão que ocorre quando a pessoa já perde a capacidade de concentração e decisão diante disso até patologias físicas acabam aparecendo resultados do estresse sofrido. Desse modo, mediante as condições inadequadas de trabalho, baixa remuneração, e a carga horária exaustiva, os policiais acabam indo rapidamente para a situação de estresse exaustiva (MINAYO, 2008).

Diante disso, conclui-se que os problemas de cunho psicológico estão relacionados a diversos fatores tais como: a insatisfação no trabalho, a falta de reconhecimento social, as baixas remunerações e a grande exigência. Percebe-se que a profissão de policial é bastante sofrida e afetada pela violência em nossas cidades, diante disso, um sentimento de sofrimento e angústia afeta esses profissionais que acabam procurando meios para aliviar tal sentimento. Porém mesmo com tanto prejuízo de cunho físico e mental, a maior parte dos policiais amam sua profissão (MINAYO, 2008).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O problema da violência em nosso país afeta a toda população brasileira, independe de qual classe, cor ou religião estiver, e com ela vem sentimentos de medo e insegurança que rondas os lares brasileiros. Um dos profissionais que são afetados diretamente com a violência é o policial, que escolheu essa profissão a seguir, mas devido a fatores como acúmulo de serviços, horas acumuladas sem dormir, má alimentação acaba desenvolvendo doenças físicas e psicológicas que afetam profundamente seu trabalho cotidiano.

Assim, Reis (2017), defende a ideia de que a violência no Brasil já é considerada fator histórico provocado por diversos marcos tais como: escravidão, ditadura, colonização, além da crescente urbanização descontrolada que ajudou ainda mais para o aumento da criminalidade nas cidades.

De modo geral, os policiais se sentem estressados com seu trabalho diário, sendo que aqueles que fazem o trabalho na rua, ou seja, o policial responsável pelo policiamento ostensivo (PM) é o que mais sofre com o estresse diário de acordo com a imagem 1.

Imagem 1: Frequência e porcentagem das respostas que versaram sobre sentir-se estressado atualmente e considerar seu trabalho estressante

Questões	Grupo	Sempre F e %	Às Vezes F e %	Nunca F e %
Você se sente estressado?	Dados Gerais	6 25	16 66,7	2 8,3
	Força Tática	2 18,2	8 72,7	1 9,1
	Policiais de Rua	4 30,8	8 61,5	1 7,7
Você considera seu trabalho estressante?	Dados Gerais	4 16,7	19 79,1	1 4,2
	Força Tática	1 9,1	9 81,8	1 9,1
	Policiais de Rua	3 23,1	10 76,9	

Fonte: (OLIVEIRA E SANTOS, 2010, p.1)

Outro ponto preocupante na vida do policial militar é a insônia. A insônia é muita das vezes causada pelo ritmo de vida acelerado ou ainda por passar diariamente por situações traumatizantes. O policial por não ter um horário fixo de trabalho, onde por diversas vezes passa noites sem dormir, e devido ao péssimo salário da categoria acabam fazendo “bicos” para complementar a renda. Porém, essa sobrecarga de trabalho afeta seu lado físico, que devido a noites e o excesso de trabalho o corpo acaba diminuindo a imunidade, e seu lado psicológico que fica mais irritado e acaba desenvolvendo por um exemplo as insônias.

Mais uma vez o policial militar, que é o responsável pelo policiamento ostensivo nas ruas da cidade acaba tendo seu lado psicológico abalado, onde a maior parte desenvolve insônias de acordo com a imagem 2. A pesquisa desenvolvida por Oliveira e Santos (2010, p.1), destacou também que os policiais militares também se sentem cansados mentalmente, que as vezes a falhas na sua memória e falta de concentração. Esses sintomas estão relacionados a vida estressante vivenciada por esses profissionais diariamente.

Imagem 2: Distribuição das frequências e porcentagens das respostas quanto aos policiais terem insônia e apresentarem sonolência durante o dia de trabalho.

Questões	Grupo	Sempre F e %	Às Vezes F e %	Nunca F e %
Você tem sofrido com a insônia?	Dados Gerais	1 4,2	10 41,7	13 54,1
	Força Tática		3 27,3	8 72,7
	Policiais de Rua	1 7,6	7 53,8	5 38,5
Você tem sofrido sonolência durante o trabalho?	Dados Gerais	1 4,2	19 79,1	1 4,2
	Força Tática		5 45,5	6 54,5
	Policiais de Rua	1 7,7	6 46,1	6 46,1

Fonte: (OLIVEIRA E SANTOS, 2010, p.1)

Outro ponto preocupante é a questão da irritabilidade. De modo geral, os policiais disseram que após o expediente se sentem cansados e irritados. E que em certos momentos se tornam agressivos e impulsivos. Essa atitude também relacionada ao dia estressante de serviço (confira na imagem 3), pode provocar erros no trabalho e até mesmo em momentos conflitantes dentro e fora do horário de trabalho podem provocar uma tragédia, dependendo do tipo de estresse que o policial esteja no momento.

Imagem 3: Dados da frequência e porcentagens das respostas quanto à percepção e tomada de atitudes por impulsividade

Questões	Grupo	Sempre F e %	Às Vezes F e %	Nunca F e %
Você tem se percebido impulsivo nas decisões?	Dados Gerais	1 4,2	10 41,7	13 54,1
	Força Tática		3 27,3	8 72,7
	Policiais de Rua	1 7,6	7 53,8	5 38,5
Você já tomou alguma atitude inconseqüente na carreira?	Dados Gerais	1 4,2	19 79,1	1 4,2
	Força Tática		5 45,5	6 54,5
	Policiais de Rua	1 7,7	6 46,1	6 46,1
Você já agiu impulsivamente em alguma ocorrência?	Dados Gerais		8 33,3	16 66,7
	Força Tática		6 54,5	5 45,5
	Policiais de Rua		2 15,4	11 84,6

Fonte: (OLIVEIRA E SANTOS, 2010, p.1)

Tantos policiais civis como militares estão sujeitos a adoecimento físico e psíquico devido a suas condições de trabalho. Porém em policiais militares ocorrem com maior intensidade doenças como depressão e ansiedade. Diante disso, dentro das corporações de polícia militar há um grande número de licenças por motivos psiquiátricos.

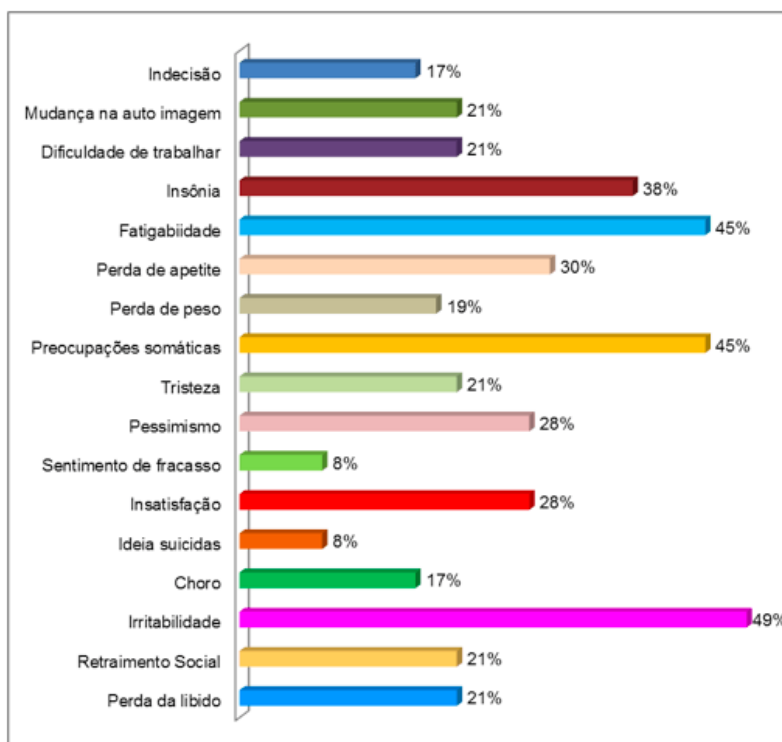
Imagem 4: Distribuição proporcional dos policiais civis e militares, segundo os sintomas de sofrimento psíquico que ocorrem atualmente

Sintomas de sofrimento psíquico	Civil	Militar
Dorme mal***	39,5%	53,5%
Nervoso(a), tenso(a) ou agitado(a)	48,8%	47,5%
Sente-se triste***	33,6%	39,0%
Sente-se cansado o tempo todo***	24,9%	35,5%
Dores de cabeça frequentemente***	24,9%	35,3%
Dificuldade para realizar com satisfação suas atividades diárias***	24,5%	34,3%
Cansa-se com facilidade***	27,2%	34,0%
Falta de apetite***	9,6%	14,6%
Má digestão*	23,6%	26,2%
Assusta-se com facilidade***	16,2%	25,6%
Tem sensações desagradáveis no estômago*	20,8%	23,4%
Tem perdido o interesse pelas coisas***	18,4%	22,7%
Dificuldade de pensar com clareza***	16,3%	22,4%
Dificuldade no serviço (o trabalho é penoso e causa sofrimento)***	8,4%	20,4%
Dificuldade para tomar decisões***	15,2%	19,4%
Tremores na mão***	9,1%	16,6%
Chorado mais que o costume	12,8%	13,6%
Incapaz de desempenhar um papel útil na vida	33,2%	9,1%
Sente-se uma pessoa inútil, sem préstimo***	5,7%	9,0%
Tem tido ideia de acabar com a vida*	3,3%	5,0%

Fonte: (MINAYO ET AL, 2011, p.1)

O gráfico 1 a seguir mostra uma realidade ainda mais assustadora, muitos desses profissionais sofrem tão seriamente com doenças psíquicas que pensam até em suicídio. A família bem como os colegas de profissão devem ficar atentos a qualquer mudança de atitude dessas pessoas, pois devido aos altos índices de estresse que estão submetidos diariamente acabam por desenvolver doenças psicológicas, que começam muita das vezes com um simples alcoolismo ou uma insônia leve, mas que se não diagnosticada e tratada a tempo pode levar a problemas mais preocupantes.

Gráfico 1: Autoavaliação feita por policiais militares



Fonte: (COSTA E ESTEVAM, 2014, p.1)

Diante disso, de acordo com Minayo (2008) e Mendes (2013), o policial é o profissional essencial para manutenção da ordem pública e extinção da criminalidade, assim no seu trabalho diário passa por momentos de estresse e exaustão extremos, o que necessita de um olhar mais próximos de profissionais que possam o auxiliar a passar por essas dificuldades, onde muitos não conseguem prosseguir e adoecem.

Mendes (2013) defende que devido aos altos índices de estresse diário passado pelos policiais provocam distúrbios psicológicos, assim esses profissionais acabam utilizando de drogas lícitas ou ilícitas como forma de relaxar e tentar diminuir os níveis de estresse.

Diante disso, os Governantes devem se atentar a saúde do policial militar, que devido a seu alto índice de estresse passado diariamente, sofre com problemas psicológicos. O fato é que mais vale um profissional que cumpra de forma eficaz seu trabalho, do que um que esteja afastado por motivo de doença. Assim, se faz necessário contratar um número suficiente de profissionais para que não se acumule funções, que os mesmo possam ter um bom plano de carreira para que o salário ali adquirido possa auxiliar de forma efetiva sua renda, não necessitando assim de um serviço extra, e que ainda haja um acompanhamento mais de perto de profissionais da saúde, de modo a verificar periodicamente a saúde física e mental do policial militar.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do trabalho realizado foi possível inferir que a violência interfere intensamente na saúde física e principalmente mental da Policiais Militares. Diante disso, foi realizada uma pesquisa bibliográfica com levantamento de dados estatísticos sobre o tema em questão.

A pesquisa bibliográfica conseguiu dar o suporte necessário para verificar que a constante onda de violência interfere significativamente na saúde mental do Policial Militar, comprometendo assim o seu trabalho e a corporação como um todo. A questão da violência no Brasil é fruto de consequências históricas, como a colonização, o coronelismo, a ditadura dentre outros marcos que impulsionaram para que chegassem aos índices que temos hoje, aliados ao crescimento desordenado dos grandes centros urbanos.

Muito são os fatores que prejudicam a saúde mental, como baixos salários, péssimo plano de carreira, sobrecarga de trabalho, mas o mais tóxico continua sendo a questão da violência que aumenta os níveis de estresse vivenciados diariamente.

Diante desses fatos, pode-se constatar que a rotina do policial militar é bastante exaustiva, cansaço esse provocado pelas péssimas condições de trabalho e ainda pelo estresse diário passado diariamente. Uma sugestão para problemática, seria o investimento em recursos humanos, pois o efetivo de policiais nas ruas é pouco para demanda, sobrecarregando os policiais remanescentes e ainda melhoria nos salário e condições de carreira dos mesmos.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Maria da Graça Baya. **A violência na Sociedade Contemporânea**. EdPUCRS, Porto Alegre, 2010.

COSTA, Adriana da Câmara e Estevam Ionara Dantas. **Depressão em Policiais Militares: Uma Possível Decorrencia das Atividades Laborais**. Disponível em: <<https://psicologado.com/atuacao/psicologia-da-saude/depressao-em-policiais-militares-uma-possivel-decorrencia-das-atividades-laborais>>. Acesso em: 15/05/2018.

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

MINAYO, Maria Cecília de Souza ASSIS, Simone Gonçalves de e OLIVEIRA, Raquel Vasconcellos Carvalhaes de. **Impacto das atividades profissionais na saúde física e mental dos policiais civis e militares do Rio de Janeiro (RJ, Brasil)**. Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro, vol.16, n.4, pp.2199-2209, 2014.

MINAYO, MCS., SOUZA, ER., and CONSTANTINO, P., coords. **Prazer, estresse e sofrimento mental. In: Missão prevenir e proteger: condições de vida, trabalho e saúde dos policiais militares do Rio de Janeiro**. [online]. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2008, pp. 217-243.

OLIVEIRA, Katia Luciane de e SANTOS, Luana Minharo dos. **Percepção da saúde mental em policiais militares da força tática e de rua**. Sociologias vol.12 no.25 Porto Alegre Sept. /Dec. 2010.

REIS, Cristina Froés de Borja. **Violência no Brasil: Desigualdades Perpetradas pela Sociedade e pelo Estado**. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/320622726_Violencia_no_Brasil_Desigualdades_Perpetradas_pela_Sociedade_e_pelo_Estado>. Acesso em: 12/05/2018.