

O TRABALHO POLICIAL COMO FATOR POTENCIALIZADOR DO TRANSTORNO DO AUTOEXTERMÍNIO

POLICE WORK AS A POTENTIAL FACTOR OF AUTOEXTERMINATING
TRANSTORN

DE PAULA, Vinicius Moreira¹
SANTOS, Nilton de Almeida²

RESUMO

Este artigo tem como objetivo apresentar as doenças mentais ocupacionais mais decorrentes e que mais atingem os profissionais militares, discutir sobre a atividade do policial militar e, expor algumas considerações sobre a importância da qualidade de vida, inclusive no desempenho das atividades profissionais. A metodologia consiste em uma abordagem bibliográfica, buscando conhecer alguns aspectos sobre as doenças mentais ocupacionais de uma maneira geral, além de todas as características pertinentes sobre a atividade policial e, posteriormente sobre a qualidade de vida e sua importância, foram utilizadas diversas obras literárias, artigos e monografias de diversos autores, periódicos, palestras, noticiários, entre outros. Os resultados apresentados pela pesquisa em questão indicam o risco diário do trabalho do policial militar, além de ser considerada uma profissão estressante, traumática, deixando os profissionais suscetíveis a adoecimentos mentais, como o Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), a depressão, entre outros adoecimentos. Os Policiais militares necessitam de mais atenção à saúde de maneira preventiva, pois desta forma estão sendo protegidos e ganharão mais qualidade de vida, e com isso o próprio estado estará com Policiais mais dispostos a viver os conflitos existentes na sociedade.

Palavras-Chave: Suicídio. Trabalho Policial. Adoecimentos Mentais. Profissão Estressante. Policiais Militares.

ABSTRACT

This article aims to present the most relevant occupational mental illnesses that affect military professionals, to discuss military police activity and to present some considerations about the importance of quality of life, including in the performance of professional activities. The methodology consists of a bibliographical approach, seeking to know some aspects about occupational mental diseases in a general way, besides all the pertinent characteristics about the police activity and, later on on the quality of life and its importance, several literary works were used, articles and monographs of various authors, periodicals, lectures, news, among others. The results presented by the research in question indicate the daily risk of the work of the

¹ Aluno do Curso de Formação de Praças, da Turma Delta, 4ª CIA, do Comando da Academia da Polícia Militar do Estado de Goiás – CAPM, vinicius_mr2015@hotmail.com; Goiânia-GO, maio de 2018.

² Professor Orientador: Especialista Professor do Programa de Pós-Graduação e Extensão do Comando da Academia da Polícia Militar do Estado de Goiás – CAPM, niltonsantosgo@hotmail.com, Goiânia-GO, maio de 2018.

military police officer, besides being considered a stressful and traumatic profession, leaving the professionals susceptible to mental illnesses, such as Post Traumatic Stress Disorder (PTSD), depression, among other diseases. Military police need more preventive health care, because in this way they are being protected and will gain more quality of life, and with that the state itself will be with Police officers more willing to live the existing conflicts in the society.

Keywords: Suicide. Police work. Stressful Profession. Military Police.

1 INTRODUÇÃO

O suicídio se relaciona várias vezes às atividades profissionais dos indivíduos, principalmente quando estão relacionadas à natureza delas, às pressões intensas que sofrem, entre diversos fatores.

É considerado como uma consequência de doenças ocupacionais não tratadas, e também é um problema sério que precisa de uma maior atenção no ambiente profissional.

Este artigo se refere a um trabalho estratégico, considerando que lida com uma questão central, demonstrando a valorização policial e abordando o trabalho policial como fator potencializador do transtorno do autoextermínio. Os policiais quando ingressam no curso de formação já lidam com situações que podem ser consideradas estressantes, seja pelas horas de estudos, pela má alimentação, pelo acúmulo de matérias, pela ansiedade, fatores emocionais, entre tantos outros.

Cabendo resolver o questionamento: De que forma o suicídio se se mostra presente na realidade dos policiais militares?

O objetivo principal deste artigo é compreender a realidade do suicídio no trabalho policial, bem como os principais fatores motivadores e a fragilidade do policial militar. Por sua vez, os objetivos específicos consistem em apresentar as doenças mentais ocupacionais e que mais atingem os profissionais, discorrer sobre a atividade do policial militar e, expor algumas considerações sobre a importância da qualidade de vida, inclusive no desempenho das atividades profissionais.

A justificativa de escolha pelo tema está relacionada à importância de estudar sobre a relação do trabalho e a sua interferência na vida social do indivíduo, uma vez que o trabalhador não se desliga totalmente do trabalho, prejudicando-o de diversas maneiras. Sendo importante também para a Polícia Militar como forma de alerta sobre um melhor cuidado e uma melhor atenção à saúde dos profissionais militares.

Considerando os objetivos propostos neste artigo, a metodologia consiste em uma abordagem bibliográfica. A princípio, buscando conhecer alguns aspectos sobre as doenças mentais ocupacionais de uma maneira geral, além de todas as características pertinentes sobre a atividade policial e, posteriormente sobre a qualidade de vida e sua importância, foram utilizadas diversas obras literárias, artigos e monografias de diversos autores, periódicos, palestras, noticiários, entre outros.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 O SUICÍDIO

O suicídio é um ato realizado pela própria vítima, direta ou indiretamente resultando em sua própria morte. A tentativa de suicídio, podem deixar sequelas graves ou não, indicadas por condutas auto agressivas (DURKHEIM, 2004).

A atividade com maior índice de suicídio está relacionada à lei e proteção. Pesquisadores apontam que acesso a meios letais, como armas de fogo, é a afirmativa mais presumível para que esta profissão seja uma das “mais letais”. Motivos estressantes e financeiros também podem estar relacionados ao suicídio e profissão. A identidade de uma pessoa pode ser definida pela atividade, além de riscos ligados a problemas psicológicos, como estresse e depressão, relacionados à profissão.

O suicídio é a falta de opção frente aos problemas que se acumulam - um tema pouco discutido e muito temido pela instituição, pois o fato de um policial ceifar sua própria vida pode servir como exemplo aos demais, que estão passando pelo mesmo processo ou algo semelhante, sendo muita das vezes um procedimento sigiloso, números não revelados, índices ignorados. Tudo para a “segurança” dos demais companheiros de profissão.

O suicídio também se dá origem na falta de sentimentalismo. Um ato completamente egoísta, não pensando na família, nos filhos, nos pais ou amigos, apenas procurando um alívio para o mal que está se passando/sentindo.

Quando a tentativa de suicídio é fracassada, pode se aumentar ainda mais o grau de pressão do autor. Pois o olhar das pessoas, sabendo de sua tentativa, afeta ainda mais seu psicológico já abalado.

O trabalho policial, dentre várias profissões é apontado como um grupo de alto risco de morte por suicídio (MIRANDA; GUIMARÃES, 2016, p. 1).

Uma pessoa com transtornos (com chances reais de suicídio) não é merecedor de dó ou pena, é merecedor de apoio e ajuda emocional. Escuta e empatia, apenas estes pequenos gestos já melhoram a vivencia.

Quando um Policial chega neste estágio, atentar contra sua própria vida, as vezes não se abre com facilidade, o isolamento drástico é a primeira evidência, porém é pouco reconhecida por seus próximos. A própria profissão costuma se isolar em certos momentos, os diagnostico de transtorno psicológicos em policiais militares se torna cada vez mais difícil.

2.2 O TRABALHO POLICIAL

A rotina de um policial militar já é sentida assim que o discente ingressa na escola de formação, o peso da farda já é sentido antes mesmo de vesti-la, a rotina e lazer do aluno do curso de formação já são mudados antes mesmo de se torna um legitimo Policial Militar (FOUCAULT, 1987 *apud* FRANÇA; GOMES, 2015, p. 145).

A consciência sobre tal mudança deve ser analisada, antes mesmo de se prestar o concurso. Pois a responsabilidade de carregar o nome da Polícia Militar é grande.

Saber lidar e ignorar as críticas está nas principais características de um policial, selecionar ambientes e amizades também se torna uma regra de vida. O perfil militar não é algo a ser ensinado, o padrão às vezes é desejado por vários. Os policia formam um grupo de servidores públicos onde lidar com o risco não é algo complexo. Este profissional já tem ciência de que o perigo faz parte de sua profissão (MINAYO, 2007).

O policial é moldado a esta profissão, sua farda se torna um grande orgulho. O padrão militar é algo que se carrega para o resto de sua vida, requer muito mais que paixão, e sim, uma entrega (MUNIZ, 1999 *apud* FRANÇA; GOMES, 2015, p. 145).

O preparo físico é extremamente necessário na carreira militar. Já no começo, no curso de formação do aluno, se tem a noção; Corridas, abdominais, flexões, polichinelos tudo já é um preparatório para o dia-a-dia. A boa alimentação é

indispensável, manter-se saudável também se torna parte do padrão militar.

O lado social do Policial Militar também é afetado, ao ingressar definitivamente em sua carreira passa a ter convivência com o lado violento da vida. Ambientes violentos, pessoas sem escrúpulos e sentimentos, a falta de reconhecimento e expectativas reduzidas, são alguns fatores que os policiais enfrentam em suas jornadas de trabalho (FRANÇA; DUARTE, 2017).

O psicólogo americano Maslow (1962) define um conjunto com cinco necessidades "básicas", uma delas é a social. São descritas como: Necessidades sociais ou de amor, afeição e sentimentos tais como os de pertencer a um grupo ou fazer parte de um clube. Maslow também considera que a pessoa tem que ser coerente com aquilo que é na realidade, ser tudo conforme sua capacidade, desenvolver seus potenciais.

A falta de expectativa nas pessoas está relacionada com o prazer/dever de salva-las de delinquentes, impactando até mesmo num isolamento em sua vida íntima, a vivência com esta rotina difícil de trabalho leva o policial a suspeitar e duvidar de tudo, afetando diretamente sua vida sem a farda.

Com o físico desgastado, o social abalado, o lado psicológico entra em conflito. Pouco assistido, o policial militar está situado no grupo de profissões de alto risco. Em sua maioria os policiais não sabem reagir a experiências traumáticas, aumentando drasticamente o risco de depressão. E a falta de assistência joga este risco nas alturas, pois, ser visto como "sensível" talvez não se encaixe no padrão militar. Assumir um distúrbio psicológico não está dentro da expectativa da vida militar, assim, muitos tentam camuflar suas falhas psicológicas formando um muro entre o sentimento e sua carreira.

O lado emocional é pouco discutido dentro da corporação, a própria profissão requer frieza e determinação. Cada vez mais o policial deixa seu emocional de lado, formando o seu próprio padrão, assim que se veste a farda se deixa de lado compaixão, empatia, expectativa e demais sentimentos. No caso de um confronto, ocasionando mortes, vemos que quase sempre o PM é julgado como vilão.

O ambiente não colabora, a pressão psicológica, o esgotamento físico, a ausência de familiares e amigos são alguns dos fatores que geram o desgaste psicológico de um policial. A mídia apresenta muitos criminosos como vítimas de ações da Polícia Militar, utilizando assim, sua "criminologia midiática" para desfigurar a opinião dos telespectadores, considerando que a maioria deles não lê revistas ou

jornais em buscar de mais informações e utilizam apenas a televisão inibindo sua capacidade de evolução mental. Em busca de uma maior audiência, a mídia, com essas técnicas não forma opiniões, mas influencia e incentiva o público, espetacularizando notícias sobre a atuação da polícia (CALDEIRA, 1991 *apud* FRANÇA; DUARTE, 2017, p. 3).

É assim que alguns profissionais pela própria natureza das atividades exercidas vivem a influência da maneira mais direta, sofrendo as pressões que podem levar desde desequilíbrio emocional até enfermidades psicológicas extremas. O policial de fato, representante legítimo do poder do estado, numa sociedade inteiramente firmada na violência e na criminalidade torna-se gerador de pressões que, juntamente com outras características da profissão, como a responsabilidade de “puxar ou não o gatilho”, podendo assumir grandes consequências sobre essa atitude, e também, a própria convivência com vítimas de estupro, morte violentas, acidentes fatais, cenas deprimentes vistas constantemente ou até mesmo participando de resgates a corpos já sem vida, estas atividades podem levar o policial a sofrer danos psicológicos graves (FRANÇA; GOMES, 2015).

A formação do Policial Militar já é trabalhada para suportar pressões, o Policial Militar deve-se manter firme, sem demonstrar fraqueza ou abalo emocional, consumindo sua mente no decorrer dos anos. Na falta de assistência alguns se tornam dependentes químicos ou alcólatras, muitos deles sofrem de depressão e mascaram esta doença com bebidas ou noites dormidas a base de medicação, um alívio passageiro que ao longo prazo causa dependência.

Dentro das instituições a falta de companheirismo também existe, a distância entre os subalternos e seus comandantes afeta e muito este caso, não se sabe o que está se passando pela mente do parceiro de farda (COSTA, 2011). A maioria que é questionada sobre convivência ou proximidade com o seu companheiro de batalhão que cometeu suicídio, a resposta quase sempre é negativa.

O Policial Militar, na maioria das vezes, visto como uma pessoa sem defeitos, fraquezas, medos ou até mesmo como indestrutível. Mantendo o padrão exigido e até mesmo ensinado. O psicológico não suporta tal exigência, a longo prazo sob esta pressão acaba apresentando falhas. Um psicológico que merece ser trabalhado, uma pessoa que deve ser escutada e apoiada.

2.3 FATORES DE RISCO E POSSÍVEIS ADOECIMENTOS

Os policiais estão expostos a fatores negativos como os riscos propostos pelo trabalho, que levam ao estresse extremo. O cansaço físico e mental pode induzir esses profissionais a tomarem atitudes equivocadas durante as crises e situações caóticas, como por exemplo, o estado de pânico, ocasião em que o policial depara com uma ocorrência a qual não está apto a resolver ou perde o controle da situação. 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).

Não só os Policiais Militares, mas vários trabalhadores sofrem de transtornos de humor, em sua maioria, também passam por problemas depressivos. Já os neuróticos, se resumem a síndromes do pânico e estresse pós-traumático. Na maioria dos casos em que policiais militares matam alguém ou saem feridos, ou em situações que PMs veem “companheiros de farda” serem mortos durante a atuação, não existe, em nível de Brasil, quase nenhum programa de afastamento e assistência a policiais que os trate dos traumas psicológicos das ocorrências. Pelo contrário, passados poucos dias, geralmente os PMs que participam dessas situações já têm que cumprir suas escalas regulamentares no próximo serviço posterior aos episódios fatídicos. Além disso, demonstrar fraqueza diante dos outros policiais é perder a estima do grupo, em uma cultura profissional permeada pelo machismo e pela constante reafirmação dos valores masculinos (BOURDIEU, 2002; FRANÇA, 2016 *apud* FRANÇA; DUARTE, 2017, p. 147).

Além disso, ainda se faz presente na cultura institucional da Polícia Militar a crença de que o policial não deve se preocupar em cumprir horários fixos de serviço, pois faz parte da honra e do brio da profissão dedicar-se inteiramente à atividade exercida ultrapassando até mesmo o tempo regulamentar de horas trabalhadas em prol da resolução de ocorrências que extrapolam a normalidade. Exemplos corriqueiros acontecem quando o policial se depara com perseguições ou quando tem que lavrar um flagrante delito na Delegacia de Polícia Civil. Neste caso, os profissionais não podem reclamar por horas extras devido ao tempo de escala extrapolado.

O local de trabalho influencia diretamente a vida do policial militar. Muitos não sabendo lidar com os acúmulos de frustrações ou estresse descontam em si o fardo da depressão ou outros transtornos decorrentes da profissão. A situação de

estresse e do sofrimento mental em policiais pode ocasionar as formações reativas, onde o policial comete violência ou visualiza uma cena de violência que resultam em morte (MINAYO *et al.*, 2012).

As frustrações e resultados negativos influenciam significativamente na vida do profissional, conforme expõe Bouyer (2010, p. 255): “Quando o trabalho não permite, ao sujeito realizar suas aspirações e seus desejos, interpondo-se como obstáculo ao livre exercício de si mesmo na atividade, isso torna o trabalho agressivo ao aparelho psíquico”.

O Policial Militar é totalmente envolvido em seu trabalho. Uma profissão que exige muito de seu desempenhado, onde o próprio padrão de vida pode ser alterado. O desgaste é consequência de qualquer profissão, não apenas do Policial. Mas o fato de lidar constantemente com a violência, casos de óbito e ainda sim, manter-se frio, eleva o nível de estresse, tornando o policial mais vulnerável que as outras profissões.

Saber lidar com esse estresse não é algo fácil, guardar os medos para si, torna-se cada vez mais viável, evitando explicações ou críticas dos mais próximos, desabafar não é algo fácil, muitas vezes nem cogitado pelo policial.

Assim, Muniz considera que:

É fundamental o investimento na saúde – sobretudo psicológica – do policial, muitas vezes debilitado por fatores como estresse, alcoolismo e dependência química, que abrem as portas para a vitimização e para o uso extremo da força, que favorece os riscos de letalidade. O policial bem preparado evita situações de risco e atua em melhores condições, reduzindo, com isso as chances de autolesão, vitimização de e por terceiros. Apesar do estabelecimento de convênios recentes com clínicas de atendimento, a estrutura atual é ainda precária ou insuficiente para a demanda, sobretudo para os policiais que atuam e residem no interior do estado (MUNIZ, 2011, p. 9).

A saúde mental, principalmente para esta profissão, é completamente indispensável, manter-se calmo, com o psicológico são dois dos principais influenciadores no meio de abordagem dos Policiais, usando menos da força bruta. O policial desgastado, estressado age com mais agressividade, tende a ser mais rigoroso em suas palavras.

As teorias baseadas nas atividades de rotina que são usadas frequentemente para explicar a vitimização por crimes, também podem ser usadas para explicar a prevalência da desordem de estresse pós-trauma (DEPT) ou Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT). Existem ocupações, cujo cotidiano implica na exposição a situações de risco de violência, a um alto grau de estresse, e

ao risco de convivência com mortes violentas, seja de parentes, de colegas, de inimigos ou de terceiros. Essa é a explicação para a alta prevalência da DEPT em certas ocupações, sendo a principal delas, a Policial.

A desordem de estresse Pós-trauma apresenta comorbidade – isto ocorre que a presença de uma doença torna o indivíduo vulnerável ao acúmulo de uma ou mais doenças, por exemplo a associação da DEPT com o consumo abusivo de álcool. Loh (1994 *apud* MIRANDA; GUIMARÃES, 2016) demonstrou que policiais possuem duas vezes mais chances de terem problemas com o alcoolismo do que o restante da população. Seja sozinha ou acompanhada do alcoolismo, a DEPT contribui para explicar os índices de suicídios, em geral, e de policiais, em particular.

Na concepção de Figueira e Medlowicz (2003, p. 15): “O TEPT é um transtorno de ansiedade precipitado por um trauma. O traço essencial deste transtorno é que seu desenvolvimento está ligado a um evento traumático de natureza extrema”.

É um adoecimento emocional numa situação em que o indivíduo correu risco ou presenciou outra correndo risco. A pessoa com TEPT apresenta lembranças angustiantes, involuntárias e relacionadas ao evento traumático, sonhos relacionados ou situações, reações dissociativas, apresenta também um intenso sofrimento psicológico.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os resultados apresentados pela pesquisa em questão indicam o risco diário do trabalho do policial militar, além de ser considerada uma profissão estressante, traumática, deixando os profissionais suscetíveis a adoecimentos mentais, como o Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), a depressão, entre outros adoecimentos.

Segundo o estudo de França e Duarte (2017), sobre a vitimização policial militar apontam três dificuldades principais, sendo elas; no plano “objetivo-moral” a dificuldade de se censurar um superior ou criticar algum ato institucional publicamente. No plano “subjetivo-moral” o pouco uso dos Direitos Humanos para os PMs, que se estende a outros indivíduos como o descaso institucional com os servidores inativos. E por fim, no plano “estrutural” onde engloba todo tipo de dificuldade surgida pela ausência de suporte de material e logístico da instituição em

todos os níveis, desde a falta de equipamentos para defesa até a falta de assistência a PM's da reserva e reformados.

O artigo de França e Gomes (2015) define o começo da carreira militar, no curso de formação a visão naturalizada de alguns instrutores acerca da pedagogia do sofrimento orienta as ações pedagógicas do curso, visando o destaque da crença na dualidade entre aqueles que mandam e os que obedecem sem questionamentos, além do desejo de conclusão do curso pelos alunos e do fortalecimento da cultura institucional, tudo isso traduzido num panorama de determinação para o aluno PM suportar privações físicas e morais, além da crença nos ideais e pilares institucionalizados e que servem de base para as polícias militares são sistematizados e subjetivados como uma forma belicista e intrínseca de que o sofrimento físico e psicológico faz parte de um curso de uma tropa especializada que objetiva a proteção da sociedade. Nesse escopo, a pedagogia militarista reforça no processo pedagógico o sofrimento como forma de conquista no universo viril dos homens. Na contemporaneidade o modo de vida e as condições de trabalho têm mostrado um índice elevado de doentes em consequências das atividades desenvolvidas, revelando que o ambiente laboral é um forte potencializador para o adoecimento, principalmente, por se viver em um sistema capitalista.

Por sua vez, na pesquisa realizada pela revista Exame (2015), aponta que a ameaça à vida e ao equilíbrio mental dos policiais brasileiros não está restrita às ruas, além de serem alvo fácil da violência urbana, a maior parte dos agentes de segurança do país sofrem com situações de discriminação social fora do expediente por causa da profissão. 15,6% dos policiais brasileiros já foram diagnosticados com algum tipo de distúrbio psicológico.

Segundo a pesquisa de Vaz (2012), onde já se começa com uma indagação: “quem cuida da mente do policial?” Aponta que apenas o fato de ser policial em nossa atual sociedade, já é, por si só, gerador de pressões. Juntando isso, algumas outras características desta profissão, tais como o fato de, em frações de segundos, ter que decidir se aperta ou não o gatilho de uma arma, assumindo as consequências diversas dessa atitude; a vivência de uma relação hierárquica de poder, muitas vezes conturbada e dissonante com o ideal; o ter que acompanhar situações envolvendo estupros, mortes violentas, acidentes fatais, visualizando cenas deprimentes ou participando de resgates de corpos humanos, entre tantas

outras atividades, que podem levar o cidadão policial a sofrer os danos psicológicos dessas pressões.

Embora não tenha pesquisas que possam balizar com números estatísticos as afirmações aqui elencadas, parece-nos que tem sido crescente o índice que policiais acometidos das enfermidades da mente, e que, por falta de atenção e estrutura das Corporações, são meramente encaminhados para as juntas médicas de saúde, que, apenas avaliam e concedem o afastamento do profissional, no entanto, sem nenhum acompanhamento, sem buscar seu histórico, a sua condição familiar.

Afastado do serviço, muitas vezes os sintomas da doença tendem a piorar, e o profissional que servia à sociedade, mesmo com risco da própria vida, passa à situação de “abandono à própria sorte”. Também podemos ver a urgência de pensarmos neste assunto, se quisermos um policial mais preparado para enfrentar pressões e dilemas de uma profissão tão complexa como é a mente humana. Além de apoiar e acompanhar o policial que esteja acometido de qualquer enfermidade, é preciso que as corporações disponibilizem profissionais gabaritados para uma consultoria e, após um levantamento minucioso das situações, proponham ferramentas, debates, oficinas, que tenham por foco a prevenção e a promoção da saúde mental de cada policial, a fim de que possamos ter um policial são em uma corporação sã.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este artigo buscou compreender a realidade do suicídio no trabalho policial, bem como os principais fatores motivadores e a fragilidade do policial militar, apresentar as doenças mentais ocupacionais mais decorrentes e que mais atingem os profissionais, discorrer sobre a atividade do policial militar e, expor algumas considerações sobre a importância da qualidade de vida, inclusive no desempenho das atividades profissionais.

Os Policiais militares necessitam de mais atenção à saúde de maneira preventiva, pois desta forma estão sendo protegidos e ganharão mais qualidade de vida, e com isso o próprio estado estará com Policiais mais dispostos a viver os conflitos existentes na sociedade.

Diversas vezes, ocorrem mutirões sobre saúde física, com inúmeras palestras com diversos especialistas de diferentes áreas da saúde, entretanto, poucas vezes, dentre estes especialistas, existe algo em prol da saúde mental. O Policial Militar, podendo não ter um histórico, mas devido a sua vivência e ao ambiente de trabalho desenvolve um processo que pode levar anos para, de fato, explodir como um transtorno, ou pode ser desenvolvido rapidamente.

O intuito da promoção da saúde mental, afeta no desempenho do PM, em suas abordagens e até mesmo em sua vida familiar. Saber lidar com as informações recebidas no ambiente de trabalho é algo que nem todos conseguem, saber digerir cenas de violência, perdas prematuras e lidar com o constante estado de alerta não é algo fácil. A saúde mental, como qualquer outro assunto, deve ser levada com naturalidade. O Policial Militar precisa saber que tem o apoio da instituição, que será ouvido e não julgado pelo fato de demonstrar fraqueza. Políticas de avaliações criteriosas dos setores que mais necessitam da intervenção, assim identificando os principais problemas e recolhendo indicadores dos fatores de risco. Partindo deste ponto, é muito importante que seja realizado um bom diagnóstico, com entrevistas individuais e testes psicológicos junto aos Policiais Militares, além de desenvolver campanhas educativas e informativas.

Este tema deve ser levado com mais leveza, ser empregado com mais frequência em ambientes de trabalho, deixando de ser um assunto tão banalizado. O fato de um possível transtorno ou um caso de estresse deve ser tratado com o máximo de naturalidade possível, acompanhado de perto por um especialista e também pela instituição.

REFERÊNCIAS

BOUYER, Gilbert Cardoso. Contribuição da Psicodinâmica do Trabalho para o debate: "o mundo contemporâneo do trabalho e a saúde mental do trabalhador". **Rev. bras. saúde ocup. vol.35 no.122 São Paulo July/Dec. 2010.** Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0303-76572010000200007> Acesso em maio de 2018.

COSTA, Ivone Freire; et al. Qualidade de Vida, Riscos e Vitimização: Um Estudo sobre as Polícias Civil e Militar na Bahia. **IN: XV Congresso Brasileiro de Sociologia, 26-29 de julho, Curitiba, 2011.**

DURKHEIM, Émile. **O Suicídio**. São Paulo: Martins Fontes, 2004.

FIGUEIRA, Ivan; MEDLOWICZ, Mauro. Diagnóstico do Transtorno de Estresse Pós-Traumático. **Revista Bras Psiquiatr**, 2003; 25 (Supl I): 12-6. Rio de Janeiro. Disponível em: <www.scielo.br/pdf/rbp/v25s1/a04v25s1> Acesso em 11 de janeiro de 2018.

FRANÇA, Fábio Gomes de; DUARTE, Anderson. “Soldados não Choram?”: Reflexões sobre Direitos Humanos e Vitimização Policial Militar. **Revista do Laboratório de Estudos da Violência da UNESP/ Marília, Ano 2017, Edição 19, Maio/2017**.

FRANÇA, Fábio Gomes; GOMES, Janaina Letícia de Farias. “Se não Aguentar, Corra!”: Um Estudo sobre a Pedagogia do Sofrimento em um Curso Policial. **Revista Brasileira Segurança Pública**. São Paulo, v. 9, n. 2, p. 142-159, ago-set, 2015.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; SOUZA, Edinilsa Ramos de; CONSTANTINO, Patrícia. Riscos Percebidos e Vitimização de Policiais Cíveis e Militares na (in) Segurança Pública. **Caderno Saúde Pública, Rio de Janeiro, n. 23, v. 11, p. 2767-2779, novembro, 2007**. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csp/v23n11/23.pdf>> Acesso em Janeiro de 2018.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; et al. Fatores Associados ao Sofrimento Psíquico de Policiais Militares da Cidade do Rio de Janeiro, Brasil. **Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 28 (7): 1297-1311, jul, 2012**. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csp/v28n7/08.pdf>> Acesso em maio de 2018.

MIRANDA, Dayse; GUIMARÃES, Tatiana. O Suicídio Policial: O que Sabemos?. **DILEMAS: Revista de Estudos de Conflitos e Controle Social – Vol. 9 – nº 1 – JAN-ABR 2016 – pp. 1-18**. Disponível em: <<https://revistas.ufrj.br/index.php/dilemas/article/viewFile/7680/6191>> Acesso em Janeiro de 2018.

MUNIZ, Jaqueline de Oliveira. **Vitimização, Letalidade e Saúde Ocupacional nas Polícias de São Paulo: Sugestões para um Programa de Ação Federativa**. Produto IV, Relatório Final, SENASP/MJ, São Paulo, Junho, 2011. Disponível em: <<https://acervodigital.ssp.go.gov.br/pmgo/bitstream/123456789/135/13/Texto%20-%20Vitimiza%C3%A7%C3%A3o%20e%20Letalidade%20Policial.pdf>> Acesso em Janeiro de 2018.

OLIVEIRA, Katya Luciane de; SANTOS, Luana Minharo dos. Percepção da Saúde Mental em Policiais Militares da Força Tática e de Rua. **Sociologias, Porto Alegre, ano 12, nº 25, set-deez, 2010, p. 224-250**. Disponível em:

<www.seer.ufrgs.br/index.php/sociologias/article/view/17743/10406> Acesso em: 09 de março de 2018.

VAZ, José Carlos. Quem Cuida da Mente do Policial? **Abordagem Policial: Diálogos sobre Segurança Pública, 2012**. Disponível em: <<http://abordagempolicial.com/2012/05/quem-cuida-da-mente-do-policial/>> Acesso em maio de 2018.