



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA  
CAMPUS I  
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA  
ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE MENTAL E ATENÇÃO PSICOSSOCIAL**

**FERNANDA ALMEIDA VITORINO MARTINS**

**O IMPACTO DO EXERCÍCIO PROFISSIONAL NA SAÚDE MENTAL DO  
POLICIAL**

**CAMPINA GRANDE/PB  
2020**

FERNANDA ALMEIDA VITORINO MARTINS

**O IMPACTO DO EXERCÍCIO PROFISSIONAL NA SAÚDE MENTAL DO  
POLICIAL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Especialização em Saúde Mental e Atenção Psicossocial da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Especialista em Saúde Mental.

**Área de concentração:** Saúde Mental e Atenção Psicossocial.

**Orientadora:** Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Sibelle Maria Martins de Barros.

**CAMPINA GRANDE/PB  
2020**

M386i Martins, Fernanda Almeida Vitorino.  
O impacto do exercício profissional na saúde mental do policial [manuscrito] / Fernanda Almeida Vitorino Martins. - 2020.  
28 p.  
Digitado.  
Monografia (Especialização em Saúde Mental e Atenção Psicossocial) - Universidade Estadual da Paraíba, Pró-Reitoria de Pós-Graduação e Pesquisa , 2020.  
"Orientação : Profa. Dra. Sibelle Maria Martins de Barros , Departamento de Psicologia - CCBS."  
1. Saúde mental. 2. Policial. 3. Exercício profissional. 4. Estresse ocupacional. I. Título

21. ed. CDD 362.2

FERNANDA ALMEIDA VITORINO MARTINS

O IMPACTO DO EXERCÍCIO PROFISSIONAL NA SAÚDE MENTAL DO POLICIAL

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Especialização em Saúde Mental e Atenção Psicossocial da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Especialista em Saúde Mental.

Área de concentração: Saúde Mental e Atenção Psicossocial.

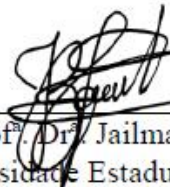
Aprovado em: 30/11/2020.

**BANCA EXAMINADORA**




---

Prof<sup>ª</sup>. Dr<sup>ª</sup>. Sibelle Maria Martins de Barros (Orientadora)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



---

Prof<sup>ª</sup>. Dr<sup>ª</sup>. Jailma Belarmino Souto  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Ms. Luann Glauber Rocha Medeiros  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

Aos policiais, vitimados pela intensa violência e negligência que atingem essa profissão, DEDICO.

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO .....</b>	<b>06</b>
<b>2 REFERENCIAL TEÓRICO .....</b>	<b>07</b>
<b>3 METODOLOGIA .....</b>	<b>11</b>
<b>4 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....</b>	<b>12</b>
<b>6 CONCLUSÃO .....</b>	<b>23</b>
<b>7 REFERÊNCIAS .....</b>	<b>24</b>

## **O IMPACTO DO EXERCÍCIO PROFISSIONAL NA SAÚDE MENTAL DO POLICIAL**

### **THE IMPACT OF PROFESSIONAL EXERCISE ON THE POLICE MENTAL HEALTH**

Fernanda Almeida Vitorino Martins<sup>1</sup>

#### **RESUMO**

O crescimento constante do índice de violência e criminalidade exige maior atuação dos profissionais da segurança pública, no sentido de garantir a proteção da sociedade. Tendo em vista os inúmeros riscos e estressores que enfrentam no exercício de suas funções, objetivou-se analisar o impacto da atividade profissional na saúde mental de policiais e as ações adotadas pelos órgãos de gestão da Polícia para minimizar os possíveis impactos. Foi realizado um estudo qualitativo, descritivo, por meio de uma revisão da literatura sistemática a partir das bases de dados nacionais Scielo, PePsic e BVS-Brasil e Google Acadêmico. Buscou-se artigos nacionais cujos temas relacionavam-se à saúde mental do profissional da Polícia, realizadas no Brasil, escritas em idioma português e publicadas no período entre janeiro de 2010 a janeiro de 2020. A análise de 23 artigos aponta que a maioria dos estudos revela que o exercício da profissão geralmente contribui para o desenvolvimento de patologias físicas e mentais, considerando os estressores inerentes às experiências cotidianas da profissão. Constatou-se que, na maioria das instituições policiais, não há nenhum tipo de rede de apoio para esses profissionais, suscitando a reflexão de que é preciso elaborar estratégias institucionais que previnam os maiores desgastes que advém com o tempo de serviço.

**Palavras-Chave:** Saúde Mental. Policial. Exercício Profissional. Estresse ocupacional.

#### **ABSTRACT**

The constant growth of the violence and crime rate requires greater performance by public security professionals, in order to guarantee the protection of society. In view of the countless risks and stressors they face in the practice of their functions, the objective of this work was to analyze the impact of professional activity on the mental health of police officers and the actions adapted by the police management bodies to minimize the possible impacts. A qualitative, descriptive study was carried out through a systematic literature review based on the national databases Scielo, PePsic and BVS-Brasil and Google Scholar. National articles were sought whose themes related to the mental health of the police professional, carried out in Brazil, written in Portuguese and published in the period between January 2010 and January 2020. The analysis of 23 articles shows that most studies reveal that the exercise of the profession generally contributes to the development of physical and mental pathologies, considering the stressors inherent to the daily experiences of the profession. It was found that, in most police institutions, there is no type of support network for these professionals, raising the reflection that it is necessary to develop institutional strategies that prevent the greatest distresses that comes with the length of service.

**Keywords:** Mental health. Police officer. Professional Practice. Occupational stress.

---

<sup>1</sup> Aluna do curso de Especialização em Saúde Mental e Atenção Psicossocial da Universidade Estadual da Paraíba – Campus I.  
E-mail: nanda\_almeida1000@hotmail.com

## 1 INTRODUÇÃO

O índice crescente de violência e criminalidade exige maior atuação dos profissionais da segurança pública, no sentido de garantir a proteção da sociedade. Em sua rotina de trabalho, o policial lida com controle e contenção da violência, enfrentando as mais diversas e imprevisíveis situações, estando assim, expostos a um alto nível de tensão e a agentes estressores relacionados ao seu fazer profissional.

O exercício da profissão de policial leva esses indivíduos a enfrentarem diariamente contingências de muito desgaste psicológico, uma vez que precisam estar sempre prontos para proteger a sociedade, atentos para perceber qualquer situação de perigo e agir de forma preventiva, sem que haja perda do controle da situação (DANTAS *et al.*, 2010).

O estresse, em níveis adequados, ativa o organismo para uma fase de alerta, levando o sujeito a reagir e se proteger de fatores considerados perigosos à sua segurança. No entanto, a exposição constante à elevados níveis de estresse, pode acarretar prejuízos, interferindo negativamente na qualidade de vida do sujeito, ocasionando desequilíbrios na sua saúde física e/ou mental. (COUTO *et al.*, 2012)

Todos os dias, o policial coloca sua vida em risco em favor da vida do outro (SOUZA *et al.*, 2012). Diante dos riscos, inerentes ao exercício de suas funções, objetivou-se analisar o impacto da atividade profissional na saúde mental de policiais e as ações adotadas pelos órgãos de gestão da Polícia para minimizar os possíveis impactos, por meio de uma revisão sistemática da literatura científica nacional. No intuito de contemplar tal objetivo, buscou-se caracterizar a atividade profissional da Polícia, identificar os agentes estressores, os quais estão expostos; as enfermidades físicas e psicológicas decorrentes do cotidiano de trabalho. Além disso, objetivou-se caracterizar os estudos desenvolvidos, no que diz respeito ao ano de sua publicação, a área do periódico, o tipo de pesquisa, seus objetivos, as amostras estudadas, os instrumentos utilizados para medir as variáveis e os resultados das pesquisas.

Parte-se do pressuposto que o estresse pode acarretar efeitos negativos para o profissional com diminuição da eficiência do serviço prestado, além de comportamento de despersonalização e exaustão emocional. Ao explorar a percepção de policiais militares da força tática e de rua do Estado de São Paulo, Oliveira e Santos (2010), verificaram que 88,3%, dos policiais sempre ou às vezes, se sentiam emocionalmente cansados após o dia de trabalho; 62,5% afirmaram que às vezes se percebiam agressivos no trabalho; 75% já se perceberam impulsivos nas decisões e que uma parte dos participantes (41,7%) relatou já ter agido impulsivamente em alguma ocorrência.

Estudos que utilizaram o *Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL)* para medir o nível de estresse global entre esses profissionais, verificaram que mais da metade das populações estudadas apresentaram sinais de estresse (COUTO *et al.*, 2012; LIPP, COSTA & NUNES, 2017; DANTAS *et al.*, 2010; OLIVEIRA & SANTOS, 2010; SOUZA *et al.*, 2012). Um número tão significativo de trabalhadores sofrendo, em conjunto, um alto nível de estresse, indica a necessidade de medidas antiestresse, para oferecer a essa população alívio do estresse excessivo que está encontrando em seu ambiente de trabalho. É necessário que os níveis de estresse sejam reduzidos para que não ocorra decréscimo na eficácia do desempenho do exercício profissional e aumento no índice de acidentes e erros, os quais no exercício da profissão policial pode ser fatal para eles e para a população em geral.

Diante do exposto, ressalta-se a importância de conhecer os impactos da atividade profissional na saúde mental daqueles que trabalham na prevenção e manutenção da segurança pública, considerando as características laborais do profissional da Polícia, a possibilidade do desenvolvimento de transtornos mentais, e consequentes riscos desse desequilíbrio para o profissional e para a sociedade. Estudos sobre esse tema permitem problematizar as questões de saúde relacionadas ao cotidiano do policial e auxiliar os órgãos gestores quanto ao



desenvolvimento de possíveis intervenções, no sentido de prevenir os danos que podem advir com o tempo de serviço.

## 2 REFERENCIAL TEÓRICO

Embora todas as profissões sejam geradoras de certo grau de estresse, algumas chamam a atenção devido ao alto nível de tensão envolvida. Entre essas, encontra-se a do policial. A atividade profissional dos policiais os coloca cotidianamente em situação de estresse, pela frequência com que lida com casos de violência e riscos de vitimização. Essa excessiva exposição a riscos e violência, juntamente com as cobranças de eficiência da sociedade e as precárias condições de trabalho no âmbito nacional, constituem fenômenos que atribuem ao policial um *status* de destaque entre os servidores que mais sofrem de estresse (SOUZA *et al.*, 2007 *apud* COUTO *et al.*, 2012).

Quando fatores de estresse estão presentes no ambiente de trabalho ou nas características laborais de classes profissionais, se utiliza o termo estresse ocupacional, o qual pode ser compreendido como o desequilíbrio entre as demandas do trabalho e a capacidade de resposta dos trabalhadores (SANTANA *et al.*, 2012).

A partir da década de 1990, o impacto do estresse ocupacional na saúde dos trabalhadores tem chamado a atenção dos estudiosos, por interferir negativamente na eficiência do trabalhador e na sua satisfação para o trabalho (LIPP, COSTA & NUNES, 2017). A percepção de estresse em policiais tem sido apontada como superior quando comparada à de outras categorias profissionais, não somente pelo elevado risco, inerente à profissão, mas também pelas funções relativas ao cargo, pela sobrecarga de trabalho e pelas relações organizacionais das instituições (relações interpessoais, hierarquia e disciplina rígida, falta de reconhecimento e valorização financeira) (SOUZA *et al.*, 2012).

De acordo com Violante (1999 *apud* COUTO *et al.*, 2012), os policiais passam por estágios transitórios em suas carreiras, os quais interferem na percepção do estresse por parte dos mesmos. São eles o **estágio de alarme**, que ocorre durante os primeiros cinco anos de atividade profissional, no qual o policial percebe que o trabalho real de polícia é bem diferente da sua expectativa, e daquele aprendido durante o seu curso de formação; O **estágio de desencanto**, no qual os policiais tornam-se desencantados com a falta de apreciação de seu trabalho e apresentam uma sensação de fracasso pessoal, por se sentirem incapazes de lidar com as exigências do policiamento. Essa fase ocorre durante o sexto ano e continua até o meio da carreira (12-14 anos); O **estágio de personalização**, que ocorre dos 14 aos 20 anos de carreira, no qual o policial começa a buscar novas perspectivas e cria alternativas pessoais, em detrimento das metas de trabalho. Essa mudança de valores pode ter um efeito decrescente no estresse, e por fim, o **estágio de introspecção**, que ocorre após os 20 anos de serviço policial. Torna-se um tempo de reflexão. É uma época na qual os policiais, de algum modo, encontram-se mais seguros em relação à carreira. E os níveis de estresse diminuem ainda mais.

Segundo Calanzas (2010), muitos desses profissionais, ao ingressarem na carreira, são atraídos pelo *status* da profissão, pela possibilidade de ascensão e “segurança” do concurso público, porém, com o decorrer do tempo, deparam-se, entre outros aspectos, com a falta de reconhecimento, a percepção de risco e risco real, as perdas de colegas e o sofrimento mental represado pela corporação.

Apesar de o risco ser estruturante das condições laborais, ambientais e relacionais da profissão policial, devido à iminência de vitimização que enfrentam cotidianamente, frequentemente, ele se transforma em situação real de vitimização e se traduz em traumas, lesões ou mortes que ocorrem nos confrontos com a criminalidade e na manutenção da ordem. Desse modo, a morte acaba sendo realidade no cotidiano desse profissional, que precisa estar

preparado para enfrentá-la a qualquer momento, seja no horário de trabalho ou fora dele (OLIVEIRA & SANTOS, 2010).

A atividade policial requer que o profissional atue no confronto contra a conduta irregular ou criminosa da sociedade, defendendo seus cidadãos, arriscando a própria vida em prol da defesa da vida do outro. Os constantes riscos a que o policial se expõe em função do exercício da sua profissão levam-no, geralmente, a sentir medo, por si mesmo e por sua família, tanto de ser reconhecido como agente da segurança nos períodos de folga do trabalho, quando aumenta seu risco de vitimização, como de ser agredido e morto no desempenho das suas funções (MINAYO, SOUZA & CONSTANTINO, 2008 *apud* SOUZA *et al.*, 2012).

O estresse no trabalho pode acarretar malefícios à saúde mental quando o profissional se encontrar vulnerável ao enfrentamento do agente estressor. No caso do policial militar, essa vulnerabilidade ocorre diante da atividade exercida e das exigências do combate à violência urbana que está visível na promoção da ordem na segurança pública (TAVARES *et al.*, 2017). Expostos a cargas horárias extensas e intensas de trabalho e a situações estressantes, os policiais tendem a desenvolver problemas de saúde que se cronificam ao longo do tempo, se não recebem atenção especial. Como lembra Dejours (1992, *apud* SOUZA *et al.*, 2012) embora o sofrimento humano seja intrínseco aos processos de trabalho, é necessário compreender suas causas para agir sobre elas, modificando-as com vistas a tornar o processo laboral um fator de saúde e não de adoecimento.

Os policiais, muitas vezes, se mostram insatisfeitos com o trabalho, o que afeta sua percepção pessoal da vida. Fatores como capacidade de reagir a situações difíceis, grau de satisfação com a vida, comprometimento da saúde física e mental, carga excessiva de trabalho, exposição constante ao estresse e à vitimização influenciam sobremaneira o desenvolvimento de sofrimento psíquico nesse grupo de profissionais (SOUZA *et al.*, 2012). Tais constatações, no entanto, vão além do processo de trabalho em si: suscitam reflexões acerca dos salários, do processo de organização institucional, dos cuidados dispensados à saúde e das condições de vida pessoais e familiares desses servidores.

A organização das atividades de trabalho da Polícia Civil é constituída pelos setores administrativo (ADM), técnico (TEC) e operacional (OP). Os policiais operacionais são aqueles que exercem suas funções diretamente em confronto com as possíveis demandas, enquanto os administrativos exercem trabalhos burocráticos. Observou-se que os policiais operacionais apresentaram maior índice de estresse, provavelmente pela condição que enfrentam no seu dia a dia de trabalho. Pressões inerentes ao cargo influenciam diretamente a saúde mental destes profissionais. (LIMA, BLANK & MENEGON, 2015).

Há uma proporção maior de estresse em mulheres quando comparadas com os homens (DANTAS *et al.*, 2010). Tal profissão caracteriza-se predominantemente *pelo universo masculino*, o que pode exigir mais das mulheres quanto ao reconhecimento de seu trabalho, tornando-as mais vulneráveis ao estresse. Essa tensão relativa à manutenção da autoridade por parte das mulheres no interior da corporação policial é inegável. Alguns pesquisadores enfocam a diferença entre os sexos do ponto de vista biológico, afirmando que as variações hormonais também seriam responsáveis pelo aumento do estresse entre as mulheres. Além disso, o estilo de vida composto por jornadas duplas de trabalho e outras responsabilidades pode implicar tal resultado (BEZERRA, MINAYO & CONSTANTINO, 2013).

O estresse está diretamente relacionado aos transtornos mentais, seja direta ou indiretamente (LIMA, BLANK & MENEGON, 2015). A exposição aos riscos ambientais, somados à precarização do trabalho e ao baixo controle e prevenção de doenças ocupacionais, resultam em danos à saúde dos policiais, dentre os quais, o alcoolismo, a depressão, os transtornos de estresse e o comportamento suicida (OLIVEIRA & SANTOS, 2010).

Quando o policial está acometido por estresse constantemente, a tendência é buscar formas de fugir à agitação orgânica e muitos buscam no álcool ou nos psicotrópicos formas de

aliviar seu sofrimento. Ressalta-se que, de modo geral, o uso abusivo de drogas no ambiente de trabalho é extremamente negativo, porém quando este ambiente compreende a área de segurança pública, acarreta perturbações de expressivas dimensões, tanto ao policial, quanto à sociedade (COSTA & AMARAL, 2018). Segundo Cunha (2018), o excessivo consumo de álcool impede que aconteça uma reação em tempo adequado, frente às necessidades de ação a estímulos externos. Além disso, pode tornar a coordenação e os pensamentos lentos, ocasionando um comportamento agressivo, principalmente diante de situações ameaçadoras.

De acordo com Lipp (2017), alguns profissionais que lidam com tarefas perigosas, como os policiais, afirmam que certa dose de estresse é positiva e necessária para que o serviço seja feito. A essa condição, o autor denomina eustresse, aquela na qual o sujeito reage de forma otimista, autoconfiante e apresenta capacidade de resiliência. Seu oposto é o estresse negativo ou distresse, que intimida e faz com a pessoa fuja das situações, adotando uma postura ríspida, de frustração, alienação no trabalho e queda de produtividade. Essa distinção teórica, é fundamental, responde à questão de porque nem todo mundo adoece frente às adversidades e riscos, sobretudo numa profissão como a policial.

Segundo Souza *et al.* (2012), policiais que sofreram vitimização, seja em seu horário de trabalho, no lazer ou mesmo no lar, apresentam maiores chances de desenvolver sofrimento psíquico. Há os que são resilientes e amam o risco, porém alguns desenvolvem uma série de sintomas, dentre os quais, um estado de alerta permanente, estágio anterior ao estresse cumulativo, especialmente quando não se sentem satisfeitos com o trabalho. Diante de situações de estresse, a maioria dos policiais utilizam o manejo dos sintomas, como autocontrole, apoio da família, lazer, prática de exercícios, apoio na religião e atitude positiva, seguido de significativa expressão da preferência por estratégias de esquiva, como separando-se da vida social do trabalho e isolando-se (COUTO *et al.*, 2012).

O policial mais experiente percebe-se levemente afastado das situações sociais. O que indica que os padrões de interações interpessoais dos policiais tendem a melhorar de acordo com sua experiência profissional, apesar de tornarem-se mais afastados do convívio social (COUTO *et al.*, 2012). Segundo Bezerra, Minayo e Constantino (2013), o isolamento na própria casa funciona como uma estratégia para se acalmar e para não descontar na família os problemas da corporação. No entanto, ressaltam que perdem muito em termos afetivos quando assumem tal atitude.

De acordo com um estudo realizado pela Ouvidoria da Polícia do Estado de São Paulo (2019), a atividade policial requer de seu profissional o constante firmamento de uma conduta heroica, que não permite falhas e/ou “fraquezas”. Por serem representantes da ordem e da lei, os policiais precisam sustentar uma postura viril, rígida e até mesmo inabalável. Com isso, não é permitido falar nem mesmo expressar medos e desconfortos e, nesse sentido, não há válvula de escape para as angústias, o que repercute diretamente na saúde mental do trabalhador.

Há, por vezes, a necessidade de pedir ajuda para o enfrentamento de situações conflituosas e ter receio de ser ridicularizado entre seus pares e/ou demonstrar inaptidão para as tarefas diárias. Nesse sentido, a vida emocional e afetiva do policial tem pouca ou quase nenhuma importância. Pretende-se que ele haja como “máquina” e cumpra seu papel de investigar e prevenir a criminalidade, sem deixar que suas emoções ou “fraquezas” sentimentais afetem seu desempenho (ANDRADE & SOUZA, 2010).

As corporações, de um modo geral, não possuem em seu quadro de funcionários um psicólogo ou até mesmo um setor de psicologia que atue junto com o médico ou, ainda, que tenha autonomia própria para propor ao policial algum tipo de tratamento ou suporte clínico, ou ainda, algum trabalho preventivo para conter os sintomas mais latentes já no início de seu aparecimento (OLIVEIRA & SANTOS, 2010). Essa assistência ocorre, na maior parte das vezes, quando a iniciativa de encaminhamento parte a pedido do profissional, o que dificilmente

ocorre, devido à preocupação do mesmo com a postura dos demais membros ou quando o policial se envolve em alguma ocorrência e passa a demonstrar problemas decorrentes desta.

Ressalta-se que muitos policiais militares envolvidos no sofrimento, não buscam ajuda, por vergonha ou medo de repressão, permitindo a evolução de doenças silenciosas (MIRANDA, 2016). Diante disso, o militar é afastado de suas funções por determinado período para que seja possível a realização de uma avaliação mais detalhada de seu quadro clínico e psicológico. Esse procedimento, muitas vezes, é considerado pelo policial como uma punição, ou até mesmo como sinal de fraqueza (OUVIDORIA DA POLÍCIA, 2019). Percebe-se que, dentro do militarismo não existem medidas preventivas ou políticas públicas efetivas e eficazes que proponham uma melhor estruturação das ações que objetivam a melhoria da qualidade de vida do policial militar (OLIVEIRA & SANTOS, 2010).

A Polícia Militar de São Paulo tem um Sistema de Saúde Mental implementado em 2001 e uma Rede de Saúde que vem sendo construída há pelo menos 100 anos, enquanto a Polícia Civil não tem rede de atendimento de saúde e muito menos um programa e/ou sistema de saúde mental. A falta de suporte institucional de apoio aos policiais representa uma negligência estrutural. Características humanas como capacidade de resolução de conflitos, inteligência emocional, habilidade em trabalhar em grupo, são necessárias para um efetivo que proporcione uma ação policial de qualidade (CUNHA, 2018).

A hierarquia existente dentro da instituição traz equilíbrio, porém os superiores hierárquicos devem estar atentos e observar as necessidades dos profissionais, a fim de evitar a ocorrência de algum dano psíquico aos policiais ou algum tipo de abuso no ambiente de trabalho (RIGOTTI; FERRARI, 2013). Propõe-se que a organização contemporânea do trabalho se pautar por: exigir do policial força física, mas também energia intelectual; privilegiar o trabalho em equipe; minimizar as hierarquias e estimular a cooperação; encorajar a produtividade individual e coletiva, compreendendo que a valorização e a satisfação do profissional dessa categoria são fundamentais para a segurança e proteção de toda a sociedade (MINAYO, 2013).

Para vários estudiosos do estresse o suporte e o apoio social são fatores importantes para a superação e enfrentamento de situações difíceis. O suporte social de pessoas significativas, advindas de sua rede de relações, tem um papel de realce frente às situações de tensão. Esse fator mostra-se capaz de reduzir os riscos do impacto de eventos estressores. É uma dimensão de experiência individual de manutenção de bem-estar e de proteção frente a tensões cotidianas (ORNELAS, 2008 *apud* CASTRO & CRUZ, 2015).

De acordo com Castro e Cruz (2015), a diferença entre rede social e suporte social está na qualidade das relações estabelecidas na rede social no sentido de apoio a situações de crise (suporte). Para eles suporte social e familiar são indicadores de que a retaguarda dessas redes pode fazer o diferencial na manutenção da saúde do policial e conferir a ele resiliência e fortalecimento no enfrentamento das demandas nocivas do trabalho. Quanto maior a possibilidade de ajuda que o indivíduo possui, maior será seu recurso para resolução de problemas.

O incentivo à valorização do suporte familiar e social e o estímulo às relações interpessoais, na família, no trabalho e nas relações sociais ampliadas, tornam-se ferramentas importantes para a percepção de bem-estar e se relacionam com o aumento da satisfação de vida, da autoestima e, por consequência, contribuem para o controle dos sintomas, minimizando os efeitos danosos à saúde do policial (CASTRO & CRUZ, 2015).

Por fim, como cita Dejours (1992 *apud* WINTER & ALF, 2019), “o desenvolvimento de estratégias de defesa pode ser considerado positivo, já que tem como função principal proteger o trabalhador do sofrimento originado pelo trabalho, possibilitando uma relativa estabilidade psíquica, evitando o adoecimento.” A análise em questão aponta urgentemente para a necessidade de ações de prevenção e de promoção de saúde. O cuidado com a saúde mental para com os policiais deve ser diário e sucessivo em virtude do convívio diário com pessoas e

situações conflitantes, fato que exige uma estabilidade psíquica satisfatória para atuar, no momento certo, com agilidade, precisão e ética (COSTA & AMARAL, 2018). A própria organização deve oferecer assistência às necessidades físicas e psicossociais dos profissionais, por meio de práticas permanentes que os beneficiem.

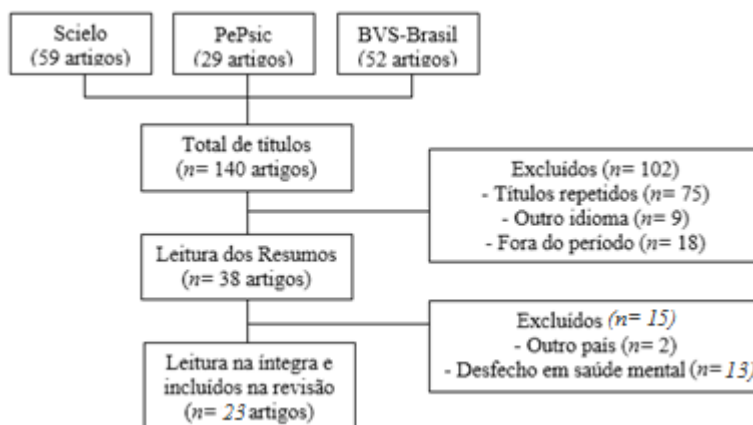
Nesse sentido, diante dos riscos, os quais o policial é submetido com o exercício de suas funções, destaca-se a necessidade de compreender os impactos da atividade profissional na saúde mental de policiais, identificar os agentes estressores os quais estão expostos e as ações adotadas pelos órgãos de gestão da Polícia para minimizar os possíveis impactos.

### 3 METODOLOGIA

Foi realizado um estudo qualitativo, descritivo, por meio de uma revisão da literatura nas bases de dados nacionais: Scielo, PePsic e BVS-Brasil e o Google Acadêmico, fonte de acesso livre a publicações acadêmicas. Para a estratégia da busca sistematizada, optou-se por utilizar os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). Foram testadas as seguintes combinações de termos: “estresse” OR “saúde mental” AND “polícia” e o descritor policiais combinado com o operador booleano AND das seguintes palavras: estresse; *stress*; saúde mental; transtorno mental e sofrimento psíquico.

Como critérios de inclusão, buscou-se artigos produzidos com temas referentes à saúde mental do profissional da Polícia, realizados no Brasil, escritos em idioma português e publicados no período entre janeiro de 2010 a janeiro de 2020. A escolha desse período se justifica diante da dificuldade de se encontrar um número significativo de artigos para análise em um espaço de tempo mais curto.

O processo de revisão sistemática foi composto por três fases. Inicialmente, todos os títulos selecionados nas bases de dados ( $n=140$ ) foram revisados e foram excluídos os títulos repetidos ( $n=75$ ), os produzidos fora do período estabelecido ( $n=18$ ) e aqueles escritos em outro idioma ( $n=9$ ). Em seguida foi realizada a leitura dos resumos ( $n=38$ ; 27,14%), destes, 02 estudos foram excluídos por terem sido realizados em outro país e 13 por não apresentarem como desfecho principal a saúde mental dos policiais. Na terceira fase foi realizada a leitura na íntegra dos artigos restantes. Ao final, 23 artigos (16,42%) atenderam aos critérios empregados e foram selecionados para revisão, descrição metodológica e análise de conteúdo.



**Figura 1.** Fluxograma de identificação e seleção dos artigos para a revisão da literatura sobre a saúde mental do profissional da Polícia.

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A seleção dos artigos realizada contemplou um total de 23 publicações, as quais ocorreram entre os anos 2010 e 2020. Verifica-se uma tendência crescente de publicações sobre o tema entre os anos 2010 e 2015, tendo sido identificados 17 artigos. Entre os anos 2016 e 2020, verifica-se a existência de apenas 6 produções: uma publicação em 2018; uma em 2020 e duas publicações em 2017 e em 2019.

Os artigos foram publicados em periódicos científicos de 7 áreas distintas, sendo elas: Psicologia (13), Sociologia (1), Intersdisciplinar (1), Saúde Coletiva (3), Saúde Pública (2), Medicina do Esporte (1) e Saúde Ocupacional (2). Observa-se que a área da Psicologia é a mais abrangente dentre os periódicos utilizados para a submissão dos artigos indicando o interesse da área pela publicação e estudo do tema. Cabe ressaltar que, apesar de o objeto dessa revisão ser saúde mental dos profissionais da Polícia, observa-se a ausência de publicações em periódicos de Segurança Pública que se refiram à saúde mental de policiais ou ao impacto da atividade profissional.

A maioria dos estudos teve um delineamento de pesquisa classificado como estudo de campo, do tipo transversal (GIL, 2008). Dentre os objetivos destacou-se o impacto do trabalho policial sobre a saúde mental desses profissionais. Em alguns estudos privilegiou-se à percepção dos policiais sobre suas condições de trabalho e o impacto delas na sua saúde mental e em outras dimensões da vida, como a família; o nível de estresse; a prevalência de transtornos mentais, as relações interpessoais como um possível fator de adoecimento no contexto policial e preparação para a aposentadoria. Desse modo variáveis como estresse ocupacional, percepção dos próprios policiais sobre as condições de trabalho, sofrimento psíquico, adoecimento físico e mental, Transtorno Mental e Comportamental (TMC), autoestima, processo de aposentadoria e suporte familiar foram utilizados. Os instrumentos selecionados para compor as pesquisas refletiram a necessidade de medir tais variáveis. A maioria utilizou inventários e questionários autoaplicados, com questões elaboradas a partir do que se pretendia investigar. Utilizou-se também escalas, testes, entrevistas semiestruturadas, planilhas de dados de sistemas, registros das LTS e dos prontuários de saúde e para as intervenções, foram utilizadas técnicas como: Grupo focal, palestras, dinâmicas de grupo e observação participante.

Todos os estudos têm como participantes profissionais, em especial, profissionais da segurança pública ou profissionais vinculados à serviços de emergências, como policiais civis, policiais militares, bombeiros e auxiliares de enfermagem. Dentre esses estudos, 17 foram realizados com policiais militares ou incluíram essa classe profissional na amostra, constituindo uma significativa maioria (73,91%), 7 foram realizados com policiais civis, sendo apenas 4 se referindo, exclusivamente, ao policial civil (17,39%) e 2 foram realizados com policiais federais (8,6%). Entre essas publicações, há uma predominância de estudos envolvendo policiais do sexo masculino, contendo apenas um realizado com policiais militares mulheres (4,34%).

A tabela 1 faz uma apresentação geral dos artigos selecionados para esta revisão, organizados de acordo com o ano de publicação, a área do periódico, o tipo de pesquisa e os participantes, os objetivos, e os instrumentos utilizados.

**Tabela 1.** Apresentação dos artigos selecionados sobre a saúde mental do profissional da Polícia.

	Ano	Área do Periódico	Tipo de pesquisa e participantes	Instrumentos
1	2010	Psicologia	Pesquisa-ação, acompanhando o desenvolvimento de uma intervenção com 148 Policiais civis	Questionário autoaplicado, com questões provenientes das <i>Escala de Autoestima de Rosenberg</i> e o <i>Diagnóstico Organizacional (D.O.)</i> de Rosa Krausz e Grupos de Debate ao final da intervenção
2	2010	Psicologia	Estudo empírico de tipo transversal com 38 policiais militares	Inventário de Sintomas de <i>Stress</i> para Adultos de Lipp (ISSL)
3	2010	Psicologia	Estudo empírico de tipo transversal com 111 esposas/companheiras de policiais militares	Questionário autoaplicado
4	2010	Sociologia	Estudo exploratório descritivo com 24 policiais militares	Questionário autoaplicado
5	2010	Interdisciplinar	Relato de experiência de uma intervenção realizada com 15 policiais federais aposentados e com tempo para se aposentar	Grupo focal, palestras, dinâmicas de grupo e entrevistas semiestruturadas
6	2011	Saúde Coletiva	Estudo empírico de tipo transversal com 2.566 policiais civis e militares	Questionário autoaplicado, grupo focal e entrevista com gestores
7	2011	Psicologia	Estudo empírico de tipo transversal com 160 policiais civis recém empossados	Inventário do Trabalho e Riscos de Adoecimento (ITRA)
8	2012	Psicologia	Estudo empírico de tipo transversal com a 325 alunos dos cursos de formação de oficiais da Polícia Militar	Inventário de Sintomas de Estresse de Lipp (ISSL), Checklist de Relações Interpessoais – Revisado (CLOIT-R)
9	2012	Saúde Pública	Estudo empírico de tipo transversal com 1.120 policiais militares	Questionário autoaplicado e Self-Reported Questionnaire (SRQ-20)
10	2012	Psicologia	Estudo empírico de tipo transversal com 327 alunos dos cursos de formação de oficiais da Polícia Militar	Inventário de Sintomas de Stress de Lipp (ISSL) e CLOIT-II
11	2012	Saúde Pública/ Coletiva	Estudo epidemiológico de corte transversal com 288 policiais militares do Comando de Policiamento da Capital	Questionário semiestruturado
12	2013	Saúde Coletiva	Estudo empírico de tipo transversal com policiais militares do sexo feminino	Entrevistas, grupos focais e observação
13	2013	Saúde Coletiva	Estudo empírico de tipo transversal com 914 policiais civis	Questionário autoaplicado, Self-Reported Questionnaire (SRQ-20), Escala de Apoio Social (EAS) e Escala <i>Job Estress Scale</i> (JSS)

14	2015	Psicologia	Estudo empírico de tipo transversal, com 148 policiais civis afastados do trabalho pela Perícia Médica do Estado com diagnóstico de TMC	Planilha de dados do Sistema Integrado de Gestão de Recursos Humanos (SIGRH), Inventário de Percepção de Suporte Familiar (IPSF) e Entrevista estruturada
15	2015	Psicologia	Estudo empírico de tipo transversal, com 26.707 licenças médicas de servidores públicos do estado do Ceará	Licenças médicas
16	2015	Psicologia	Estudo epidemiológico, descritivo, de corte transversal, com 200 Policiais militares	Registros das LTS e dos prontuários de saúde, teste do Qui-Quadrado e o <i>Fisher Exact</i>
17	2015	Psicologia	Pesquisa qualitativa, de abordagem exploratória, com 4 profissionais da Brigada Militar	Grupos focais, entrevista e observação participante
18	2017	Psicologia	Estudo empírico de tipo transversal com 1.837 servidores da Secretaria de Segurança Pública	Inventário de Sintomas de Stress de Lipp (ISSL), Escala Visual Analógica (EVA), Lipp Inventário de Qualidade de Vida (LIQV) e Inventário de Fontes Estressoras no Trabalho (IFET)
19	2017	Medicina do Esporte	Estudo empírico de tipo transversal com 15 policiais militares	Anamnese, aferição das medidas antropométricas, familiarização com a pistola, teste de esforço máximo
20	2018	Saúde Ocupacional	Estudo empírico de tipo transversal com 84 policiais civis e militares atuantes em Unidades de Operações Especiais	Questionário autoaplicado Perfil de Ambiente e Condições de Trabalho e Escala <i>Job Stress Scale</i> .
21	2019	Psicologia	Relato de experiência de uma intervenção realizada com 4 policiais militares	Dinâmicas de grupo, observação participante e entrevistas semiestruturadas
22	2019	Psicologia	Estudo empírico de tipo transversal com 10 policiais militares	Questionário sociodemográfico autoaplicado e entrevista semiestruturada
23	2020	Saúde Ocupacional	Estudo descritivo-analítico de experiência profissional com 41 policiais rodoviários federais	Intervenção individual (plantão psicológico), intervenção grupal (treinamentos, palestras, grupos), intervenção organizacional (consultorias relacionadas ao cotidiano, organização e contexto do trabalho, entre outras)

**Fonte:** Elaborada pela autora, 2020.

De acordo com os estudos analisados, verificou-se que os resultados apontam uma significativa incidência de profissionais da Polícia apresentando estresse e sofrimento psíquico, com predominância da fase de resistência, principalmente aqueles que estão entre 25 e 42 anos, demonstrando o aumento da incidência com o passar do tempo de serviço. No entanto, apontam que os profissionais mais experientes, com mais de 15 anos de carreira, tendem a enfrentar melhor os agentes estressores e se tornam menos suscetíveis ao estresse. Em relação ao gênero, constatou-se que policiais militares do sexo feminino apresentaram mais estresse, assim como os policiais do serviço externo, devido às atividades operacionais que são percebidas como mais estressantes pelo risco que oferecem.

Observou-se a relação entre sofrimento psíquico e fatores como: capacidade de reagir a situações difíceis e grau de satisfação com a vida; dificuldade com relações interpessoais;



problemas de saúde físico e mental e condições adversas de trabalho, como carga excessiva, baixa remuneração, equipamentos inadequados, constante exposição ao estresse e à vitimização. Detectou-se que um número significativo de policiais foi afastado do trabalho, de licença, para tratamento de saúde por Transtorno Mental e Comportamental - TMC.

O exercício físico é a estratégia considerada mais eficaz para prevenir as consequências do estresse, assim como o suporte familiar e institucional. Verificou-se que a intervenção da Psicologia contribuiu tanto na reflexão das práticas desempenhadas, como no acolhimento das inquietações e sofrimentos compartilhados. A atuação integrada do serviço de atendimento ao trabalhador propiciou um momento de escuta, aprendizado e pertencimento que possivelmente repercutiu na redução do absenteísmo por doença. A tabela 2 sintetiza os resultados atingidos em cada estudo realizado:

**Tabela 2.** Síntese dos resultados atingidos pelos estudos realizados.

	<b>Objetivos</b>	<b>Resultados</b>
1	Problematizar como a autoestima e a saúde mental desses profissionais afetam e são afetadas pela cultura organizacional da polícia	No início da pesquisa, 68,4% dos policiais se diziam satisfeitos profissionalmente; ao final da intervenção, 76,0% passaram a pensar assim, concluindo que a intervenção contribuiu para a melhora da autoestima, além de possibilitar mais saúde mental.
2	Verificar o nível de estresse em policiais militares	Foi verificado que 45% apresentaram estresse em algum nível, com predominância da fase de resistência. Em relação ao gênero, constatou-se que policiais militares do sexo feminino apresentaram mais estresse, bem como aqueles que estão entre 25 e 42 anos e os policiais da área administrativa.
3	Avaliar o impacto do trabalho policial sobre a família.	O impacto geral é maior entre as famílias de policiais do serviço externo e há um aumento da incidência de impacto com o passar do tempo de serviço.
4	Explorar a percepção de policiais militares da força tática e de rua acerca dos aspectos que permeiam sua saúde mental	91,7% dos participantes sempre ou às vezes se percebiam estressados, 41,7% já agiu impulsivamente em alguma ocorrência, 88,3% sempre ou às vezes se sentiam emocionalmente cansados após o dia de trabalho, 62,5% afirmaram que às vezes se percebiam agressivos no trabalho, 20,8% já pensaram em suicídio.
5	Refletir sobre trabalho e aposentadoria e a experiência prática-metodológica do Programa de Preparação para Aposentadoria (PPA) “A arte de aposentar-se”	O processo de aposentadoria dos Policiais Federais envolve mudanças específicas que requerem reorganização familiar, afetiva e social.
6	Analisar o adoecimento físico e mental de policiais civis e militares	Do ponto de vista físico, observou-se entre os policiais obesidade, agravos gastrintestinais, hipertensão arterial, doenças coronarianas, além do aumento das taxas de mortalidade e de morbidade por causas externas. Do ponto de vista emocional, os efeitos do risco e do desgaste sobre o psiquismo dos policiais resultam em alcoolismo e drogadição, insônia, estado de hipervigilância, aumento da agressividade ou embotamento da sensibilidade levando a dificuldades conjugais e à violência intrafamiliar e perpetração, tentativa ou ideação de suicídio.
7	Avaliar a percepção que os policiais civis têm sobre o seu contexto de trabalho e os problemas físicos, psicológicos e sociais causados	Apesar de não ficarem evidentes danos graves à saúde do policial novato, é recomendável verificar as condições e organização do trabalho.
8	Investigar características da saúde mental do policial militar.	Há sintomas de estresse em 55,9% da amostra, há também o efeito positivo do tempo de carreira na saúde dos policiais, primeiro pela redução dos sintomas de estresse e de características interpessoais negativas ao longo da carreira, e segundo pelo aumento correspondente entre as características interpessoais positivas e tempo de carreira.

9	Investigar fatores associados ao sofrimento psíquico dos policiais militares do Rio de Janeiro	Relação entre sofrimento psíquico e fatores como: capacidade de reagir a situações difíceis e grau de satisfação com a vida; problemas de saúde e condições adversas de trabalho, como carga excessiva, constante exposição ao estresse e à vitimização.
10	Verificar como as interações interpessoais se relacionam com o estresse e investigar uma evidência de validade para o Checklist de Relações Interpessoais-II (CLOIT-II)	Os resultados apontaram correlações positivas significativas entre estresse e posições interpessoais baseadas em hostilidade e ausência de correlação com posições interpessoais amigáveis.
11	Analisar as condições de trabalho e a morbidade referida por Policiais Militares (PM) do Recife-PE.	56,4% da amostra identificou seu trabalho como de baixo controle, 53,9% de alta demanda física e 59,8% de baixo suporte social. Sendo classificado para 27,8% como de alta exigência; para estes os riscos de sofrimento psíquico e de doenças são maiores, necessitando mudanças na organização do trabalho.
12	Investigar o estresse ocupacional em mulheres policiais militares	As policiais relacionam o cotidiano do trabalho ao estresse, citam diversos sintomas e mostram como o relacionamento familiar é afetado. Seu estresse tem origem basicamente na questão organizacional e gerencial do trabalho. Discriminação de gênero e assédio são percebidos como importantes fatores estressantes. O sofrimento psíquico aparece mais fortemente entre as oficiais com cargos de chefia; e as atividades operacionais são percebidas como mais estressantes pelo risco que oferecem. O exercício físico é a estratégia considerada mais eficaz para prevenir as consequências do estresse.
13	Analisar a relação entre trabalho e sofrimento psíquico em policiais civis do Estado do Rio de Janeiro	21,0% no conjunto dos policiais civis apresentam sofrimento psíquico (segundo a SRQ-20). Os profissionais da Baixada apresentam risco de sofrimento psíquico aumentado e os do Interior, diminuído.
14	Verificar a prevalência de Transtorno Mental e Comportamental (TMC) e percepção do suporte familiar em Policiais Civis de Santa Catarina	Detectou-se que, para cada 100 policiais, 4,6 foram afastados por TMC. A percepção do suporte familiar por parte dos policiais indicou ser ele um recurso importante durante o período de afastamento do trabalho, na recuperação e no retorno à atividade, corroborando a existência de uma associação inversa entre nível de apoio social e sofrimento psíquico.
15	Analisar os diagnósticos relacionados aos afastamentos com licenças dos servidores públicos do Ceará e suas associações com variáveis sociodemográficas e laborais.	Gênero, idade e órgão de lotação apresentaram diferenças significativas: os diagnósticos se associaram às mulheres, à Secretaria de Educação e Polícia Militar e na faixa etária mais elevada. Distúrbios mentais afastaram os professores e policiais, predominantemente.
16	Analisar a prevalência de Transtorno Mental e Comportamental (TMC) em Policiais Militares em Licença para Tratamento de Saúde (LTS),	A análise verificou prevalência de TMC de 24% e fator de associação positiva de TMC e hierarquia. Os resultados demonstram alta prevalência de licença para tratamento de saúde por TMC.
17	Investigar as vivências coletivas dos profissionais da Brigada Militar e os impactos destas sobre sua saúde e subjetividade.	Rotina laboral intensa, alto nível de estresse, desgaste físico e emocional, além do sentimento de não ser reconhecido e valorizado pela comunidade e por seus superiores. Lidam com limites, pressões e decisões, mantendo-se em estado de alerta e tensão constantes.
18	Avaliar os níveis de qualidade de vida, de estresse ocupacional e suas fontes em policiais do Estado do Mato Grosso	52% da amostra apresentam estresse. Os dados mostram uma associação significativa entre altos níveis de estresse e má qualidade de vida, principalmente na saúde.
19	Verificar o efeito do esforço físico sobre o desempenho de tiro em policiais militares.	O esforço físico não afeta o desempenho de tiro de policiais militares. Apesar de o nível de aptidão aeróbica não ser associado ao desempenho de tiro, foi associado ao desempenho físico realizado previamente aos disparos.
20	Analisar a percepção das condições de trabalho e o estresse ocupacional em	Os policiais civis e militares apresentaram percepção regular de suas condições de trabalho, de modo geral, e percepção mais negativa em

	policiais civis e militares de Unidades de Operações Especiais de Santa Catarina	relação à remuneração e benefícios e ao ambiente físico. Um em cada quatro policiais apresentou trabalho passivo e de alto desgaste, considerados de maior risco para adoecimento.
21	Contribuir para o fortalecimento da saúde do policial militar, promover o autoconhecimento e autoestima dos participantes e aprimorar o trabalho em equipe	A intervenção da Psicologia contribuiu tanto na reflexão das práticas desempenhadas, como no acolhimento das inquietações e sofrimentos compartilhados.
22	Conhecer a realidade profissional do Policial Militar e sua influência para vivências de prazer-sofrimento no trabalho	O trabalho desses profissionais é gerador tanto de prazer como de sofrimento. O fardamento desconfortável e o descontentamento com o quadro de funcionários são causas de sofrimento, já os sentimentos de prazer são apontados pela autonomia no atendimento às ocorrências. Desta forma, foram identificadas estratégias de defesas utilizadas pelos policiais militares para amenizar o sofrimento ocasionado pelo trabalho, destacando-se: a resiliência, a sublimação e a não verbalização do sofrimento, sustentado pelo recurso simbólico da virilidade.
23	Descrever e analisar uma intervenção integrada em saúde mental do trabalhador.	A atuação integrada do serviço de atendimento ao trabalhador propiciou um momento de escuta, aprendizado e pertencimento que possivelmente repercutiu na redução do absenteísmo por doença.

Fonte: Elaborada pela autora, 2020.

Posterior a sistematização por ano de publicação, agrupou-se estes estudos em categorias das quais as temáticas se complementavam ao longo do estudo bibliográfico.

### Organização e condições de trabalho da Polícia e estresse

Segundo Marçal & Schindwein (2020), a organização do trabalho para a Psicodinâmica do Trabalho pode se constituir em fonte de prazer e/ou sofrimento, na medida em que as relações e condições de trabalho sejam favoráveis ao prazer ou desencadeadoras de sofrimento/adoecimento. A organização do trabalho da Polícia é apontada como umas das principais fontes de adoecimento, sendo a carga de trabalho um fator de risco importante (CASTRO & CRUZ, 2015; LIPP, COSTA, & NUNES, 2017). O excesso de trabalho, somado às poucas horas de sono e repouso, é responsável pela fadiga e pelo cansaço. Por isso consideram que seu trabalho é fonte de estresse e gerador de enfermidades (MINAYO, ASSIS & OLIVEIRA, 2011).

Um estudo que avaliou os níveis de estresse ocupacional e suas fontes em diversas classes de profissionais da Segurança Pública do estado do Mato Grosso, constatou que uma fonte de estresse considerável e que merece atenção da instituição é a falta de equipamento adequado e de boa qualidade para desempenhar as funções diárias, mencionada por 94,64% dos policiais, assim como a dificuldade interpessoal que enfrentam com os superiores, como falta de reconhecimento e de apoio (LIPP, COSTA & NUNES, 2017).

Outros estudos elencaram, além das condições precárias de trabalho, a desvalorização profissional por parte da própria Instituição e da sociedade, que não reconhece os riscos atribuídos à atividade policial, a baixa remuneração, o aumento desenfreado da criminalidade, as falhas da justiça e a exposição à vivência de riscos de morte, como fatores causadores de sofrimento psíquico, que afetam os policiais (BABOLIM, BECKER & GUISSO, 2019; PELEGRINI *et al.*, 2018; FONTANA & MATTOS, 2016). Essa realidade interfere diretamente na vida pessoal e familiar do policial, uma vez que sua função não se resume apenas ao serviço diário, implica também constante estado de alerta, mesmo nas horas de lazer.

Policiais do sexo feminino relacionam o cotidiano do trabalho ao estresse. Seu estresse tem origem basicamente na questão organizacional e gerencial do trabalho. Problemas com a

hierarquia, discriminação de gênero, exigência da força física e assédio são percebidos como importantes fatores estressantes, além da dupla jornada de trabalho que muitas policiais possuem e características fisiológicas e psicológicas específicas. O sofrimento psíquico aparece mais fortemente entre as oficiais com cargos de chefia e as atividades operacionais são percebidas como mais estressantes pelo risco que oferecem (BEZERRA, MINAYO & CONSTANTINO, 2013; DANTAS *et al.*, 2010).

As Unidades de Operações Especiais se dedicam a atividades distintas, nas quais são exigidas dos policiais ainda mais atenção e precisão em suas práticas enquanto são submetidos a condições de trabalhos de risco ainda maior e mais propensas ao estresse. No estudo que analisou a percepção de policiais militares e civis de Unidades de Operações Especiais sobre as condições de trabalho e o estresse ocupacional, Pelegrini *et al.* (2018), verificou que quanto maior a demanda, ou seja, quanto maior a carga de trabalho, pior a percepção dos policiais sobre as condições de trabalho e, à medida que aumentam o controle, ou seja, a frequência de resolutividade e o apoio social, melhoram as condições de trabalho. Esses achados evidenciam a relação negativa de aspectos como a sobrecarga de trabalho, a insalubridade, a falta de autonomia em decisões referentes ao trabalho, a valorização das habilidades do profissional e o apoio que recebem de sua chefia e de seus colegas, com as condições laborais. Logo, percebe-se a importância do investimento do Estado na melhoria das condições de trabalho dos policiais, em especial na parte da remuneração e benefícios e na melhora das condições do ambiente físico na qual o Estado tem controle, como investimento em equipamentos mais eficientes.

Uma pesquisa sobre o impacto do trabalho policial militar sobre a família do policial, realizada com as companheiras destes profissionais, aponta para uma percepção de impacto geral moderado, considerando os principais fatores de impacto a preocupação com o risco de vitimização do policial e a questão salarial. Segundo Derenusson e Jablonski (2010), o salário leva mais de 60% destes trabalhadores a adotar atividades paralelas para complementar seus ganhos e que são, durante essas atividades em períodos de folga, que a maioria das vitimizações acontecem. Diante disso, percebe-se que a baixa remuneração constitui um fator que leva o profissional a buscar trabalhos extras, aumentando o seu cansaço e desgaste emocional, promovendo mais riscos e interferindo no tempo de convivência com a família, tornando-a restrita.

Na investigação de Machado, Traesel e Merlo (2015), os pesquisadores realizaram um grupo de escuta e discussão para investigar as vivências coletivas e os impactos destas na saúde e subjetividade dos PM do Pelotão de Operações Especiais (POE) de um município do Rio Grande do Sul. Os autores constataram que estes profissionais possuem uma rotina intensa, alto nível de estresse, desgaste físico, psíquico, além da falta de reconhecimento pela sociedade e seus superiores. No entanto, os autores observaram as vivências de prazer, como servir à população, ser útil, cumprir o que foi solicitado. O prazer advindo do dever cumprido aplaca o sofrimento vivenciado diante dos riscos e da pressão.

Nesses distintos cenários, a relação com o trabalho e as reações aos impactos que o trabalho produz em cada indivíduo se apresentam de maneira singular, particularizada. Embora esses profissionais enfrentem muitos problemas, a maior parte (87,5%) afirmou gostar de sua profissão e 91,7% sempre e, às vezes, se percebiam felizes com o cargo exercido (OLIVEIRA & SANTOS, 2010). Por isso, ao refletir o processo de aposentadoria dos policiais federais, Soares, Luna e Lima (2010) o identificaram como um momento que pode ser um fato gerador de estresse, angústia, ansiedade e desencadeador de desequilíbrios, por afastar o profissional da sua rotina de trabalho, o que requer reorganização familiar, afetiva e social e evidencia a importância do desenvolvimento de programas que o prepare para a aposentadoria. O sentimento de prazer e de amor à profissão é verdadeiro. No entanto, esse sentido de pertença é contraposto ao ressentimento pela falta de reconhecimento social, o que, segundo os policiais,

mais os aflige. Diante disso, a organização do trabalho parece ter um papel fundamental no sofrimento psíquico (PINTO, FIGUEIREDO & SOUZA, 2013).

### **Estresse ocupacional e impacto na saúde dos profissionais da Polícia**

O trabalho é um dos responsáveis pela construção da identidade, estruturação das funções psíquicas, das relações sociais, além da subsistência e qualidade de vida dos indivíduos. Porém, trabalhar é desafiador e está em constante transformação, pode ser fonte de prazer e ao mesmo tempo de sofrimento, ressoando na saúde dos indivíduos (DEJOURS, ABDOUCHELI & JAYET, 2015).

O fazer do policial envolve condições de trabalho que acarretam sobrecarga física e emocional. Isso, somado à pressão da sociedade que clama por eficiência a todo momento, afeta a saúde, gera desgastes, insatisfação e provoca estresse e sofrimento psíquico (LIPP, COSTA & NUNES, 2017). A exposição aos riscos de morte e a falta de reconhecimento social podem causar desequilíbrio psíquico e impactar na subjetividade do policial. Para Ferreira, Bonfim e Augusto (2012), a ineficácia das estratégias de enfrentamento dá lugar ao sofrimento patológico, manifestando-se em forma de doença física e psíquica.

Estudos que utilizaram o *Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL)* para medir o nível de estresse global entre esses profissionais, verificaram que mais da metade das populações estudadas apresentaram sinais de estresse, e que desse total, a maior porcentagem encontrava-se na fase intermediária, denominada de resistência, fase essa que aponta a frequência de sintomas declarados na última semana (COUTO *et al.*, 2012; LIPP, COSTA & NUNES, 2017; DANTAS *et al.*, 2010; OLIVEIRA & SANTOS, 2010; SOUZA *et al.*, 2012).

Entre os sintomas relatados, houve uma predominância de sintomas físicos assinalados no inventário em relação aos sintomas psicológicos, sendo as queixas mais frequentes as sensações de desgaste físico constante, cansaço mental, problemas com a memória, tensão muscular e insônia. Os sintomas psicológicos mais frequentes foram, irritabilidade excessiva, perda do senso de humor e angústia/ansiedade diárias (COUTO *et al.*, 2012; LIPP, COSTA & NUNES, 2017; DANTAS *et al.*, 2010; OLIVEIRA & SANTOS, 2010).

Segundo Lipp, Costa e Nunes (2017), um número grande de policiais está funcionando em termos da fase de resistência, que é aquela durante a qual a pessoa ainda produz, porém com dificuldades. Como o próprio nome indica, a fase de resistência parece ser um momento em que o sujeito, ante as fontes estressoras, tenta resistir para manter-se equilibrado, porém o desgaste do organismo ocorre, trazendo algum tipo de prejuízo (DANTAS *et al.*, 2010). Estudos que investigam questões relativas à qualidade de vida, condições de saúde e de trabalho em policiais civis e militares do Estado do Rio de Janeiro, verifica-se a presença importante de problemas de saúde referidos pelos policiais entrevistados. Mais de 60% informaram ter problemas nos ossos, pele e músculos e problemas de visão, audição e fala. Observou-se índice considerável de obesidade entre os policiais. Cerca de 33% relataram ter colesterol alto, 37,1% afirmaram ter problemas digestivos e 37,9%, no sistema nervoso (PINTO, FIGUEIREDO & SOUZA, 2013; MINAYO, ASSIS & OLIVEIRA, 2011).

Um número tão significativo de trabalhadores sofrendo, em conjunto, um alto nível de estresse, indica a necessidade de medidas antiestresse, para oferecer a essa população alívio do estresse excessivo que está encontrando em seu ambiente de trabalho, evitando assim, a presença da fase mais grave, que é a de exaustão, a qual tem menor chance de reversibilidade e na qual as patologias se desenvolvem.

Em relação ao sexo, policiais militares do sexo feminino apresentam nível de mais elevado, assim como referem mais sintomas psicológicos do que os físicos. Elas também

relatam considerar que a estabilidade no emprego e não o prazer advindo do trabalho compensa o estresse vivenciado em decorrência dele (BEZERRA, MINAYO, & CONSTANTINO, 2013).

Lima, Blank e Menegon (2015), ao investigar os diagnósticos de Afastamento para Licença para Tratamento de Saúde (LTS) de Policiais Militares, verificaram a prevalência de Transtorno Mental e Comportamental (TMC) em 24% da população e destes, a categoria definida como Oficial, apresentou mais chance de ter Transtorno Mental e Comportamental. Os Oficiais responsáveis pelas atividades de comando descrevem um estresse frequente e constante devido à pressão dos altos escalões responsáveis pela Segurança Pública, pela responsabilidade de planejamento das ações e dos subordinados envolvidos nas operações, pelos excessos que a mídia comete e, em consequência, o não reconhecimento pela sociedade do serviço prestado.

Lesões por arma de fogo, traumas e hipertensão são adoecimentos inerentes à profissão. O alto nível de tensão no trabalho que gera hipertensão atinge também grandes contingentes dos policiais civis, embora em menores proporções (MINAYO, ASSIS & OLIVEIRA, 2011). Como consequência do estresse cotidiano, o policial pode desenvolver a Síndrome de Burnout. Tal síndrome é provocada pelo esgotamento físico e mental acarretada pelas adversidades da vida laboral. Durante o trabalho policial fatores evidenciados por pressões, tensões e exigências da instituição em que a intensidade dessas expressões tem relação com a exaustão emocional, podem ser desencadeadores da Síndrome de Burnout (ALVES, BENDASSOLLI & GONDIM, 2017 *apud* CUNHA, 2018).

Um dos sintomas que pode ser observado em profissionais com a Síndrome de Burnout é o esgotamento, percebido através de atitudes anormais como: agressividade, isolamento, alterações de humor, ansiedade, tristeza, baixa autoestima, irritabilidade, dificuldade de concentração e esquecimentos. De acordo com Lima, Blank e Menegon (2015), mais de 80% dos policiais estão com Burnout, quer seja na fase inicial quer seja instalada.

No estudo realizado por Oliveira e Santos (2010), 29,2% dos policiais já pensaram em pedir afastamento do trabalho e 20,8% da amostra já pensaram em se suicidar. De acordo com a Ouvidoria da Polícia do Estado de São Paulo (2019), entre 2017 e 2018, houve 78 suicídios nas polícias de São Paulo. Na Polícia Civil e Técnico Científica, 22 (17 de policiais da ativa) e na Polícia Militar, 56 (36 policiais da ativa). O uso da arma de fogo é uma das principais características do suicídio policial, já que é um instrumento de uso permanente do profissional, se tornando o meio mais acessível.

A prevalência de transtorno mental em policiais civis e militares também é destacada em trabalhadores com quinze anos de serviço (CASTRO & CRUZ, 2015; LIMA, BLANK, & MENEGON, 2015), com a idade variando entre 25 e 41 anos (DANTAS *et al.*, 2010). Resultado confirmado pelo estudo de Minayo, Assis e Oliveira (2011), o qual indica que, com o tempo de trabalho, o policial acumula os efeitos do estresse laboral e apresenta quadros de inadequação de comportamento, alcoolismo, agressividade, maior exposição a acidentes, ansiedade, insônia, explosões emocionais e dores crônicas. Pode-se, assim, pensar que a exposição ao trabalho incide negativamente na saúde mental dos policiais. Com base nesse resultado, pode-se inferir também que sujeitos mais velhos e conseqüentemente mais experientes, com os maiores tempos de serviço, podem ter um repertório mais variado para enfrentamento de agentes estressores, sendo assim, menos susceptíveis ao estresse (DANTAS *et al.*, 2010).

### **Atividade laboral e relações interpessoais**

Em função da profissão que possui, a qual lida diretamente com prevenção e contenção de violências, os policiais desenvolvem alguns comportamentos característicos: desconfiança nas relações sociais, busca de ambientes mais seguros para circular, rede de amigos restritas, muitas vezes, aos colegas de profissão (MINAYO, ASSIS & OLIVEIRA, 2011). Esses comportamentos tendem a se agravar com o tempo e interferir nas suas relações familiares, por

o mesmo se isolar, não conversar sobre assuntos de trabalho com a família e separar a vida profissional e familiar (CASTRO & CRUZ, 2015; DERENUSSON E JABLONSKI, 2010).

Estudos que investigaram a percepção do policial sobre a relação entre estresse e interações interpessoais e a interferência nos relacionamentos, apontaram que os sujeitos que relatam sintomas psicológicos de estresse em maior intensidade e há mais tempo apresentam mais frequentemente, em suas interações interpessoais, características de desconfiança, frieza afetiva e inibição, e padrões de interação interpessoal baseados em características de hostilidade, suscitando assim, eventos sociais desagradáveis e prejudicando a qualidade das relações interpessoais, o que também constitui importante fator gerador de mais estresse. (COUTO, VANDENBERGHE & BRITO, 2012; COUTO *et al.*, 2012).

Sobre os efeitos do estresse ocupacional no relacionamento familiar, algumas mulheres policiais relatam que não conseguem se desligar dos problemas do serviço quando chegam em casa, dessa forma acabam se isolando dos assuntos familiares. Também elas se preocupam com a segurança da família e a família com a delas. (BEZERRA, MINAYO & CONSTANTINO, 2013).

Em função da exposição à momentos de tensão, espera-se dos policiais cautela nas ações realizadas – o que pode não acontecer quando esse profissional vivencia momentos de *estresse profundo*. As condições de estresse às quais o policial é submetido no exercício de sua profissão podem interferir em suas respostas às demandas laborais (SOUZA *et al.*, 2007 *apud* COUTO, VANDENBERGHE & BRITO, 2012). Os excessos no uso da força, que culminam na violência policial, são decorrência da incapacidade do policial em gerir os eventos estressores com suficiente nível de segurança, o que depende fundamentalmente da sua saúde mental (ANDRADE & SOUZA, 2010). O cansaço físico e a falta de equilíbrio emocional podem levar o policial a assumir atitudes irracionais durante crises e situações caóticas (OLIVEIRA & SANTOS, 2010).

Ao explorar a percepção de policiais militares da força tática e de rua do Estado de São Paulo, Oliveira e Santos (2010), verificaram que 88,3%, dos policiais sempre ou às vezes, se sentiam emocionalmente cansados após o dia de trabalho; 62,5% afirmaram que às vezes se percebiam agressivos no trabalho; 75% já se perceberam impulsivos nas decisões e que uma parte dos participantes (41,7%) relatou já ter agido impulsivamente em alguma ocorrência. Nesse sentido, tais níveis de estresse precisam ser reduzidos para que não ocorra decréscimo na eficácia do desempenho do exercício profissional e aumento no índice de acidentes e erros, os quais no exercício da profissão policial pode ser fatal para eles e para a população em geral. Além de que, a queda na capacidade de produzir interações satisfatórias, tanto na dimensão pessoal quanto na profissional, possui estreitas relações com a qualidade de vida e a saúde dos indivíduos.

### **Estratégias e ações de prevenção do adoecimento e promoção de saúde**

De acordo com Andrade e Souza (2010), as forças de segurança pública pouco valorizam a subjetividade dos seus agentes nas propostas políticas e gerenciais, se apoiando em tecnologias de ação e no corporativismo organizacional. Sofrem estresse e pressão da sociedade, que lhes atribui a tarefa de protegê-la da criminalidade e garantir a segurança dos cidadãos e do seu patrimônio. As condições de trabalho insalubres imputam-lhes um grau de sofrimento que, segundo a Psicodinâmica do Trabalho, pode lhes causar ruptura do equilíbrio psíquico.

Estudos realizados com policiais (civis e militares), afastados do trabalho por transtornos mentais, propõem programas institucionais de prevenção da saúde mental no trabalho (CASTRO & CRUZ, 2015; LIMA, BLANK, & MENEGON, 2015). Ambos fornecem

subsídios para que as instituições policiais desenvolvam estratégias de controle e prevenção diminuindo os índices de absenteísmo-doença.

Considerando que a satisfação no trabalho é atualmente tida como variável determinante do sucesso e da sensação de bem-estar do ser humano, medidas ocupacionais necessitam serem tomadas para que as condições de trabalho desses policiais sejam aliviadas e que não só tenham orgulho do trabalho que desempenham, mas que também sintam que suas condições de trabalho são justas e adequadas (LIPP, COSTA e NUNES, 2017).

Na pesquisa-ação realizada com policiais civis do Rio de Janeiro-RJ, Andrade e Souza (2010), observaram que os policiais só podem cumprir efetivamente seu papel de agentes de segurança com a melhora da sua autoestima. Esta se encontra negativamente afetada pela pouca valorização da sua subjetividade pela corporação, pela visão negativa que a sociedade tem deles e pela consciência que têm dessa situação. De acordo com os autores, a intervenção realizada, denominada *sensibilização vivencial*, a qual ocorreu através de oficinas e dinâmicas de grupo, teve efeitos positivos. Boa parte dos policiais participantes considerou o projeto relevante. As contribuições mais mencionadas por eles foram: aprender a lidar com as adversidades; a integração da equipe; a possibilidade de reflexão sobre a qualidade de vida no âmbito pessoal e profissional; e a minimização do estresse. Uma constatação relevante é que a pesquisa proporcionou a criação de um espaço de escuta e trocas de experiências entre os participantes.

Investimento em espaços de trabalho (seja no âmbito individual ou coletivo) de acompanhamento psicológico dos policiais militares refere-se em ações cada vez mais necessárias no âmbito das corporações militares (BABOLIM, BECKER & GUISSO, 2019; DANTAS *et al.*, 2010; OLIVEIRA & SANTOS, 2010). Cabe ao psicólogo, inserido em tal contexto, desenvolver ações pautadas na preservação da identidade pessoal, melhoramento das relações interpessoais e do estresse, bem como no auxílio da manutenção do equilíbrio emocional dos militares (CASTRO, & CRUZ, 2015). Minayo *et al.* (2011) defendem, um acompanhamento psicológico específico para os policiais civis, principalmente para os que atuam em atividades operacionais, que vivenciam mais situações de risco e tem mais chances de vivenciar eventos traumáticos.

Estudos que tem como objetivo medir níveis de estresse em policiais se detém em recomendar intervenções que favoreçam o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento ou outras medidas de prevenção e tratamento, sendo a atividade física a sugestão usualmente apresentada. Atividades físicas, de lazer e culturais, a convivência com familiares e amigos, assim como a assistência médico-psicológica permanentes, são consideradas estratégias relevantes a saúde mental e elaboração de atitudes preventivas aos potenciais riscos da profissão (CASTRO & CRUZ, 2015; DANTAS *et al.*, 2010; BEZERRA, MINAYO & CONSTANTINO, 2013; SOUZA *et al.* 2012).

Pesquisas, como estas, indicam caminhos para atender as demandas de como conduzir o estresse entre esses profissionais. Apontando indicativos de medidas de promoção da saúde, no sentido de auxiliar no controle adequado ao estresse visando melhorar a qualidade de vida dos profissionais, evitando sofrimento desnecessário, que conseqüentemente irá refletir na segurança da população. Além de providenciar mecanismos para interromper o ciclo do estresse e evitar a suscetibilidade dos policiais às doenças (COUTO *et al.*, 2012). Parece emergente, pois, a necessidade de tirar o foco do sofrimento individual dos policiais e concentrar as atenções no âmbito coletivo, criando estratégias de reestruturação e reorganização das instituições policiais, com vistas a saúde mental de seus profissionais (ANCHIETA *et al.*, 2011; FERREIRA, BONFIM & AUGUSTO, 2012; VALE *et al.* 2015).



## 6 CONCLUSÃO

Esta pesquisa se propôs, a partir de uma revisão sistemática da literatura científica nacional, analisar o impacto da atividade profissional na saúde mental de policiais e as ações adotadas pelos órgãos de gestão da Polícia para minimizar os possíveis impactos, buscando caracterizar a atividade profissional da Polícia, identificar os agentes estressores, os quais estão expostos e as enfermidades físicas e psicológicas decorrentes do cotidiano de trabalho.

A análise de 23 artigos apontou que a maioria dos estudos revela que o exercício da profissão policial causa um impacto negativo na saúde mental do profissional e geralmente contribui para o desenvolvimento de patologias físicas e mentais, considerando os estressores inerentes às experiências cotidianas da profissão.

O profissional da Polícia está exposto a riscos de vitimização por lidar constantemente com a criminalidade e casos de violência, em seu fazer profissional. No entanto, o observado é que esses fatores são menos relevantes, segundo a percepção dos próprios policiais, os quais apontam a organização e a condição de trabalho como agentes mais estressores. A hierarquia rígida, a qual, muitas vezes, dificulta o relacionamento interpessoal dentro da Instituição, a carga intensa de trabalho, assim como a baixa remuneração, falta de equipamento adequado e de boa qualidade para desempenhar as funções diárias, o aumento desenfreado da criminalidade, as falhas da justiça, a falta de reconhecimento e apoio por parte da própria Instituição e da sociedade, que geram o sentimento de desvalorização profissional. Condições de trabalho que provocam estresse e sofrimento psíquico, e que, quando ocorre constantemente e não é cuidado, acarretam sobrecarga física e emocional, culminando em desenvolvimento de sintomas e adoecimentos físicos e psicológicos.

Entre os sintomas físicos mais frequentes, verifica-se as sensações de desgaste físico constante, cansaço mental, problemas com a memória, tensão muscular e insônia, além de hipertensão, lesões por arma de fogo e traumas. Já os sintomas psicológicos foram, irritabilidade excessiva, perda do senso de humor e angústia/ansiedade diárias. Com o tempo de trabalho, o policial acumula os efeitos do estresse laboral e apresenta quadros de inadequação de comportamento, alcoolismo, agressividade, maior exposição a acidentes, ansiedade, insônia, explosões emocionais e dores crônicas. O policial também pode desenvolver a Síndrome de Burnout, síndrome provocada pelo esgotamento físico e mental acarretada pelas adversidades da vida laboral. E nos casos de ineficácia das estratégias de enfrentamento e conseqüente agravamento, observa-se a ocorrência de ideações e comportamento suicidas.

Os estudos mostraram também, que as relações interpessoais são afetadas, na medida em que o policial muda os seus comportamentos para se proteger dos riscos que os afligem, além da dificuldade de compartilhar os seus sofrimentos com os familiares e pessoas mais próximas, tornando-se distante e por vezes, inacessível, o que compromete o recebimento de ajuda. Em relação ao sexo, policiais militares do sexo feminino apresentam nível de estresse mais elevado, assim como os profissionais com mais tempo de serviço, em comparado aos iniciantes, confirmando o impacto da atividade profissional, através da ação dos estressores ocupacionais.

Constatou-se que, na maioria das instituições policiais, não há nenhum tipo de rede de apoio para esses profissionais, suscitando a reflexão de que é preciso elaborar estratégias institucionais que previnam os maiores desgastes que advém com o tempo de serviço. É importante que mudanças organizacionais sejam implantadas com o objetivo de se ter um corpo policial capaz de desenvolver suas competências por meio do apoio e do reconhecimento de seu valor por seus superiores.

Nesse sentido, se faz necessária a reflexão, por parte dos órgãos gestores da Polícia, quanto a mudança de perspectiva institucional em termos de melhorar a qualidade das relações entre profissionais e, principalmente, a melhoria das condições de trabalho, com a elaboração

de estratégias e políticas que previnam desgastes decorrentes das atividades laborais e promovam a saúde desses profissionais, através da criação de espaços de escuta e trocas de experiências e investimento em espaços de acompanhamento psicológico, no sentido de auxiliar no controle adequado ao estresse visando melhorar a qualidade de vida dos profissionais, tornando o ambiente de trabalho humanizado.

A produção científica acerca do profissional da Polícia vem aumentando, no entanto, ainda é necessário expandí-la, considerando as diferentes classes profissionais da Segurança Pública e as diferenças regionais. Percebe-se a forte presença de estudos apenas sobre a Polícia Militar e principalmente com os profissionais da Região Sudeste do país. Ressalta-se ainda a importância da realização de pesquisas que possam respaldar ações transformadoras, o que redundará em favor da corporação, do próprio policial, mas, sobretudo, da sociedade que precisa contar com a efetividade de seus serviços.

## REFERÊNCIAS

ANCHIETA, V. C. C. et al. Trabalho e riscos de adoecimento: um estudo entre policiais civis. **Psic.: Teor. e Pesq.**, Brasília, v. 27, n. 2, p. 199-208, jun. 2011. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S010237722011000200007&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010237722011000200007&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 07 out. 2020. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722011000200007>.

ANDRADE, E. R. de; SOUZA, E. R. de. Autoestima como expressão de saúde mental e dispositivo de mudanças na cultura organizacional da polícia. **Psicol. clin.**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 2, p. 179-195, 2010. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S010356652010000200012&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010356652010000200012&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 28 abr. 2020. <https://doi.org/10.1590/S0103-56652010000200012>.

BABOLIM, D. A.; BECKER, A. P. S.; GUISSO, L. Produção de sentidos e fazeres sobre o trabalho de policiais militares catarinenses: um relato de experiência. **Bol. - Acad. Paul. Psicol.**, São Paulo, v. 39, n. 96, p. 69-80, jun. 2019. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415711X2019000100008&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415711X2019000100008&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em Acesso em: 24 abr. 2020.

BEZERRA, C. de M.; MINAYO, M. C. de S.; CONSTANTINO, P. Estresse ocupacional em mulheres policiais. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 3, p. 657-666, mar. 2013. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S141381232013000300011&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141381232013000300011&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 29 abr. 2020. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232013000300011>.

CALANZAS, M. E. de. Resenha. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 26, n. 1, p. 206-211, jan. 2010.

CASTRO, M. C. d'A. de; CRUZ, R. M. Prevalência de Transtornos Mentais e Percepção de Suporte Familiar em Policiais Civis. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília, v. 35, n. 2, p. 271-289, jun. 2015. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S141498932015000200271&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141498932015000200271&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 28 abr. 2020. <https://doi.org/10.1590/1982-370300702013>.

COSTA, T. M. da; AMARAL, E. de P. O. **Adoecimento psicológico: um risco silencioso enfrentado pelo policial militar**

COUTO, G., BRITO, E. de A. G., VASCONCELOS-SILVA, A., & LUCCHESI, R. Saúde mental do policial militar: Relações interpessoais e estresse no exercício profissional **Psicol. Argum.**, Curitiba, v. 30, n. 68, p. 185-194, jan./mar. 2012. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S180952672012000200005&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180952672012000200005&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 28 abr. 2020.

COUTO, G.; VANDENBERGHE, L.; BRITO, E. de A. G. Interações interpessoais e estresse entre policiais militares: um estudo correlacional. **Arq. bras. psicol.**, Rio de Janeiro, v. 64, n. 2, p. 47-63, ago. 2012. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S180952672012000200005&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180952672012000200005&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 28 abr. 2020.

CUNHA, A. O. **Impacto da atividade profissional militar na saúde mental de policiais.** [Trabalho de Conclusão de Curso]. Orientadora: Pro<sup>a</sup>. Ms. Edinilza da Silva Machado Medeiros. Enfermagem. Faculdade São Francisco de Barreiras. 2018. 43p.

DANTAS, M. A. et al. Avaliação de estresse em policiais militares. **Psicol. teor. prat.**, São Paulo, v. 12, n. 3, p. 66-77, mar. 2010. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S151636872010000300006&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S151636872010000300006&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 27 abr. 2020.

DEJOURS, C., ABDOUCHELI, E. & JAYET, C. Psicodinâmica do trabalho: contribuições da escola Dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho (BETIOL, M. I. S., Trad.). Atlas. 2015

DERENUSSON, F. C.; JABLONSKI, B. Sob fogo cruzado: o impacto do trabalho policial militar sobre a família do policial. **Aletheia**, Canoas, n. 32, p. 22-37, ago. 2010. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-03942010000200003&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942010000200003&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 28 abr. 2020.

FERREIRA, D. K. da S.; BONFIM, Cr.; AUGUSTO, L. G. da S. Condições de trabalho e morbidade referida de policiais militares, Recife-PE, Brasil. **Saude soc.**, São Paulo, v. 21, n. 4, p. 989-1000, Dec. 2012. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S010412902012000400016&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010412902012000400016&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 07 Out. 2020. <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-12902012000400016>.

FONTANA, R. T.; DE MATTOS, G. D. <b> Vivendo entre a segurança e o risco: implicações à saúde do policial militar. **Ciência, Cuidado e Saúde**, v. 15, n. 1, p. 77 - 84, 7 jun. 2016. Disponível em: <<http://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/view/20239/16982>>. Acesso em: 27 abr. 2020.

GUIMARAES, L. A. M.; LAUDELINO NETO, A.; MASSUDA JUNIOR, J. Intervenção integrada em saúde mental do trabalhador em uma corporação policial de Campo Grande (MS). **Rev. bras. saúde ocup.**, São Paulo, v. 45, e8, 2020. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S030376572020000100203&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S030376572020000100203&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 07 out. 2020. <https://doi.org/10.1590/2317-6369000018618>.

LIMA, F. P. de; BLANK, V. L. G.; MENEGON, F. A. Prevalência de Transtorno Mental e Comportamental em Policiais Militares/SC, em Licença para Tratamento de Saúde. **Psicol.**

**cienc. prof.**, Brasília, v. 35, n. 3, p. 824-840, set. 2015. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S141498932015000300824&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141498932015000300824&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 28 abr. 2020. <https://doi.org/10.1590/1982-3703002242013>.

LIPP, M. E. N.; COSTA, K. R. da S. N.; NUNES, V. de O. Estresse, qualidade de vida e estressores ocupacionais de policiais: sintomas mais frequentes. **Rev. Psicol., Organ. Trab.**, Brasília, v. 17, n. 1, p. 46-53, mar. 2017. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S198466572017000100006&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S198466572017000100006&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 28 abr. 2020. <http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2017.1.12490>.

MACHADO, C. E.; TRAESEL, E. S. & MERLO, A. R. C. Profissionais da brigada militar: vivências do cotidiano e subjetividade. **Psicologia Argumento**, Santa Maria, v. 33, n. 81, p. 238-257, abr/ jun. 2015. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.7213/psicol.argum.33.081.AO02>

MINAYO, M. C. de S. Valorização profissional sob a perspectiva dos policiais do Estado do Rio de Janeiro. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 3, p. 611-620, mar. 2013. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S141381232013000300007&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141381232013000300007&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 27 abr. 2020. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232013000300007>.

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). **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 4, p. 2199-2209, abr. 2011. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232011000400019&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232011000400019&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 29 abr. 2020. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232011000400019>.

MIRANDA, D. (Org.). **Por que Policiais se Matam? Diagnóstico e prevenção do comportamento suicida na polícia militar do Estado do Rio de Janeiro**. Rio de Janeiro: Mórula Editorial, 2016. Disponível em: <http://gepesp.org/wp-content/uploads/2016/03/POR-QUE-POLICIAIS-SE-MATAM.pdf> Acesso em: 24 abr. 2020.

NASCIMENTO NETO, L. I. do et al. Efeito do esforço físico no desempenho de tiro de Policiais Militares do Batalhão de Choque. **Rev Bras Med Esporte**, São Paulo, v. 23, n. 2, p. 109-113, abr. 2017. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S151786922017000200109&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S151786922017000200109&lng=en&nrm=iso)> Acesso em: 07 out. 2020. <https://doi.org/10.1590/1517-869220172302159086>.

OLIVEIRA, K. L. de; SANTOS, L. M. dos. Percepção da saúde mental em policiais militares da força tática e de rua. **Sociologias**, Porto Alegre, v. 12, n. 25, p. 224-250, dez. 2010. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S151745222010000300009&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S151745222010000300009&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 29 abr. 2020. <http://dx.doi.org/10.1590/S1517-45222010000300009>.

OUVIDORIA DA POLÍCIA DO ESTADO DE SÃO PAULO. **Uma análise crítica sobre o Suicídio Policial**. São Paulo-SP, set 2019. Disponível em: <<http://www.ssp.sp.gov.br/ouvidoria/>>

PELEGRINI, A. et al. Percepção das condições de trabalho e estresse ocupacional em policiais civis e militares de unidades de operações especiais. **Cad. Bras. Ter. Ocup.**, São Carlos, v.

26, n. 2, p. 423-430, abr. 2018. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S252689102018000200423&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S252689102018000200423&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 29 abr. 2020. <http://dx.doi.org/10.4322/2526-8910.ctoao1160>.

PINTO, L. W.; FIGUEIREDO, A. E. B.; SOUZA, E. R. de. Sofrimento psíquico em policiais civis do Estado do Rio de Janeiro. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 3, p. 633-644, mar. 2013. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S141381232013000300009&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141381232013000300009&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 29 abr. 2020. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232013000300009>.

RIGOTTI, E. H.; FERRARI, M. Assédio Moral no meio militar. **Revista Curso de Direito da Faculdade da Serra Gaúcha – FSG**, v. 1, n. 14, p. 33-56, jul-dez. 2013. Disponível em: <http://ojs.fsg.br/index.php/direito/article/viewFile/1295/1149> acesso em: 27 abr. 2020.

SANTANA; Â. M. et al. Occupational stress, working condition and nutritional status of military police officers. **Work**, v. 41, p. 2908-2914, 2012.

SOARES, D. H. P.; LUNA, I. N.; LIMA, M. B. de F. A arte de aposentar-se: Programa de preparação para a aposentadoria com policiais federais. **Estudos Interdisciplinares do Envelhecimento**, Porto Alegre, v. 15, n. 2, p. 293-313, 2010. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S141303942014000200016&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141303942014000200016&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 07 out. 2020.

SOUZA, E. R. de et al. Fatores associados ao sofrimento psíquico de policiais militares da cidade do Rio de Janeiro, Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 28, n. 7, p. 1297-1311, jul 2012. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102311X2012000700008&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102311X2012000700008&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 29 abr. 2020. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2012000700008>.

TAVARES, J. P. et al. Relação entre as dimensões do estresse psicossocial e o cortisol salivar em policiais militares. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 25, e2873, 2017. Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-11692017000100329&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692017000100329&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 28 abr. 2020. <http://dx.doi.org/10.1590/1518-8345.1199.2873>.

VALE, S. F do.; MACIEL, R. H.; NASCIMENTO do, A. P. T.; VASCONCELOS, J. W. O.; PIMENTEL, F. H. P. Análise de diagnósticos associados às licenças médicas de servidores públicos do Ceará. **Revista de Psicologia**, v. 6, n. 1, p. 68-81, 21 jul. 2015.

WINTER, L. E.; ALF, Alexandra Machado. A profissão do policial militar: vivências de prazer e sofrimento no trabalho. **Rev. Psicol., Organ. Trab.**, Brasília, v. 19, n. 3, p. 671-678, set. 2019. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1984-66572019000300005&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572019000300005&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 26 abr. 2020. <http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2019.3.13214>.

## AGRADECIMENTOS

Ao meu Deus, Àquele que me permitiu chegar até aqui e que me deu o dom da vida e renova dia-a-dia o meu desejo de desfrutá-la.

Aos meus pais, que lutaram incansavelmente para que, eu e meus irmãos, tivéssemos uma boa educação e pudéssemos desenvolver uma personalidade pautada no respeito ao próximo e no comportamento altruísta.

Aos meus irmãos pelo companheirismo, o qual mesmo a ausência física de muitos momentos, não permitiu ser invalidado.

À Josevânia Silva, coordenadora e professora do curso de Especialização, por ser sempre exemplo de competência, eficiência e disponibilidade, com quem pude contar em vários momentos, durante todo o período do curso.

Aos professores e funcionários da UEPB, que caminharam conosco durante inúmeros sábados, pela presteza e atendimento quando nos foi necessário.

Aos colegas de classe pelos momentos de amizade e apoio.

À minha orientadora Dra. Sibelle Barros, pela amizade e contribuições para realização deste trabalho.

À Dra. Jailma Souto e Ms. Luann Glauber, pela amizade e disponibilidade para participar da minha banca examinadora, aceitando a solicitação, mesmo com o prazo tão limitado.

Àqueles que de forma direta ou indireta contribuíram para a construção dessa mais nova especialista em Saúde Mental, seja com palavras, gestos ou presenças, mas em especial a Givamberto Farias, o qual despertou em mim a preocupação com a classe profissional policial e foi minha fonte inspiradora para desenvolver esse estudo, além de nunca desistir de me barrar, quando o desejo de desistir era o que me impulsionava.