



CENTRO UNIVERSITÁRIO CHRISTUS

CAMPUS PARQUE ECOLÓGICO

CURSO DE PSICOLOGIA

LIVIA ANA DE SÁ GOMES

**O IMPACTO DO ESTRESSE OCUPACIONAL E O TRABALHO COMO POLICIAL
NO BRASIL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA**

FORTALEZA

2023

LIVIA ANA DE SÁ GOMES

**O IMPACTO DO ESTRESSE OCUPACIONAL E O TRABALHO COMO POLICIAL
NO BRASIL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado ao curso de Psicologia do Centro Universitário Christus como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharelado em Psicologia.

Orientação: Prof^a. Dr^a. Lorrana Calíope Castelo Branco Mourão.

FORTALEZA

2023

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação
Centro Universitário Christus - Unichristus

Gerada automaticamente pelo Sistema de Elaboração de Ficha Catalográfica do
Centro Universitário Christus - Unichristus, com dados fornecidos pelo(a) autor(a)

G633i Gomes, Livia Ana de Sá.
 O impacto do estresse ocupacional e o trabalho como policial
 no Brasil: uma revisão integrativa de literatura / Livia Ana de Sá
 Gomes. - 2023.
 33 f. : il. color.

 Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro
 Universitário Christus - Unichristus, Curso de Psicologia,
 Fortaleza, 2023.
 Orientação: Profa. Dra. Lorrana Calíope Castelo Branco
 Mourão.

 1. Estresse ocupacional. 2. Trabalho. 3. Policial. 4.
 Esgotamento. 5. Revisão integrativa. I. Título.

CDD 150

LIVIA ANA DE SÁ GOMES

**O IMPACTO DO ESTRESSE OCUPACIONAL E O TRABALHO COMO POLICIAL
NO BRASIL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC)
apresentado ao curso de Psicologia do
Centro Universitário Christus como requisito
parcial para a obtenção do título de
Bacharelado em Psicologia.

Orientação: Prof^a. Dr^a. Lorrana Calíope
Castelo Branco Mourão.

Aprovada em ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. Ma. Bárbara Castelo Branco Monte
Colégio Art. / AOCA- Articulação de Apoio à Orfandade a Criança e ao Adolescente.
Pesquisadora de temas relacionados às Políticas Públicas

Prof^a. Dr^a. Carla Renata Braga de Souza
Centro Universitário Christus (UNICHRISTUS)

Prof^a. Dr^a. Lorrana Calíope Castelo Branco Mourão
Centro Universitário Christus (UNICHRISTUS)

AGRADECIMENTOS

À minha mãe por sempre ter acreditado na educação como valor fundamental na vida.

Aos meus professores por todo o conhecimento adquirido ao longo destes anos. Em especial, ao Prof. Dr. Carlos Eduardo de Souza Menezes, orientador da monitoria de Psicofarmacologia e incentivador do estudo das Neurociências, e a Prof.^a Dr.^a. Darla Moreira Carneiro Leite, supervisora de estágio no Hospital de Messejana Dr. Carlos Alberto Studart Gomes, por meio de quem eu conheci a Psicologia Hospitalar e a atuação na saúde pública.

À minha orientadora Prof.^a. Dr.^a. Lorrana Calíope Castelo Branco Mourão por toda a atenção, competência, paciência e flexibilidade.

À minha banca avaliadora, a Prof.^a. Dr.^a. Carla Renata Braga de Souza e a Prof.^a. Ma. Bárbara Castelo Branco Monte pelas contribuições para o meu trabalho.

A todos os campos de atuação que pude conhecer enquanto estudante e que enriqueceram a minha formação, em especial: o Hospital de Messejana Dr. Carlos Alberto Studart Gomes, o Conselho Regional de Psicologia da 11^o Região, ao Centro de Atenção Psicossocial Álcool e Drogas Dr. José Glauco Bezerra Lobo, a Secretaria dos Direitos Humanos e Desenvolvimento Social e ao Núcleo de Telessaúde (NUTES).

Aos amigos da graduação que me auxiliaram durante todo o percurso acadêmico. Em especial, a minha grande amiga Nádia Monteiro.

Aos meus amigos da vida Alessandra Fragoso, Amanda Maria, Anne Elouyze, Mateus Freire e Thaynara da Rocha por todo o apoio.

E, por fim, agradeço a cada paciente com quem tive a oportunidade de aprender.

SUMÁRIO

| | |
|--|----|
| 1 INTRODUÇÃO | 9 |
| 2 MÉTODO | 12 |
| 3 RESULTADOS | 15 |
| 4 DISCUSSÃO | 24 |
| 4.1 Fatores de risco para a ocorrência do estresse ocupacional..... | 25 |
| 4.2 Impacto do estresse ocupacional na carreira, vida e saúde do policial | 26 |
| 4.3 Fatores de proteção contra o estresse ocupacional | 27 |
| 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS..... | 28 |
| REFERÊNCIAS..... | 30 |

RESUMO

O trabalho policial pode ser caracterizado como muito desgastante, tanto do ponto de vista físico, como mental, pela constante exposição ao perigo e aos riscos iminentes. Em decorrência disso, essa categoria apresenta taxas elevadas de estresse ocupacional, afastamento do trabalho, suicídio e aposentadoria precoce. Os objetivos da pesquisa foram analisar de que forma o estresse, no ambiente de trabalho, impacta a saúde laboral desses profissionais e identificar os fatores de risco e de proteção psicossociais do trabalho como policial para a saúde laboral. O método do trabalho se deu a partir de uma pesquisa bibliográfica, realizada por meio de uma Revisão Integrativa de Literatura, com abordagem qualitativa e que teve como objetivo a exploração e o levantamento de informações. Análise dos dados ocorreu por meio da Análise de Conteúdo de Bardin com o programa de análise de dados qualitativos NVIVO. Foram selecionados, inicialmente, cento e quatorze estudos considerando o período de 2012 a 2022 e, após filtragem, foram revisados dezesseis artigos em português e em inglês. Destacou-se a importância de melhorias nas condições de trabalho e na saúde mental dos policiais, incluindo ações institucionais para preservação, e reconhecimento dos trabalhadores, bem como assistência psicológica e médica adequada. Além disso, outro ponto-chave é a necessidade de elaboração de políticas públicas específicas voltadas para saúde dos policiais. O maior cuidado com a saúde física e mental destes trabalhadores tem reflexo direto na forma como o seu trabalho é prestado à população.

Palavras-chave: Estresse Ocupacional. Trabalho. Policial. Esgotamento. Revisão Integrativa.

ABSTRACT

Police work can be characterized as very exhausting, both physically and mentally, due to constant exposure to danger and imminent risks. As a result, this category presents high rates of occupational stress, absence from work, suicide, and early retirement. The objectives of this research were to analyze how stress in the work environment impacts the occupational health of these professionals and to identify the psychosocial risk and protection factors as a policeman for occupational health. The method of the work was based on a bibliographic research, carried out by means of an Integrative Literature Review, with a qualitative approach that aimed at exploring and collecting information. Data analysis was performed by means of Bardin's Content Analysis using the NVIVO qualitative data analysis program. One hundred and fourteen studies were initially selected considering the period from 2012 to 2022 and, after filtering, sixteen articles in Portuguese and English were reviewed. The importance of improvements in working conditions and mental health of police officers was highlighted, including institutional actions for preservation, and recognition of workers, as well as adequate psychological and medical assistance. In addition, another key point is the need for the elaboration of specific public policies aimed at the health of policemen. The greater care taken with the physical and mental health of these workers has a direct reflection on the way their work is provided to the population.

Keywords: Occupational Stress. Work. Police Officer. Burnout. Integrative Review.

1 INTRODUÇÃO

O trabalho é um componente de peso na constituição da identidade em nossa sociedade atual, influenciando na saúde física e mental, nas concepções de bem-estar subjetivo e no adoecimento psíquico. Funciona como importante elo de integração social, tanto pela dimensão de subsistência, quanto pela simbólica, essencial na constituição das pessoas. Contudo, quando ocorre a exposição crônica ao estresse laboral aumenta o risco para a exaustão emocional, que se caracteriza por sentimentos de esgotamento e falta de recursos emocionais, a despersonalização, que é uma resposta negativa e distanciada a outras pessoas, além da perda de idealismo e, por fim, uma realização pessoal diminuída, definida por um declínio nos sentimentos de competência e desempenho no trabalho (BRASIL, 2022).

Os fatores psicossociais no trabalho são uma junção de elementos do ambiente organizacional, as características pessoais do trabalhador, suas necessidades, cultura, experiências, estilo de vida e sua percepção de mundo. Estão entre os principais fatores psicossociais geradores de estresse no trabalho: os aspectos da organização, a gestão, o processo de trabalho e as relações humanas (REIS, FERNANDES E GOMES 2010).

Entre os diversos fatores de adoecimento e/ou sofrimento mental relacionado ao contexto laboral temos o estresse, em suas múltiplas definições. O conceito de estresse, originalmente da física, como o desgaste de materiais submetidos a excessos de peso, calor ou radiação, foi empregado pelo fisiologista austríaco Hans Selye, em 1936, para designar uma “Síndrome Geral de Adaptação”, constituída por três etapas: reação de alarme, fase de adaptação e fase de exaustão (JACQUES, 2003).

Pode-se compreender o estresse sobre suas duas perspectivas: eutress, quando gera uma resposta produtiva e benéfica do organismo a um estímulo, aumentando e melhorando o desempenho do sujeito. E o distress que é o aumento excessivo de desgaste de energia e ameaça da capacidade de uma pessoa se desenvolver em seu ambiente, o que pode gerar danos ao organismo. O tipo de resposta do sujeito ao evento estressor é resultado da combinação entre as características pessoais e as demandas do meio. Logo, a resposta ao estresse compreende aspectos cognitivos, comportamentais e fisiológicos. No primeiro nível, o cognitivo, a filtragem e processamento da informação e sua avaliação sobre as situações ou estímulos determina o modo - adaptativo ou desadaptativo - como o

sujeito irá responder diante da situação estressora e a forma como o mesmo será afetado pelo estresse. Já a nível comportamental, as possibilidades de resposta ao estresse dependem do repertório prévio de aprendizagem, os mais comuns são enfrentamentos (ataques), evitação (fuga), passividade (colapso). Por fim, no nível fisiológico, o estresse é uma resposta evolutiva de proteção, com ativação do Sistema Simpático frente à ameaça ao bem-estar (MARGIS, 2003).

A exaustão advinda do desequilíbrio da relação entre o ambiente de trabalho e o indivíduo e da percepção de que as demandas são maiores que os recursos disponíveis caracteriza o estresse ocupacional. Entre as suas causas, destaca-se o excesso tanto em quantidade como em qualidade de funções, tornando, assim, o ambiente laboral produtor de mal-estar, diminuindo a produtividade do trabalhador e a sua realização tanto pessoal quanto profissional (SANTOS, *et al.*, 2021).

Um estudo de Johnson e colaboradores (2005) mostra que, entre profissões mais estressantes, estão as de paramédicos, professores, assistentes sociais, atendentes de telemarketing, carcereiros e policiais.

O trabalho como policial pode ser caracterizado como muito desgastante, tanto do ponto de vista físico como mental, pela constante exposição ao perigo e aos riscos iminentes. Em decorrência disso, esta categoria profissional apresenta taxas elevadas de exaustão emocional. Cerca de 26% das aposentadorias por problemas de saúde entre policiais são causadas por distúrbios psicológicos (LATORRACA *et al.*, 2019).

Do ponto de vista do impacto econômico, a importância de se estudar a relação entre ambiente de trabalho como gerador de estresse e o sofrimento psíquico é que, no relatório, as doenças relacionadas ao trabalho são a terceira maior causa de afastamento laboral no país. Isso gera um déficit financeiro nas instituições responsáveis por auxílios-doença e aposentadoria, o que poderia ser evitado se a cultura das organizações tivesse um foco maior na prevenção e promoção em saúde mental e bem-estar de seus trabalhadores (BRASIL, 2017). Em se tratando, especificamente, de Policiais Militares (PM) no Ceará, entre 2015 e agosto de 2019, um total de 5.188 PMs foram afastados de suas funções devido às licenças médicas para tratamentos psiquiátricos (CAMPELO, 2019).

No Brasil, segundo o Anuário Brasileiro de Segurança Pública de 2022, a morte (notificadas) de policiais devido ao suicídio teve um crescimento de 55% de 2020 a 2022, passando de 65 a 101 casos. Neste período, dentro da Polícia Militar como um todo, ocorreu um aumento de 54% de suicídios (de cinquenta e dois para oitenta casos), já na Civil, 61,5% (de treze para vinte e um casos).

No Rio de Janeiro, um dos estados com maiores índices de violência e confrontos armados envolvendo policiais, entre janeiro de 2014 e junho de 2018, três policiais militares foram diagnosticados, por dia, com transtornos mentais. Entre janeiro e agosto de 2018, 2.500 policiais militares foram afastados por transtornos mentais, mais que o dobro dos 836 afastados em todo o ano de 2014 (MOREIRA e PICOLO, 2019). Neste mesmo estado, os suicídios de policiais cresceram 83,36% - com seis casos contabilizados em 2019, nove registros em 2020 e quinze em 2021 – números que serão muito maiores em razão da subnotificação de casos de suicídio pelas corporações policiais, descritos pela literatura em todo o mundo (ANUÁRIO BRASILEIRO DE SEGURANÇA PÚBLICA, 2022).

Pela questão social, é importante entender quais são os processos psicossociais e as estruturas institucionais que levam muitos policiais, essenciais para a segurança pública, ao adoecimento durante o cumprimento de suas atividades. Na Polícia Militar, por exemplo, a forma de organização do trabalho baseia-se nos princípios da hierarquia, do militarismo e da disciplina. A própria Corporação estabelece a divisão das tarefas e relações de trabalho que envolvem autoritarismo, antiguidade no cargo e subordinação. Essa forma de organização laboral é o elemento basilar na construção de sentidos do trabalho como possibilidade de expansão ou contração, como sofrimento ou crescimento (SILVA, 2015).

Pela perspectiva das motivações pessoais, o interesse de pesquisa surgiu a partir de dois anos de estágio extracurricular na área organizacional de que participei e que me suscitou o interesse pelas questões relacionadas ao trabalho e, como isso pode afetar, psicologicamente, o trabalhador. Além disso, a escolha do grupo de pesquisa ser especificamente com policiais ocorreu por acreditar que faltam políticas públicas de prevenção de saúde mental como programas de prevenção de estresse no trabalho o que, diminuiria os índices de transtornos mentais, afastamentos e absenteísmo e repercutiria diretamente em uma melhor prestação de serviço a sociedade em geral.

Assim, este estudo tem o seguinte problema de pesquisa: por que o estresse ocupacional é um dos mais elevado em policiais do que em trabalhadores no geral? O objetivo geral da pesquisa foi analisar de que forma o estresse no ambiente de trabalho impacta a saúde laboral de policiais brasileiros; e, como objetivos específicos, identificar os fatores de risco e também os de proteção para a ocorrência do estresse ocupacional entre policiais brasileiros.

2 MÉTODO

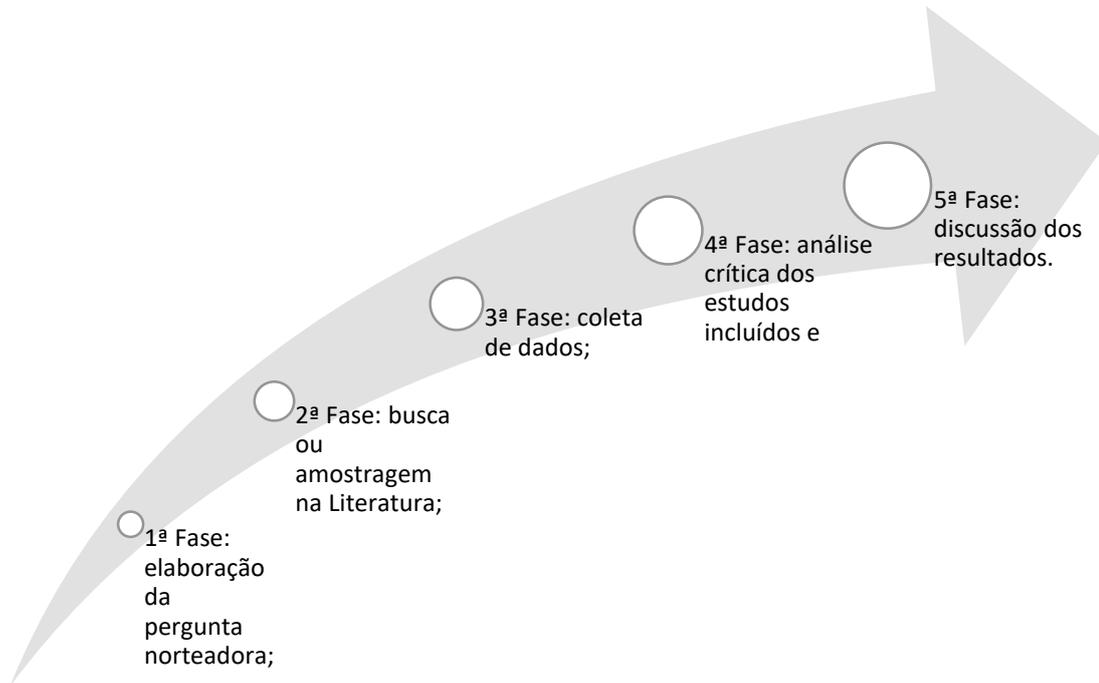
A pesquisa se caracteriza como do tipo bibliográfica, realizada por meio de uma Revisão Integrativa de Literatura. É um estudo com abordagem qualitativa, que teve como objetivo, a exploração e o levantamento de informações. A escolha da abordagem qualitativa para esta pesquisa permitiu uma compreensão mais aprofundada e contextualizada dos dados coletados, visto que o objetivo foi exploratório.

Para complementar, é importante destacar que a Revisão Integrativa de Literatura é uma abordagem metodológica que tem sido amplamente utilizada em diversas áreas do conhecimento, incluindo a saúde e as ciências sociais. Ela permite a síntese e a análise crítica de estudos existentes sobre um tema específico, possibilitando a identificação de lacunas no conhecimento, a consolidação de evidências e a proposição de novas pesquisas.

Por fim, a ênfase no levantamento de informações se justifica pelo fato de que o tema do impacto do estresse ocupacional no trabalho policial no Brasil é complexo e abrangente, englobando diversos fatores, como Revisão Integrativa, que é um método de pesquisa que busca integração entre os resultados de diversas fontes de evidências para responder a uma pergunta de pesquisa. Essas fontes de evidências podem incluir estudos com diferentes desenhos metodológicos, como ensaios clínicos randomizados, estudos observacionais, revisões sistemáticas e estudos qualitativos. A este método é uma abordagem que permite uma visão ampla e abrangente do conhecimento disponível sobre um determinado assunto, contribuindo para a síntese e a análise crítica das evidências científicas existentes. A importância da Revisão Integrativa na pesquisa dá-se pela sua capacidade de integrar diferentes tipos de evidências em uma única análise, fornecendo uma visão completa e robusta sobre determinado assunto. Além disso, a Revisão Integrativa permite a identificação de lacunas no conhecimento e a sugestão de áreas para futuras pesquisas. Com isso, a este tipo de estudo pode auxiliar no desenvolvimento de políticas públicas, na prática clínica e na tomada de decisão em saúde, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida e bem-estar da população. (BOTELHO *et al.*, 2011).

Este estudo foi norteado pelos seguintes passos descritos por Souza, Silva e Carvalho (2010):

Esquema 1: passos da pesquisa qualitativa.



Fonte: elaborado pela autora (2023)

Foram realizadas buscas na base de dado Portal Periódicos Capes no período de março de 2023. A escolha por esta base de dados deu-se por ela abranger, em sua plataforma, diversas outras bases de dados de relevância para a área da saúde, o que aumentou a abrangência da pesquisa. A busca ocorreu por meio da combinação dos seguintes descritores: Polícia e Estresse em português.

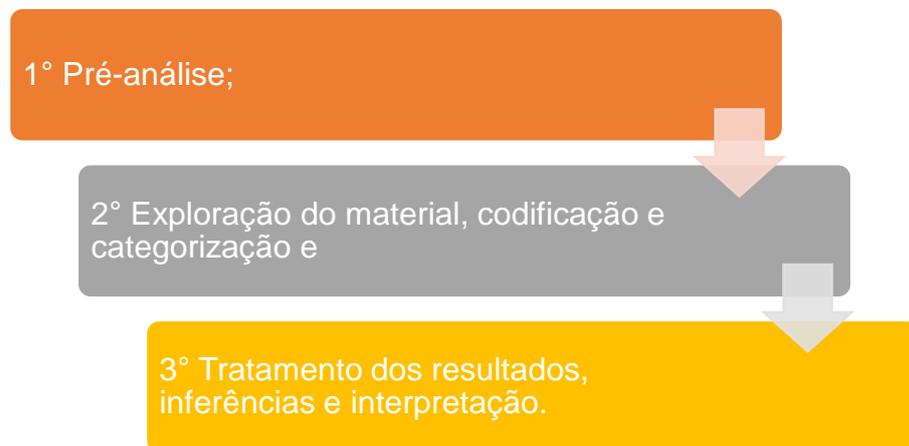
Os critérios de inclusão dos artigos foram estudos empíricos ou teóricos, que abordam o tema estresse ocupacional em policiais no contexto brasileiro; ter sido publicado entre 2012 e 2022 e estar disponível, para a leitura. Foram excluídos estudos como outras Revisões de Literatura, validações, dissertações, teses, capítulos de livros, consensos e suplementos ou comentários do editor.

Os dados obtidos estão apresentados mediante fluxograma PRISMA, os quais podem ser adaptados para Revisões Integrativas de Literatura. O fluxograma PRISMA é uma ferramenta utilizada para guiar a Revisão Sistemática de Literatura, que é uma metodologia de pesquisa que busca identificar, avaliar e sintetizar os resultados de estudos prévios sobre uma determinada questão de pesquisa. O PRISMA é um acrônimo para Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (Itens Preferenciais para Relatórios de Revisões Sistemáticas e Meta-análises, em português) e é composto por um conjunto de etapas sequenciais que devem ser seguidas para garantir a qualidade e a transparência da Revisão Sistemática. O fluxograma do PRISMA consiste em um diagrama que representa as etapas da Revisão Sistemática, desde a busca inicial até a inclusão final dos estudos na análise.

Ele é dividido em quatro partes principais: identificação, triagem, elegibilidade e inclusão. A primeira parte envolve a busca inicial na literatura; a segunda parte é a triagem dos artigos encontrados conforme os critérios pré-estabelecidos; a terceira parte é a avaliação da elegibilidade dos estudos selecionados, e a última parte é a inclusão dos estudos na análise. O uso do fluxograma PRISMA é importante porque ele ajuda a garantir a transparência e a replicabilidade da Revisão Sistemática, além de auxiliar os revisores a organizarem e documentarem todo o processo de seleção dos estudos e análise dos resultados. Ele, também, permite que outros pesquisadores possam entender, facilmente, o processo de seleção dos estudos e avaliar a qualidade da Revisão. (PRISMA, 2015).

Foram conduzidas três etapas realizadas para a seleção dos artigos, seguindo esta sequência: (1) avaliação dos títulos dos estudos; (2) análise dos resumos para verificar a temática e a população estudada; e (3) leitura completa dos textos. A análise dos dados coletados foi realizada por meio da técnica de Análise de Conteúdo de Bardin, que ocorre por meio de três fases:

Esquema 2: passos da análise de Bardin.



Fonte: adaptado de Sousa e Santos (2020).

A pré-análise é a fase inicial em que o pesquisador faz a organização do material que será utilizado no estudo. Já na Exploração do Material ocorre a codificação do conteúdo em trechos que se correlacionam com o problema de pesquisa e os objetivos geral e específico e, posteriormente, o agrupamento destes em categorias de análises de modo a comparar o corpus textual. Na última etapa ocorre a análise crítica, validação ou refutação de hipóteses iniciais e a interpretação dos resultados da pesquisa produzindo novos conhecimentos (SOUSA E SANTOS, 2020).

Nesta pesquisa, a codificação e posterior análise dos dados ocorreu com auxílio do software de análise de dados qualitativos NVIVO (QDA) desenvolvido pela

QSR International, como o objetivo de se aumentar o rigor metodológico e a transparência dos resultados da pesquisa. Ele foi projetado para auxiliar pesquisadores a gerenciar, organizar e analisar dados não estruturados ou qualitativos, como entrevistas, pesquisas, documentos, gravações de áudio e vídeo, dados de mídia social e muito mais. Além disso, o software, transforma dados qualitativo em dados mensuráveis e de fácil visualização e interpretação (BRINGER, JOHNSTON e BRACKENRIDGE, 2004).

Destaca-se que os primeiros quatorze dias de uso do software são gratuitos e após isso o pesquisador precisará adquirir uma licença paga caso ainda precise continuar a analisar mais dados por um período maior de tempo.

Figura 1:NVIVO.

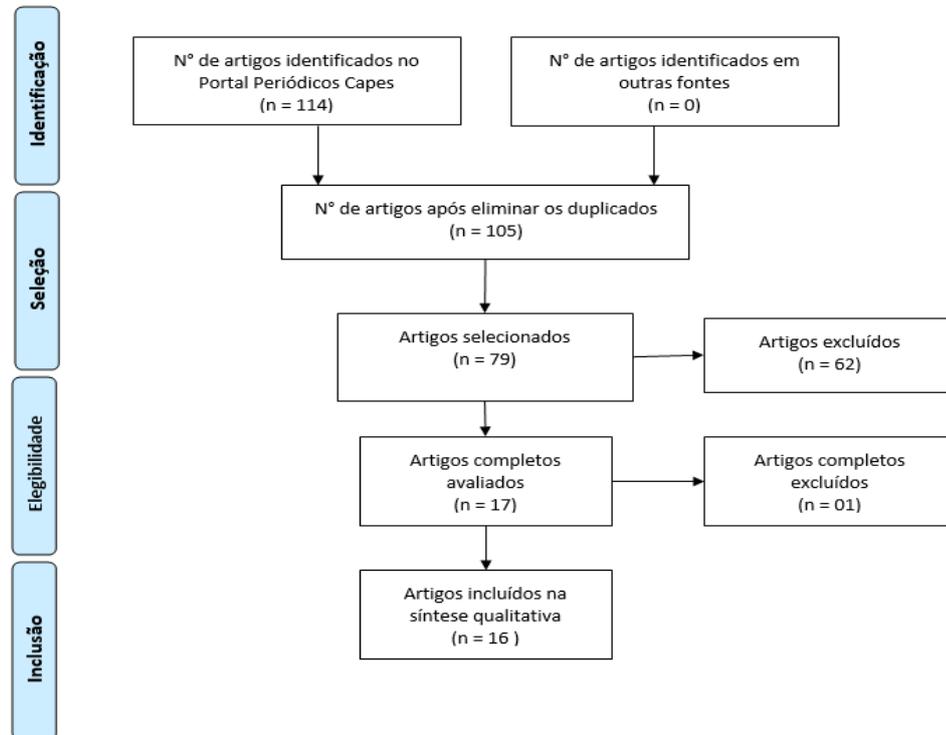


Fonte: Google Imagens (2023).

3 RESULTADOS

Na busca inicial na base de dados Portal Periódicos Capes, desde a combinação dos descritores Polícia e Estresse, por meio do operador booleano and, foram coletados cento e quatorze estudos. Após a remoção dos duplicados o total de artigos foi cento e cinco. A partir disso, foram aplicados os seguintes filtros: tipo de estudo artigo, período de tempo de 2012 a 2022, idiomas português e inglês. Foram selecionados para leitura de títulos e resumos setenta e nove artigos. Foram excluídos, por meio desta leitura, os estudos que fugiam do tema pesquisado e que estavam dentro dos critérios de exclusão previamente definidos. Logo, o número de trabalhos selecionados foi de dezesseis. Segue abaixo a filtragem de seleção dos estudos por meio do fluxograma Prisma adaptado:

Fluxograma 1: PRISMA adaptado.



Fonte: elaborado pela autora (2023).

Os estudos selecionados para a Revisão Integrativa foram, então, esquematizados em tabela de modo a facilitar a visualização dos principais dados. Os estudos que vêm seguidos de um asterisco (*) demarcam que o processo de revisão por pares (*peer review*) que consistem em uma verificação feita por cientistas especialistas no tema que avaliam o método, a relevância e a originalidade do trabalho.

Tabela 1: relação de estudos selecionados para a Revisão Integrativa.

| AUTORES (AS) E ANO | TÍTULO | REVISTA | MÉTODO |
|-------------------------------|--|--|---|
| SANTOS, SOUZA e ALVES (2021) | Lack of professional recognition: main reason for stress in military police/ Falta de reconhecimento profissional: principal motivo de estresse em policiais militares | Revista Brasileira de Medicina do Trabalho | Estudo transversal, de natureza quantitativa, realizado com 325 PMs |
| JESUS, FELIPPE e SILVA (2021) | Vulnerabilidade ao Estresse entre Agentes de Segurança Penitenciários | Psicologia, Ciência e Profissão | Pesquisa de campo, de viés quantitativo, descritivo, comparativo e |

| | | | |
|------------------------------|--|--------------------------|---|
| | | | correlacional, com Agentes de Segurança Penitenciários de uma unidade prisional do interior de Minas Gerais |
| SANTOS <i>et al.</i> (2021) | Estresse ocupacional e engajamento no trabalho entre policiais militares | Ciência & Saúde Coletiva | Estudo transversal, descritivo e analítico, com 268 policiais do 3º Batalhão de Polícia Militar do estado do Paraná |
| TAVARES <i>et al.</i> (2021) | Rede de correlações entre qualidade de vida, resiliência e desequilíbrio esforço-recompensa em policiais militares | Ciência & Saúde Coletiva | Estudo transversal realizado com 258 policiais do Batalhão de Operações Especiais (BOE) da Polícia Militar de uma cidade do Rio Grande do Sul |
| SERRA <i>et al.</i> (2020) | Musculoskeletal disorders, stress perception and physical activity in police officers | Fisioterapia e Pesquisa | Estudo transversal com policiais militares |
| ASSIS e SILVA (2019) | Investigação sobre sintomas de Transtorno de Estresse Pós-Traumático em policiais: um estudo a partir do Grupo de Operações Especiais (GOE) de Cacoal-RO | Sociais e Humanas | Pesquisa de campo, com abordagem de métodos mistos |
| LIMA <i>et al.</i> (2018) | Identificação preliminar da Síndrome de Burnout em policiais militares | Motricidade | Estudo quantitativo, observacional e transversal |
| DINIZ <i>et al.</i> (2018) | Correlação entre estresse e dor em pilotos de helicópteros do Grupamento de Rádio Patrulha Aérea | Fisioterapia Brasil | Estudo quantitativo com aplicação de questionário |

| | | | |
|--------------------------------------|--|--|--|
| | da Polícia Militar na cidade de São Paulo | | |
| PELEGRINI <i>et al.</i> (2018) | Percepção das condições de trabalho e estresse ocupacional em policiais civis e militares de Unidades de Operações Especiais | Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional | Pesquisa de campo de delineamento transversal |
| PINHEIRO e FARIKOSKI (2016) | Avaliação do Nível de Estresse de Policiais Militares | Revista de Psicologia da IMED | Estudo quantitativo descritivo de corte transversal com 50 PMs do Rio Grande do Sul |
| RODRIGUES, OLIVEIRA e SILVA (2015) | Saúde do trabalhador e qualidade de vida: experiência em um batalhão de polícia comunitário do sertão cearense | Motrivivência: Revista de Educação Física, Esporte e Lazer | Relato de experiência sistematizado |
| LIZ <i>et al.</i> (2014) | Características ocupacionais e sociodemográficas relacionadas ao estresse percebido de policiais militares | Revista Cubana de Medicina Militar | Estudo de campo, descritivo e comparativo com 86 PMs de Santa Catarina |
| BEZERRA, MINAYO e CONSTANTINO (2013) | Estresse ocupacional em mulheres policiais | Ciência & Saúde Coletiva | Grupo focal, abordagem qualitativa com 42 mulheres: oficiais e praças, profissionais operacionais e de saúde |
| SPULDARO e NESI (2013) | A ocorrência de estresse em policiais militares do 20º Batalhão de Polícia Militar de Concórdia-Santa Catarina | Saúde e Meio Ambiente | Pesquisa quantitativa com aplicação de questionário |

Fonte: NVIVO (2023).

Tabela 2: as cem palavras com maior frequência no corpus textual.

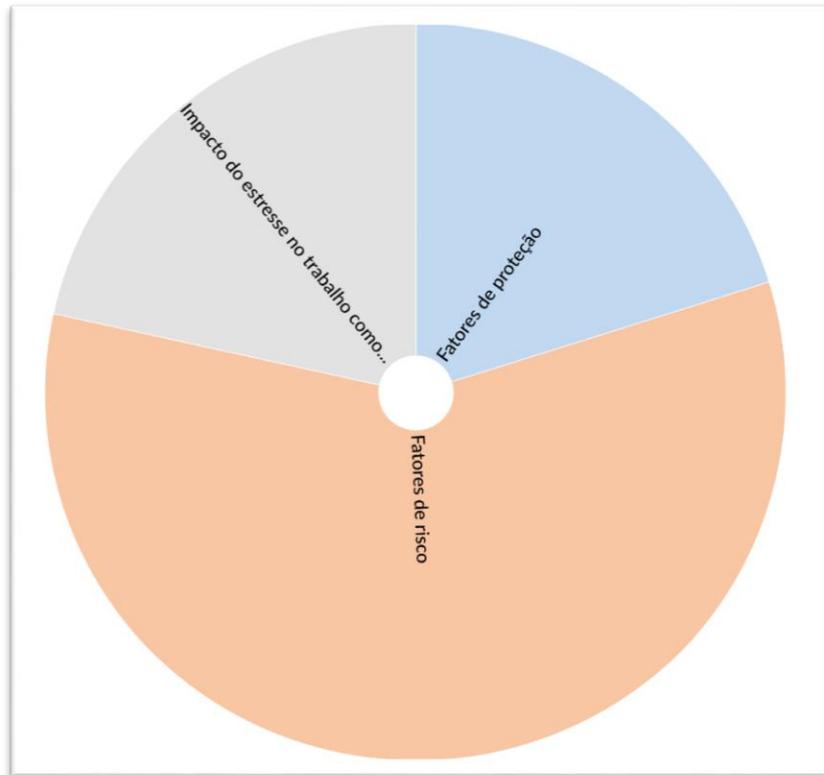
| Palavra | Extensão | Contagem |
|----------------|----------|----------|
| trabalho | 8 | 67 |
| estresse | 8 | 33 |
| falta | 5 | 26 |
| policiais | 9 | 18 |
| risco | 5 | 15 |
| qualidade | 9 | 14 |
| condições | 9 | 13 |
| atividade | 9 | 12 |
| físico | 6 | 12 |
| saúde | 5 | 12 |
| funções | 7 | 11 |
| física | 6 | 11 |
| mental | 6 | 11 |
| tensão | 6 | 11 |
| ambiente | 8 | 10 |
| baixa | 5 | 10 |
| problemas | 9 | 10 |
| doenças | 7 | 9 |
| militar | 7 | 9 |
| profissionais | 13 | 9 |
| profissional | 12 | 9 |
| transtornos | 11 | 9 |
| apoio | 5 | 8 |
| controle | 8 | 8 |
| psicológico | 11 | 8 |
| reconhecimento | 14 | 8 |
| sobrecarga | 10 | 8 |
| ansiedade | 9 | 7 |
| depressão | 9 | 7 |
| entre | 5 | 7 |
| exposição | 9 | 7 |
| físicos | 7 | 7 |
| níveis | 6 | 7 |
| policial | 8 | 7 |

| | | |
|-----------------|----|---|
| relações | 8 | 7 |
| social | 6 | 7 |
| atividades | 10 | 6 |
| cansaço | 7 | 6 |
| contexto | 8 | 6 |
| insônia | 7 | 6 |
| irritabilidade | 14 | 6 |
| jornadas | 8 | 6 |
| militares | 9 | 6 |
| percepção | 9 | 6 |
| riscos | 6 | 6 |
| sintomas | 8 | 6 |
| sobre | 5 | 6 |
| sofrimento | 10 | 6 |
| síndrome | 8 | 6 |
| traumático | 10 | 6 |
| violência | 9 | 6 |
| acidentes | 9 | 5 |
| desenvolvimento | 15 | 5 |
| disciplina | 10 | 5 |
| emocional | 9 | 5 |
| eventos | 7 | 5 |
| excessiva | 9 | 5 |
| exercícios | 10 | 5 |
| fator | 5 | 5 |
| fatores | 7 | 5 |
| frustração | 10 | 5 |
| hierarquia | 10 | 5 |
| humanos | 7 | 5 |
| individual | 10 | 5 |
| medidas | 7 | 5 |
| mentais | 7 | 5 |
| muscular | 8 | 5 |
| nível | 5 | 5 |
| organização | 11 | 5 |
| outros | 6 | 5 |
| perigo | 6 | 5 |
| recursos | 8 | 5 |
| relacionados | 12 | 5 |
| suporte | 7 | 5 |
| valorização | 11 | 5 |

| | | |
|-----------------|----|---|
| acompanhamento | 14 | 4 |
| carreira | 8 | 4 |
| colegas | 7 | 4 |
| comprometimento | 15 | 4 |
| constantes | 10 | 4 |
| deficiência | 11 | 4 |
| elevado | 7 | 4 |
| equipamentos | 12 | 4 |
| excesso | 7 | 4 |
| exercício | 9 | 4 |
| forma | 5 | 4 |
| humor | 5 | 4 |
| insatisfação | 12 | 4 |
| instituição | 11 | 4 |
| laboral | 7 | 4 |
| lesões | 6 | 4 |
| morte | 5 | 4 |
| mortes | 6 | 4 |
| ocupacional | 11 | 4 |
| pessoas | 7 | 4 |
| profissão | 9 | 4 |
| proporcionar | 12 | 4 |
| pública | 7 | 4 |
| relação | 7 | 4 |
| sentimento | 10 | 4 |

Fonte: NVIVO (2023).

Gráfico 1: comparação da quantidade de referências codificas.



Fonte: NVIVO (2023).

Tabela 3: número total de codificações em todo o corpus textual.

| Códigos | Número de referências de codificação |
|---|--------------------------------------|
| Fatores de proteção | 57 |
| Fatores de risco | 165 |
| Impacto do estresse no trabalho como policial | 61 |

Fonte: NVIVO (2023).

Pela análise de codificação (tabela 3) e a representação gráfica através da nuvem de palavras (figura 1) já podemos fazer uma primeira análise que os fatores de risco para o estresse ocupacional no trabalho como policial são mais frequentes nos artigos que os fatores de proteção.

Ao analisarmos as referências codificadas no NVIVO verificamos que os artigos apontam a predominância da existência de fatores de risco para o estresse ocupacional do trabalho como policial, além de, um impacto significativo deste estresse (gráfico 1). Por fim, pela menor quantidade de fatores de proteção também

podemos inferir que faltam programas de prevenção e de controle de estresse dentro das Corporações Policiais (civis e militares).

4 DISCUSSÃO

Para entender o sofrimento no trabalho precisamos também compreender a estrutura da organização. Inicialmente, podemos dividir o trabalho em prescrito e real. O primeiro, que é aquele planejado e que se encontra na descrição de cargos, nem sempre consegue ser o segundo, o trabalho real, o efetivamente feito. Enquanto o prescrito é da ordem do planejamento, o real é da ordem do imprevisto. A forma como o trabalhador lida com as diferenças entre o prescrito e o real depende da organização do trabalho (LANCMAN e SZNELWAR, 2004).

Organizações rígidas, com pouca liberdade, baixa autonomia, sem reconhecimento e elevado nível de competição enfraquecem a identidade do trabalho e geram o sofrimento patogênico (fatores de risco). Já as organizações que promovem flexibilidade, autonomia, reconhecimento, inovação e cooperação fortalece seus trabalhadores e a sensação de prazer no trabalho (fatores de proteção) (LANCMAN e SZNELWAR, 2004).

Até 1970 os fatores de risco relacionados ao trabalho englobavam apenas os riscos químicos, biológicos, físicos, ergonômicos e de acidentes. A partir de 1980, a Organização Mundial da Saúde (OMS) e a Organização Internacional do Trabalho (OIT) publicaram um estudo sobre os efeitos adversos dos fatores psicossociais associados ao trabalho (LEKA, GRIFFIHS e COX, 2003). Os risco psicossociais são aqueles que se originam na organização do trabalho e que afetam a saúde do trabalhador, gerando respostas emocionais, cognitivas e comportamentais.

Compreender, estudar e intervir nestes fatores de risco é essencial, pois eles se mostram um importante gerador de custos econômicos além das repercussões sociais negativas, tornando-os uma questão de saúde pública (GIL e PEDRO, 2009).

Destaca-se que os contextos de trabalho dos policiais no Brasil são bem diversos pelos diferentes tipos de Corporações existentes como a Civil, a Militar, a Federal, a Penitenciária, etc. Cada uma dessas organizações de trabalho tem impactos diversos na saúde mental do trabalhador, e apesar de, neste trabalho discutirmos de forma geral aspectos comuns quanto aos fatores de risco e proteção relacionados ao estresse ocupacional, é importante frisar que existem características específicas. No que tange especificamente a Polícia Militar, a Corporação mais citada nos estudos, a sua estrutura rígida, hierárquica e pelo sistema de patentes, por si só, já é mais causadora de estresse.

A partir da análise do corpus textual dos dezesseis artigos selecionados, discutiremos de que forma cada autor compreende o que é risco, o que é proteção e o impacto deste risco na saúde do policial.

Com base nos dados codificados no NVIVO as informações foram agrupadas em três categorias de análises que serão discutidas a seguir.

4.1 Fatores de risco para a ocorrência do estresse ocupacional

Podemos classificar os fatores de riscos em três grandes categorias: o individual (estilos de enfrentamento), o relacional (na convivência com colegas de trabalhos e superiores hierárquicos) e o organizacional (estrutura, rigidez, militarismo, hierarquia e relações de poder desigual).

Para Santos, Souza e Alves (2021) e Assis e Silva (2019), o estresse ocupacional entre policiais é maior que entre trabalhadores em geral pelas seguintes características inerentes ao trabalho: contato direto com a violência, o horário prolongado de trabalho, baixos salários e a inflexibilidade de escalas, riscos de lesões ou ferimentos resultantes da profissão, trabalho nos dias de folga, falta de reconhecimento pelo esforço realizado, condições de trabalho, falta de equipamentos e à escassez de instalações policiais adequadas e recursos humanos durante o serviço, dupla jornada como meio de complementar e/ou aumentar a renda dos policiais militares, visitas constantes aos Tribunais e a participação em processos judiciais, e, por fim, sensação de falta de reconhecimento do profissional da segurança pública, o qual tem de lidar diretamente com a criminalidade na busca pela manutenção da ordem pública. Estes achados são compatíveis com a pesquisa de Tavares *et al.* (2021) que acrescenta também o baixo controle e apoio social como estressores.

Segundo Santos *et al.* (2021) e Serra *et al.* (2020) outros fatores significativos são: o policial ser soldado e desenvolver funções operacionais em que o policiamento é ostensivo nas ruas e portanto, há maior exposição a confronto direto. Além disso, a falta de percepção de crescimento na carreira, a falta de treinamentos constantes e a discriminação/favoritismo no ambiente de trabalho (em especial no contexto Militar) também são citados.

Jesus, Felipe e Silva (2021) destacam o que na rotina do policial penal o superencarceramento, o contato direto com preso dividido por facções criminosas, as ameaças e a tensão e vigilância constantes com foco na prevenção de fugas e rebeliões eleva o estresse o que faz com que estes trabalhadores recorram a

medicações indutoras do sono, remédios antidepressivos, antiepilépticos e ansiolíticos.

Pelegrini *et al.* (2018) e Lima *et al.* (2018) destacaram o impacto das condições desfavoráveis de trabalho como sobrecarga de funções e pelas relações organizacionais das instituições baseadas na hierarquia e disciplina rígida, falta de reconhecimento e valorização financeira.

Além disso, é importante destacar o recorte de gênero, no contexto do trabalho como policial, ser mulher, por si só, já é um fator de risco para o estresse ocupacional devido ao ambiente historicamente machista e misógino. As policiais têm mais dificuldade de galgar promoções em relação aos seus pares homens e são menos indicadas a cargos de chefias por superiores hierárquicos, além disso, essas trabalhadoras, na grande maioria dos casos, tem jornadas duplas nas quais trabalham como policiais e em casa cuidando dos filhos e da família. Quando pensamos em formas desadaptativas de lidar com estresse, as mulheres podem fazer uso de benzodiazepínicos como meio de fuga da realidade e alívio do estresse laboral (BEZERRA, MINAYO e CONSTANTINO, 2013).

4.2 Impacto do estresse ocupacional na carreira, vida e saúde do policial

Para Pelegrini *et al.* (2018), Serra *et al.* (2020) e Lima *et al.* (2018) um dos impactos do estresse ocupacional constante é a maior probabilidade de ser desenvolver transtornos psicológicos como a Depressão, destaca-se que transtornos de humor elevam o risco para suicídio e que, a taxa de suicídio entre policiais é mais elevada que a taxa de suicídios na população em geral.

Além disso, a cronificação deste estresse promove o desenvolvimento de uma quadro de um quadro de esgotamento, a Síndrome de Burnout (DINIZ, 2018). Está síndrome só foi reconhecida como doença relacionada ao trabalho com a última revisão do Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados com a Saúde (CID-11).

Segundo Liz *et al.* (2014) outra consequência negativa da exposição prolongada ao estresse no trabalho é a maior probabilidade de aumento de consumo de álcool, cigarro e outras drogas como meio de alívio das tensões. Apesar do alívio momentâneo, este é um meio desadaptativo de enfrentar o problema que pode prejudicar o raciocínio lógico, a memória e a capacidade de tomar decisões do policial. Há também repercussões na vida familiar destes trabalhadores, enquanto alguns adotam a postura do isolamento outros relatam descontrole emocional através de gritos.

Do ponto de vista da carreira, estar em constante exposição a um ambiente estressor, gera o aumento do absenteísmo, das faltas e dos afastamentos para tratamento de saúde, inclusive como meio de fuga do próprio trabalho (JESUS, FELIPE e SILVA, 2021).

4.3 Fatores de proteção contra o estresse ocupacional

Santos, Souza e Alves (2021) compreendem que entre os fatores protetivos contra o estresse organizacional estão: a valorização dos salários dos agentes de segurança, a distribuição de momentos de repouso, alternar funções evitando trabalho repetitivo, adotar uma rotina de instrução no âmbito das entidades policiais, aumentar a quantidade de oportunidades em certames públicos para a inclusão de novos membros nas polícias civil e militar, promover diagnósticos organizacionais constantes dentro das corporações, registrar as horas que o funcionário passou em tribunais a serviço e converter essas horas em intervalos de descanso e estabelecer programas de acompanhamento psicológico preventivo.

Além disso, Santos *et al.* (2021) destaca a importância da valorização e reconhecimento social, dentro e fora das corporações policiais, como fator protetivo. Esse achado também é compatível com o estudo de Jesus e Felipe (2021) com policiais penais. Quanto maior é a percepção do trabalhador de estar sendo valorizado e reconhecido, menor é o efeito do estresse, pois, isto, aumenta o suporte social e a rede de apoio. Este estudo, assim como o de Santos, Souza e Alves (2021), também reconhece a importância da instituição de programas de prevenção psicológica ao estresse ocupacional dentro das corporações.

O encorajamento na busca pelo atendimento psicológico, quebrando o tabu e o estigma relacionado ao medo dos policiais de cuidarem da própria saúde mental, o aumento de apoio social dentro do ambiente de trabalho e a família, para Jesus, Felipe e Silva (2021), são fatores protetivos significativos. A família dos policiais para Tavares *et al.* (2021) também é elemento protetor. Essa repetição nos resultados pode sugerir que trabalhos de prevenção psicológica de estresse podem ser desenvolvidos em três níveis: no organizacional, em grupo com policiais e em grupo com famílias de policiais.

Outro fator consistente e muito repetido nos estudos é a prática de atividade física regular e o bom preparo físico (SERRA *et al.*, 2020 e RODRIGUES, OLIVEIRA, SILVA, 2015). Além disso, outras opções de controle de estresse seriam estabelecer nas corporações programas preventivos com ioga, relaxamento muscular e meditação (BEZERRA, MINAYO e CONSTANTINO, 2013).

É importante também destacar aqui nos fatores de proteção a questão do recorte de gênero, as mulheres policiais lotadas em unidades de saúde (médicas, psicólogas, dentistas, etc.) e áreas administrativas estão menos expostas ao estresse que as mulheres que trabalham nas ruas diretamente com a ronda ostensiva (BEZERRA, MINAYO e CONSTANTINO, 2013).

Spuldaró e Nesi (2013) destacam a importância da inserção dos psicólogos nas polícias para buscar estratégias de melhoria de qualidade de vida no trabalho, maximizando a saúde mental e diminuindo o estresse. No entanto, apenas recentemente foi sancionada a Lei 14.531/2023 com o foco em ações relativas à prevenção de suicídio e automutilação de profissionais de segurança pública por meio de acompanhamento psicológico e psiquiátrico. Verificamos que o foco ainda permanece em casos mais graves, sendo a prevenção em saúde mental, como trabalhar os fatores estressores, antes que os profissionais adoeçam, um desafio.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em suma, verificamos que com este trabalho podemos comprovar a hipótese inicial de que estresse ocupacional é mais elevado em policiais do que em trabalhadores no geral devido à crônica exposição a fatores de riscos específicos e aos baixos fatores de proteção existentes.

O objetivo geral da pesquisa que foi analisar de que forma o estresse no ambiente de trabalho impacta a saúde laboral de policiais brasileiros, foi atingindo ao observarmos os resultados verificarmos que ocorrem tanto efeitos na saúde física, quanto na mental. Na saúde física há uma maior predisposição há doenças cardiovasculares e na saúde mental um maior risco ao desenvolvimento de transtornos mentais.

Já os objetivos específicos, que eram identificar os fatores de risco e também os de proteção para a ocorrência do estresse ocupacional entre policiais ocorreu através da codificação e categorização com suporte do software NVIVO.

Verificamos ainda que, o trabalho preventivo de controle de estresse entre policiais, as recomendações de acompanhamento psicológico constante e a prática de atividade física regular é o que mais se repete na Literatura e são ações que podem ser implementadas pelas corporações, na prática. A contribuição deste trabalho é resgatar a Literatura dos últimos 10 e integrar e indicar quais soluções práticas podem ser adotadas para diminuir os fatores estressores e maximizar os fatores protetivos.

Entre as limitações encontradas neste estudo estão: disponibilidade e qualidade dos estudos: a Revisão Integrativa de Literatura depende dos estudos já

realizados sobre o tema. A falta de estudos ou a baixa qualidade metodológica dos estudos encontrados podem limitar as conclusões da revisão; diferentes realidades regionais: o Brasil é um país com dimensões continentais e diferentes realidades regionais, o que pode influenciar a exposição e o impacto do estresse ocupacional no trabalho policial. A revisão pode não abranger todas essas realidades e a heterogeneidade das forças policiais: existem diferentes forças policiais no Brasil, como a Polícia Militar, Polícia Civil, Polícia Federal, entre outras. Cada uma delas tem suas particularidades, o que pode dificultar a generalização dos resultados da revisão.

Como sugestões de estudos futuros estão: a intervenção em grupos de policiais com aplicação de Mindfulness (programa de habilidade de atenção plena) para controle do estresse e uma pesquisa de levantamento de quais corporações no Brasil contam com psicólogas em seus quadros e se há programa de cuidado em saúde mental preventivo para os policiais.

Ademais, esta Revisão de Literatura também revelou que há um recorte específico de questões de gênero relacionadas ao trabalho como policial e o estresse que precisam ser mais estudadas, existem estressores específicos ao gênero feminino que causam sofrimento mental diferente do que causaria em um policial homem. As relações de poder assimétricas, as desigualdades de gênero, o machismo e a misoginia precisam ser mais estudados para que se possa pensar em intervenções específicas voltadas para o público de mulheres policiais no contexto do trabalho.

Resumidamente, o tema do estresse ocupacional no trabalho policial, no Brasil, é de grande relevância e deve ser abordado pelas autoridades, pela população e pelos próprios profissionais. A adoção de medidas eficazes pode contribuir para prevenir e tratar os transtornos mentais e físicos que afetam esses trabalhadores, além de garantir a segurança pública e o bem-estar da sociedade como um todo.

REFERÊNCIAS

- ASSIS, Cleber; SILVA, Marilani. Investigação sobre sintomas de Transtorno de Estresse Pós-Traumático em policiais: um estudo a partir do Grupo de Operações Especiais (GOE) de Cacoal-RO. **Revista Sociais e Humanas**, v. 32, p. 09, 2019. DOI: 10.5902/2317175827578. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/339854488_Investigacao_sobre_sintomas_de_Transtorno_de_Estresse_Pos-Traumatico_em_policiais_um_estudo_a_partir_do_Grupo_de_Operacoes_Especiais_GOE_de_Cacoal-RO. Acesso em: 13 abr. 2023.
- BEZERRA, C. DE M; MINAYO, MC DE S.; CONSTANTINO, P. Estresse ocupacional em mulheres aguardando. **Ciência & Saúde Coletiva**, 18(Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro, v. 18, n. 3, p. 657–666, 2013. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232013000300011> . Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/bs9zVccSn4c9rjxJbWL9Mfq/?format=pdf&lang=pt> . Acesso em: 13 abr. 2023.
- BOTELHO, L. L. R.; CUNHA, C. C. A.; MACEDO, M. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. **Gestão e Sociedade**, v. 5, n. 11, p. 121-136, 2011. Disponível em: https://moodle.ufsc.br/pluginfile.php/4226295/mod_resource/content/1/BOTELHO%20CUNHA%20O%20metodo%20da%20revisao%20integrativa%20nos%20estudos%20organizacionais.pdf. Acesso em: 23 de abr. 2023
- BRASIL. Ministério da Fazenda. Adoecimento Mental e Trabalho: a concessão de benefícios por incapacidades relacionadas a transtornos mentais e comportamentais entre 2012 e 2016. Ministério da Fazenda. 2017. Disponível em: <http://sa.previdencia.gov.br/site/2017/04/1%C2%BA-boletim-quadrimestral.pdf>. Acesso em 23 abr. de 2023.
- BRINGER, JD; JOHNSTON, LH; BRACKENRIDGE, CH. Maximizando a Transparência em uma Tese de Doutorado1: As Complexidades da Redação Sobre o Uso de QSR*NVIVO em um Estudo de Teoria Fundamentada. **Pesquisa Qualitativa** , 4, n. 2, pág. 247-265, 2004.
- CAMPELO, M. Transtornos ansiosos afastam-se a cada ano, média de 1.000 policiais militares do trabalho no Ceará. G1 CEARÁ. 2019. Disponível em: <https://g1.globo.com/ce/ceara/noticia/2019/09/16/transtornos-mentais-afastam-a-cada-ano-em-media-mil-policiais-militares-do-trabalho-no-ceara.ghtml>. Acesso em: 19 abr. 2023.
- CAREGNATO, R. C. A.; MUTTI, R. Pesquisa qualitativa: análise de discurso versus análise de conteúdo. **Texto & Contexto - Enfermagem**, v. 15, n. 4, p. 679–684, out. 2006. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/9VBbHT3qxByvFctbZDZHgNP/?format=pdf&lang=pt> .Acesso em 23 abr. 2023.
- COUTO, Gleiber; VANDENBERGHE, Luc; BRITO, Emerson de Araújo Garro. Interações interpessoais e estresse entre policiais militares: um estudo correlacional. **Arq. bras. psicol.**, Rio de Janeiro , v. 64, n. 2, p. 47-63, 2012. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672012000200005&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 13 abr. 2023.
- DANTAS, MA *et al.* Avaliação de estresse em militares. **Psicologia: Teoria e Prática**, São Paulo, v. 12, n. 3, pág. 66-77, 2010. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872010000300006&lng=pt&nrm=iso . Acesso em: 13 abr. 2023.

DINIZ, Kelly Cristina *et al.* Correlação entre estresse e dor em pilotos de helicópteros do Grupamento de Rádio Patrulha Aérea da Polícia Militar na cidade de São Paulo. **Fisioterapia Brasil** - Volume 7 - Número 1 - janeiro/fevereiro de 2006. Disponível em:

<https://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/view/1888/3035>. Acesso em: 13 abr. 2023.

F BSP. Anuário Brasileiro de Segurança Pública Sumário. Fórum Brasileiro de Segurança Pública, 2022. . Disponível em: <https://forumseguranca.org.br/wp-content/uploads/2022/07/04-anuario-2022-morte-de-policiaisnumeros-que-retratam-caminhos-muito-mal-elaborados-de-nossa-sociedade.pdf>. Acesso em: 07 jun. 2023.

JACQUES, M. DA G. C. Abordagens teórico-metodológicas em saúde/doença mental & trabalho. **Psicologia & Sociedade**, v. 15, n. 1, p. 97–116, jan. 2003.

Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/psoc/a/Yg8cBCNzr84C4hVLQrNTzHp/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 07 jun. 2023.

JESUS, SR de; FELIPPE, AM; SILVA, YV da. Vulnerabilidade ao Estresse entre Agentes de Segurança Penitenciários. **Psicologia: Ciência E Profissão**, Brasília, v. 41, p. 197-193, 2021. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003197193>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/wGTRHtRhpFhNB5BmDcgJvBJ/?format=pdf&lang=pt> . Acesso em: 13 abr. 2023.

JOHNSON, S.; COOPER, C.; CARTWRIGHT, S.; DONALD, I.; TAYLOR, P.; MILLET, C. A experiência do estresse relacionado ao trabalho entre as ocupações. **Journal of Managerial Psychology**, v. 20, n. 2, p. 178-187, 2005. DOI:

<https://doi.org/10.1108/02683940510579803>. Disponível em:

<https://www.researchgate.net/publication/237398278>. Acesso em: 13 abr. 2023.

LATORRACA, Carolina de Oliveira Cruz; PACHECO, Rafael Leite; MARTIMBIANCO, Ana Luiza Cabrera; RIERA, Rachel. O que as revisões sistemáticas Cochrane dizem sobre prevenção e tratamento da síndrome de burnout e estresse no trabalho / What Cochrane Systematic Reviews Say About Preventing and Treating Burnout and Stress at Work Syndrome. **Diagn. Tratamento**, São Paulo, v. 24, n. 3, p. 119-125, jul./set. 2019. Disponível em:

https://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/12/1026704/rdt_v24n3_119-125.pdf. Acesso em: 13 abr. 2023.

LEKA, S; GRIFFIHS, A e COX, T. Organização do trabalho e estresse: abordagens sistemáticas de problemas para empregadores, gerentes e representantes sindicais. Organização Mundial da Saúde. Equipe de Saúde Ocupacional e Ambiental 2003. Disponível em:

<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42625/9241590475.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 21 de mai. 2023.

LIMA, Francisco Ricardo Bezerra de *et al.* Identificação preliminar da síndrome de burnout em policiais militares. **Motrivivência**, Ribeira de Pena, v. 14, n. 1, pág. 150-156, 2018. Disponível em: http://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646-107X2018000100020&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 13 abr. 2023.

LIZ, CM *et al.* Características ocupacionais e sociodemográficas relacionadas ao estresse emocional de policiais militares. **Rev. Cub. Med. Mil., Ciudad de la**

Habana, [S. l.], v. 43, n. 4, p. 467-480, 2014. Disponível em:

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572014000400007&lng=es&nrm=iso. Acesso em: 13 abr. 2023.

MARGIS, R. et al. Relação entre estressores, estresse e ansiedade. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul** [online]. v. 25, suppl 1, pp. 65-74. 2003.

Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rprs/a/Jfqm4RbzbJhbxskLSCzmgjb/?format=pdf&lang=pt>. Acesso: 07 jun. 2023.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2001.

Disponível em:

https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/doencas_relacionadas_trabalho_manual_procedimentos.pdf. Acesso em: 13 abr. 2023.

MOREIRA, M. e PICOLO, T. PMs sofrem com suicídios e transtornos mentais sem apoio da corporação. *Exame*. 2019. Disponível em: <https://exame.com/brasil/pms-sofrem-com-suicidios-e-transtornos-mentais-sem-apoio-da-corporacao/>. Acesso em: 19 abr. 2023.

PELEGRINI, A. *et al.* Percepção das condições de trabalho e estresse ocupacional em civis e militares de unidades de operações especiais. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, São Carlos, v. 26, n. 2, pág. 423-430, 2018.

<https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAO1160> . Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/cadbto/a/hnQmnQ5fbN6dNQxDpkPhf9K/?format=pdf&lang=pt> . Acesso em: 13 abr. 2023.

PRISMA. Principais itens para relatar Revisões sistemáticas e Meta-análises: A recomendação PRISMA. **Epidemiol. Serv. Saúde**, Brasília, v. 24, n. 2, p. 335-342, jun. 2015. Disponível em:

http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-49742015000200017&lng=pt&nrm=iso. acesso em 23 abr. 2023.

REIS, A. L. P. P. DOS.; FERNANDES, S. R. P.; GOMES, A. F.. Estresse e fatores psicossociais. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 30, n. 4, p. 712–725, dez. 2010.

Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/pcp/a/8VdqxG3rYm37knTdFCxXqtm/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: Acesso em: 13 abr. 2023.

RODRIGUES, Deoclécio Coelho; OLIVEIRA, Braulio Nogueira; SILVA, André Luis Façanha da. Saúde do trabalhador e qualidade de vida: experiência em um batalhão de polícia comunitária do sertão cearense. **Motrivicência: Revista de educação física, esporte e lazer**, [S. l.], v. 27, n. 44, p. 142-149, 2015. Disponível em:

<https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivencia/article/view/2175-8042.2015v27n44p142/29379>. Acesso em: 13 abr. 2023.

SANTOS, FB dos *et al.* Estresse ocupacional e engajamento no trabalho entre militares. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 26, n. 12, pág. 5987–5996, 2021. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/csc/a/H96LNxsR5T6TpspRQGnc8gN/?format=pdf&lang=pt> . Acesso em: 13 abr. 2023. <https://doi.org/10.1590/>

SANTOS, TBR; SOUZA, EA; ALVES, FR. Lack of professional recognition: main reason for stress in military police. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v.

20, n. 3, pág. 438-444, 2022. Disponível em: <https://www.rbmt.org.br/details/1706/en-US> . Acesso em: 13 abr. 2023.

SERRA, M. V. G. B. *et al.* Musculoskeletal disorders, stress perception and physical activity in police officers. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 27, n. 1, p. 22–27, jan. 2020. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/fp/a/N8FSpJMYz7SMXY5cn6Hq8zQ/?format=pdf&lang=en>. Acesso em: 13 abr. 2023.

SILVA, Natália Nogueira da. Organização policial militar, produção de subjetividade e saúde mental: uma revisão de literatura. 2015. 57 f. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) - **Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca, Fundação Oswaldo Cruz**, Rio de Janeiro, 2015. Disponível em:

<https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/37351>. Acesso em: 23 abr. de 2023.

SOUSA, José Raul de; SANTOS, Simone Cabral Marinho dos. Análise de conteúdo em pesquisa qualitativa: modo de pensar e de fazer. **Pesquisa e Debate em Educação**, Juiz de Fora: UFJF, v. 10, n. 2, p. 1396 - 1416, jul. - dez. 2020. ISSN 2237-9444. DOI: <https://doi.org/10.34019/2237-9444.2020.v10.31559>.

SOUZA, E. R. DE; MINAYO, M. C. DE S; SILVA, J. G. E; PIRES, T. DE O. Fatores associados ao sofrimento psíquico de policiais militares da cidade do Rio de Janeiro, Brasil. **Cadernos De Saúde Pública**, [S. l.], v. 28, n. 7, p. 1297–1311, 2012.

<https://doi.org/10.1590/S0102-311X2012000700008>. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/csp/a/Mv8nPJ5DtPxMLNcJnwZ9rjq/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 13 abr. 2023.

SOUZA, M. T. DE .; SILVA, M. D. DA .; CARVALHO, R. DE. Integrative review: what is it? How to do it?. *einstein* (São Paulo), v. 8, n. 1, p. 102–106, jan. 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/eins/a/ZQTBkVJZqcWrTT34cXLjtBx/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 15 mai. de 2023.

SPULDARO, J. C.; NESI, T. C. A ocorrência de estresse em policiais militares do 20º Batalhão de Polícia Militar de Concórdia - Santa Catarina. **Saúde e meio ambiente: revista interdisciplinar**, [S. l.], v. 2, n. 1, p. 16–32, 2013. DOI:

10.24302/sma.v2i1.309. Disponível em: <https://www.periodicos.unc.br/index.php/s>. Acesso em: 13 abr. 2023.

SZNELWAR, Laerte Idal; LANCMAN, Selma. Christophe Dejours: da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho. 3ª edição (revista e ampliada): 2011. Rio de Janeiro: Ed. Fiocruz. Coedição com a Paralelo 15. ISBN: 85-7541-044-X.

TAVARES, J. P. *et al.* Rede de correlações entre qualidade de vida, resiliência e desequilíbrio esforço-recompensa em policiais militares. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 5, p. 1931–1940, maio 2021. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/csc/a/p5h7LT9TMcppSCb6ghn9PWx/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 13 abr. 2023.