



Fundação Presidente Antônio Carlos FUPAC/UBÁ
Graduação em Psicologia

OS IMPACTOS DA ATUAÇÃO PROFISSIONAL NA POLÍCIA MILITAR: OS RISCOS DE TRANSTORNOS MENTAIS

The impacts of professional performance in the military police: the risks of mental disorders

Emiliani Queirós Pereira¹; Ludymila de Souza Tabosa¹; Ronaldo Chicre Araujo².

¹ Discentes do curso de graduação em Psicologia da Faculdade Presidente Antônio Carlos – FUPAC/Ubá.

² Psicólogo; bacharel em Psicologia pelo Centro Superior de Juiz de Fora (CESJF); mestre e doutor em Ciências da Religião pela Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF); professor do curso de Psicologia da FUPAC/Ubá.

RESUMO

Os policiais militares são profissionais da segurança pública que zelam pela prevalência da ordem e pela proteção da sociedade como um todo. Sua atividade profissional encontra-se intimamente relacionada ao envolvimento em situações com riscos de danos físicos e até de morte, além de uma grande pressão advinda do meio interno e externo da corporação. Devido ao risco do desenvolvimento de transtornos psicológicos, o cuidado com a saúde mental desses profissionais é de suma importância para a melhora em suas condições de exercício profissional e na contenção e amenização de danos psíquicos referentes a seu trabalho. O presente estudo foi fundamentado com base em uma revisão integrativa de literatura e tem por objetivo investigar os fatores que influenciam o desenvolvimento de transtornos mentais em policiais militares. Os resultados evidenciam que fatores relacionados ao alto risco de letalidade e cobranças hierárquicas, midiáticas e sociais contribuem negativamente para o surgimento desses transtornos. A baixa procura por profissionais qualificados em saúde mental, devido a estereótipos de fragilidade, agrava os quadros de adoecimento psíquico, que podem culminar em tentativas de autoextermínio. Dessa forma, este estudo abre novas perspectivas para pesquisas acerca da elaboração e implementação de práticas psicológicas na instituição, a fim de promover ações que viabilizem a expressão do sofrimento, trazendo visibilidade ao adoecimento mental desses profissionais.

Palavras-chave: Policial militar, estresse, saúde mental, transtorno mental.

ABSTRACT

Military police officers are public safety professionals who ensure the prevalence of order and the protection of society as a whole. Their professional activity is closely related to involvement in situations with risk of physical harm and even death, in addition to great pressure from the internal and external environment of the corporation. Due to the risk of developing psychological disorders, caring for the mental health of these professionals is of utmost importance to improve their professional performance conditions and to contain and mitigate psychological damage related to their work. This study was based on an integrative literature review and aims to investigate the factors that influence the development of psychopathologies in military police officers. The results show that factors related to the high risk of lethality and hierarchical, media and social demands negatively contribute to the emergence of these disorders. The low demand for qualified mental health professionals, due to stereotypes of fragility, aggravates cases of psychological illness, which can culminate in attempts at self-extermination. Thus, this study opens new perspectives for research on the development and implementation of psychological practices in the institution, in order to promote actions that enable the expression of suffering, bringing visibility to the mental illness of these professionals.

Keywords: Military police, stress, mental health, mental disorder.

Correspondência:

Nome: Emiliani Queirós Pereira

E-mail: emilianiQueirospsi@gmail.com

Nome: Ludymila de Souza Tabosa

E-mail: lstabosapsi@gmail.com

INTRODUÇÃO

A Psicopatologia abrange o estudo das causas, manifestações e alterações funcionais e estruturais associadas aos transtornos mentais e é considerada um conjunto de conhecimentos sobre o adoecimento mental, com o objetivo de ser sistemática e esclarecedora. Ela explora fenômenos humanos específicos, conectando as experiências com transtornos mentais às vivências psicológicas consideradas normais. No caso de policiais militares, a prática da profissão impõe exigências de expressão e gestão emocional que impactam diretamente no bem-estar, podendo levar a um sofrimento psíquico que pode resultar no surgimento de transtornos mentais (Alves, Bendassolli & Gondim, 2017; Dalgalarrrondo, 2019).

O serviço militar no Brasil iniciou em 1549 e tinha por finalidade trazer segurança e ordem, servindo tanto à sociedade quanto ao Estado, com uma ordem hierárquica própria. Ao longo dos anos, a instituição passou por uma série de mudanças, aprimorando táticas, estratégias e novas formas de disciplina, capazes de implicar no maior número de afastamentos de profissionais em suas atividades laborais por doenças psicológicas. Com isso, os policiais militares – os primeiros convocados em emergências, ameaças, conflitos e crises – tornam-se extremamente suscetíveis ao surgimento de Transtornos Mentais Comuns (TMCs) e a tentativas de autoextermínio (Guimarães, Mayer, Bueno, Minaci & Martins, 2014; Silva & Santos, 2021; Souza, Barroso & Ribeiro, 2022; Santos & Saturnino, 2023).

Esses profissionais estão constantemente expostos a riscos que, devido à sua função, frequentemente fazem emergir o medo, tanto por si quanto por suas famílias, uma vez que, durante os períodos de folga, há um aumento no risco de serem reconhecidos, o que os torna mais vulneráveis a possíveis retaliações. Além disso, existe o frequente temor de agressões ou morte no exercício de suas funções. Essa sensação pode ser vista como um mecanismo de proteção tanto para o corpo quanto para a mente daqueles que permanecem em constante estado de vigilância. No entanto, quando a tensão, o desgaste físico e o emocional se tornam permanentes, podem ocorrer diversos problemas para a saúde e qualidade de vida, incluindo o estresse e o sofrimento psicológico (Souza, Minayo, Silva & Pires, 2012).

Além disso, a pressão institucional, social e midiática contribui para a intensificação desse desgaste. No contexto de uma instituição militar, a mídia desempenha um papel fundamental na construção da imagem social da polícia, mas essa representação por vezes é contraditória. Os policiais são vistos tanto como heróis que protegem a sociedade quanto como vilões envolvidos em abusos de poder. Essa oscilação aumenta a vigilância e a necessidade constante de justificarem suas ações, acarretando uma imagem negativa da profissão para a

sociedade. A pressão institucional pode ser analisada em elementos característicos, como o uso do uniforme, o ato de prestar continência, a execução de marchas e a postura rígida e disciplinada dos corpos. Esses rituais são expressões de uma lógica que se baseia fundamentalmente na hierarquia e na disciplina. Esses dois princípios não apenas organizam o trabalho da Polícia Militar [PM], como também estabelecem uma clara estratificação, distribuindo desigualmente as posições institucionais entre seus membros e criando uma relação de subordinação. Tal modelo não se restringe às questões hierárquicas, mas afeta, de maneira significativa, a própria estrutura do trabalho dentro da instituição, influenciando diretamente as condições laborais e as dinâmicas de gestão (Antunes, 2019; Cecarechi & Scatolin, 2016; De Assis, Da Roza & Bernardino, 2020).

A partir de convergências entre pesquisas, observações e experiências pessoais, motivados pela alta incidência de suicídio e sofrimento psíquico entre policiais militares, frequentemente ignorados ou subestimados, este estudo tem como objetivo investigar os fatores que influenciam o desenvolvimento de transtornos mentais em policiais militares.

Polícia Militar: exposição a riscos e insegurança

O medo pode estar presente em qualquer ocupação profissional e certas profissões são expostas a grandes riscos de integridade física. Fraturas, ferimentos, acidentes e mortes violentas são alguns, que, por vezes, independem da vontade do trabalhador – são riscos inerentes ao trabalho. Mesmo que possam ser combatidos com medidas de segurança, não é possível contar com sua completude, seja por investimentos limitados ou por suas formas desconhecidas e imprevisíveis. É nesse momento que o medo surge: o risco é natural, busca-se a sempre prevenção e a ansiedade pode dominar o ambiente (Dejours, 1992).

A PM, pelo propósito de sua missão, conduz o policial à constante exposição a riscos e a situações de insegurança, identificada nos elevados índices de letalidade em confrontos, na escassa clareza de ações realizadas e nas variadas modalidades de crimes contra diversos grupos vulneráveis, como crianças e idosos. Tal prática profissional é, por vezes, conciliada a locais marcados por hostilidade, injustiça e violência, frequentemente associados ao constante risco de vida (Minayo & Adorno, 2013; Bernardino & Bernardino, 2018).

O conceito de risco varia desde a precaução pessoal até a possibilidade de que um perigo ou situação indesejável possa acontecer, trazendo sentimentos de insegurança e incerteza. Além disso, o risco só existe quando o indivíduo está vulnerável à probabilidade de ocorrência de um fenômeno, independente de ser potencial ou já consumado. Nesse sentido, o perigo age como

uma sombra inseparável das atividades policiais. Por vezes, a percepção em relação à exposição ao risco é associada à coragem, à determinação e à decisão individual diante de situações desafiadoras. Contudo, quanto mais se recorre ao uso da força física, maior é a exposição. Cientes dessa realidade, os profissionais operam em permanente estado de alerta e constante exposição ao perigo, com a mente em frequente vigilância (Minayo & Adorno, 2013; Santos, Rocha & Andrade, 2015).

A partir do momento em que o policial militar se vincula à profissão, ele jura servir à sociedade “[...] com respeito e participação, com ética e transparência, com coragem e justiça, e dedicar-me, inteiramente, ao serviço Policial Militar, mesmo com sacrifício da própria vida” (Polícia Militar de Minas Gerais, 2022, p. 3), o que o coloca em uma posição de exposição ao risco. Por conta disso, seu trabalho é visto como um dos mais complexos e difíceis do país, tornando-se necessária uma mediação entre suas principais facetas: uma humana, que se aflige e sente medo; e outra profissional, que tem por função o controle e repressão de situações violentas e ameaçadoras, exposta ao risco de tornar-se vítima ou vilão. Em cada ocorrência, emerge um novo risco de morte ou de contato com vítimas, em um ambiente repleto de dor e morte (Oliveira & Santos, 2010; De Assis et al., 2020).

Durante um estudo realizado por Oliveira e Santos (2010), com o objetivo de investigar a percepção que os policiais militares têm a respeito dos aspectos que envolvem sua saúde mental, constatou-se que mais de 90% dos que atuam em campo se sentem estressados frequentemente ou sempre. O profissional tem o dever de distinguir e decidir entre a linha tênue que separa o legal do ilegal, o justo do injusto, o bem do mal. É uma atividade caracterizada por inúmeros sacrifícios, na qual a morte se torna uma realidade alarmante, em relação a civis, malfeitores, colegas de trabalho e a si próprios.

Em sua pesquisa, Oliveira e Faiman (2019) identificam que, no Brasil, as maiores taxas de risco de morte e de mortalidade em decorrência da violência ocorrem na categoria dos policiais militares, quando comparadas a outros serviços de segurança. Os autores puderam reconhecer que todos os policiais entrevistados citaram eventos em que colegas de trabalho foram assassinados em serviço ou por homicídio planejado, sendo expostos diretamente ao contato com a morte. O sentimento de insegurança se faz, principalmente, para os que atuam em patrulhamentos – os mais expostos a riscos e a vinganças, o que pode originar sentimentos depressivos, de menos valia e de humilhação, conduzindo a comportamentos hétero ou autodestrutivos.

A constante exposição a riscos afasta esses profissionais dos demais grupos sociais, ocasionando em um comportamento marcado pela desconfiança contínua e por uma postura

defensiva, geralmente caracterizada por impulsividade devida à ansiedade e ao medo. Consequentemente, o estresse ocasionado por estes fatores influencia no comportamento dentro e fora do ambiente de trabalho. À paisana ou fardado, ser um profissional da PM é estar sempre exposto a constante insegurança e perigo, uma permanente sensação de risco (Silva, 2011; Bernardino & Bernardino, 2018; Oliveira & Faiman, 2019).

Bernardino e Bernardino (2018) apontam que muitos policiais militares, ainda que tentem disfarçar sua identidade profissional, são vítimas de emboscadas. Esses episódios geram danos a sua saúde mental, favorecendo o sofrimento psíquico. Por conta disso, torna-se difícil o equilíbrio entre momentos de lazer e trabalho, uma vez que se encontram permanentemente em estado de alerta, ocasionando manifestações somáticas, como o aumento da tensão muscular e pressão arterial, dispendo a futuros adoecimentos médicos e psicológicos, que derivam desde o prejuízo à carreira até altos níveis de letalidade.

O estado de tensão, ameaças e traumas, quando contínuo, causa diversos danos à saúde e à qualidade de vida, incluindo o sofrimento psíquico. Nesse caso, quando não disponibilizadas ferramentas para sua superação, essa perturbação torna-se um antecessor a diversas psicopatologias. A falta de recursos para lidar com as vivências traumáticas e a rigidez das estruturas organizacionais que impedem a expressão do sofrimento, assim como a rotina marcada pela tensão e insegurança, principalmente relacionada à impossibilidade de prever o que poderá acontecer durante o período em que exerce seu trabalho, são elementos alarmantes para o surgimento de quadros psicossomáticos, inviabilizando a atuação profissional e aprisionando em um ciclo vicioso de dor e adoecimento (Guimarães et al., 2014; Bernardino & Bernardino, 2018; Santos, Hauer & Furtado, 2019).

Em pesquisa realizada com policiais militares homens e mulheres, Brito (2020) busca relacionar o sofrimento psíquico às condições e à organização do trabalho policial militar, sendo possível observar que diversos são os sintomas vivenciados, atribuídos pelos entrevistados principalmente à preocupação frequente vivida no trabalho, aos momentos de estresse nas ruas e ao medo e ansiedade gerados pelo temor de serem reconhecidos. Os entrevistados relataram sentimentos de ansiedade, dor de cabeça, episódios de compulsão alimentar e psoríase. Dessa forma, percebe-se que, antes do aparelho psíquico, é o corpo quem aparece como vítima inicial do sofrimento pelo trabalho: um corpo explorado, fragilizado e que, sem a proteção do aparelho mental, corre o risco de adoecer (Dejours, 1992; Brito, 2020).

A exposição a ambientes de tragédia coloca os profissionais à margem do desenvolvimento de transtornos mentais ou ao abuso de substâncias lícitas ou ilícitas. O Transtorno do Estresse Pós-Traumático [TEPT] relaciona-se diretamente à grande exposição

ao trauma, à ameaça e à ansiedade, elevando os índices de sofrimento psicológico e os riscos de suicídio. Quando esses fatores são negligenciados, assim como as sensações de ameaça e incerteza, grandes fontes de tensão são geradas, que podem se relacionar a quadros de fadiga e a profundos níveis de ansiedade e depressão (Miranda & Guimarães, 2016; De Assis et al., 2020; Moraes, Sousa, Silva, Silva & Oliveira, 2023).

Impactos na saúde mental da Polícia Militar e sua relação com as exigências da profissão

A organização da PM é sustentada por duas bases: disciplina e hierarquia. Essa combinação é ensinada e reforçada o tempo todo, pelos rituais, símbolos e indumentárias. Esses elementos definem, na estrutura militar, o que é certo e o que é errado, quem manda e quem obedece, em suma, como as coisas funcionam – regras que não são apenas instruções, mas também carregam um significado social e simbólico, mostrando quem tem poder, quais são as ordens e quem precisa segui-las. Devido à rígida hierarquia, à intensa autocobrança, às regras estabelecidas e ao alto nível de disciplina exigido, as instituições se moldam de forma inflexível, levando o policial militar a ser apontado como profissional com maior nível de estresse se comparado aos civis e federais. Tais comportamentos hierárquicos impactam negativamente no ambiente de trabalho, gerando declínio da produtividade dos subordinados e diversos prejuízos ao desempenho profissional, como desmotivação, desatenção e aumento da suscetibilidade a erros (Souza et al., 2012; Bernardino & Bernardino, 2018; Carvalho, Porto & Sousa, 2020; Dias, Siqueira & Ferreira, 2023).

O trabalho pode ser tanto uma fonte de prazer quanto de sofrimento, sendo considerado saudável quando as pressões e cobranças enfrentadas não provocam instabilidade psicológica significativa. No entanto, a patologia surge quando esse equilíbrio é comprometido e o sofrimento se torna insuportável, especialmente quando os recursos intelectuais e emocionais dos trabalhadores não são suficientes para lidar com as demandas. O autoritarismo de um chefe, a desconfiança, as pressões, cobranças, falta de segurança, perspectivas limitadas de progresso profissional e a insatisfação pessoal podem ocasionar patologias associadas ao trabalho (Sadir, Bignotto & Lipp, 2010; Campos & David 2011).

Em seu estudo, Oliveira e Faiman (2019), visando compreender possíveis impactos da profissão de policial militar nos aspectos sociais da vida deste profissional, apontam o trabalho da PM como um dos mais estressantes e desgastantes. Essa profissão, em decorrência de sua visibilidade, está sujeita a constantes exigências e cobranças, tanto das organizações como da

sociedade, pois atribui-se a ela a responsabilidade de proteger a população, atuando nas ruas, em contato direto. O trabalho direto com o público, o desrespeito com os profissionais e o cansaço físico e psíquico impactam suas vidas pessoal e profissional, influenciando nas crescentes crises mentais e fadiga.

Temas relacionados à hierarquia também são apontados como geradores de psicopatologias a partir de relatos de desvalorização e de situações de humilhação por parte dos superiores. Além de ser um princípio legal, a hierarquia regula as relações de trabalho, socialização e divisão de tarefas. Porém, em determinados ambientes, também está interligada à discriminação. Essa configuração possibilita divisões definidas de trabalho, funcionando como técnica de comando que fomenta rivalidades, assegurando poder aos superiores. Além disso, o desejo de progressão na carreira, muitas vezes dificultado por confrontos hierárquicos, exige um alto nível de dedicação, resultando em maior demanda por desempenho e, conseqüentemente, em intensificação de ansiedade, estresse e frustração. A pressão para aderir aos documentos normativos e doutrinários limita a liberdade pessoal e individual, pois obriga a um padrão rígido de comportamento, apresentação e estilo de vida, organizado como membro de um grupo que se submete a princípios rigorosos (De Assis et al., 2020; Ferreira, 2019).

Segundo pesquisa realizada por Carvalho et al. (2020), os profissionais da PM estão entre os mais suscetíveis a desenvolverem condições relacionadas ao estresse crônico, ocasionando a insatisfação no trabalho e, conseqüentemente, um sofrimento psíquico com impactos negativos à saúde, como alterações no comportamento e cognição. Isso pode gerar sentimentos de medo, ansiedade, desespero e até raciocínio prejudicado, impactando negativamente na execução das atividades rotineiras e na classificação de prioridades. Além disso, esse intenso estado de estresse configura-se como um fator de risco para o desenvolvimento de problemas de saúde física e mental, destacando-se as comorbidades associadas à síndrome cardiometabólica, como diabetes, hipertensão e dislipidemia.

O aumento da demanda policial, devido ao crescente nível de violência, junto a cobrança e a pressão da população e do Estado, colocam a PM como uma das ocupações que mais procura psiquiatras, em âmbito internacional. Em diversas vezes, por cobranças externas e internas, que ocasionam também o autojulgamento e a busca pelo cumprimento de metas, o policial, devido à pressão psicológica e ao conturbado estado emocional, pode optar pela utilização de força bruta em sua atuação. A expectativa à qual é submetido, assim como todo o simbolismo de defesa e proteção a que é associado, também é um agravante. Dessa forma, por muitas vezes, a imagem do policial também se atrela a visões negativas, principalmente em

locais de maior vulnerabilidade (Silva, 2011; Francisco, Rodrigues & Pereira, 2022; Santos, 2022).

O papel desempenhado pelo policial militar pode gerar diferentes interpretações sobre sua personalidade. A mídia, por exemplo, desempenha um papel crucial na construção de sua imagem social. No entanto, essa representação é marcada por contradições. Enquanto em alguns momentos são apresentados como defensores da lei e da ordem, “heróis da sociedade” que combatem o crime em condições adversas, em outros, são retratados como “vilões inclementes”, responsáveis por excessos e abusos de poder. Essa oscilação, somada às exigências institucionais e às expectativas da sociedade, submete-os a um intenso escrutínio e a uma constante necessidade de justificar suas ações. Com isso, a forma como este é retratado na sociedade pode contribuir para a construção de uma imagem negativa da profissão, ligando-a a atributos como brutalidade e insensibilidade (Cecarechi & Scatolin, 2016; De Assis et al., 2020).

A pressão exercida, tanto pela sociedade, como pela organização da PM, sobrecarrega o policial que tem o desejo de cumprir suas obrigações de forma eficiente, interferindo, assim, em seu desempenho e saúde. Em decorrência disso, a ansiedade é configurada como a principal causa para os afastamentos dentro da corporação. Essa realidade alarmante origina do ciclo crônico de altas demandas e pressões intensas vivenciadas desde o início da carreira. Tal cenário impede diálogos abertos sobre a vulnerabilidade humana, reprimindo a expressão da individualidade (Santos & Saturnino, 2023; Silva & Santos, 2021).

Minayo, Souza e Constantino (2008), investigando as condições de vida, trabalho e saúde dos policiais militares, constataram doenças como o TEPT e a Síndrome do Esgotamento Profissional (*burnout*) nos profissionais entrevistados. Queixas como cobrança de superiores e da mídia, com relatos que trazem consigo a sensação de que os policiais nunca satisfazem as altas expectativas da profissão, sugerem um sofrimento psíquico, que acarreta em saúdes mental e física afetadas. Concomitantemente, Miranda e Guimarães (2016), ao investigar os fatores de risco do suicídio policial, identificaram que grandes níveis de estresse estão associados principalmente à insatisfação com a instituição, ao baixo nível de reconhecimento no trabalho e à pressão social.

Polícia Militar e o risco de transtornos mentais

Definidos por padrões clinicamente significativos de sintomas que refletem uma disfunção no funcionamento psicológico, biológico ou no desenvolvimento mental do indivíduo, os transtornos mentais são caracterizados como condições que afetam o pensamento, o humor e/ou o comportamento, interferindo significativamente nas atividades e vivências diárias. Os transtornos mentais comuns [TMCs], em sua particularidade, apresentam-se como depressões não-psicóticas, ansiedade e queixas ou sintomas somáticos, que podem envolver insônia, fadiga, momentos de esquecimento e irritabilidade, sentimento de incapacidade e baixa capacidade de concentração. Tais condições podem variar em intensidade e impacto, abrangendo uma ampla gama de distúrbios, como depressão, ansiedade, síndrome do pânico e TEPT (Jansen et al., 2011; APA, 2014).

A atuação do policial militar no meio em que está inserido pode ser significativa para o surgimento de transtornos mentais, que podem culminar em casos graves, como o suicídio. O estresse vem se associando frequentemente a distúrbios no sono, *burnout*, depressão e doenças cardiovasculares, compreendidos como um desequilíbrio entre as demandas do trabalho apresentadas e a resposta dos trabalhadores. O perigo no ambiente de trabalho, a hierarquia, a cobrança exercida pela comunidade, a falta de recursos, de proteção e a exposição ao sofrimento de terceiros são impactos que podem se transformar em danos à saúde mental e em transtornos psíquicos (Oliveira & Santos, 2010; De Assis et al., 2020).

Caracterizado como uma resposta amplificada, o estresse resulta da exposição crônica a situações que demandam uma reação mais imediata. No contexto da PM, essa condição pode ser percebida como uma decorrência da constante exposição a incertezas e instabilidade na rotina, exigindo respostas rápidas e assertivas. Tais profissionais enfrentam desafios decorrentes de suas respectivas exposições sociais e estruturas organizacionais. A exposição direta a uma gama de interações sociais, incluindo contraventores e criminosos, exige uma habilidade apurada de manejo emocional. Similarmente, a organização em escalas de trabalho cria uma notável instabilidade na rotina social e prejudica o sono. A ausência de uma rotina de trabalho consistente, resultante das escalas rotativas de serviço, impossibilita a previsibilidade de dias fixos de folga (Guimarães et al., 2014; Alves et al., 2017; Santos & Saturnino, 2023).

O estresse pode ocasionar sintomas psicológicos como tensão, dificuldade nos relacionamentos interpessoais e no relaxamento, excesso de preocupação e sensibilidade emotiva, angústia, raiva, insônia, dificuldade de concentração, auto questionamentos, ansiedade e depressão. Tais sintomas retratam o quadro de sofrimento psíquico, um TMC

definido por uma dificuldade emocional que relaciona aspectos e sintomas físicos e psicológicos. Caso esses fatores não sejam reduzidos ou eliminados, o indivíduo pode alcançar o desenvolvimento de doenças psicossomáticas graves (Bezerra, Assis & Constantino, 2016).

Santos et al. (2019) também discorrem que, segundo a psicanálise, o sofrimento psíquico pode se manifestar por meio de sintomas, angústias, inibições e pela compulsão à repetição, tornando-se, assim, uma experiência subjetiva. Cada indivíduo vivencia um mesmo evento de formas diferentes. Assim, o sofrimento psíquico pode ser compreendido como um conjunto de fatores psicológicos associados a sentimentos negativos ou emoções que comprometem o funcionamento adequado do sujeito, escapando a seu controle e causando sofrimento.

Atrelada à função de constante estresse e sobrecarga, a manifestação de sofrimento psíquico torna-se um alerta para o surgimento de outros TMCs. Em 2022, foram registrados 69 casos de suicídio de policiais militares no Brasil, tendo como destaque o estado de São Paulo, que contabilizou 16 mortes. Além disso, o número de autoextermínios mostra-se maior em referência a mortes em confronto, fato também observado em anos anteriores. A taxa de suicídio entre policiais – na maioria das vezes, recorrendo a armas de fogo – foi também quase três vezes maior do que no restante da população (Santos et al., 2019; Martins, 2020; Martins & Cruz, 2023).

Por conta do histórico de dedicação a serviço do cidadão e do Estado, o militar demonstra uma continuidade em suas atividades que torna difícil separar a liberação de adrenalina em tarefas cotidianas, que não exigiriam a mesma prontidão e rapidez. Dessa forma, o transtorno de ansiedade surge como comorbidade frequentemente associada à profissão. O estresse constante, combinado com a ansiedade, leva à necessidade de antecipar possíveis ameaças, mantendo-se em estado de alerta mesmo durante períodos de descanso, como férias ou até aposentadoria. Esse estado, caracterizado por expressões como “estar atento” e “olhando tudo à sua volta”, é descrito como um fator que contribui para o desenvolvimento de transtornos mentais. Embora alguns profissionais apresentem maior resiliência, muitos acabam manifestando sintomas relacionados ao estresse prolongado. A sobrecarga imposta pelas condições de trabalho, que exigem engajamento contínuo, está diretamente relacionada ao adoecimento mental (Dias et al., 2023; Santos & Saturnino, 2023).

Em um estudo realizado por Souza et al. (2022), foi possível identificar uma prevalência média de 19,68% de TEPT em policiais militares, destacando experiências como testemunhar acidentes graves, assaltos, agressões, homicídios, abusos, tiroteios e da alta carga de trabalho como as mais traumáticas. Outro adoecimento identificado com grande destaque foi a

depressão, com a prevalência média de 18,41%, acompanhado de elevados níveis de suicídio, envolvendo ideações, tentativas e atos consumados. A depressão, por sua vez, apresenta fatores de adoecimento como vivenciar violências, baixo reconhecimento financeiro, problemas em relação à hierarquia e reduzido reconhecimento social.

Quando o profissional, mesmo adoecido, permanece na instituição, pode-se observar um aumento de suas reações explosivas, culminando em perda de autocontrole, cefaleia, dores estomacais, fadiga e labilidade emocional. A partir desse adoecimento, que se intensifica ainda mais com os fatores ocupacionais citados, além de traumas emocionais devidos a eventos traumáticos e estressores, ocorre uma elevação da tendência a autoextermínio, que agrava ainda mais com a relutância e a baixa oferta de auxílio psicológico e psiquiátrico (Carvalho et al., 2020; Santos & Saturnino, 2023).

A saúde mental humana se relaciona diretamente ao bem-estar físico e psicológico. Muitos policiais apresentam relutância em expor os sintomas de alerta psicológicos e emocionais, ainda que para profissionais especializados, culminando em sofrimento psíquico silencioso, que eleva o risco de adoecimento e suicídio. O psicólogo, na instituição militar, volta suas demandas ao cuidado de questões emocionais, afetivas e profissionais. Quando policiais recebem orientações psicológicas de forma sistêmica por um profissional capacitado em saúde mental, observa-se uma melhora no comportamento apresentado, resultando em um aumento dos níveis de autocontrole emocional e de impulsos durante a realização de suas atividades (Jansen et al., 2011; Silva & Santos, 2021; Souza et al., 2022).

Por diversos sintomas se manifestarem somaticamente e a busca por auxílio psicológico ser considerada uma fragilidade, os policiais, por vezes, procuram médicos clínicos em vez de psicólogos e psiquiatras – que poderiam auxiliar na quebra desse ciclo de adoecimento. A falta de reconhecimento da importância da preservação do bem-estar também agrava o ciclo e, por isso, quando ocorre a busca por ajuda, ela parte do próprio militar, que geralmente é afastado para avaliação. Na corporação, essa ação pode ser vista como demonstração de fraqueza, tanto pelos superiores como pelos colegas de farda, que seriam, entretanto, essenciais como grupo de apoio para proporcionar um conforto emocional. Por vezes, a vergonha é o que prevalece e afasta esses profissionais da ajuda ofertada, e por isso, vem-se mostrando cada vez maior necessidade de intervenções que busquem melhorar o relacionamento e clima ocupacional em relação à saúde mental dos policiais militares (Carvalho et al., 2020; De Assis et al., 2020; Souza et al., 2022).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa pretendeu abordar a relação entre os fatores estressores no ambiente de trabalho da polícia militar e o desenvolvimento de transtornos mentais. Diante das evidências apresentadas, foi possível identificar que, atualmente, ser policial militar envolve estar diretamente exposto a constantes riscos, que, muito além dos físicos, atingem a esfera psicológica, principalmente em relação à grande exposição a situações de risco e insegurança e à constante cobrança advinda da sociedade e da própria corporação.

Por uma convergência de pesquisas, as principais psicopatologias e manifestações de sofrimento psíquico decorrentes da atividade laboral são a depressão, ansiedade, TEPT, *burnout* e manifestações psicossomáticas, além de comportamentos hétero ou autodestrutivos, distúrbios do sono e prejuízos cognitivos.

Pela natureza de sua missão, os policiais militares estão sujeitos à extrema exposição a riscos e inseguranças vivenciadas todos os dias, ocasionando um elevado nível de estresse, devido ao constante estado de alerta e tensão. Diante disso, destaca-se o maior afastamento de outros grupos sociais, o aumento do abuso de substâncias lícitas e ilícitas, o surgimento de sentimentos de menos valia, desconfiança, humilhação e a relação a casos de TEPT, fadiga e profundos níveis de depressão e ansiedade.

Além disso, ao avaliar os impactos das exigências da profissão na saúde dos policiais, foi possível constatar que tais exigências, a hierarquia na instituição e a pressão da sociedade e da mídia impactam negativamente na saúde física e mental, elevando os níveis de estresse e sofrimento psíquico, com prejuízos no desempenho profissional, desmotivação, desatenção, crises mentais, ansiedade, frustrações e fadiga observados.

A saúde mental dos policiais militares, por vezes, permanece em segundo plano, sendo vista por muitos como fragilidade. Por conta disso, diversos são os casos em que permanecem adoecendo na própria organização, sem apoio dos colegas ou o suporte de profissionais qualificados, culminando em sofrimento silencioso, que eleva as taxas de adoecimento psíquico e autoextermínio. A análise desses fatores reforça a necessidade de maiores intervenções na saúde mental dos policiais, junto à busca pelo equilíbrio do clima ocupacional na instituição. Os resultados apresentados neste estudo abrem novas perspectivas para pesquisas futuras acerca da elaboração e implementação de práticas psicológicas que valorizem a individualidade psíquica de policiais militares, trazendo visibilidade ao sofrimento mental desses profissionais e contribuindo para o alívio e suporte aos mesmos, promovendo práticas que viabilizem a expressão do sofrimento humano.

REFERÊNCIAS

- Alves, J. S. C., Bendassolli, P. F., & Gondim, S. G. (2017). Trabalho emocional e burnout: um estudo com policiais militares. *Avances en Psicologia Latinoamericana*, 35(3), 459-472.
- American Psychological Association – APA. (2014). *Diagnóstico Estatístico de Transtornos Mentais – DSM-5*. Artmed.
- Antunes, E. J. F. A. (2019). *A Hierarquia na Polícia Militar do Estado do Rio de Janeiro: uma análise crítica de seus impactos na saúde*. Dissertação de mestrado, Fiocruz, Rio de Janeiro.
- Bernardino, R. C., & Bernardino, A. V. S. (2018). Fatores estressores que influenciam na qualidade de vida, gerando danos à saúde do policial militar. *Revista Mosaico*, 9(2), 02-09.
- Bezerra, C. M., Assis, S. G., & Constantino, P. (2016). Sofrimento psíquico e estresse no trabalho de agentes penitenciários: uma revisão da literatura. *Ciência & Saúde Coletiva*, 21(7), 2135-2146.
- Brito, H. P. P. (2020). *Sofrimento Psíquico em Policiais Militares: um estudo de revisão*. Dissertação de mestrado, Fiocruz, Rio de Janeiro.
- Campos, J. F., & David, H. S. L. (2011). Avaliação do contexto de trabalho em terapia intensiva sob o olhar da psicodinâmica do trabalho. *Rev. Esc. Enferm. USP*, 45 (2), 363 -8.
- Carvalho, L. O. R., Porto, R. M., & Sousa, M. N. A. (2020). Sofrimento psíquico, fatores precipitantes e dificuldades no enfrentamento da síndrome de Burnout em policiais militares. *Braz. J. Hea. Rev.*, 3(5), 15202-15214.
- Cecarechi, G., & Scatolin, H. G. (2016). A linha tênue entre combater a violência e o sofrimento psíquico: O ambiente laboral da Polícia Militar e a saúde mental. *Revista Espacios*, 38(8), 0798-1015.
- Dalgalarrodo, Paulo. (2019). *Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais*. Artmed.
- De Assis, B. B., Da Roza, A.C.C., & Bernardino, A. V. S. (2020). Da farda ao fardo: estresse, ansiedade e depressão no cotidiano do Policial Militar. *Revista Mosaico*, 11(1), 72-77.
- Dejours, C. (1992). *A loucura do trabalho: Estudo de psicopatologia do trabalho*. Cortez-Oboré.
- Dias, C. A., Siqueira, M. V S., & Ferreira L. B. (2023). Análise socioclínica do contexto do trabalho e sua relação com o adoecimento mental de policiais militares do Distrito Federal. *Cadernos Ebape BR*, 21(1), 1679-3951.
- Ferreira, A. E. J. (2019). *A Hierarquia na polícia militar do estado do Rio de Janeiro: uma análise crítica de seus impactos na saúde*. Dissertação de mestrado, Fiocruz, Rio de Janeiro.
- Francisco, D. R. M., Rodrigues, A. P. G. Pereira, G. K. (2022). Riscos psicossociais na saúde mental de policiais militares. *Holos*, 38(8).

- Guimarães, L. A. M., Mayer, V. M., Bueno, H. P. V., Minaci, M. R. T., & Martins, L. F. (2014). Síndrome de Burnout e qualidade de vida de policiais militares e civis. *Revista Sul Americana de Psicologia*, 2(1), 98-122.
- Jansen, K., Mondin, T. C., Souza, L. D. M., Konradt, C. E., Pinheiro, R. T., & Silva, R. A. (2011). TMCs e qualidade de vida em jovens: uma amostra populacional de Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. *Cad. Saúde Pública*, 27(3), 440-448.
- Martins, J. (2020). Quando a vítima é o policial. *Anuário Brasileiro de Segurança Pública* 2020, (14), 76-81.
- Martins, J., & Cruz, J. L. (2023). As mortes de policiais em 2022. *Anuário Brasileiro de Segurança Pública* 2023, (17), 50-61.
- Minayo, M. C. S., & Adorno, S. (2013). Risco e (in)segurança na missão policial. *Ciência & Saúde Coletiva*, 18(3), 585-593.
- Minayo, M. C. S., Souza, E. R., & Constantino, P. (coord). (2008). *Missão prevenir e proteger: condições de vida, trabalho e saúde dos policiais militares do Rio de Janeiro*. Dissertação de mestrado, Fiocruz, Rio de Janeiro.
- Miranda, D., & Guimarães, T. (2016). O suicídio policial: O que sabemos? *Dilemas: Revista de Estudos de Conflito e Controle Social*, 9(1), 1-18.
- Moraes, D. M. F., Sousa, M. C. A., Silva, S. H. F., Silva, K. W. P., & Oliveira, A. L. C. B. (2023). Sofrimento psíquico relacionado ao trabalho de policiais da segurança pública: revisão integrativa. *Congresso Internacional Ciência e Sociedade*, 1-12.
- Oliveira, K. L. de, & Santos, L. M. dos. (2010). Percepção da saúde mental em policiais militares da força tática e de rua. *Sociologias*, 12(25), 224-250.
- Oliveira, T. S., & Faiman C. J. S. (2019). Ser policial militar: reflexos na vida pessoal e nos relacionamentos. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, 19(2), 607-615.
- Polícia Militar de Minas Gerais. (2022). *Cartilha para os discentes*.
- Sadir, M. A., Bignotto, M. M., & Lipp, M. E. N. (2010). Stress e qualidade de vida: influência de algumas variáveis pessoais. *Paideia*, 20 (45), 73-81.
- Santos, L. R. (2022). Os desafios da saúde psicológica dos policiais militares. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, 8(9), 330-339.
- Santos, R. D. B., Hauer, R. D., & Furtado, T. M. (2019). O sofrimento psíquico de policiais militares em decorrência de sua profissão: revisão de literatura. *RGS*, 20(2), 14-27.
- Santos, S. S., & Saturnino, A. S. G. (2023). O adoecimento psíquico nos policiais militares. *Reas*, 23(4), e12702.

Santos, V. J., Rocha, G. C., & Andrade, F. L. (2015). O conceito de risco. *Revista de Geografia PPGEU UFJF*, 5(1), 33-42.

Silva, J. C. (2011). Manutenção da ordem pública e garantia dos direitos individuais: os desafios da polícia em sociedades democráticas. *Revista Brasileira de Segurança Pública*, 5(8), 78-89.

Silva, P. C. S., & Santos, J. D (2021). O policial por dentro da farda: Estudos psicológicos. *Revista Fatec de tecnologia e ciências*, 6(1), 1-22.

Souza E. R., Minayo M. C. S., Silva, J. G., & Pires, T. O. (2012). Fatores associados ao sofrimento psíquico de policiais militares da cidade do Rio de Janeiro, Brasil. *Cad. Saúde Pública*, 28(7), 1297-1311.

Souza, R. C., Barroso, S. M., & Ribeiro, A. C. S. (2022). Aspectos da saúde mental investigados em policiais: uma revisão integrativa. *Saúde Soc.*, 31(2).