



ISSN: 2230-9926

Available online at <http://www.journalijdr.com>

IJDR

International Journal of Development Research

Vol. 11, Issue, 11, pp. 52150-52155, November, 2021

<https://doi.org/10.37118/ijdr.23391.11.2021>



RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS

ESTRESSE E ESGOTAMENTO PROFISSIONAL EM POLICIAIS MILITARES: REVISÃO SISTEMÁTICA DE LITERATURA

¹ZAMPRONIO, Luzia, ²SCHENATTO, Fernando Jose Avancini, ³TRENTIN, Marcelo Gonçalves and ⁴PESSA, Sérgio Luiz Ribas

¹Especialização em Emergências pela Universidade Paranaense, Brasil, Enfermeira do Secretaria Municipal de Saúde de São Lourenço do Oeste (SC), Brasil.

²Doutorado em Engenharia de Produção pela Universidade Federal de Santa Catarina, Brasil, Professor efetivo da Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Brasil.

³Doutorado em Engenharia de Produção pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Brasil, Professor Ensino Básico Técnico e Tecnológico da Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Brasil.

ARTICLE INFO

Article History:

Received 14th August, 2021

Received in revised form

17th September, 2021

Accepted 25th October, 2021

Published online 30th November, 2021

Key Words:

Doenças profissionais. Estresse Laboral. Esgotamento Profissional. Policiais. Agentes para Cumprimento das leis.

*Corresponding author:

ZAMPRONIO, Luzia

ABSTRACT

A atuação em segurança pública é permeada por desafios e situações conflitantes que impõe aos policiais militares elevada carga de estresse. O objetivo deste estudo foi analisar a ocorrência de estresse laboral e esgotamento profissional em policiais militares, compreendendo ainda o impacto de tal condição sobre a qualidade de vida e saúde dos profissionais. Trata-se de um estudo de revisão sistemática de literatura, estruturado conforme a metodologia *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA)*. A busca por estudos se deu nas bases de dados vinculadas à *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE)*, e Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), utilizando-se os descritores em ciências da saúde (DECS): Estresse laboral OR Esgotamento profissional AND Polícia OR 21 e dois estudos para análise e discussão dos dados. Foi consenso entre os estudos analisados que a atuação profissional como policial impõe aos trabalhadores excessiva carga de estresse, baixo reconhecimento, e situações de perigo e traumas constantes. Observou-se ainda baixo nível de satisfação pessoal e profissional, repercussões em saúde física e psíquica, além de baixa rede de suporte ofertada pelas instituições.

Copyright © 2021, ZAMPRONIO, Luzia et al. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Citation: ZAMPRONIO, Luzia, SCHENATTO, Fernando Jose Avancini, TRENTIN, Marcelo Gonçalves et al. "Estresse e esgotamento profissional em policiais militares: revisão sistemática de literatura.", *International Journal of Development Research*, 11, (11), 52150-52155.

INTRODUCTION

A qualidade de vida no trabalho (QVT) pode ser compreendida como a percepção do profissional sobre suas funções realizadas, resultados obtidos no trabalho, bem como sobre a sobrecarga mental advinda da rotina laboral. Entende-se ainda que a QVT se relaciona com uma espécie de objetivo a ser atingido, ou seja, uma condição em que o trabalhador possua satisfação laboral, e consiga um rendimento satisfatório capaz de atender também às necessidades da empresa ou instituição a qual está ligado (KLEIN; PEREIRA; LEMOS, 2019). Limongi-França (2009) argumentam que a QVT é fundamental para se atingir a produtividade necessária, além de garantir um efeito protetor à saúde do trabalhador. Desta forma, ao se pensar em QVT, deve-se analisar a aptidão do trabalhador, sua carga de trabalho, rotina, processos laborais, bem como as condições ofertadas para o

desempenho da função. Muitas vezes a carga laboral excessiva, exigência de cumprimento de metas, ou ainda situações de estresse cotidianas faz com que haja redução da QVT, maior absenteísmo e adoecimento psíquico correlacionado (LIMONGI-FRANÇA, 2009).

Uma condição satisfatória de saúde mental tem sido referenciada como requisito básico para uma adequada execução de atividades laborais nos mais diversos setores de serviços (OLIVEIRA et al., 2021). Dados do Instituto Nacional de Seguridade Social do Brasil apontam que os transtornos mentais e comportamentais são a terceira causa de incapacidade laboral no país, sendo que entre 2012 e 2016 foram registrados aproximadamente 668.927 casos de tais transtornos entre profissionais brasileiros (BRASIL, 2017). Quando se analisa as condições de trabalho de determinada categoria profissional entende-se que tal análise deve levar em consideração os componentes cognitivo, psíquico, e físico exigidos do profissional na execução de

suas funções. A organização da rotina laboral, as situações vivenciadas, ou ainda o ambiente de trabalho pode exigir dos profissionais elevada carga mental e ainda sofrimento psíquico considerável (SOUZA *et al.*, 2012). Em diversas ocupações considera-se que a exposição contínua ao estresse predispõe o desenvolvimento de transtornos de saúde mental, e promovem redução do bem-estar biopsicossocial dos indivíduos (ARCOSY *et al.*, 2020; GADINI; JÚNIOR; FEIJÓ, 2018; MOURA; LEITE; GRECO, 2020). De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS) a atuação profissional em atividades de Segurança Pública impõe aos trabalhadores rotinas extenuantes, organização da jornada em turnos, necessidade de concentração constante, e risco iminente de embate ou situações de violência. Documento da OMS afirma ainda que tais profissionais possuem, pelas condições de trabalho, maior risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares, metabólicas e mentais (BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013; WHO, 1995). No contexto brasileiro observa-se que os profissionais de segurança pública se deparam com intenso crescimento de diversas formas de criminalidade e violência, sem que haja contingente policial suficiente, bem como, treinamento adequado para enfrentamento adequado das demandas existentes (OLIVEIRA; SANTOS, 2010). Estudo aponta ainda que os conflitos enfrentados pelos policiais militares no exercício das suas funções causam lhes sofrimento mental e estresse pois são as maiores vítimas no exercício de suas tarefas. Em tal conjuntura o objetivo do presente estudo foi analisar a ocorrência de estresse laboral e esgotamento profissional em policiais militares, compreendendo ainda o impacto de tal condição sobre a qualidade de vida e saúde dos profissionais.

MATERIAIS E MÉTODOS

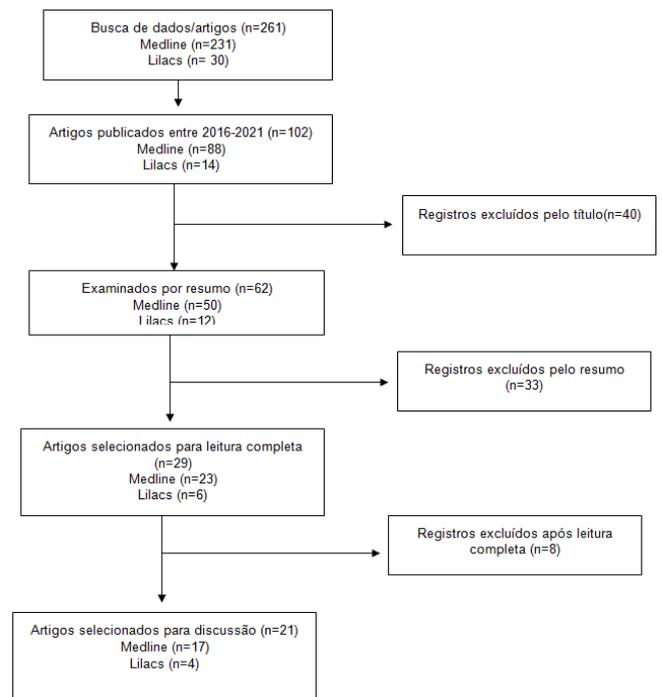
Trata-se de um estudo de revisão sistemática de literatura, estruturado conforme a metodologia *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA)*. A busca por estudos se deu nas bases de dados vinculadas à *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE)*, e *Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS)*, utilizando-se os descritores em ciências da saúde (DECS): Estresse laboral OR Esgotamento profissional AND Polícia OR Policiais OR Agentes para cumprimento das leis. Foram considerados estudos publicados na janela temporal compreendida entre 2016-2021 (últimos cinco anos), originais, que abordavam o quadro de estresse e esgotamento profissional em policiais, bem como os fatores predisponentes destas condições. Foram excluídos estudos que não correlacionassem a vivência profissional com a sobrecarga psíquica, bem como estudos de revisão literária, ou que não especificavam adequadamente as estratégias metodológicas adotadas.

RESULTADOS

Após análise criteriosa dos resultados obtidos na busca por literatura obedecendo os critérios anteriormente mencionados foram eleitos para leitura completa 29 estudos, sendo que 8 foram excluídos por não apresentarem clareza metodológica e/ou não abordarem a temática principal proposta. Por fim, contemplaram os resultados deste estudo um total de 21 artigos. O processo de seleção destes está apresentado no Fluxograma 1, conforme preconizado pela metodologia PRISMA adotada neste constructo. Após a seleção dos estudos procedeu-se a estruturação de um Quadro descritivo do conteúdo apresentado pelos estudos, visando melhor análise do conteúdo destes e discussão dos resultados (Quadro 1).

DISCUSSÃO

Diversos estudos apontam que atividades de policiamento são caracterizadas como ocupações estressantes e que acarretam prejuízos na saúde física e mental dos policiais. Comportamentos agressivos, suicídio e esgotamento profissional são realidades comumente vivenciadas entre policiais militares (JETELINA *et al.*, 2020b; QUEIRÓS *et al.*, 2020; RONG *et al.*, 2019).



Fonte: ZAMPRONIO; SCHENATTO (2021).

Fluxograma 1. Triagem e seleção de estudos conforme metodologia PRISMA

A prevalência de elevado estresse laboral e repercussões físicas e metabólicas do estresse variou entre os estudos encontrados, mas teve grande significância. Em estudo com 728 policiais de trânsito de Xangai observou-se uma prevalência de alto estresse ocupacional variando entre 51,5 - 74,6%. Observou-se ainda correlação direta entre maior escolaridade, e maior carga de trabalho com o agravamento do estresse entre os profissionais (RONG *et al.*, 2019). O quadro de estresse crônico tende a promover nos policiais quadros de esgotamento psíquico, distúrbios musculoesqueléticos e elevado sofrimento mental (ACQUADRO MARAN; ZEDDA; VARETTO, 2018; ARGUSTAITE-ZAILSKIENE; SMIGELSKAS; ZEMAITIENE, 2020; PETERSON *et al.*, 2019; SERRA *et al.*, 2020). Serra *et al.* (2020) evidenciaram que os distúrbios musculoesqueléticos são comuns entre policiais. Por outro lado, em seu estudo observou-se que a prática de atividades físicas regular atuava como fator protetor, ocasionando menor sintomatologia. Diante de tal evidência os pesquisadores reforçam a necessidade de promoção de hábitos de vida saudáveis entre policiais buscando também melhor QVT e melhor enfrentamento do estresse.

A relação entre aptidão física, estresse laboral, saúde mental e risco cardiovascular também foi objeto de discussão em estudo com 201 policiais participantes. No estudo 4,0%, 6,5% e 14,4% relataram níveis clinicamente relevantes de burnout, queixas de sono e estresse mental excessivo. Se por um lado os níveis de aptidão cardiorrespiratória foram associados a um risco cardiometabólico reduzido, por outro observou-se que elevados níveis de estresse ocupacional promoviam maior sintomatologia de burnout, queixas de sono e aumento do sofrimento psicológico geral (SCHILLING *et al.*, 2019). A modulação das respostas ao estresse pelo organismo humano é realizada em ação conjunta pelo Sistema Nervoso Autônomo e pelo eixo Hipotálamo-Pituitária-adrenal, promovendo controle no nível de glicocorticóides produzidos pelo organismo. Dentre os glicocorticóides o cortisol é um dos principais compostos produzidos pelo organismo em situações de estresse, seguindo um ritmo circadiano que tem pico máximo durante a manhã, reduzindo ao longo do dia (TAVARES *et al.*, 2017). Estudo transversal com 134 policiais militares demonstrou que os níveis de cortisol noturno pode variar dos níveis fisiológicos a depender das escalas de trabalho, variáveis individuais e condições psicossociais. Ao avaliar a associação entre o setor de trabalho e o cortisol salivar, o Grupo de

Quadro 1. Síntese dos dados coletados

Autores	Base de dados	Objetivo	Principais resultados
(CHO et al., 2021)	MEDLINE	Avaliar a relação entre a percepção de desequilíbrio esforço-recompensa (ERI) e quatro resultados de bem-estar dos funcionários (saúde física autorrelatada, ausência por doença, satisfação no trabalho e eficácia na vida profissional) em profissionais de Cingapura	Em consonância com a teoria, os policiais caracterizados por alto esforço intrínseco e baixa recompensa apresentaram maior índice de saúde física deficiente, insatisfação no trabalho e ineficácia na vida profissional.
(LUCENO-MORENO et al., 2021)	MEDLINE	Avaliar o questionário desequilíbrio esforço-recompensa (ERIQ) em policiais	O estresse ocupacional é um problema latente entre os profissionais participantes do estudo. Observou-se excelente correlação entre o instrumento utilizado e análise do estresse ocupacional.
JETELINA et al., 2020	MEDLINE	Avaliar a prevalência de doenças mentais, sintomas de doenças mentais, as características dos policiais interessados em buscar cuidados de saúde mental e caracterizar as percepções sobre o uso de cuidados de saúde mental.	O sofrimento mental é algo presente em muitos profissionais, embora poucos policiais procurem tratamento. Observa-se grande estigma e preconceito, o que faz com que haja resistência destes em procurar suporte/ajuda.
(QUEIRÓS et al., 2020)	MEDLINE	Identificar estresse operacional e organizacional, burnout, enfrentamento resiliente e estratégias de enfrentamento em policiais, bem como analisar as propriedades psicométricas de uma versão em português do Organizational Police Stress Questionnaire.	Verificou-se no estudo que 88,4% dos policiais apresentaram alto estresse operacional, 87,2% alto estresse organizacional, 10,9% valores críticos para burnout e 53,8% enfrentamento de baixa resiliência, preferindo enfrentamento orientado para a tarefa do que para emoção e evitação.
(CHAN; ANDERSEN, 2020)	MEDLINE	Avaliar a influência do estresse organizacional nos sintomas de depressão em uma amostra de policiais de uma grande região urbana.	O estresse organizacional e a ansiedade foram positivamente associados aos sintomas de depressão autorreferidos.
(RYU; YANG; CHOI, 2020)	MEDLINE	Avaliar os níveis de estresse, estilos de enfrentamento e bem-estar subjetivo, incluindo afeto e satisfação com a vida entre policiais militares coreanos.	O nível de estresse no trabalho para os participantes foi moderado, com uma média de 43,57 em 100. Os estilos de enfrentamento de resolução de problemas e busca de assistência dos participantes mostraram-se importantes fatores mediadores para o estresse e o bem-estar subjetivo, especialmente o afeto positivo.
(JOHN-AKINOLA; AJAYI; OLUWASANU, 2020)	MEDLINE	Avaliar o estresse experimentado e o mecanismo de enfrentamento entre os policiais em Ibadan Metropolis, Estado de Oyo, Nigéria.	Observou-se desconhecimento sobre sinais e sintomas sugestivos de estresse em 92,5% dos entrevistados. Apenas 36,9% dos participantes relataram um bom mecanismo para enfrentamento do estresse.
(HOUDMONT et al., 2020)	MEDLINE	Analisar as estratégias de gerenciamento do estresse entre policiais do Reino Unido.	Observou-se lacunas organizacionais no suporte aos policiais. Os gerentes executivos apresentavam dificuldades em liderança, apresentação de objetivos futuros, bem como liderar a equipe em situações difíceis.
(CIESLAK et al., 2020)	MEDLINE	Avaliar o impacto de fatores relacionados ao trabalho selecionados sobre o estresse ocupacional em policiais municipais ativos em Varsóvia	Verificou-se que há elevada negação entre os profissionais para admitir o estresse e esgotamento profissional.
(RONG et al., 2019)	MEDLINE	Investigar o alto estresse ocupacional e seus fatores de influência na polícia de trânsito em Xangai.	Do total de 728 participantes do estudo observou-se uma prevalência de alto estresse ocupacional em 74,6% da amostra.
(SERRA et al., 2020)	LILACS	Analisar a associação entre estresse percebido e atividade física com a prevalência de sintomas de distúrbios musculoesqueléticos (STM) em policiais.	O nível de estresse e a prática de atividade física influenciaram na prevalência de SMSD.
(SCHILLING et al., 2019)	MEDLINE	Avaliar a aptidão cardiorrespiratória e sua correlação com estresse ocupacional, risco cardiovascular e saúde mental.	Altos níveis de aptidão cardiorrespiratória foram associados a uma redução do risco cardiometabólico, enquanto altos níveis de estresse foram associados a uma pior saúde mental.
(CEREL et al., 2019)	MEDLINE	Examinar a exposição ocupacional e pessoal ao suicídio entre agentes da lei e repercussões em saúde mental	Há necessidade de treinamento para mitigar o efeito desses múltiplos traumas em sua saúde mental de agentes da lei.
(OGEIL et al., 2018)	MEDLINE	Examinar o uso de drogas promotoras do sono e da vigília em policiais e associações entre seu uso e saúde (sonolência excessiva, estresse e esgotamento), desempenho (erros relacionados à fadiga) e resultados de segurança (quase colisões).	Os policiais que usam drogas que promovem o sono e a vigília, especialmente quando trabalham em turnos noturnos, são os mais vulneráveis a resultados adversos de saúde, desempenho e segurança.
(WICKRAMASINGHE; WIJESINGHE, 2018)	MEDLINE	Explorar os subtipos de burnout em policiais de Sri Lanka.	Considerou-se elevada prevalência de burnout na amostra de policiais. Os policiais tiveram pontuações altas para os subtipos frenético e desgastado em comparação com o subtipo subestimado.
(FEKEDULEGN et al., 2018)	MEDLINE	Investigar o papel da atividade física de lazer na associação entre a qualidade do sono e a resposta ao despertar do cortisol	A má qualidade de sono associa-se à menor nível de cortisol ao acordar e padrões desregulados de cortisol ao longo do tempo em policiais sedentários ou insuficientemente ativos.
(ACQUADRO MARAN; ZEDDA; VARETTO, 2018)	MEDLINE	Investigar os estressores operacionais e organizacionais, suas consequências, bem como estratégias de enfrentamento entre policiais.	Os resultados revelaram que tanto os oficiais da patrulha externa quanto os oficiais da patrulha interna sofriam de estressor organizacional e ocupacional. Os policiais de patrulha ao ar livre pareciam mais dispostos a usar diferentes estratégias de enfrentamento, enquanto os policiais de patrulha interna usavam estratégias de evasão.
(CHOPKO; PALMIERI; ADAMS, 2018)	MEDLINE	Conhecer o enfrentamento de situações traumáticas e suas repercussões por policiais.	Os resultados indicam que os eventos que envolvem ameaça a si mesmo estão mais intimamente relacionados ao estresse pós-traumático.
(PELEGRINI et al., 2018)	LILACS	Analisar a percepção das condições de trabalho e o estresse ocupacional em policiais civis e militares de Unidades de Operações Especiais de Santa Catarina.	Os policiais apresentaram percepção regular de suas condições de trabalho, e percepção mais negativa em relação à remuneração, benefícios e ao ambiente físico.
(TAVARES et al., 2017)	LILACS	Analisar a relação entre as dimensões do estresse psicossocial e o cortisol salivar em policiais militares.	Evidenciou-se que a variação do cortisol salivar foi influenciada por variáveis individuais, laborais e psicossociais.
(BRAVO; BARBOSA; CALAMITA, 2016)	LILACS	Identificar as causas do absentismo na atividade do Policial Militar e compreender suas condições de trabalho, relacionando-as com o envelhecimento funciona	Verificou-se predomínio de absentismo por traumas e problemas ortopédicos.

Operações Táticas Especiais (GATE) apresentou as maiores médias dos níveis de cortisol ao acordar em comparação aos motociclistas e choque. Os níveis de cortisol noturno apresentaram associação significativa também à variável número de pessoas na escala de trabalho, de forma que os policiais que consideraram o número de pessoas suficiente apresentaram os maiores valores médios de cortisol à noite em relação aos que avaliaram o número de pessoas como insuficiente (TAVARES *et al.*, 2017). Em outro estudo observou-se que o padrão de sono, e produção de cortisol é fortemente influenciada pelo nível de atividade física. Considerando-se que todos os policiais estão envolvidos em atividades de grande estresse laboral, observa-se que a prática de atividades físicas regular é um fator protetor para qualidade do sono, e também manutenção dos níveis de cortisol adequados ao longo do dia (FEKEDULEGN *et al.*, 2018). Estudo utilizando o 'Burnout Clinical Subtype Questionnaire' destaca os diferentes subtipos de Burnout (esgotamento profissional) em que se enquadram os policiais participantes na pesquisa. Os policiais tiveram pontuações altas para os subtipos frenético e desgastado em comparação com o subtipo subestimado. Considera-se o subtipo frenético aquele grupo de profissionais que almejam alcançar o sucesso, mesmo em condições de vida e saúde desfavoráveis, realizando rotinas exaustivas, e ultrapassando os limites saudáveis do empenho laboral. Nestes profissionais há maior risco de transtornos mentais ansiosos, bem como repercussões físicas do quadro de exaustão (WICKRAMASINGHE; WIJESINGHE, 2018). Com a elevada carga laboram imposta aos policiais, bem como a exigência de trabalho em turnos noturnos observa-se ainda distúrbios do sono como precursores de eventos adversos. Em pesquisa transversal com 4957 policiais da América do Norte observou-se a utilização de indutores de sono em 20% da amostra, bem como uso de promotores de vigília em 28% dos policiais. O uso de caféina, drogas e tabaco foi referido como estratégia para garantir o estado de alerta durante turnos de policiamento noturnos. O trabalho noturno foi associado a aumentos independentes na sonolência excessiva, quase acidentes e erros relacionados à fadiga (OGEIL *et al.*, 2018). Em estudo envolvendo 434 policiais observou-se que 17% (n=19) haviam procurado serviços de saúde mental nos últimos meses. Além disso, 54 policiais (12%) referiu ter diagnóstico de saúde mental ao longo da vida. Observou-se ainda que os profissionais possuíam dificuldade em identificar a presença de doença mental, medos e preconceito quanto ao diagnóstico, bem como elevada preocupação com o sigilo de sua condição de saúde mental. O sofrimento mental, ideação suicida e automutilação foram correlacionados com elevado estresse e frustração advinda da atividade laboral executada (JETELINA *et al.*, 2020a). Em pesquisa similar observou-se que do total de 1131 policiais, 87,2% apresentavam alto estresse organizacional, 4% dos policiais apresentavam alto estresse operacional, e 10,9% possuíam valores críticos para esgotamento profissional (burnout) (QUEIRÓS *et al.*, 2020). A cultura policial, ambiente de trabalho e processo de treinamento dos militares são condições que promovem elevado estresse organizacional. Observa-se a existência de poucas ações de prevenção do esgotamento profissional entre militares, mesmo em face de elevada ocorrência de depressão e transtornos de ansiedade nos profissionais. A hostilidade vivenciada, seja na relação com superiores, ou em comunidades periféricas, o baixo apoio social percebido, e a estrutura operacional elevam o nível de estresse e sofrimento psíquico entre os profissionais (CHAN; ANDERSEN, 2020).

A relação entre a vivência de situações traumáticas e o desenvolvimento de transtornos mentais foi evidenciado em estudo com 813 policiais. Verificou-se que 95% da amostra já havia presenciado pelo menos uma cena de suicídio no exercício profissional. Um em cada cinco (22%) relatou pesadelos, e 42,5% relataram uma cena que não conseguiam esquecer. Quase três quartos (73,4%) conheciam pessoalmente alguém que havia morrido por suicídio. Houve uma associação significativa entre altos níveis de exposição ocupacional ao suicídio e consequências comportamentais para a saúde, incluindo ansiedade, depressão, ideação suicida e pensamentos persistentes de uma cena de suicídio (CEREL *et al.*, 2019). Em relação à vivenciar eventos traumáticos a literatura aponta que os policiais tendem a ser expostos com frequência a incidentes

potencialmente traumáticos. A forma de lidar com o trauma difere significativamente quando a situação vivenciada representa risco próprio, ou apenas testemunhar evento com outro. Eventos que envolvem ameaça a si mesmo estão mais intimamente relacionados ao estresse pós-traumático. Contudo, a vivência de situações conflitantes ou traumáticas próprias ou de terceiros é referida como propulsor do sofrimento psíquico entre policiais (CHOPKO; PALMIERI; ADAMS, 2018). Outro ponto relevante descrito pela literatura é a ausência de estratégias organizacionais e suporte aos policiais em sofrimento mental (CEREL *et al.*, 2019; CHOPKO; PALMIERI; ADAMS, 2018). Em estudo transversal realizado com 285 policiais militares observou-se a ocorrência de absenteísmo de 18,6% entre os policiais. O descontentamento com a instituição, o sentimento de não-reconhecimento, bem como a percepção de apoio insuficiente foram destacados como propulsores de maior absenteísmo entre os policiais. As rotinas laborais favorecem o sofrimento, envelhecimento laboral, bem como maior absenteísmo por doença física e psíquica (BRAVO; BARBOSA; CALAMITA, 2016). Entre os policiais que negam a existência de estresse ou esgotamento profissional pode-se observar a dita "cultura policial" vigente, em que há necessidade de negar qualquer fator que possa representar fraqueza. Nestes casos, observa-se que os policiais tendem a negar o impacto do estresse sobre a saúde, e consequentemente aproveitam menos os conselhos psiquiátricos e/ou psicológicos. Por outro lado, entre profissionais que alegam vivenciar estresse laboral, observa-se que fatores ambientais (ruídos, temperatura), abuso físico, e a falta de recursos adequados são determinantes de pior qualidade de vida e maior esgotamento profissional (CIESLAK *et al.*, 2020). O modelo de desequilíbrio esforço-recompensa (ERI) foi utilizado como parâmetro de análise em três dos estudos selecionados (CHO *et al.*, 2021; LUCENO-MORENO *et al.*, 2021; RONG *et al.*, 2019). O Questionário de Desequilíbrio de Esforço-Recompensa (ERIQ) utilizado nos estudos busca compreender o estresse advindo do trabalho gerado pelo desequilíbrio entre o esforço do trabalhador e as recompensas obtidas pelo mesmo. Importante destacar, que a dimensão "esforço" se refere tanto ao esforço extrínseco, ou seja, as demandas do trabalho, como também ao esforço intrínseco (motivação) desempenhado pelo profissional para suprir as demandas do serviço (LUCENO-MORENO *et al.*, 2021). Observou-se que situações que demandam alto esforço por parte dos profissionais, e resultam em baixa recompensa ocasionam estresse crônico, frustração e insatisfação com a vida profissional. Dentre os fatores considerados "baixa recompensa" destacam-se a remuneração inadequada, poucas oportunidades na carreira, rede de apoio deficitária, bem como inadequação entre rotinas de trabalho e aspectos pessoais (CHO *et al.*, 2021; LUCENO-MORENO *et al.*, 2021). Em estudo com policiais civis e militares de Santa Catarina observou-se que a incompatibilidade entre as exigências do trabalho e os benefícios/remuneração obtidos pelos profissionais é importante fonte de estresse e desgaste laboral. Participaram 84 policiais civis e militares do sexo masculino e observou-se que um em cada quatro policiais apresentou trabalho passivo e de alto desgaste, considerados de maior risco para adoecimento (PELEGRINI *et al.*, 2018). Dentre os fatores destacados como "estressantes" no cotidiano policial foram enumerados a necessidade de vigilância constante, contato contínuo com eventos traumáticos, baixa autonomia na tomada de decisões, e ainda exigências superiores às recompensas ofertadas (LUCENO-MORENO *et al.*, 2021). A rotatividade de turnos semanais, percepção de risco no trabalho e a alocação arbitrária em determinadas tarefas especiais foram também citados pela literatura pesquisada como estressores potenciais (JOHN-AKINOLA; AJAYI; OLUWASANU, 2020). A elevada demanda por policiais e o número reduzido de agentes em campo é referido por diversos autores como fator limitante do bem-estar, e gerador de estresse entre os policiais. O número insuficiente de policiais, e a demanda crescente por segurança gera nos profissionais o sentimento de insuficiência, sobretudo quando ocorrem eventos violentos que poderiam ter sido evitados caso houvesse condições de trabalho adequadas (RYU; YANG; CHOI, 2020). Três estudos abordaram as estratégias de enfrentamento do estresse utilizadas pelos policiais (HOUDMONT *et al.*, 2020; JOHN-AKINOLA; AJAYI; OLUWASANU, 2020; RYU; YANG; CHOI, 2020).

No estudo realizado por Ryu, Yang e Choi (2020) considerando a polícia Coreana observou-se que o estilo de evitação de problemas, e estilo de resolução de problemas tiveram maior pontuação que as demais categorias (pensamento esperançoso, busca de assistência e alívio emocional). Em todas as categorias, contudo, observou-se relação direta entre maior nível de estresse percebido e pior qualidade de vida e saúde. O estudo realizado por John-Akinola, Ajayi e Oluwasanu (2020) entrevistou 342 policiais nigerianos visando compreender o estresse experimentado e mecanismo de enfrentamento deste. A maioria (80,1%) dos entrevistados relatou experiência de estresse, como sentir-se deprimido às vezes no trabalho, enquanto 60,5% disseram que geralmente têm dor de cabeça e dor no corpo. Contudo, observou-se um conhecimento insuficiente sobre o conceito de estresse em 92,5% da amostra. Dentre as técnicas de enfrentamento de estresse foram enumeradas: orar, relaxar e descansar (26,2%); sono e exame médico regular (21,7%); e ouvir música e assistir filmes (10,4%). Em estudo abordando o contexto do policiamento no Reino Unido os pesquisadores ressaltam a importância de um gerente de equipe/policial superior atuar de maneira adequada para gerenciamento do estresse na equipe. A comunicação efetiva, organização na definição de metas e rotinas, bem como a participação conjunta para gerenciar situações difíceis são pontos descritos como deficientes e que impactam significativamente o bem-estar, produtividade e QVT dos profissionais. Em face de tais resultados, considera-se fundamental estratégias para desenvolvimento de liderança cooperativa, e comunicação efetiva entre equipes de polícia (HOUDMONT *et al.*, 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi consenso entre os estudos analisados que a atuação profissional como policial impõe aos trabalhadores excessiva carga de estresse, baixo reconhecimento, e situações de perigo e traumas constantes. Observou-se ainda baixo nível de satisfação pessoal e profissional, repercussões em saúde física e psíquica, além de baixa rede de suporte ofertada pelas instituições. A promoção de atividades físicas, apoio psicológico e ajuda psiquiátrica, bem como, melhor preparo dos processos laborais e liderança efetiva foram considerados fatores contributivos para melhor QVT e menor índice de burnout entre profissionais analisados.

REFERÊNCIAS

- ACQUADRO MARAN, D.; ZEDDA, M.; VARETTO, A. Organizational and Occupational Stressors, Their Consequences and Coping Strategies: A Questionnaire Survey among Italian Patrol Police Officers. *Int. j. environ. res. public health* (Online), v. 15, n. 1, 2018.
- ARCOSY, C. VON *et al.* Possible outcomes of cumulative trauma in mental-health: a case report. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 69, n. 3, jul. 2020.
- ARGUSTAITE-ZAILSKIENE, G.; SMIGELSKAS, K.; ZEMAITIENE, N. Traumatic experiences, mental health, social support and demographics as correlates of alcohol dependence in a sample of Lithuanian police officers. *Psychol Health Med*, v. 25, n. 4, p. 396–401, 2020.
- BEZERRA, C. DE M.; MINAYO, M. C. DE S.; CONSTANTINO, P. Estresse ocupacional em mulheres policiais. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 18, n. 3, mar. 2013.
- BRASIL. 1º Boletim Quadrimestral sobre benefícios por Incapacidade. *Adoecimento Mental e Trabalho: A concessão de benefícios por incapacidade relacionada a transtornos mentais e comportamentais entre 2012 e 2016* (Ministério da Fazenda, Ed.). Brasília: Ministério da Fazenda, 2017.
- BRAVO, D. S.; BARBOSA, P. M. K.; CALAMITA, Z. Absenteísmo e envelhecimento no contexto ocupacional do Policial Militar. *Rev. bras. med. trab.*, v. 14, n. 2, p. 134–142, 2016.
- CEREL, J. *et al.* Suicide Exposure in Law Enforcement Officers. *Suicide Life Threat Behav*, v. 49, n. 5, p. 1281–1289, 2019.
- CHAN, J. F.; ANDERSEN, J. P. Influence of organizational stress on reported depressive symptoms among police. *Occup Med (Lond)*, v. 70, n. 7, p. 496–502, 2020.
- CHO, E. *et al.* Roles of effort and reward in well-being for police officers in Singapore: The effort-reward imbalance model. *Soc Sci Med*, v. 277, p. 113878, 2021.
- CHOPKO, B. A.; PALMIERI, P. A.; ADAMS, R. E. Relationships among traumatic experiences, PTSD, and posttraumatic growth for police officers: A path analysis. *Psychol Trauma*, v. 10, n. 2, p. 183–189, 2018.
- CIESLAK, I. *et al.* Stress at work: The case of municipal police officers. *Work*, v. 65, n. 1, p. 145–152, 2020.
- FEKEDULEGN, D. *et al.* Sleep quality and the cortisol awakening response (CAR) among law enforcement officers: The moderating role of leisure time physical activity. *Psychoneuroendocrinology*, v. 95, p. 158–169, 2018.
- GADINI, B.; JÚNIOR, E.; FEIJÓ, M. IMPLICATIONS FROM POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER IN WORK: A NARRATIVE BIBLIOGRAPHIC REVIEW. *Psicologia, Saúde & Doença*, v. 19, n. 3, 30 nov. 2018.
- HOUDMONT, J. *et al.* Stress Management Competency Framework in English policing. *Occup Med (Lond)*, v. 70, n. 1, p. 31–37, 2020.
- JETELINA, K. K. *et al.* Prevalence of Mental Illness and Mental Health Care Use Among Police Officers. *JAMA Netw Open*, v. 3, n. 10, p. e2019658–e2019658, 2020a.
- JETELINA, K. K. *et al.* Prevalence of Mental Illness and Mental Health Care Use Among Police Officers. *JAMA Netw Open*, v. 3, n. 10, p. e2019658–e2019658, 2020b.
- JOHN-AKINOLA, Y. O.; AJAYI, A. O.; OLUWASANU, M. M. Experience of Stress and Coping Mechanism Among Police Officers in South Western Nigeria. *Int Q Community Health Educ*, v. 41, n. 1, p. 7–14, 2020.
- KLEIN, L. L.; PEREIRA, B. A. D.; LEMOS, R. B. QUALITY OF WORKING LIFE: PARAMETERS AND EVALUATION IN THE PUBLIC SERVICE. *RAM. Revista de Administração Mackenzie*, v. 20, n. 3, 2019.
- LIMONGI-FRANÇA, A. Qualidade de Vida no Trabalho – QVT: conceitos e práticas nas empresas da sociedade pós-industrial. São Paulo: Atlas S.A., 2009. (Nota técnica).
- LUCENO-MORENO, L. *et al.* Occupational Stress in Spanish Police Officers: Validating the Effort-Reward Imbalance Questionnaire. *Int. j. environ. res. publichealth* (Online), v. 18, n. 4, 2021.
- MOURA, D. C. A. DE; LEITE, I. C. G.; GRECO, R. M. Prevalência de sintomas de depressão em agentes comunitários de saúde. *Trabalho, Educação e Saúde*, v. 18, n. 2, 2020.
- OGEIL, R. P. *et al.* Cross-sectional analysis of sleep-promoting and wake-promoting drug use on health, fatigue-related error, and near-crashes in police officers. *BMJ Open*, v. 8, n. 9, p. e022041–e022041, 2018.
- OLIVEIRA, K. L. DE; SANTOS, L. M. DOS. Percepção da saúde mental em policiais militares da força tática e de rua. *Sociologias*, v. 12, n. 25, dez. 2010.
- OLIVEIRA, R. DE *et al.* Unnecessarily prolonged suffering: a case of missed diagnosis of post-traumatic stress disorder in a teaching hospital. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 16 abr. 2021.
- PELEGRINI, A. *et al.* Percepção das condições de trabalho e estresse ocupacional em policiais civis e militares de unidades de operações especiais. *Cad. Bras. Ter. Ocup*, v. 26, n. 2, p. 423–430, 2018.
- PETERSON, S. A. *et al.* Associations between shift work characteristics, shift work schedules, sleep and burnout in North American police officers: a cross-sectional study. *BMJ Open*, v. 9, n. 11, p. e030302–e030302, 2019.
- QUEIRÓS, C. *et al.* Job Stress, Burnout and Coping in Police Officers: Relationships and Psychometric Properties of the Organizational Police Stress Questionnaire. *Int. j. environ. res. public health* (Online), v. 17, n. 18, 2020.
- RONG Y. *et al.* [Evaluating the level of occupational stress and its influence factors among traffic police in a district in Shanghai]. *Zhonghua Lao Dong Wei Sheng Zhi Ye Bing Za Zhi*, v. 37, n. 5, p. 352–356, 2019.

- RYU, G. W.; YANG, Y. S.; CHOI, M. Mediating role of coping style on the relationship between job stress and subjective well-being among Korean police officers. *BMC Public Health*, v. 20, n. 1, p. 470, 2020.
- SCHILLING, R. *et al.* Does Cardiorespiratory Fitness Moderate the Association between Occupational Stress, Cardiovascular Risk, and Mental Health in Police Officers? *Int. j. environ. res. public health* (Online), v. 16, n. 13, 2019.
- SERRA, M. V. G. B. *et al.* Musculoskeletal disorders, stress perception and physical activity in police officers. *Fisioter. Pesqui.* (Online), v. 27, n. 1, p. 22–27, 2020.
- SOUZA, E. R. DE *et al.* Fatores associados ao sofrimento psíquico de policiais militares da cidade do Rio de Janeiro, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 28, n. 7, jul. 2012.
- TAVARES, J. P. *et al.* Relationship between psychosocial stress dimensions and salivary cortisol in military police officers. *Rev. latinoam. enferm.* (Online), v. 25, p. e2873–e2873, 2017.
- WHO, W. H. O. *Global Strategy on Occupational Health for All*. Geneva: [s.n.].
- WICKRAMASINGHE, N. D.; WIJESINGHE, P. R. Burnout subtypes and associated factors among police officers in Sri Lanka: A cross-sectional study. *J Forensic Leg Med*, v. 58, p. 192–198, 2018.
