



CENTRO UNIVERSITÁRIO DR. LEÃO SAMPAIO – UNILEÃO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

NAYANE MONTEIRO LINS FEITOSA

**FATORES ESTRESSORES E SOFRIMENTO PSÍQUICO CAUSADOS PELA
OCUPAÇÃO DOS POLICIAIS MILITARES**

Juazeiro do Norte
2020

NAYANE MONTEIRO LINS FEITOSA

**FATORES ESTRESSORES E SOFRIMENTO PSÍQUICO CAUSADOS PELA
OCUPAÇÃO DOS POLICIAIS MILITARES**

Artigo apresentado à Coordenação do
Curso de Graduação em Psicologia do
Centro Universitário Dr. Leão Sampaio,
como requisito para a obtenção do grau de
bacharelado em Psicologia.

Juazeiro do Norte
2020

NAYANE MONTEIRO LINS FEITOSA

**FATORES ESTRESSORES E SOFRIMENTO PSÍQUICO CAUSADOS PELA
OCUPAÇÃO DOS POLICIAIS MILITARES**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à coordenação do curso de
Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão
Sampaio, como requisito para obtenção de
grau de Bacharelado em Psicologia.

Aprovado em: _11_/_07/_2020_

BANCA EXAMINADORA

TIAGO DEIVIDY BENTO SERAFIM

Orientador(a)

LARISSA VASCONCELOS RODRIGUES

Avaliador(a)

SILVIA MORAIS DE SANTANA FERREIRA

Avaliador(a)

FATORES ESTRESSORES E SOFRIMENTO PSÍQUICO CAUSADOS PELA OCUPAÇÃO DOS POLICIAIS MILITARES

Nayane Monteiro Lins Feitosa¹

Tiago Deividly Bento Serafim²

RESUMO

A atividade do policial militar por natureza já é estressora por está exposto ao risco, ao perigo, a criminalidade e violência constante, além de cobrança e exigências da sociedade, sobretudo, de seus superiores para manter a ordem pública, segurança e acima de tudo se proteger. Pois, ao se tornar policial, o mesmo está disposto a arriscar sua vida para proteção de outras pessoas. Ao exercer uma função estressora, o profissional corre o risco de desencadear várias doenças nas quais seriam prejudiciais ao seu desempenho, talvez até provocando acidentes ou colocando alguém em risco pela má qualidade da função. O objetivo desse trabalho é compreender como se dar o aumento nos níveis de estresse causados pela ocupação do policial militar. A partir do levantamento das literaturas, pode-se verificar como resultado, fatores que influenciam no estresse ocupacional, deixando claro que tais profissionais precisam de atenção e cuidado com sua saúde mental.

Palavras-chave: Estresse. Ocupação. Polícia militar. Sofrimento psíquico.

ABSTRACT

The activity of the military policeman by nature is already stressful because he is exposed to risk, danger, criminality and constant violence, in addition to demands and demands from society, above all, from his superiors to maintain public order, security and above all if protect. For, when he becomes a policeman, he is willing to risk his life for the protection of others. When exercising a stressful function, the professional is at risk of triggering various diseases in which they would be detrimental to their performance, perhaps even causing accidents or putting someone at risk due to the poor quality of the function. The objective of this work is to understand how to increase the levels of stress caused by the occupation of the military police. From the literature survey, it can be seen as a result, factors that influence occupational stress, making it clear that such professionals need attention and care with their mental health

Keywords: Occupation. Military police. Psychic suffering.

1 INTRODUÇÃO

As condições e organizações no trabalho dentro do setor de segurança pública geram preocupações, pois devido o contato direto com a violência humana e a responsabilidade em manter o controle da criminalidade, os policiais militares praticam

¹ Discente de Psicologia do Universitário Dr. Leão Sampaio. Email: nay.lfeitosa2@gmail.com

² Orientador e docente do curso de Psicologia do Universitário Dr. Leão Sampaio. Email: tiagodeividly@leaosampaio.edu.br

atividades que os expõem à riscos tanto para sua saúde como até mesmo de vida, resultando assim em um desgaste físico e mental, além de gerar estresse capaz de afetá-los tanto no trabalho quanto em sua vida pessoal. Minayo, Souza e Constantino (2007), afirmam que ao exercerem tal função, os profissionais estão cientes dos riscos e perigos que sua atividade lhe expõe e que seus corpos estão em alerta constante.

Neste intento, se percebe que a ocupação do policial militar está inclinada em assegurar o bem estar da população, através de ações que promovem a segurança pública e que, conseqüentemente, findam por possibilitar a manutenção da ordem ao passo que são treinados e preparados para lidar com tais situações. Costa (2004), enfatiza que tal papel dado a polícia, é capaz de gerar interpretações e cobranças equivocada em relação a sua função de garantir e manter a segurança de si próprio e da sociedade. Entretanto, por estarem em contato direto com a criminalidade, ao saírem de casa todos os dias para realizar o cumprimento de sua ordem e proteger a sociedade, também se expõem à alguns riscos, inclusive de vida.

A Constituição Federal, de 1988, possui um capítulo intitulado como “Segurança Pública”, trazendo no parágrafo 5º, do artigo 144, o seguinte: “Às polícias militares cabem a polícia ostensiva e a preservação da ordem pública; os corpos de bombeiros militares, além das atribuições definidas em lei, incumbem a execução de atividades de defesa civil”.

É imprescindível que a saúde mental seja trabalhada diante de situações traumáticas que possam vir a acontecer no ambiente de trabalho. No entanto, na grande maioria das vezes, esse suporte psicológico ainda não acontece, seja por falta de interesse do próprio profissional em buscar ajuda, ou até mesmo pelo fato de se sentirem inseguros ou inibidos pelos seus superiores, resultando, assim, em uma internalização desse sofrimento.

A maioria das atividades profissionais acarreta o desenvolvimento de um aspecto negativo que é o impacto do estresse diante de condições que afetem o emocional do sujeito. O estresse é uma gama variada de situações e sensações. Segundo Borges, Luiz e Domingos (2009), o estresse pode ser definido enquanto uma reação diante de uma situação emocional negativa e forte, no qual gera mudanças bioquímicas, psicológicas, cognitivas e comportamentais, cujo provoca a quebra da homeostase interna, assim exigindo alguma adaptação, tornando o fato estressor.

Este trabalho teve como objetivo compreender como se dar o aumento nos níveis de estresse causados pela ocupação do policial militar. Enquanto os objetivos

específicos se referem: apresentar fatores de riscos e sofrimento psíquico, compreender como os processos de institucionalização são geradores de estresse para o policial militar e apreender a teoria cognitiva do estresse.

Aponta-se como relevância desse trabalho, compreender de que modo o estresse causado pela atividade policial interfere na vida pessoal de tais profissionais. Enquanto relevância social, buscou-se identificar fatores de riscos para a saúde dos agentes de segurança pública, enfatizando o estresse e sofrimento psíquico dos policiais militares no que se refere às suas atividades rotineiras. E, por fim, quanto à relevância acadêmica, pode-se apontar a necessidade de descrever sobre o estresse ocasionado pela ocupação policial, visando construir material científico que possa auxiliar nos cuidados que os militares devem ter frente às suas atividades, portanto, produzindo informações que possam ajudar na identificação de fatores estressores.

2 METODOLOGIA

O presente artigo tratou-se de pesquisa de revisão de literatura exploratória narrativa, considerando através de pesquisas de revisão bibliográfica que analisam a relação existente entre o estresse e a atividade profissional dos policiais militares. Os estudos foram baseados e fundamentados por pesquisadores que exploraram fatores e variáveis que poderiam ter influência nesse fenômeno. O critério de seleção do referencial bibliográfico foi realizado de acordo com o grau de relevância destes, diante da temática principal e/ou dos subtemas relacionados, bem como a partir de palavras-chave estratégicas como: fatores estressores, ocupação policial e sofrimento psíquico.

Foram utilizados enquanto fontes de pesquisa, trabalhos e artigos acadêmicos, que possuíam descritores sobre o adoecimento psíquico e fatores estressores dos profissionais da polícia militar, disponíveis na PEPSIC, RPOT, plataforma digital Scielo – Saúde Pública, Google Acadêmico e a Revista de Estudos de Conflito e Controle Social, tendo como objetivo investigar o adoecimento psíquico e os fatores estressores da ocupação policial.

3 REVISÃO DE LITERATURA

3.1 ATIVIDADE DO POLICIAL MILITAR

De início, como se sabe, o sonho de persistir numa carreira militar advém, quase sempre, de desejos oriundos no período da adolescência, visto que as principais influências vão desde a existência de policiais na família à identificação para com pessoas que admira. Para tanto, é preciso considerar que, existem uma série de etapas para conseguir ingressar na polícia militar. Minayo, Souza e Constantino (2007), citam algumas condições exigidas, tais como: limite de idade entre 18 e 30 anos, altura mínima dos homens 1,68 e mulheres 1,60, não apresentar punições por indisciplina, apresentar condições de sanidade física e mental compatíveis com a função, ser aprovado no processo seletivo e passar por exames que possuem caráter eliminatório nos quais avaliam aptidões intelectuais, psicológicas, físicas, de saúde, sociais e documentais.

Segundo Barcellos (1999), ao ingressar na polícia, o recruta vivência um processo de adaptação à essa vida militar no que se refere à forma de estrutura, linguagem, cultura e o cotidiano de uma instituição fechada. Nesta etapa, procedimentos como treinamentos físicos de caráter eliminatório são bastantes comuns, exigindo do recruta grande esforço, força, resistência e concentração.

A vida do policial militar tende a se modificar de acordo com o tempo de serviço dentro da corporação, desencadeando doenças, estresses e sofrimentos para alguns, já para outros, significa satisfação, prazer, orgulho em fazer parte de uma corporação que executa um trabalho de bastante importante para sociedade ou pelo fato de se tornar uma figura de autoridade. Costa (2004), cita que tem tido um crescimento da violência policial, que isso se associa com a ineficiência do controle policial e a falta de punição dentro das corporações. Dessa forma, isso acontece pela falta de controle social e em alguns casos se consideram acima da lei, acreditando que o melhor a se fazer é usar a força policial, executando ações ilegais para acabar com a violência e criminalidade e com o apoio de uma parte da população acabam saindo impunes.

Trata-se de uma profissão que tem visibilidade na sociedade e é constantemente julgada por ela, já que a polícia tem o dever de proteger o cidadão e trabalha nas ruas, em contato direto com a população. Diversas opiniões são formadas, às vezes positivas, vendo-se o profissional como uma figura de autoridade e respeito, às vezes negativas, quando ele é associado à Ditadura Militar e ao poder abusivo (OLIVEIRA; FAIMAN, 2019, p.608).

Segundo Almeida (2007), o treinamento e desenvolvimento tem como função um papel de preparação para os indivíduos das organizações, no qual identificará um nível satisfatório de execução de atividades. Apesar de todo o treinamento e

preparação que os policiais militares enfrentam, ainda assim, não estão imunes aos riscos, por estarem em convivência com a violência, em alerta permanente, estresse (ocupacional e pós traumático), confrontos e medo. Sendo, que a partir disso o emocional entra em colapso, desenvolvendo doenças, transtornos mentais, ansiedade e depressão, no qual a maioria das corporações não possuem e/ou não utilizam uma rede de apoio para os policiais militares. Para refletir sobre a ocupação do policial militar, é preciso entender e desmitificar de que os mesmos precisam estar preparados para servirem a comunidade, pois é um trabalho que possui atividades incertas, diante das imprevisibilidades e surpresas, estando sujeitos a sacrifícios da própria vida.

Visto que os aspectos físicos são necessários para cumprimento do serviço do policial militar para ser possível executar as atividades de preservar a ordem pública e desempenhar a função do policiamento ostensivo. O policial militar trabalha de forma desgastante, sendo submetido a excessivas horas de trabalho, onde exige esforço físico e mental, diante do perigo, dos riscos, da violência, se sentindo na obrigação de lutar pela ordem e respeito, colocando sua própria vida em risco, além provocar fadiga no trabalhador. Segundo Faria e Souza (2018), um dos principais problemas desenvolvidos no exercício do profissional é a ausência regular do sono pela jornada de trabalho que, por muitas vezes, podem ser dobradas e, pelo fato do aumento da criminalidade, eles precisam ficar em constante alerta prejudicando também o sono.

Em meio a esse contexto, é de suma relevância elencarmos o conceito de qualidade de vida, visto que é entendido pela Organização Mundial de Saúde (OMS) a partir de múltiplas dimensões, isto é, envolvem aspectos pertinentes ao bem estar biopsicossocioespiritual que proporcionam benefícios aos indivíduos. No que se refere ao trabalho, a qualidade de vida motiva, satisfaz e incentiva o desempenho, gerando, assim, um bom rendimento nas atividades executadas.

Ferreira, Bonfim e Augusto (2011), afirmam em sua pesquisa que, a maioria dos policiais possuem baixa remuneração, considerando os riscos da sua atividade policial e, por esse motivo, mais da metade dos policiais tem dupla vinculação ocupacional, o que acaba acarretando problemas de saúde diante cansaço, estresse, assim prejudicando o desempenho profissional e o desmotivando.

No que diz respeito a desmotivação, verifica-se que dentre os aspectos primordiais e condicionantes do comportamento motivado no âmbito de trabalho está o clima organizacional, devido este fator perpassar a relação do indivíduo com o

grupo. É importante salientar que a motivação também é um processo interno do mesmo e, ao passo que o nível de satisfação e motivação dos colaboradores é alto, o clima organizacional tende a ser alto também. É comum que as organizações almejem o sucesso e enquanto isso o profissional espera ser reconhecido. Regato (2016), conceitua clima organizacional como um grande efeito sobre o ambiente de trabalho, sobre motivação dos participantes, sabendo que o clima organizacional depende das pessoas, de como elas atuam, no interesse de trabalhar e melhorar o desenvolvimento organizacional.

O policial militar ao adentrar na profissão, depara-se com uma série de benefícios que o atrai, no qual envolve tanto a questão do status social como estabilidade financeira, em decorrência de ser concurso público. A figura de poder também gera grande motivação. Tais profissionais carregam consigo a ideia de que precisam solucionar todos os problemas, já que é culturalmente de a sociedade fazer com que a polícia resolva todos os conflitos e com essa realidade de constante pressão, cobrança e tensões enfrentadas por esses profissionais acabam desenvolvendo sofrimentos psíquicos. Segundo Torres, Campos e Rodrigues (2018), o sofrimento psíquico de policiais que estão na ativa manifesta-se de modo distinto, gerando diferentes estratégias de defesa que variam entre os profissionais.

Deste modo, o profissional de segurança pública na ativa, acaba ficando exposto a múltiplos contextos adversos que requerem do mesmo preparo consistente para lidar com situações de expressiva pressão e perigo. “Pressão e estresse não são a mesma coisa. Pressão pode ser entendida como um conjunto de exigências colocadas sobre o indivíduo ou grupo. O estresse é a resposta individual a um nível de pressão inadequado, não é a pressão em si”. (NOGUEIRA et al., 1997, p. 50). Assim, é possível considerar a precarização do trabalho e o aumento considerável da violência como fatores geradores de sofrimento psíquico para tais profissionais. (SILVA; VIEIRA, 2008 apud OLIVEIRA; FAIMAN, 2019).

3.2 ESTRESSE E SOFRIMENTO PSÍQUICO

Santos, Hauer e Furtado (2019), elucidam que o sofrimento de caráter psíquico pode ser apreendido como um emaranhado de aspectos mentais que aparecem por meio de contextos emocionais e sentimentais, cuja natureza desagradável, possibilita causar alterações na vida do sujeito e, muitas vezes, podendo ocasionar ideação suicida. “Já o estresse ocupacional pode ser definido como um processo em que o

indivíduo percebe demandas do trabalho como estressoras, as quais, ao excederem sua habilidade de enfrentamento, provocam-lhe reações negativas.” (MINAYO; SOUZA; CONSTANTINO, 2007, p. 219).

Lopes et al. (2001), definem o estresse enquanto uma resposta emitida pelo corpo humano mediante alguma eventualidade a qual o indivíduo encontra-se submetido, podendo relacionar-se com as atividades laborais desenvolvidas por este em seu ambiente de trabalho. Entretanto, é importante considerar que cada sujeito possui vulnerabilidades e tolerâncias referentes às pressões e situações as quais estão submetidos. Benke e Carvalho (2008), reforçam essa ideia afirmando que, o estresse é provocado quando algum evento, seja bom ou ruim, altera a vida do sujeito, ocasionando nele dificuldades de adaptação à alguma situação que necessite de responsabilidade, autonomia e controle.

Frequentemente, o estresse é comparado a síndrome de Burnout. Costa et al. (2017), descreve a Síndrome de Burnout como uma série de sinais e sintomas que se manifestam através de exaustão física, psíquica e emocional. Enquanto o estresse é definido como um conjunto de situações e sensações variadas (OLIVEIRA; BARDAGI, 2009). Dito isso, acredita-se que o estresse esteja presente na vida do policial não somente no que se refere ao âmbito profissional, mas também no pessoal, podendo influenciar na sua relação familiar, tendo como consequência o desgaste físico, mental e emocional.

De acordo com Martins et al. (2000), qualquer ocupação que tenha contextos adversos, possui um potencial de adoecimento à saúde do trabalhador, podendo não tão somente influenciar diante da execução laboral e o ambiente de trabalho, como também acarretar danos à sua saúde mental. Posto isso, no que se refere à atividade policial, é importante considerar alguns fatores que podem caracterizar-se enquanto estressores, tais como sua realização ocorrer em um ambiente conflituoso, situado no limite entre a criminalidade e marginalidade, bem como o fácil acesso à armas de fogo como uma de suas ferramentas habituais de trabalho (COLETA; COLETA, 2008).

Mas além dos fatores puramente laborais, existem outros, de caráter organizacional, como as relações dos funcionários entre si, e com as características de desenvolvimento do trabalho policial, que incidem em maior ou menor grau nos policiais, aumentando sua fadiga e, conseqüentemente, os efeitos nocivos do estresse (COLETA; COLETA, 2008, p. 60).

Para Nogueira e Moreira (1997), a atividade do policial militar possui características específicas no que se refere aos riscos a que o sujeito se expõe como

a prontidão a ele exigida para exercer suas funções e a impossibilidade em prever o grau de dificuldade da ocorrência que a ele será designada que pode variar desde serviços de orientação até situações de extremo risco para sua própria vida e de seus companheiros de farda. Sendo assim, essas peculiaridades se configuram enquanto fatores de riscos que acarretam tanto problemas físicos quanto psicológicos.

Outro fator importante citados por Spode e Merlo (2006), consiste na abordagem midiática acerca da atuação policial, que apresentam estes profissionais sob dois pontos de vista distintos. A primeira expõe suas ações de combate à criminalidade e violência, muitas vezes os associando a imagem de heróis, enquanto a segunda os expõe enquanto indivíduos desprezíveis responsáveis por corromper e tirar a vida de pessoas inocentes. Desse modo, essas controvérsias possibilitam que o profissional se torne vulnerável ao sofrimento psíquico, visto que podem influenciar na perda de identidade profissional, além de que seu trabalho se configura enquanto uma rotina incerta e cheia de perigos.

Amador (2000), enfatiza que uma das principais causas de sofrimento psíquico em policiais é a tentativa de manter o equilíbrio de uma linha bastante delicada que afasta o controle do descontrole. Oliveira e Santos (2010), apontam que devido a influência de fatores negativos geradores de estresse extremo, cansaço físico e desequilíbrio emocional podendo causar desconforto ao profissional, prejudicando o seu desempenho em atividades profissionais.

Costa et al (2007), afirmam que a sociedade exige dos profissionais que sejam honestos, competentes e comprometidos com os ideais de sua profissão. Considerando que o trabalho e o trabalhador possuem uma relação direta, a qual muitas vezes as exigências de trabalho ultrapassem as habilidades e condições do trabalhador, é importante salientar que, o policial militar, enquanto profissional de segurança pública exposto a altos níveis de estresse, também necessita de avaliação e acompanhamento em suas condições de saúde, tanto física quanto mental, para que estejam aptos à exercer suas funções adequadamente.

De acordo com Moreira e Nogueira (1997), o suicídio se configura como um fenômeno multidimensional e os índices de incidência dentro das instituições militares é significativamente elevado, o que contribui para a concepção de que existe algo muito peculiar com relação à atividade destes profissionais que contribuem, de algum modo, para a emergência de tal fenômeno.

Sendo assim, Miranda (2016), indica como fatores influenciadores para ideação, tentativa ou mesmo a efetivação do suicídio por parte de policiais, os altos níveis de estresse e riscos diários aos quais estes trabalhadores estão expostos, a ausência familiar, sua proximidade com a marginalidade e a criminalidade, como também a dificuldade na elaboração da perda de seus companheiros de farda, podendo, muitas vezes, associar o suicídio como uma válvula de escape frente a esse sofrimento.

Partindo do pressuposto de que a atividade policial expõe diretamente o trabalhador a situações potencialmente traumáticas, é possível afirmar que há um considerável risco de que o sujeito venha a desenvolver alguns transtornos de ordem psicológica. Um deles é o Transtorno de Estresse Pós-Traumático - TEPT que, segundo Knapp e Carminha (2003), é definido enquanto uma psicopatologia que se desenvolve mediante uma resposta traumática, desencadeando sofrimentos psicológicos e neurobiológicos relacionados. As alterações no cérebro humano, ocasionadas pelo trauma, são apenas uma tentativa de adaptação a novos eventos que tem capacidade de desestruturá-los.

Câmara Filho (2012), enfatiza que, algumas pesquisas realizadas mostraram como resultado que nem todos os indivíduos expostos a situações traumáticas tendem a desenvolver o TEPT, pois depende da vulnerabilidade de cada profissional, ou seja, uma mesma situação pode acarretar níveis de estresse diferentes para pessoas distintas. Vulnerabilidade à depressão e sensibilidade à ansiedade associam-se ao desenvolvimento de TEPT.

3.3 ESTRESSE OCUPACIONAL SOFRIDO POR POLICIAIS MILITARES

Ratifica Prado (2016), que características como o conjunto e subdivisão das tarefas laborais, interligadas ao período de trabalho dos colaboradores, vinculam-se à condicionantes de caráter estressor cuja influência perpassa a ausência de estima profissional, divergências entre funções prescritas e realizadas, baixas remunerações ou até mesmo escassez de recursos. Tais fatores estressores podem ocasionar diversos prejuízos à saúde física ou mental do trabalhador.

Desse modo, o estresse ocupacional caracteriza-se como uma sensação de desequilíbrio existente na relação entre o trabalho e o psicológico do trabalhador que, pode ter origem em algumas situações como: ambiente de trabalho competitivo e adoecedor, cansaço de ordem física ou mental, medo de fracassar ou não cumprir os

requisitos socialmente exigidos de sua profissão, longa jornada laboral, dentre outras (SILVA; SALLES, 2016).

Paschoal e Tamayo (2005), referenciando Lazarus (1995), ressaltam que o estresse decorrente da atividade laboral, é resultado da dificuldade ou incapacidade do colaborador em desenvolver mecanismos para administrar as demandas exacerbadas experienciadas no âmbito de trabalho, isto é, o sujeito percebe-se diante de cargas laborais que excedem a sua capacidade de enfrentamento. É importante salientar que, os fatores estressores de qualquer ambiente de trabalho influenciam os indivíduos de modo distinto, sendo uns mais vulneráveis que outros.

Segundo Prado (2011), toda profissão que envolve urgência e emergência, apresenta circunstâncias imprevisíveis capazes de incomodar e desequilibrar a potencialidade do sujeito, ocasionando um desgaste físico e emocional que, conseqüentemente, finda por gerar uma situação estressora. Entretanto, ao ser exposto a esse tipo de situação, o ser humano necessita ser capaz de lidar com as mudanças, desafios e riscos presentes em tal contexto.

De acordo com Pelegrini et al. (2018), a ocupação policial consiste em um recurso indispensável do Estado no que se refere à preservação de ordem pública. Desse modo, para que os profissionais possam proporcionar um serviço de qualidade, são necessárias boas condições de trabalho, sejam elas de ordem física ou psicológica. Todavia, na prática isso muitas vezes se dá de maneira oposta, sendo estes profissionais constantemente expostos à imprevisibilidade de horários de acionamento como também de nível de dificuldade da operação, riscos iminentes de vida, jornadas de trabalho extenuantes, dentre outros fatores.

Para Oliveira e Bargardi (2009), é evidente que o estresse ocupacional em policiais militares é algo bastante comum e tais profissionais, assim como quaisquer outros, encontram-se vulneráveis aos processos de adoecimento, visto que questões físicas e psicológicas estão relacionadas ao estresse, abrindo assim possibilidades para intervenções apropriadas para a demanda apresentada por estes oficiais. Os oficiais de segurança pública estão expostos à diversos fatores de trabalho negativos que levam ao estresse como cansaço físico e emocional, gerando uma diminuição da eficiência no desempenho profissional (OLIVEIRA; SANTOS, 2010).

Em concordância com as ideias mencionadas anteriormente, Lima (2018), ressalta que elementos como riscos iminentes da profissão, treinamento intensivo visando capacitar o indivíduo para lidar com tais riscos, desvalorização e falta de

reconhecimento profissional possuem impacto direto na eficiência e qualidade do serviço ofertado por estes profissionais. Sendo assim, a atividade policial não se constitui apenas como a execução de policiamento ostensivo e preservação de ordem pública, não se limita apenas a desenvolver formas de lidar com cobranças sociais e julgamentos, com relações interpessoais, com expectativas frustradas de obter reconhecimento e, sobretudo, se convencer de que é um bom profissional.

Uma pesquisa realizada por Abreu e Adão (2017), apontam elementos como desrespeito, acúmulo do trabalho e divisão salarial como questões de trabalho potencialmente capazes de prejudicar o desempenho de policiais no que se refere à execução de suas atividades. Diariamente é noticiada a má qualidade de equipamentos de trabalho e segurança utilizados pelos oficiais na execução de suas atividades, as quais é comum o enfrentamento de situações que necessitam de defesa, sendo a falta desses elementos básicos ou péssimas condições de trabalho, fatores causadores de esgotamento físico e psicológico, acarretando estresse e adoecimento mental.

Para Santos et al. (2018), os elementos estressores corriqueiros, podem ser compreendidos por meio de características negativas, a saber, fatores físicos e psicológicos que influenciam diretamente no emergir de enfermidades que afetam a qualidade de vida de indivíduos que costumam ter um estilo de vida agitado, interferindo nos seus cuidados em saúde mental. Segundo ainda os autores supracitados, a própria natureza do trabalho provoca o desgaste físico e mental do sujeito no que se refere a sua prática diária.

Além disso, o estresse prolongado enfraquece o sistema imunológico, baixando a resistência da pessoa e aumentando, assim, a vulnerabilidade em relação ao desencadeamento de infecções e doenças contagiosas que se encontravam latentes. Com isso, podem surgir úlceras, hipertensão arterial, diabetes, problemas dermatológicos, alergias, impotência sexual e obesidade. (SANTOS et al., 2018, p. 50).

Spuldaro e Nesi (2013), explicitam que o estresse tem desempenhado um papel ativo e expressivo frente a alterações biopsicossociais pertinente a qualidade de vidas das pessoas, pois com a rotina exacerbada do dia a dia, as exigências, pressões e cobranças existentes no mundo atual tem causado estresse e fadiga. Contudo, é importante salientar que o profissional lida todo dia com mecanismos de enfrentamento para esse desgaste psicológico que interfere diretamente na eficiência e no seu desempenho, estando o profissional sempre atento para agir em ocasiões de risco.

Silva (2017), aponta a necessidade de haver um equilíbrio entre todas as dimensões da vida de um policial militar, tanto no trabalho quanto na vida pessoal, visto que qualquer erro cometido na execução de suas atividades laborais pode interferir ou influenciar diretamente seu âmbito familiar, ocasionando incômodo, desconforto, sofrimento ou até mesmo alguns riscos para as pessoas que constituem o seu meio familiar.

Ascari et al. (2016), ressaltam que, quando as patologias desenvolvidas no e pelo trabalho são percebidas, já estão agravadas e os sintomas são confundidos com os de patologias comuns quando, na verdade, podem causar estresse e afetar de maneira ainda mais negativa a saúde e o estilo de vida do policial. Os oficiais enfrentam muitos desafios no cotidiano e o adoecimento pode provocar agravos em seu desempenho profissional, possibilitando que o mesmo coloque em risco a preservação de ordem pública. “Entre as diversas classes de trabalhadores, os policiais possuem maior risco de morte e propensão ao desenvolvimento de estresse, devido às relações internas próprias da corporação, à sobrecarga de trabalho e ao caráter das atividades que realizam.” (ASCARI et al., 2016, p. 2).

Santos (2019), afirma que é necessário estar à frente de situações e dificuldades para realizar algumas funções e por ser exigido responsabilidades e acima de tudo manter sua própria segurança, gerando conflitos dentro de si afetando seu emocional. Sendo assim, esses agentes demonstram ser fortes com eles mesmo evitando demonstrar suas fraquezas aos seus parceiros de trabalho. Pela constante exposição a violência, eles precisam ficar em alerta permanente ao perigo e pressão eminente, deixando-os fragilizados e debilitados.

Tendo em vista todo o aspecto social de relacionamento policial com a sociedade, é de se imaginar que essa insegurança, seja trabalhando, em descanso, ou até passeando com a 14 família, implica o dever de proteger a população, assim como todos os seus familiares, colocando sua vida à frente da dos outros, que por diversas vezes a maioria são pessoas estranhas. Desse modo, a pressão social e familiar afeta sua saúde física e mental, chegando ao ponto de cometerem crimes, contra sua vontade, mais a favor de seu estado emocional, que por certo está fragilizado, corrompido. (SANTOS, 2019, p. 13-14).

De acordo com Dias (2011), o estresse é responsável por algumas dificuldades de desempenho no trabalho do policial militar, como faltas frequentes e atrasos de horários, problemas com seus superiores, dificuldades de estabelecer uma boa relação interpessoal com seus colegas, acidentes no trabalho, ausência de ideias e improdutividade, podendo levar ao alcoolismo, estresse intenso, desenvolvendo

depressão, ansiedade, fobias, transtornos de pânico, entre outros. O estresse de policiais militares baseia-se em relações de desconfiança, insegurança, inibição, eventos sociais e condutas desagradáveis com pessoas com as quais relaciona-se no ambiente de trabalho (COUTO; VANDENBERGHE; BRITO, 2012).

Conforme as ideias mencionadas anteriormente, Chiavenato (2012), cita alguns fatores influenciadores para o estresse do profissional, tais como o abuso de autoridade dos superiores, desconfianças, pressões, cobranças e exigências direcionadas não só pelo departamento, como também pela sociedade. A pontualidade exigida, o cumprimento do horário de trabalho, a rotina de algumas tarefas que acabam tornando-se monótonas, a ausência de progresso e insatisfação pessoal também podem potencializar o sofrimento psíquico desses sujeitos.

Neto (2009), explana que o estresse ocasiona efeitos físicos que reagem de forma estimulante para o organismo, iniciando com uma descarga de adrenalina capaz de provocar taquicardia, aumento da velocidade da circulação sanguínea, como também efeitos psicológicos tais como ansiedade, alienação, insônia, tensão, dificuldades na concentração, preocupação constante e dificuldades de relaxamento. Segundo Pinheiro (2018), embasando-se em Lipp (2004), o estresse afeta três dimensões diferentes: o corpo, a mente e o mundo externo, no qual toda ação gera uma reação nas três dimensões.

Para Dantas et al. (2010), o estresse pode ser reversível, mas necessita de tratamento, promovendo assim ações preventivas no intuito de identificar fatores estressores, ajudando o indivíduo a reduzir ou eliminá-los. Além de seguir tratamentos que tenham como objetivo aumentar a resistência desses profissionais e suavizar os sintomas momentâneos. Alguns exercícios podem ser indicados como forma de minimizar os estressores, tais como: exercícios de relaxamento, alimentação equilibrada, acompanhamento individual e diversas outras que proporcionam a qualidade de vida do sujeito estabilizando o emocional assim obtendo um trabalho positivo.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Partindo do pressuposto que o principal objetivo desse trabalho visa compreender de que maneira a ocupação policial influencia o aumento dos níveis de estresse nos profissionais, é possível afirmar que todas as profissões estão propensas a acarretar adoecimento tanto físico como mental para os indivíduos. Entretanto, em

algumas profissões esse risco é potencialmente maior, visto que os profissionais se encontram mais expostos a riscos, como no caso dos policiais militares, necessitando então de acompanhamento psicológico contínuo, estímulos motivacionais, diálogo e trocas de experiências, bem como incentivos para lidar com situações traumáticas e fatores estressores.

Nesta perspectiva, verificou-se que os elementos estressores não são oriundos tão somente pela vivência em contextos adversos vinculados ao âmbito laboral, mas igualmente podem emergir por meio de influências subjetivas, sobretudo, diante de situações em que o colaborador, ausente de mecanismos de enfrentamento, percebe que não pode administrar a demanda excessiva do trabalho. Nesse caso, a rotina do policial militar por si só já é estressante e cansativa, visto que estão sempre expostos a situações de risco, perigos constantes, enfrentamento de criminalidade e violência.

Por isso, é imprescindível que a realidade desses colaboradores seja visualizada de modo distinto, devido a sua carga de trabalho e responsabilidade no que diz respeito à segurança e manutenção da ordem pública. É necessário entender que o período de folga ajuda a manter uma qualidade de vida, apesar que mesmo de folga, a função dos oficiais implica está em constante alerta mesmo que esteja no momento de descanso.

Considera-se que diante a realização do trabalho foi possível notar que fatores como relações do trabalhador com o ambiente, colegas, superiores, desgastes ocasionados pelo excesso, por viver num meio conflitivo, perigoso, violento, pressão e cobrança da sociedade, desvalorização do trabalho, julgamentos, dificuldades em mudanças no trabalho podem prejudicar o desempenho, a autoestima do policial comprometendo sua motivação e os deixando vulneráveis ao estresse ocupacional e outras patologias. Fica evidente a necessidade de atividades de relaxamentos como prevenção de estresses no cotidiano, e atenção com a saúde mental de tais profissionais.

REFERÊNCIAS

ABREU, J. F. S.; ADÃO, S. A. R. C. **A qualidade de vida dos policiais militares: um estudo no 2º Regimento de Polícia Montada de Santana do Livramento, RS.** 2017. 22 f. Trabalho de conclusão de curso. Universidade Federal de Pampa. Rio Grande do Sul. 2017. Disponível em: <<http://dspace.unipampa.edu.br/bitstream/riu/2087/1/TCC%20Jeferson%20-%20Vers%C3%A3o%208%20CORRIGIDO.pdf>>. Acesso em: 20/06/2020

ALMEIDA, M. A. **Percepção de gestores e técnicos sobre o processo de gestão por competências em organizações no Brasil**. 2007. 140 f. Dissertação de mestrado em Administração. Universidade de Brasília. Brasília, 2007. Disponível em: <https://repositorio.unb.br/bitstream/10482/3556/1/2007_MarceloAraujodeAlmeida.PDF>. Acesso em: 19/09/2019

AMADOR, F. S. Trabalho e Saúde-considerações a respeito da categoria dos policiais militares. **O Alferes**, v. 15, n. 52, 2000. Disponível em: <<https://revista.policiamilitar.mg.gov.br/periodicos/index.php/alferes/article/view/171/0>>. Acesso em: 02/06/2020

ANDRADE, J. S.; GUIMARÃES, L. A. M. Estresse ocupacional, hardiness, qualidade de vida de policiais militares. **Revista Laborativa**, v. 6, n.1, p. 80-105, 2017. Disponível em: <<https://ojs.unesp.br/index.php/rlaborativa/article/view/1661/pdf>>. Acesso em: 24/06/2020

ASCARI, R. A. et al. Prevalência de risco para síndrome de Burnout em policiais militares. **Cogitare Enfermagem**, v. 21, n. 2, p.01-10, 2016. Disponível em: <<https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/44610>>. Acesso em: 21/06/2020

BARCELLOS, J. A. P. **As condições e a organização de trabalho dos policiais militares que executam o policiamento ostensivo**: um estudo de caso na Brigada Militar em Porto Alegre/RS. 1999. 107 f. Dissertação de pós-graduação em Administração. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre. 1999. Disponível em: <<https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/2219/000270662.pdf?sequence=1>>. Acesso em: 22/04/2020

BENKE, M. R. P.; CARVALHO, E. Estresse x qualidade de vida nas organizações: um estudo teórico. **FESURV**, Universidade do Rio Verde, p.01-14, 2008. Disponível em: <<http://www.diferencialmg.com.br/site/images/artigos/Estresse%20e%20sade%20do%20trabalhdor.pdf>>. Acesso em: 22/06/2020

BORGES, C. S.; LUIZ, A. M. A. DOMINGOS, N. A. M. Intervenção cognitivo-comportamental em estresse e dor crônica. **Arq Ciênc Saúde**, v. 16, n. 4, p. 181-6, 2009. Disponível em: <http://repositorio-racs.famerp.br/racs_ol/vol-16-4/IDK7_out-dez_2010.pdf>. Acesso em: 27/04/2020

BRASIL. **Constituição de 1988**. Constituição da República Federativa do Brasil: promulgada em 5 de outubro de 1988. Disponível em: <https://www.senado.leg.br/atividade/const/con1988/CON1988_05.10.1988/CON19888.asp>. Acesso em: 27/04/2020

CÂMARA FILHO, J. W. S. **Transtorno de estresse pós-traumático em policiais militares**: um estudo prospectivo. 2012. 98 f. Tese de pós graduação em Neuropsiquiatria e Ciências do Comportamento. Universidade Federal de Pernambuco (UFPE). 2012. Disponível em: <<https://attena.ufpe.br/bitstream/123456789/12783/1/Tese%20Jos%c3%a9%20Wald%20Camara%20Filho.pdf>>. Acesso em: 07/06/2020

COLETA, A. S. M. D.; COLETA, M. F. D. Fatores de estresse ocupacional e coping entre policiais civis. **Psico-USF**, v. 13, n. 1, p. 59-68, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-82712008000100008&script=sci_arttext>. Acesso em: 02/06/2020

CORREIA, A. R.; DUNNINGHAM, W. A. Estimativa da ocorrência de transtorno do estresse pós-traumático em policiais militares da Bahia. **Revista Brasileira de Neurologia e Psiquiatria**, v. 20, n. 3, 2016. Disponível em: <<https://rbnp.emnuvens.com.br/rbnp/article/view/261/101>>. Acesso em: 24/06/2020

COSTA, M. et al. Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. **Revista Panamericana de Salud Pública**, v. 21, p. 217-222, 2007. Disponível em: <<https://www.scielosp.org/article/rpsp/2007.v21n4/217-222/pt/>>. Acesso em: 21/06/2020

COSTA, N. R. Ofício de polícia, violência policial e luta por cidadania em Mato Grosso. **São Paulo em perspectiva**, v. 18, n. 1, p. 111-118, 2004. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/spp/v18n1/22233.pdf>>. Acesso em: 22/06/2020

COUTO, G.; VANDENBERGHE, L.; BRITO, E. A. G. Interações interpessoais e estresse entre policiais militares: um estudo correlacional. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, v. 64, n. 2, p. 47-63, 2012. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/2290/229023851005.pdf>>. Acesso em: 24/06/2020

DANTAS, M. A. et al. Avaliação de estresse em policiais militares. **Psicologia: teoria e prática**, v. 12, n. 3, p. 66-77, 2010. Disponível em: <<https://www.redalyc.org/pdf/1938/193818369006.pdf>>. Acesso em: 26/10/2019

DIAS, J. B. **A influência do estresse na qualidade de vida do policial militar**. 2011. 50 f. Monografia em Administração. Universidade de Brasília. Palmas, TO. 2011. Disponível em: <https://bdm.unb.br/bitstream/10483/2993/1/2011_JanaryBarbosaDias.pdf>. Acesso em: 26/10/2019.

FARIA, T. R.; SOUZA, H. O. **Policiais do sexto batalhão: uma abordagem sobre o modo de vida e o trabalho da PM-GO**. 2019. Disponível em: <<https://sistemas.ssp.gov.br/pmgo/handle/123456789/1999>>. Acesso em: 24/06/2020

FERREIRA, D. K. S.; BONFIM, C.; AUGUSTO, L. G. S. Fatores associados ao estilo de vida de policiais militares. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 16, p. 3403-3412, 2011. Disponível em: <<https://www.scielosp.org/article/csc/2011.v16n8/3403-3412/>>. Acesso em: 19/09/2019

KNAPP, P.; CAMINHA, R. M. Terapia cognitiva do transtorno de estresse pós-traumático. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 25, p. 31-36, 2003. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1516-44462003000500008&script=sci_arttext>. Acesso em: 07/06/2020

LIMA, D. M. V. **Trabalho e sofrimento do policial militar no Estado de Goiás**. 2018. 96 f. Dissertação de Mestrado em Psicologia. Universidade Federal de Goiás.

Goiânia. 2018. Disponível em: <<https://repositorio.bc.ufg.br/tede/handle/tede/8374>>. Acesso em: 20/06/2020

LOPES, D. B. R. et al. **Estresse e qualidade de vida no trabalho na polícia militar do estado de Minas Gerais**. 2001. Disponível em: <<http://www.anpad.org.br/admin/pdf/enanpad2001-grt-359.pdf>>. Acesso em: 07/06/2020

MARTINS, L. M. M. et al. Agentes estressores no trabalho e sugestões para amenizá-los: opiniões de enfermeiros de pós-graduação. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 34, n. 1, p. 52-58, 2000. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0080-62342000000100007&script=sci_arttext>. Acesso em: 22/06/2020

MINAYO, Maria Cecília de Souza; SOUZA, Edinilsa Ramos de; CONSTANTINO, Patrícia. Riscos percebidos e vitimização de policiais civis e militares na (in) segurança pública. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 23, n. 11, p. 2767-2779, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-311X2007001100024&script=sci_arttext>. Acesso em: 29/06/2020

MIRANDA, D. et al. **Por que policiais se matam?:** diagnóstico e prevenção do comportamento suicida na polícia militar do estado do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro: Mórula Editorial, 2016. Disponível em: <<http://gepesp.org/wp-content/uploads/2016/03/POR-QUE-POLICIAIS-SE-MATAM.pdf>>. Acesso em: 19/09/2019

NETO, R. C. Nível de estresse na Polícia Militar. **Fisioterapia Brasil**, v. 4, n. 2, p. 117-125, 2009. Disponível em: <<https://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/view/3009/4797>>. Acesso em: 24/06/2020

NOGUEIRA, G. E. G.; MOREIRA, A. L. C. Atos de auto-extermínio entre policiais militares-algumas considerações. **Psicologia: Saúde Mental & Segurança Pública**, v. 1, n. 1, 1997. Disponível em: <<https://revista.policiamilitar.mg.gov.br/periodicos/index.php/psicologia/article/view/235>>. Acesso em: 22/06/2020

NOGUEIRA, Geralda Eloisa Gonçalves et al. O estresse e suas implicações no trabalho policial. **Psicologia: Saúde Mental & Segurança Pública**, v. 1, n. 1, 1997. Disponível em: <<https://revista.policiamilitar.mg.gov.br/index.php/psicologia/article/view/63>>. Acesso em: 22/06/2020

OLIVEIRA, K. L.; SANTOS, L. M. Percepção da saúde mental em policiais militares da força tática e de rua. **Sociologias**, v. 12, n. 25, p. 224-250, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1517-45222010000300009&script=sci_arttext>. Acesso em: 20/04/2020

OLIVEIRA, P. L. M.; BARDAGI, M. P. Estresse e comprometimento com a carreira em policiais militares. **Boletim de Psicologia**, v. 59, n. 131, p. 153-166, 2009.

Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0006-59432009000200003>. Acesso em: 26/10/2019

OLIVEIRA, T. S.; FAIMAN, C. J. S. Ser policial militar: reflexos na vida pessoal e nos relacionamentos. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 19, n. 2, p. 607-615, 2019. Disponível em:

<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572019000200005>. Acesso em: 18/09/2019

PASCHOAL, T.; TAMAYO, A. Impacto dos valores laborais e da interferência família: trabalho do estresse ocupacional. **Psicologia: teoria e pesquisa**, v. 21, n. 2, p. 173-180, 2005. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-37722005000200007&script=sci_arttext>. Acesso em: 22/06/2020

PELEGRINI, A. et al. Percepção das condições de trabalho e estresse ocupacional em policiais militares de unidades de operações especiais. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 26. N. 2, p. 423-430, 2018. Disponível em:

<https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S2526-89102018000200423&script=sci_arttext>. Acesso em: 21/06/2010

PINHEIRO, L. R. S.; FARIKOSKI, C. Avaliação do Nível de Estresse de Policiais Militares. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 8, n. 1, p. 14-19, 2016. Disponível em: <<https://seer.imed.edu.br/index.php/revistapsico/article/view/1250/881>>. Acesso em: 21/06/2020

PRADO, C. E. P. Estresse ocupacional: causas e consequências. **Rev. Bras. Med. Trab**, v. 14, n. 3, p. 285-9, 2016. Disponível em:

<http://www.anamt.org.br/site/upload_arquivos/revista_brasileira_de_medicina_do_trabalho_volume_14_n%C2%BA_3_131220161657237055475.pdf#page=107>.

Acesso em: 22/06/2020

PRADO, J. S. **Estresse e qualidade de vida de bombeiros militares**. 2011. 78 f.

Tese de doutorado. Universidade Católica Dom Bosco. 2011. Disponível em:

<<https://site.ucdb.br/public/md-dissertacoes/8180-estresse-e-qualidade-de-vida-de-bombeiros-militares.pdf>>. Acesso em: 20/06/2020

SANTOS, A. R. **Transtorno de estresse em policiais: índice de crimes relacionados à saúde física e mental com um viés à síndrome de Burnout**. 2019. Trabalho de conclusão de curso em Direito. UNICESUMAR - Centro Universitário de Maringá, PR. 2019. Disponível em:

<<http://rdu.unicesumar.edu.br/handle/123456789/5127>>. Acesso em: 20/06/2020

SANTOS, M. J. et al. Percepção de policiais militares em relação ao estresse ocupacional. **Revista humanidades**, v. 7, n. 2, 2018. Disponível em:

<http://www.revistahumanidades.com.br/arquivos_up/artigos/a178.pdf>. Acesso em: 21/06/2020

SANTOS, R. O. B.; HAUER, R. D.; FURTADO, T. M. G. O sofrimento psíquico de policiais militares em decorrência de sua profissão: revisão de literatura. **Revista Gestão & Saúde**, v.20, n.2, p.14-27, 2019. Disponível em:

<<http://www.herrero.com.br/files/revista/file5dfa2537646329c3af309b8cb4672fc0.pdf>>. Acesso em: 16/11/2019

SILVA, A. C. **Qualidade de vida no trabalho**: influência de estressores na atuação de policiais militares no Distrito Federal. 2017. 61 f. Monografia de Bacharel em Administração. Universidade de Brasília. Brasília, DF. 2017. Disponível em: <https://bdm.unb.br/bitstream/10483/23468/1/2017_AliceChaarSilva.pdf>. Acesso em: 07/06/2020

SILVA, L. C.; SALLES, T. L. A. O estresse ocupacional e as formas alternativas de tratamento. **Revista de carreiras e pessoas (ReCaPe)**, v. 6, n. 2, 2016. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/index.php/ReCaPe/article/view/29361>>. Acesso em: 24/06/2020

SPODE, C. B.; MERLO, Á. R. C. Trabalho policial e saúde mental: uma pesquisa junto aos Capitães da Polícia Militar. **Psicologia: Reflexão e crítica**, v. 19, n. 3, p. 362-370, 2006. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/prc/v19n3/a04v19n3.pdf>>. Acesso em: 02/06/2020

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**, v. 2, n. 1, p.16-32, 2013. Disponível em: <<http://www.periodicos.unc.br/index.php/sma/article/view/309>>. Acesso em: 21/06/2020

TORRES, K. B.; CAMPOS, I. O.; RODRIGUES, D. S. As dimensões estruturantes do trabalho policial. **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, v. 2, p. 552-562, 2018. Disponível em: <<http://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/refacs/article/view/3125>>. Acesso em: 19/09/2019