

FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA

RONALHA LELIS E SILVA

ESTRESSE LABORAL EM POLICIAIS MILITARES

PATOS DE MINAS
2017

FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA

RONALHA LELIS E SILVA

ESTRESSE LABORAL EM POLICIAIS MILITARES


Artigo apresentado à Faculdade Patos de Minas como requisito para conclusão do Curso de Graduação em Psicologia. Para finalidade de obtenção do título de Bacharel em Psicologia, podendo gozar dos direitos de Psicólogo.

Orientadora: Profa. Ma. Isabel Cristina Oliveira Gomes

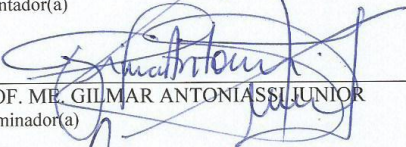
ATA DE DEFESA DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO, APRESENTADO POR RONALHA LELIS E SILVA, COMO PARTE DOS REQUISITOS PARA OBTENÇÃO DO TÍTULO DE BACHAREL EM PSICOLOGIA DO CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA.

Aos vinte e oito dias do mês de novembro de dois mil e dezessete, reuniu-se, no Laboratório de Psicologia do Trabalho – LAPOT, a Comissão Examinadora designada pelo Colegiado do Curso de Graduação em Psicologia da Faculdade Patos de Minas, constituída pelos professores abaixo assinados, na prova de defesa de seu trabalho de conclusão de curso intitulado: ESTRESSE LABORAL EM POLICIAIS MILITARES DE UMA CIDADE DO INTERIOR DE MINAS GERAIS.. Concluída a exposição, os examinadores arguiram alternadamente o graduando(a) sobre diversos aspectos da pesquisa e do trabalho, como REQUISITO PARCIAL DE CONCLUSÃO DE CURSO. Após a arguição, a comissão reuniu-se para avaliar o desempenho do(a) graduando(a), tendo chegado ao resultado, o(a) graduando(a) RONALHA LELIS E SILVA foi considerado(a) (aprovada). Sendo verdade eu, Lúcia Helena dos Santos França, Secretária do Departamento de Graduação em Psicologia, confirma e lavra a presente ata, que assino juntamente com o Coordenador do Curso e os Membros da Banca Examinadora.

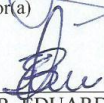
Patos de Minas, 28 de novembro de 2017.



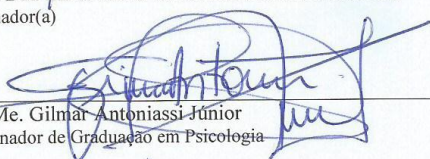
PROFA. MA. ISABEL CRISTINA OLIVEIRA GOMES
Orientador(a)




PROF. ME. GILMAR ANTONIASSI JÚNIOR
Examinador(a)



PROF. DR. EDUARDO DE FREITAS BERNARDES
Examinador(a)



Prof. Me. Gilmar Antoniassi Júnior
Coordenador de Graduação em Psicologia



Lúcia Helena dos Santos França
Secretaria do Departamento de Graduação em Psicologia

FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
Curso Bacharelado em Psicologia

RONALHA LELIS E SILVA

ESTRESSE LABORAL EM POLICIAIS MILITARES

Banca Examinadora do Curso de Bacharelado em Psicologia, composta em 07 de
Novembro de 2017.

Orientadora: Profa. Ma. Isabel Cristina Oliveira Gomes
Faculdade Patos de Minas

Examinador 1: Prof. Me. Gilmar Antoniassi Júnior
Faculdade Patos de Minas

Examinador 2: Prof. Dr. Eduardo de Freitas Bernardes
Faculdade Patos de Minas

DEDICO este trabalho a todas as pessoas integrantes desta pesquisa e principalmente aos Policiais Militares 15º Batalhão de Polícia Militar de Patos de Minas, pois sem eles este projeto não seria realizado.

AGRADECIMENTO

A conclusão dessa etapa é muito importante para mim, é um sonho alcançado, que foi almejado por muito tempo. Primeiramente quero agradecer a Deus que permitiu que eu realizasse essa grande conquista, estando sempre ao meu lado me guiando e me protegendo.

Agradeço aos meus pais Elmo e Madalena por terem acreditado que eu seria capaz, e por terem sempre me ajudado no que era necessário do início até a conclusão do curso. Ao meu pai com sua simplicidade em me dizer que o estudo é algo que ninguém nos tira, e a minha mãe por me motivar dizendo, *“ser um sonho seu ser graduada em psicologia, me dizendo assim ser o seu orgulho”*.

Agradeço aos meus irmãos Romulo e Romário, que mesmo de uma forma mais silenciosa me ajudaram no que puderam e se orgulham com minha conquista.

Agradeço ao meu namorado Luis Otavio, por estar sempre presente e pronto a me ajudar no que fosse preciso. Pelo companheirismo, paciência, amizade e cumplicidade sempre me motivando para o meu melhor.

Agradeço a July e a Laila pelo amor incondicional, por estarem sempre ao meu lado me dando amor e carinho e me proporcionando momentos de alegria e descontração para assim eu seguir adiante.

A minha orientadora Profa. Ma. Isabel Cristina, pela paciência e compreensão de minhas dificuldades e por estar sempre disposta a me ajudar. Pelas suas orientações e ensinamentos prestados.

Enfim, a todos os familiares e amigos que torcem pelo meu sucesso profissional.

Tudo que um sonho precisa para ser realizado é alguém que acredite que ele possa ser realizado.

Roberto Shinyashiki

ESTRESSE LABORAL EM POLICIAIS MILITARES

STRESS IN MILITARY POLICE OFFICERS

Ronalha Lelis e Silva¹

Graduanda do Curso de Psicologia. Faculdade Patos de Minas.

Isabel Cristina Oliveira Gomes²

Mestre em Processos Cognitivos. Universidade Federal de Uberlândia.

RESUMO

O estresse é definido como toda reação do organismo, incluindo aspectos psicológicos, físicos, mentais e hormonais que acontecem quando o ser humano em situação estressante tem a necessidade de adaptação para que restabeleça o equilíbrio. No ambiente de trabalho os fatores associados à ocorrência de estresse estão relacionadas às condições inadequadas para sua realização. Diante dessas perspectivas, este estudo de caso tem por objetivo apresentar os resultados da análise descritiva dos níveis de estresse no ambiente de trabalho, em uma amostra de 45 servidores públicos da Polícia Militar, que estejam exercendo atividades de policiamento ostensivo geral e serviços administrativos. Para isso, foi utilizado o inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL). Este método possibilitou uma avaliação apurada sobre a existência de sintomas de estresse e a fase em que se encontram. Os resultados mostraram que a proporção de policiais sem sintomas de estresse foi de 60%, enquanto que 40% apresentaram sintomatologia. Dos policiais com estresse, nenhum se encontrava na fase de alerta, 83,33% na fase de resistência, 11,11% na fase de quase-exaustão e 5,55% na fase de exaustão. Em relação ao sexo dos participantes a amostra era composta por 73,33% do sexo masculino e 26,66% do sexo feminino e com sintomas de estresse o resultado foi de 41,66% do sexo feminino e 39,39% do sexo masculino. Sintomas psicológicos foram registrados em maior índice que os físicos entre os policiais que se encontravam com sintomatologia de estresse.

Palavras-chave: Estresse. Policiais Militares. Trabalho.

¹ Orientanda Ronalha Lelis e Silva

² Orientadora Docente do DPGPSI/FPM

ABSTRACT

Stress is defined as a reaction of the organism, including psychological, physical, mental and hormonal aspects that happen when the human being, in a stressful situation, needs adaptation to restore his balance. In the work environment, the factors associated with the occurrence of stress are related to the inadequate conditions for its accomplishment. With these perspectives, this research aims to present the results of the descriptive analysis of the stress levels in the work environment, in a sample of 45 public servants of the Military Police of Patos de Minas / MG, who are carrying out activities of general ostensive policing and administrative services. Lipp's Inventory of Stress Symptoms for Adults (ISSL) was used for this. This method allowed an accurate evaluation of the existence of stress symptoms and the stage in which they are found. The results showed that the proportion of police with no symptoms of stress was 60%, while 40% had symptomatology. About the policemen with stress, none were in the alert phase, 83.33% in the resistance phase, 11.11% in the near-exhaustion phase and 5.55% in the exhaustion phase. Regarding the sex of the participants, the sample consisted of 73.33% male sex and 26.66% female sex and with symptoms of stress the result was 41.66% female and 39.39% male. Psychological symptoms were recorded in a higher index than the physics among the policemen who were with stress symptomatology.

Keywords: Stress. Military Police. Job.

INTRODUÇÃO

O ESTRESSE

O modo de vida que a sociedade atualmente se encontra pode levar o indivíduo a apresentar uma das principais causas de adoecimentos físicos e mentais e gerar altos níveis de estresse, uma vez que o estresse se evidencia em relação a saúde do indivíduo.

Em uma fase inicial chamada de alerta o estresse é considerado positivo, pois, o organismo produz adrenalina que causa ânimo, energia e fazendo com que os músculos fiquem tensionados, coração e respiração acelerados e assim mais

oxigênio se espalha pelo corpo e cérebro sendo benéfico para a tomada de atitudes, neste momento dormir e descansar passa a não ter muita importância, sendo a fase de produtividade. Mas ninguém consegue ficar em alerta por muito tempo (Lipp, 2015).

Segundo o DSM V, o sofrimento psicológico após exposição a um episódio traumático ou estressante pode variar de indivíduo para indivíduo. Poderá haver sintomas como a ansiedade ou o medo, porém são mais proeminentes os anedônicos e disfóricos, que são raiva, agressividade ou sintomas dissociativos (Associação Americana de Psiquiatria APA, 2017).

Existem três fases no processo do estresse: a alerta, a resistência e a exaustão. Na fase de alerta o sistema nervoso simpático tem reações quando o organismo percebe o evento estressor. Na fase de resistência é quando o evento estressor permanece por longos períodos ou quando ocorre em grande dimensão. Já na fase de exaustão é quando o estresse ultrapassou a possibilidade de convivência com tal, neste caso podem ocorrer diversos problemas: úlceras, gengivites, psoríase, hipertensão arterial, depressão, ansiedade, dentre outros. Em cada fase há sintomas diferentes que são acompanhadas de mudanças hormonais (Calais, 2003).

Quando a pessoa tem o manejo do estresse e gerencia a fase de alerta de modo eficiente, ou seja, alternando entre alerta e sair do alerta denomina-se estresse ideal (Lipp, 2005).

O estresse em excesso pode produzir consequências psicológicas e emocionais que tendem a aparecer das seguintes formas: cansaço mental, dificuldades de concentração, perda de memória, crises de concentração, humor alterados e por doenças causadas pela baixa do sistema imunológico. (Rossetti, 2008)

Hans Selye endocrinologista canadense foi o primeiro a definir o termo estresse. Para ele o estresse produz modificações no corpo humano, ou seja, na sua estrutura e na sua composição química, e após a exposição a um evento estressante o organismo tende a voltar ao seu estado anterior. (Filgueiras, J. C., & Hippert, M. I., 1999)

Lipp (2004) define o estresse como um estado de tensão do corpo humano que causa um desequilíbrio interno no organismo. Existe a ocorrência deste desequilíbrio quando o equilíbrio (homeostase) é quebrado e não há mais o

entrosamento entre os órgãos do corpo. Com isso os órgãos necessitam trabalhar para lidar com o problema, ou seja, passa a um estado onde o corpo humano luta contra agente estressor, causando-lhe o estresse inicial. Como mecanismo de defesa o organismo tem o impulso de obter o equilíbrio automaticamente, realizando um processo para restabelecer a homeostase anterior. Reestabelecendo o equilíbrio o estresse é eliminado, fazendo assim com que o organismo retome ao seu estado normal. A volta da homeostase pode ocorrer pelo término da fonte de estressora ou quando o indivíduo aprende a lidar com o evento estressor mesmo com sua presença. Mas, nem sempre a volta ao equilíbrio ocorre de maneira satisfatória (Dantas, Marilda Aparecida, Brito, Denilza Vitar Cantarino, Rodrigues, Pâmela Batista, & Maciente, Tiago Silvério, 2010)

De acordo com Selye, o estresse é dividido em três fases: alerta, resistência e exaustão. A fase de alerta ocorre quando o indivíduo entra em contato com estressores. O organismo perde o equilíbrio interno e se prepara para enfrentar a situação para a qual precisa se adaptar. As sensações desagradáveis são importantes para que o organismo possa reagir (Lipp, 2005).

A fase de alerta é considerada um estresse positivo que vai deixar o indivíduo mais motivado para a tomada de atitudes. Na fase de resistência, a recuperação se dá, quando o organismo consegue resistir ao estressor através da adaptação, o que leva ao reequilíbrio, nesta fase há diminuição do estresse. Porém, se a pessoa não consegue o equilíbrio interno, o processo de estresse pode resultar no início da fase de exaustão. Nessa fase, ocorre um maior comprometimento físico e o aparecimento de doenças (Lipp, 2005).

A fase de exaustão é considerada a pior fase do estresse, a fase mais negativa. Nessa fase, ocorre um grande desequilíbrio interno, no qual a pessoa se torna incapaz de tomar decisões e de se concentrar. Recentemente foi identificada uma outra fase do estresse, chamada de quase-exaustão. Dessa forma, se propôs um modelo quadrifásico de estresse que expande o modelo clássico trifásico, desenvolvido por Selye em 1936 (Lipp, 2005).

O estresse se processaria, então, em quatro fases: alerta, resistência, quase-exaustão e exaustão. Na fase de quase-exaustão aumenta a vulnerabilidade às doenças (Oliveira, 2009).

ESTRESSE LABORAL

Diante das transformações econômicas desde a revolução Industrial, onde as máquinas foram criadas com o intuito de poupar tempo no trabalho, e com isso ter uma maior produção de mercadorias e maior lucratividade. O ambiente de trabalho se tornou uma fonte de grandes adoecimentos. Com as buscas de uma posição melhor no mercado há um descompasso entre a evolução dos modelos de gestão e as políticas de saúde do trabalhador. Estudos que comprovam que fatores físicos e psicossociais devem respeitar as necessidades físicas e mentais de cada trabalhador (Reis et al., 2010).

Estresse laboral associa-se com o ocorrido no trabalho, é um conjunto de perturbações psicológicas causada por essa atividade. Ele surge com a incapacidade de lidar com as fortes pressões ocorridas no local de trabalho, ocorrendo quando a pessoa se sente inabilitado para atender as demandas de suas funções. Assim, quando se tem pessoas nessas condições, as consequências são distúrbios emocionais, mudanças de comportamento, distúrbios gastrointestinais, distúrbios do sono, sintomas psicopatológicos, sofrimento psíquicos entre outros.

A saúde do trabalhador pode ser comprometida quando este exerce um papel multifuncional, longa jornada de trabalho, ritmo acelerado, incompatibilidade de papéis, condições inadequadas, relações pessoais desajustadas, salários baixos. O estresse laboral diminui a eficiência do trabalhador, contribui para baixa produtividade, agitação, conflitos, desmotivação, agressividade, isolamento. Enfim um ambiente destrutivo causando inúmeros danos (Silva, 2010).

O estudo sobre o estresse vem crescendo ultimamente, pois em diversas áreas de atuação profissional este pode ser um grave problema. Uma das razões para esse aumento é o impacto negativo do estresse ocupacional na vida dos trabalhadores. Tem-se notado que profissões que envolvem risco de vida, como policiais militares tem alto índice de estresse laboral, pois trabalham sobre forte tensão e desenvolvem seu trabalho em um meio conflitivo, no limite da marginalidade e criminalidade (Oliveira, 2009).

Ao que se refere estresse laboral é muito comum que a empresa ou instituição se encontre com um ambiente desagradável quando funcionários estão com níveis exagerados de estresse. Uma pessoa estressada em seu ambiente de

trabalho pode contaminar os demais colegas e assim todos subsequentes. O estresse deriva de várias fontes que podem ser pessoais ou próprias do ambiente organizacional.

Segundo Limonge-Franca (2002) o estresse se refere a uma situação a qual a pessoa se sinta ameaçada em seu ambiente de trabalho. No entanto é preciso considerar que o estresse não advém apenas de eventos negativos, há eventos positivos que também vão refletir uma carga emocional excessiva como, uma promoção de cargo ou a mudança de cidade. (Oliveira et al., 2009).

Como nos ambientes organizacionais há uma cobrança contínua pela resolução de problemas e pela produtividade, os trabalhadores estão tendo dificuldades para perceber e agir em benefício a sua própria saúde.

Langlieb e Kahn (2005) concluíram após um estudo que a ocorrência de ansiedade e depressão no ambiente de trabalho representa um alto custo dentro das empresas e as consequências são: absenteísmo, afastamento, queda de produtividade e doenças físicas e mentais. Sendo assim o tratamento e a prevenção do estresse beneficia as empresas, pois aumenta a qualidade de vida e a produtividade (Zanelli, 2010).

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS) os transtornos mentais menores acometem 30 % dos trabalhadores e os transtornos mentais maiores de 5 a 10 % dos trabalhadores (Reis et al., 2010).

O ESTRESSE LABORAL EM POLICIAIS MILITARES

O exercício da profissão de Policiais Militares leva estes profissionais a enfrentar diariamente situações de muito desgaste psicológico, pois precisam estar sempre prontos para proteger e defender a sociedade. Outro motivo é o dever de estar sempre atentos para perceber qualquer situação de perigo e agir de forma cautelosa, sem perder o controle da situação para o bem de todos (Dantas, 2010).

As atribuições das polícias militares são definidas nos artigo 144, parágrafos 5º e 6º, da Constituição da República Federativa do Brasil. A Brigada Militar é uma instituição que tem como principal função o policiamento ostensivo e a preservação da ordem pública. É uma instituição que pertence ao Estado e que se

distingue dos demais órgãos públicos por exibir um regime de hierarquia e disciplina (Oliveira et al., 2009).

A profissão de policial militar é uma atividade de alto risco, pois estes lidam, no seu ambiente de trabalho com violência, brutalidade e a morte. A literatura mostra que os policiais estão entre os profissionais que mais sofrem de estresse, pois estão constantemente expostos ao perigo e à agressão, devendo frequentemente interceder em eventos de problemas, conflitos e tensão (Costa et al., 2007).

O trabalho dos policiais leva estes a enfrentar diariamente eventualidades de muito desgaste psicológico, pois precisam estar sempre prontos para proteger a sociedade e atentos para perceber qualquer situação de risco e agir de forma preventiva, sem que percam o controle da situação (Dantas et al., 2010).

Segundo Amador (2000), outro ponto importante no trabalho do policial é que este não tem o devido reconhecimento da comunidade, o que gera sentimento de frustração, inutilidade e improdutividade nos profissionais. Para Moraes, Gusmão, Pereira e Souza (2001), a insatisfação dos próprios policiais se evidencia através das greves e comportamentos violentos que ocorreram nos últimos tempos. Essa insatisfação, somada ao não reconhecimento resulta em uma diminuição da autoestima dos policiais, ocasionando maior vulnerabilidade ao estresse e outros transtornos (Oliveira et al., 2009).

MÉTODO

Estudo de caso realizado no Laboratório de Psicologia do Trabalho do Centro de Estudos e Pesquisa em Psicologia Aplicada e Clínica Escola.

Foram verificados 45 prontuários de atendimento dos Policiais Militares que fizeram parte do grupo. Sendo 33 do sexo masculino e 12 do sexo feminino, com idade mínima de 27 anos e máxima de 57 anos.

Verificou se no prontuário os dados do perfil social e perfil de trabalho, bem como os resultados do Inventário de Sintomas de Stress de Lipp.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Considerando os objetivos do presente estudo os resultados encontrados são apresentados de acordo com sua porcentagem.

A proporção de policiais sem sintomas de estresse foi de 60%, enquanto que 40% apresentaram sintomatologia. Dos policiais com estresse, 0% encontravam-se na fase de alerta, 83,33% na fase de resistência, 11,11% na fase de quase-exaustão e 5,55% na fase de exaustão.

Sintomas psicológicos foram registrados em 50,0% dos policiais com estresse, e sintomas físicos, em 33,33% e 16,67% apresentaram sintomas físicos e psicológicos em proporções iguais. Ao total foram 45 participantes policiais militares, 33 do sexo masculino que equivale a 73,33% da amostra e 12 do sexo feminino referente a 26,66%.

Segundo o estudo de Costa (2007) foi analisada uma amostra de 264 indivíduos extraída de uma população de 3.193 militares do Comando de Policiamento da Capital do Rio Grande do Norte. Os dados foram coletados entre junho de 2004 e janeiro de 2005 utilizando-se o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp. No estudo de Costa a proporção de policiais sem sintomas de estresse foi de 52,6%, enquanto que 47,4% apresentaram sintomatologia. Dos 47,4% com estresse, 3,4% encontravam-se na fase de alerta, 39,8% na fase de resistência, 3,8% na fase de quase-exaustão e 0,4% na fase de exaustão. Sintomas psicológicos foram registrados em 76,0% dos policiais com estresse, e sintomas físicos, em 24,0%. Das variáveis investigadas, a única que apresentou relação com estresse foi o sexo ($P = 0,0337$), sendo as mulheres as mais afetadas.

Os participantes da que apresentaram sintomatologia de estresse foram 18 pessoas no total, do sexo masculino foram 13 participantes que equivale a 39,39% e do sexo feminino foram 5 participantes que equivale a 41,66%. Na tabela abaixo mostra os resultados de acordo com o sexo e se ouve ou não sintomatologia de estresse.

A primeira tabela refere-se aos indivíduos que apresentaram e não apresentaram estresse, em um valor geral de todos os participantes e em relação ao sexo dos participantes.

De acordo com a tabela 1, constatou-se que referente ao sexo dos indivíduos, os homens, ainda que foram a maioria dos participantes da pesquisa, apresentaram um menor nível de estresse quando comparado à mulheres.

Tabela 1- Participantes da pesquisa com relação ao sexo.

	Total	Sem estresse	Com estresse
Participantes totais	45 (100%)	27 (60%)	18 (40%)
Sexo masculino	33 (73,333%)	20 (60,6060%)	13 (39,3939%)
Sexo feminino	12 (26,666%)	7 (58,3333 %)	5 (41,6666%)

Em relação a patente dos policiais dos 18 entrevistados com a patente de cabo 9 se encontraram com estresse um percentil de 50%. Dos 23 sargentos 6 se encontraram com estresse um percentil de 26% e com a patente de subtenente dos 3 entrevistados os 3 estavam com estresse, ou seja 100%. Os demais cargos não tinham sintomatologia de estresse. Na segunda tabela que se encontra abaixo estes resultados são apresentados.

Tabela 2- Participantes com estresse em relação a patente do Policial Militar

Patente do Policial	Total de Participantes	Total com estresse	Percentil com estresse
Cabo	18	9	50%
Sargento	23	6	26%
Subtenente	3	3	100%

Ao fazer uma análise sobre o setor de trabalho, 25 policiais trabalhavam na área administrativa e 9 destes apresentaram sintomas de estresse representando 36%. Os de policiamento ostensivo geral foram 20 participantes no total e 9 com sintomas de estresse ou seja, 45 %. Ainda dentro desta mesma análise, no setor denominado administrativo 36% dos participantes apresentam estresse sugere-se que no setor administrativo os profissionais que nesta área trabalham encontram menos fatores estressantes em seu dia a dia por se tratar de um serviço mais burocrático. Na tabela 3 são apresentados os resultados conforme o local de trabalho dos participantes.

Tabela 3- Participantes com estresse em relação ao local de trabalho.

Setor de trabalho	Total de policiais	Policiais com estresse	Percentil com estresse
Administrativo	25	9	36%
Policiamento ostensivo geral	20	9	45%

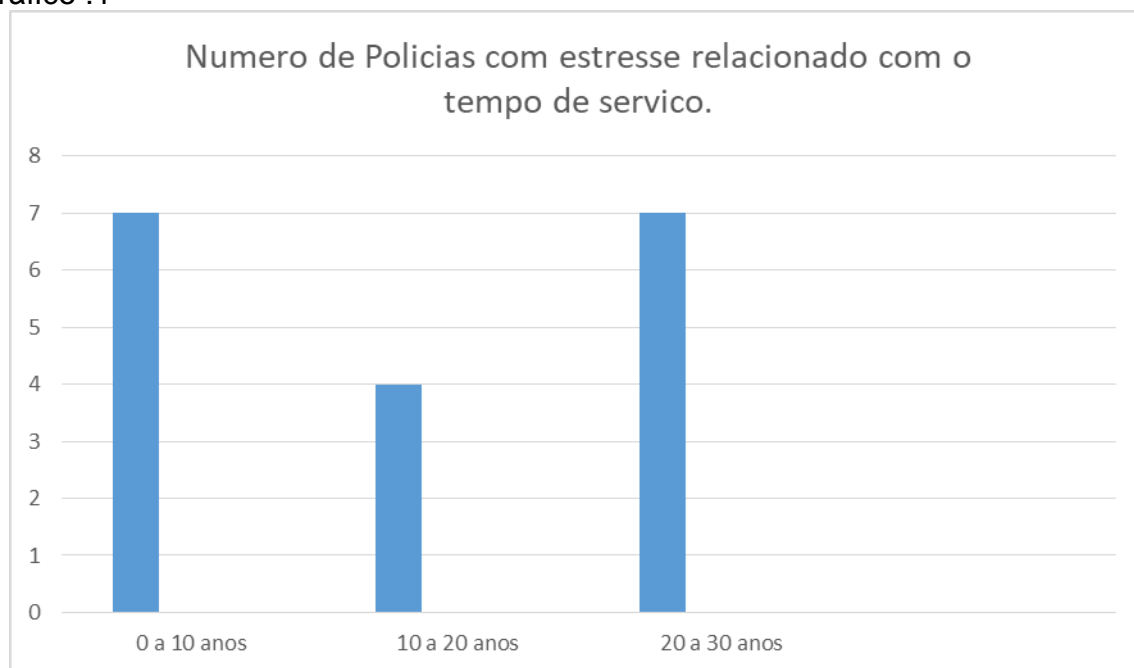
No estudo de Dantas, Rodrigues e Maciente (2010) o resultado em relação ao setor de trabalho foi diferente, observou-se estresse em policiais da área administrativa. Este estudo foi feito 38 policiais militares, de ambos os sexos, maiores de 18 anos, que estão em atividade, de uma unidade do batalhão no sul de Minas Gerais e o teste usado também foi o Inventário de Sintomas de Stress de Lipp.

Na no estudo de Pinheiro, L., e Farikoski, C. (2016) no setor denominado administrativo 40% dos participantes apresentam estresse. Indica-se que no setor administrativo os profissionais que nesta área trabalham encontram menos fatores estressantes. Já no setor denominado “ambos”, onde os indivíduos atuam tanto no setor operacional bem como no setor administrativo, a ocorrência de estresse foi de 73%

No presente estudo em relação ao tempo de serviço 7 policiais com sintomatologia de estresse exercem a profissão de 0 a 10 anos, 4 policiais de 10 a 20 anos e 7 policiais de 20 a 30 anos. O que mostra que o estresse acometem no

início e no final da carreira dos policiais. No gráfico abaixo este resultados foram apresentados.

Gráfico :1



Após a análise dos resultados foi possível concluir que os participantes da pesquisa apresentavam índices maiores de sintomatologia na fase de resistência, esta fase é quando a alerta é mantida por um longo período ou se novos estressores se acumulam e o organismo entra em ação para impedir o desgaste total de energia, tentando assim restabelecer o equilíbrio chamado de homeostase. Os sintomas dessa fase são sensação de desgaste generalizado e dificuldades de memória.

Este resultado significa que não há quadro de fadiga crítico mas que se não forem desenvolvidas formas para superação tais como: alimentação, relaxamento, exercício físico, estabilidade emocional e qualidade de vida, este quadro pode ser agravado e pode ocorrer diversas doenças.

CONCLUSÃO

Os objetivos da presente pesquisa foram alcançados conforme a apresentação dos resultados. Os achados indicados contribuíram para fortalecer a necessidade de uma atenção especial para a população estudada.

Com relação a alguns dados do estudo, vale destacar que policiais militares do sexo feminino apresentaram maior índice de estresse, e os que trabalham com o patrulhamento ostensivo geral ou seja os que estão lidando diariamente com a violência ocorrida nas ruas.

Os resultados indicaram que a profissão do policial militar necessita de maior atenção quanto ao aspecto psicológico, visto que o índice de policiais com estresse foi elevado.

É preciso mencionar que houve predomínio na fase de resistência, na qual ainda é possível eliminar os sintomas e prevenir o agravamento do quadro. Desta forma, em se tratando de uma fase inicial de estresse, torna-se possível uma ação preventiva por parte da Brigada Militar, como objetivo de propiciar um melhor manejo das dificuldades percebidas e maior bem-estar físico e psicológico dos policiais militares.

REFERÊNCIAS

- APA, A. P. (2014). *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais*. Porto Alegre: Artmed.
- Pinheiro, L., & Farikoski, C. (2016). Avaliação do Nível de Estresse de Policiais Militares. *Revista de Psicologia da IMED*, 8(1), 14-19.
- Calais, S. L., Andrade, L. M., & Lipp, M. E. N. (2003). Diferenças de sexo e escolaridade na manifestação de Stress em adultos jovens. *Psicologia: Reflexão e crítica*, 16, 257-263.
- Costa M, A. J. (2007). Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. *Rev Panam Salud Publica*. 217-222.
- Dantas, M. A., Brito, D. V., Rodrigues, P. B., & Maciente, T. S. (2010). Avaliação de estresse em policiais militares. *Psicologia: teoria e prática*, 12(3), 66-77.
- Filgueiras, J. C., & Hippert, M. I. (1999). A polêmica em torno do conceito de estresse. (3a, ed.) *Psicologia: Ciência e Profissão*, 19, 40-51.
- Lipp, M. E. (2005). *Manual do Inventário de Sintomas de Stress para adultos de Lipp (ISSP)*. São Paulo: Pearson.
- Oliveira, P. L. (2009). Estresse e comprometimento com a carreira em policiais militares. (131a, ed.) *Boletim de Psicologia*, 59, 153-166.
- Reis, A. L., Fernandes, S. R., & Gomes, A. F. (2010). Estresse e fatores psicossociais. *Psicologia: ciência e profissão*, 30(4), 712-725.
- Rossetti, M. O. (2008). O inventário de sintomas de stress para adultos de lipp (ISSL) em servidores da polícia ederal de São Paulo. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 4(2), 108-120.
- Zanelli, J. C. (2010). *Estresse nas organizações de trabalho: compreensão e cvfdrintervenção baseadas em evidencias*. Porto Alegre: Artmed.

Silva, J. F.C.(2010) *Estresse ocupacional e suas principais causas e consequências*.
36 f. Monografia de Gestão Empresarial, Universidade Cândido Mendes, Rio de Janeiro.

ENDEREÇO DE CORRESPONDÊNCIA

Autor Orientando: Ronalha Lelis e Silva

Nome completo: Ronalha Lelis e Silva

Endereço: Rua Professor Alfredo Batista 315 – Presidente Olegário

Telefone de contato: (34) 996652195

Email: ronahalelis@hotmail.com

Autor Orientador: Isabel Cristina Oliveira Gomes

Nome completo: Isabel Cristina Oliveira Gomes

Endereço: Rua Quintino Bocaiuva 2144 Bairro Saraiva – Uberlândia MG

Telefone de contato:(34) 992066160

Email: belgomes.icog@gmail.com

DECLARAÇÃO DE AUTORIZAÇÃO

Autorizo a reprodução e divulgação total ou parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e pesquisa, desde que citada à fonte.

Patos de Minas, 20 de outubro de 2017.

Ronalha Lelis e Silva

Isabel Cristina Oliveira Gomes



FACULDADE PATOS DE MINAS



FACULDADE PATOS DE MINAS

Mantenedora – Associação Educacional de Patos de Minas

Portaria de Recredenciamento MEC – DOU N°. 1469 de 10 de Outubro de 2011.

Curso de Graduação em Psicologia

Bacharelado (Formação de Psicólogo)

Portaria de Reconhecimento MEC – DOU N°. 371 de 30 de Agosto de 2011.

“Como Psicólogo, eu me comprometo a colocar minha profissão a serviço da sociedade brasileira, pautando meu trabalho nos princípios da qualidade técnica e do rigor ético. Por meio do meu exercício profissional, contribuirei para o desenvolvimento da Psicologia como ciência e profissão na direção das demandas da sociedade, promovendo saúde e qualidade de vida de cada sujeito e de todos os cidadãos e instituições.”

(Juramento do Psicólogo – Conselho Federal de Psicologia)

Rua Major Gote, 1901 – Centro – Campus Shopping/ 2º andar – Patos de Minas – MG – CEP 38700-001. Contatos: Tel. (34)3818-2350. www.faculdadepatosdeminas.com / cursopsicologia.fpm@hotmail.com / secretariadpgpsi.fpm@hotmail.com.