

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

JULIANA KARLA DE OLIVEIRA COSTA FERNANDES

**O ESTRESSE EM POLICIAIS E A INSERÇÃO DA PSICOLOGIA NO CONTEXTO
MILITAR**

**PATOS DE MINAS
2018**

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

JULIANA KARLA DE OLIVEIRA COSTA FERNANDES

**O ESTRESSE EM POLICIAIS E A INSERÇÃO DA PSICOLOGIA NO CONTEXTO
MILITAR**

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, podendo gozar dos direitos de Psicólogo.

Orientadora: Profa. Me. Isabel Cristina Oliveira Gomes

**PATOS DE MINAS
2018**

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

JULIANA KARLA DE OLIVEIRA COSTA FERNANDES

**O ESTRESSE EM POLICIAIS E A INSERÇÃO DA PSICOLOGIA NO CONTEXTO
MILITAR**

Banca Examinadora do Curso de Bacharelado em Psicologia, composta em 25 de junho de 2018.

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

Examinadora 1: Profa. Ma. Constance Rezende Bonvicini
Faculdade Patos de Minas

Examinador 2: Prof. Me. Arthur Siqueira de Sene
Faculdade Patos de Minas

DEDICO este trabalho primeiramente ao meu marido e aos meus filhos, que se fizeram presentes durante todo o processo. Aos estudiosos da área e policiais militares que se encontram em vivências estressoras, espero que o artigo, de alguma forma, possa trazer luz a cada um.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus pelo dom da vida, pelo discernimento durante toda a minha caminhada, e também por permitir que tudo isso aconteça.

Agradeço a minha família por ser meu principal alicerce durante todo o trajeto.

Agradeço a FPM por ser palco e testemunha de todos os meus sonhos e planejamentos. Uma história está terminando para que outra seja iniciada da melhor forma possível.

Agradeço a minha orientadora Isabel por todo aprendizado, acolhimento e sabedoria durante a produção deste artigo e, principalmente, por ajustar as minhas velas quando o vento não se mostrou favorável.

Por fim, agradeço a cada um que contribuiu, direta e indiretamente, com este trabalho. Sem o leitor não existem letras suficientes para que se formem as palavras.

Neste mundo traidor, nada é verdade nem mentira, tudo é de acordo com a cor da lente com que se mira.

Ramón de Campoamor

O ESTRESSE EM POLICIAIS E A INSERÇÃO DA PSICOLOGIA NO CONTEXTO MILITAR

THE STRESS IN MILITARY AND THE INSERTION OF PSYCHOLOGY IN THE MILITARY CONTEXT

Juliana Karla de Oliveira Costa Fernandes¹

Isabel Cristina Oliveira Gomes²

RESUMO

O estresse pode ser definido como uma condição emocional de sofrimento. A palavra estresse nos remete a um estado de desequilíbrio fisiológico, químico e psicológico que desestrutura todo o funcionamento do organismo, gerado por um termo que se configura como o evento ou estímulo que desencadeia o estresse. Os policiais militares em decorrência de seu ambiente de trabalho encontram-se dentro de um espectro estressor, que em consequência são expostos diariamente a situações que os colocam vulneráveis a desenvolverem transtornos de humor, devido ao grande desgaste físico e psicológico em que são submetidos. Diante dessas perspectivas, esta pesquisa tem por objetivo apresentar um estudo sobre o estresse em policiais militares, e suas nuances. A metodologia utilizada foi uma revisão conceitual da literatura. Diversos contextos foram analisados, sendo apresentadas as contingências que dão encaminhamento aos fatores estressores. Foi possível identificar diversos fatores que levam os policiais militares ao estresse, como a exposição a níveis elevados de agressão, violência e crimes bárbaros, estendendo a situações mais adversas, e no comprometimento de sua integridade. Foram então levantadas questões referentes à integridade física e psicológica do indivíduo, abrindo portas para o crucial papel da psicologia, e sua atuação no enfrentamento do estresse.

Palavras-chave: Estressor. Polícia Militar. Trabalho.

ABSTRACT

Stress is defined as an emotional condition of suffering. The word stress leads to a state of physiological, chemical and psychological imbalance that disrupts the entire functioning of the organism, generated by an event or stimulus that triggers stress. Due to the work environment, military police are in a stress spectrum and consequently are exposed daily to situations that can lead to the development of

¹ Graduanda em Psicologia pela Faculdade Patos de Minas (FPM). julikarlafernandes@gmail.com

² Mestre em Psicologia pela Faculdade Federal de Uberlândia, (UFU). Docente e orientadora do Departamento de Graduação em Psicologia da FPM. Belgomes.icog@gmail.com

mood disorders, because these workers are exposed to great physical and psychological wear and tear. This paper aims to show a study about stress in military police and their nuances. The methodology used was conceptual of the literature. Several contexts were analyzed, presenting the contingencies, which lead to stressors. This way, questions about the physical and psychological integrity of the individual were raised, giving opportunity to the work of psychology and its intervention in coping with stress. It was possible to identify several factors that lead the military police to stress, such as exposure to high levels of aggression, violence and barbaric crimes, extending to more adverse situations, and the compromise of their integrity.

Keywords: Stressor. Military Police. Job.

1 INTRODUÇÃO

A rotina do policial militar e os seus encargos desenvolvem ao longo do tempo um estresse rotineiro, que é inserido no contexto do seu trabalho. Entretanto, existem contingências que levam esse policial militar a ser afetado de forma nociva, tendo tanto a sua saúde física quanto a sua saúde mental prejudicadas (Santana & Sabino 2012).

Dentro desse espectro estressor, é possível levantar uma questão crucial: como agir de forma efetiva sem ser afetado por situações estressoras, já presentes no trabalho? É importante ressaltar, então, que, em um primeiro momento, se faz necessário levantar as raízes da situação e percorrer todo o trajeto das contingências presentes no trabalho de um policial militar, em que este se encontra exposto e vulnerável a todas as situações possíveis (Mendes, 2013).

Costa, Accioly, Oliveira e Maia (2014) relataram que o profissional da polícia militar exerce uma atividade laboral de grande risco, uma vez que diariamente confrontam com a crueldade, a barbaridade e a morte. Estudos demonstram que tais profissionais estão entre os que mais sofrem de estresse decorrente do trabalho, já que a violência e o perigo são realidades constantes em seu cotidiano, bem como a necessidade de interferência em acontecimentos de grande conflito e tensão.

Vanni (2008) introduz o significado de estresse para que seja situado como pano de fundo. A partir daí é possível destacar os principais fatores estressores associados ao trabalho do policial militar, entre os quais, o peso da representatividade do profissional na sociedade e as cobranças internas e externas que surgem ao longo do seu caminho são somados a fatores psicossociais, reforçando-os. Os dados colhidos pela PMMG ressaltam a prevalência do estresse e

apontam para a suma importância do papel exercido pela psicologia dentro desse contexto lesivo, vislumbrando a uma tomada de consciência e a um manejo do estresse nos policiais, o que reduz significativamente doenças advindas dos fatores supracitados.

A psicologia almeja amparar o indivíduo no que diz respeito aos seus questionamentos e dúvidas, ajudando a tornar mais claro o sentido da própria existência, buscando fornecer auxílio no encontro de respostas para que se alcance uma vida mais rica e plena, favorecendo, de forma harmônica, a relação consigo mesmo e com o próximo. Inserida nesse contexto, a psicologia torna-se uma base de apoio indispensável que vem se tornando cada vez mais reconhecida e utilizada no auxílio a policiais militares que, reconhecidamente, necessitam de amparo nesse ambiente declaradamente estressor em que diariamente se encontram introduzidos (Teles, 2010).

É importante ressaltar a prevalência do estresse ao longo da história dos órgãos responsáveis pela segurança da sociedade e como estes indivíduos sofrem com isso. Cabe também destacar o estresse como um dos principais gatilhos para intercorrências maiores à saúde física e mental, considerando o contexto do policial militar.

Assim, este trabalho visa proporcionar uma discussão teórica a respeito do diagnóstico de estresse em policiais e do trabalho do psicólogo nesse contexto.

2 O ESTRESSE E SUA ABRANGÊNCIA

No Século XVII, pela primeira vez, foi utilizada a palavra estresse para definir qualquer estímulo que afetasse negativamente o indivíduo, provocando-lhe sentimento de angústia, aflição e opressão. Durante os séculos XVIII e XIX, o significado do termo se alterou para denotar na ciência física qualquer força que, quando aplicada sobre um sistema, leva à deformação ou à destruição deste (Couto, 1987).

Atualmente um termo bastante conhecido, comentado e, principalmente, vivenciado pela população, o estresse tem diversas facetas. Tal condição manifesta-se no desenrolar dos dias mais agitados, de acordo com as situações impostas a cada indivíduo.

O termo estresse denota o estado gerado pela percepção de estímulos que provocam excitação emocional e, ao perturbarem a homeostasia, disparam um processo de adaptação caracterizado, entre outras alterações, pelo aumento de secreção de adrenalina produzindo diversas manifestações sistêmicas, com distúrbios fisiológicos e psicológicos. O termo estressor, por sua vez, define o evento ou o estímulo que provoca ou conduz ao estresse (Mendes, 2013).

Para Lipp (2004), o estresse é definido como uma reação psicofisiológica muito complexa que carrega em sua gênese a necessidade do organismo modificar-se frente a algo que ameaça sua homeostase interna. Isso pode ocorrer quando a pessoa se confronta com uma situação tanto positiva quanto negativa. É possível avaliar, assim, as origens e a existência dos fatores de estresse, considerando que podem ser externos ou internos.

Situações corriqueiras do dia a dia podem ser enquadradas dentro da linha de raciocínio exposta acima. Dessa forma, pode-se compreender relacionamentos pessoais e profissionais como agentes estressores externos, bem como pode-se classificar as crenças, os valores e as interpretações pessoais como estressores internos. O conhecimento e o enfrentamento diante destas identificações mostram-se, assim, um importante auxiliador.

É crucial, no entanto, atentar-se ao que pode ser nocivo à saúde física e mental do sujeito, levando em consideração que os fatores estressores se mostram presentes a todo momento na vida de um indivíduo, estando dentro de seu ambiente de trabalho e também nos ambientes familiar e pessoal.

3 FATORES ESTRESSORES E POLICIAIS MILITARES: os principais responsáveis

Várias complicações físicas apresentam-se como resposta a situações estressantes, podendo ser citados, entre outros, os distúrbios no ritmo cardíaco, o enfarte e a arteriosclerose, bem como insônia, cefaleias, derrame cerebral, úlceras, gastrite, doenças inflamatórias, colite, problemas dermatológicos, tensão muscular, além de problemas sexuais, como a impotência e a frigidez. Já com relação aos sintomas psicológicos destacam-se a impossibilidade de trabalhar, irritabilidade excessiva, pesadelos, apatia, depressão, angústia, ansiedade, perda do senso de humor, entre outros (Lipp, 2004).

Compreender o que é de fato o estresse contribui significativamente para uma melhor avaliação e resolução da condição identificada em cada sujeito afetado. Diante de situações laborais adversas, é possível ir ao encontro do policial militar, correlacionando fatores estressores em seu ambiente.

A polícia militar exerce um papel fundamental dentro do espectro social. Sua representatividade dá-se pelo fato de que seu cargo é reconhecido por garantir a segurança e o bem-estar dos indivíduos perante as mazelas (violência, homicídios, furtos, etc.) existentes. A preservação da ordem pública carrega em si uma responsabilidade social muito grande que, quando combinada com a vivência do policial militar, pode vir a acarretar um alto nível de ansiedade e estresse (Paredes, 2012).

A situação de violência enfrentada diariamente no Brasil é fatídica e notória, uma vez que é veiculada a partir de notícias que apontam para o seu impacto em todos os meios de comunicação existentes. Nesse contexto está inserido o policial militar, que se encarrega do combate à criminalidade e tenta garantir a segurança da população (Mendes 2013).

De acordo com Calanzas (2010), grande parte dos policiais quando adentram nessa carreira, o fazem por se verem seduzidos pelo status da profissão, pela estabilidade e pela possibilidade de ascensão que o concurso público oferece. Estes profissionais, entretanto, no decorrer do tempo, batem de frente com a realidade na qual se encontram ao depararem com a falta de reconhecimento da classe e ao tomarem consciência das situações de risco as quais enfrentam diariamente e constantemente. Dentre tais situações enfrentadas, está a perda de colegas de trabalho, que pode acarretar em um intenso sofrimento psíquico.

Assim, salários altos, estabilidade financeira e status profissional não garantem a estabilidade emocional de um policial, e por mais que este tenha a função de punir o indivíduo que não se enquadra dentro das regras sociais, o profissional não é imune ao risco de ser abatido pelo próprio exercício da profissão. Situações do cotidiano de um policial militar colocam-no à exposição de diversos perigos na medida em que, ao atuar para assegurar a integridade dos cidadãos, ele compromete a sua própria integridade.

A polícia militar, pela natureza do seu trabalho, expõe seu profissional a constantes desgastes nos âmbitos físico, mental e emocional em sua prestação de

serviços diária. A atuação em ambiente desumano, complexo e hostil estão entre os fatores que contribuem para este fenômeno (Mendes, 2013).

Por consequência, diversos fatores estressores são encontrados nas vivências desses profissionais que, dependendo da forma como são absorvidos e interpretados por cada um, trazem grandes malefícios à sua saúde mental.

Segundo Lipp (2004), os problemas não provêm das situações, mas sim das crenças irracionais interpretadas após as situações. Para ele, todos os distúrbios emocionais estão diretamente ligados a ideias irracionais que o ser humano cria, resultando em frustrações, baixa autoestima, ansiedade e estresse.

Desde as etapas de aprovação à academia de polícia, passando dos treinamentos às ações práticas, todos os policiais militares seguem uma rígida conduta, sendo colocados a todo o momento em situações de estresse para que suas resistências física e psicológica sejam estabelecidas.

Estudiosos do tema, como Paredes (2012), que escreveu acerca da relação polícia e sociedade, indicam o alto percentual de tempo gasto pelos policiais tratando não de questões relativas à criminalidade, mas de questões pessoais ou interpessoais. Essa característica da atividade, segundo tal autor, exige que o policial seja capaz de fazer “uso apropriado de autoridade e de agir sob estresse.”

No caso da Polícia Militar de Minas Gerais (PMMG), vê-se que nos anos de 1994 a 1996 os transtornos mentais foram a primeira causa de reforma, enquanto foram a terceira causa de aposentadoria no INSS, no mesmo período (Mendes, 2013). De acordo com Nogueira (2007), segundo o resultado de estudos efetuados na área Metropolitana de Belo Horizonte realizados no primeiro semestre de 2003, constatou-se que as doenças de cunho mental se encontram entre as cinco principais causas de afastamento laboral.

A pesquisa também constatou que a PMMG foi responsável por 26% de todas as internações ocorridas nos últimos cinco anos (1999 a 2003) naquele hospital. O percentual de internações da PMMG no período equiparou-se ao apresentado por um plano de saúde privado, que reúne pessoas de várias categorias profissionais. Além da PMMG, o hospital mantinha, à época da pesquisa, convênio com 51 instituições, oferecendo, também, atendimento gratuito e semi-gratuito para pacientes carentes. Esses dados por si só não explicam nada, entretanto, indicam que o número de internações pelo convênio da PMMG no manicômio pesquisado é significativo, e que transtornos mentais e comportamentais levaram à internação

psiquiátrica um número importante de policiais militares. Esses números tornam-se significativos quando comparados a outras categorias profissionais internadas no mesmo período no referido hospital (Nogueira, 2007).

4 ESTRESSE EM POLICIAIS MILITARES: o estado da arte

Como forma de ter uma visão panorâmica e abrangente sobre o atual estado de estresse enfrentado pelos policiais militares propomos uma revisão de alguns trabalhos de pesquisa mais recentes a respeito do estresse em policiais militares.

Os policiais militares em razão de seu ambiente laboral encontram-se vulneráveis e suscetíveis à ansiedade e à angústia, sentimentos que podem provocar o desencadeamento de transtornos de humor, uma vez que esses servidores geralmente são expostos a grande desgaste físico e psicológico, já que, além de exercerem funções administrativas, também são responsáveis pelo policiamento ostensivo e preventivo e pela conservação da ordem pública. Para tanto, necessitam estar em constante alerta às situações que diariamente surgem e que requerem sua pronta intervenção, principalmente com a crescente onda de violência que vem dominando nossa sociedade (Bimbato & Silva, 2015).

Nogueira (2007), em estudo realizado para identificar as principais fontes de estresse no trabalho da polícia, selecionou 80 (oitenta) itens considerados relevantes sobre o estresse envolvido em todas as fases operacionais da polícia. A seleção desses itens foi realizada com a ajuda de um comitê consultivo do qual faziam parte vários policiais experientes e a cúpula da administração da polícia. Esses itens foram testados por meio de uma pesquisa piloto com 50 (cinquenta) policiais.

Foram selecionados, ainda, 60 (sessenta) fatores por ordem de importância como marcadores de elemento estressor. Entre os itens selecionados, 3 (três) foram classificados como mais importantes. Ficando comprovado, ao final, a alta complexidade do índice de estresse de tais itens. Assim, receberam dos profissionais uma alta classificação de estresse: 1 - vivenciar a morte de colega durante o cumprimento do dever legal, 2 - matar no exercício de suas atividades e 3 - ter contato com a exposição de crianças espancadas ou mortas. Muitos profissionais ficam abalados psicologicamente devido a estas exposições e esses riscos sofridos (Nogueira, 2007).

Do mesmo modo, Mendes (2013) realizou um estudo minucioso com o intuito de identificar as fontes de estresse no trabalho de soldados da Polícia Militar do Estado de São Paulo (PMSP). Tal pesquisa foi realizada com o objetivo de analisar o nível de tensão que cada policial atribui às fontes de estresse ocupacional com as quais lidam em sua rotina de trabalho, elaborando uma proposta de programa de controle de estresse específico para cada policial daquela corporação, analisada no decorrer dos estudos.

De acordo com os resultados da pesquisa, o evento considerado mais estressante foi ter acompanhado seus parceiros de trabalho sendo mortos durante sua jornada, uma vez que os vencimentos recebidos pelos policiais são insuficientes para sua qualidade de vida considerando os riscos que cada um sofre. A situação desesperadora de conviver com as mortes de amigos ou colegas de trabalho ficou evidente como fato danoso preocupante no estudo relacionado ao estresse emocional dos militares, dado que chamou atenção da pesquisadora Nogueira (2007).

As avaliações apontam para o fato de que a morte de outras pessoas e até aquela provocada pelo Policial durante o exercício da sua função não se destacou como evento estressante nesta pesquisa brasileira. A fundamentação dada pela pesquisadora é que os policiais desta equipe analisada tinham experiência em sua profissão de, no máximo, 5 (cinco) anos. Tal fato foi classificado como conduta ideal para o exercício da atividade policial, não apresentando preocupação para a corporação, uma vez que provavelmente esses policiais desta amostra não tinham presenciado a morte de colegas durante o exercício de suas profissões. Isso ocorreu também devido aos procedimentos operacionais adquiridos durante o treinamento (Costa et al., 2007).

Vale destacar, portanto, a importância de um treinamento executado adequadamente, conforme previsto em lei, de acordo com a organização de cada estado brasileiro. Assim, no período de treinamento operacional, deve ser relevado o que um policial militar pode vivenciar em seu dia a dia de trabalho, uma vez que estará sujeito a tirar a vida de alguém ou em legítima defesa ou por exercício regular do direito a luz do código penal. Dessa forma, também poderá ocorrer a morte de seus parceiros de trabalho. Isso, então, fará parte de sua rotina de trabalho nos grandes centros urbanos do país (Vanni, 2008).

Os policiais militares, expostos em níveis elevados à agressão, violência, crueldade e crimes bárbaros, que comovem a própria corporação, frequentemente tem o dever de intervir em situações de problemas humanos de alta tensão, estando suscetíveis a sentimentos de raiva, ansiedade, alienação e depressão e “ficando proibidos de expressar seus sentimentos”, os quais são respostas normais à frustração. Em razão disso, muitos policiais desenvolvem características de esQUIVA emocional, cinismo e autoritarismo (Lipp, 2004).

Os policiais são preparados para conviver constantemente com situações estressantes, porém as doses de tais situações são excessivas, intensas, ou prolongadas, podendo ocasionar problemas físicos e psicológicos. Caso não sejam controlados, esses problemas certamente irão interferir nas atividades diárias, gerando um baixo índice de rendimento profissional, dificuldades em relacionamentos sociais e cansaço físico e mental, que provocará algumas doenças (Nogueira, 2007). Há, portanto, uma ampla área da vida prejudicada devido a ansiedade acumulada ao estresse no ambiente de trabalho e no âmbito familiar.

Vale ressaltar que essas pessoas, além das suas responsabilidades ocupacionais e alta competitividade exigida pelo Estado, também lidam com inúmeras exigências em suas ocorrências, soma-se a isso, ainda, os estresses normais da vida em sociedade, tais como a segurança social, a manutenção da família, as exigências culturais, etc. Sendo assim, é possível que todos esses novos desafios superem os limites adaptativos levando ao estresse.

O tipo de desgaste enfrentado pelos policiais é bastante relevante quando se leva em consideração a combinação entre jornadas estressantes de trabalho, a convivência permanente nos ambientes sociais e as relações familiares. Tal desgaste é fator determinante ocasionador de doenças que, muitas vezes, impedem que policial consiga exercer sua atividade profissional. Nessa situação, o profissional se afasta do trabalho para realizar sessões de tratamentos psicológicos ou até mesmo psiquiátricos (Dantas, Rodrigues & Maciente, 2010).

Existem, ainda, alguns agentes estressores psicossociais que são tão potentes quanto os micro-organismos e a insalubridade no desencadeamento de doenças, devido ao alto índice de ansiedade anormal. Esses agentes prejudicam os policiais que trabalham na rua e os demais que exercem funções administrativas, atingindo até mesmo os superiores hierárquicos, que podem apresentar, também, alterações diante dos agentes estressores psicossociais (Santana & Sabino, 2012).

5 SAÚDE MENTAL: o papel da psicologia na base de apoio

O número de policiais com doença mental nos últimos anos vem aumentando descontroladamente. Esse aumento está se transformando em um grave problema para o estado, uma vez que um policial com um alto descontrole emocional causa medo nos colegas, na sua família e na sociedade, que convive com muitas ocorrências preocupantes atendidas inadequadamente (Vanni 2008).

Muitos policiais, devido ao alto índice de estresse, começam a transmitir sua tensão aos parceiros de trabalho, sociedade e famílias, que são afetadas pelo seu comportamento estressante. Assim, o profissional com problemas de estresse provoca medo também no cidadão de bem, que nada tem a ver com a postura anormal da nossa polícia. Muitos policiais adoecidos pela carga de estresse chegam a praticar crimes contra a sua própria família, ou, em casos mais extremos, acabam por tirar sua própria vida, porque não conseguem distinguir a relação de trabalho da relação familiar (Santana & Sabino, 2012).

De acordo com Mendes (2013), somente após o início da década de 80 começou-se a fundamentar a Psicopatologia do Trabalho, respaldando, assim, a clínica do sofrimento em sua conexão com o trabalho, onde buscou-se transcender seus pressupostos filosóficos, econômicos e sociológicos, passando a ser identificado como uma psicopatologia todo sofrimento psíquico que se origina nas constrições do trabalho e que ameaça o equilíbrio psíquico e a saúde do trabalhador na organização do trabalho.

Devido à grande vulnerabilidade apresentada neste contexto, é notável o comprometimento à saúde mental do indivíduo. Tendo sua associação principal ligada ao trabalho, o policial militar poderá vir a responder e a desenvolver respostas sintomáticas de nervosismo, humor deprimido, irritabilidade, dentre outros. Tais indivíduos se defrontam com novos desafios a todo instante e, como dito, o ambiente de exercício de suas atividades não é nada favorável, carregando consigo diversos fatores estressores e demonstrando, assim, a necessidade de um cuidado mais aprofundado com a saúde mental de cada policial militar por meio da assistência de um profissional da psicologia (Mendes, 2013).

Segundo Calanzas (2010), o trabalho do psicólogo com o sofrimento mental na polícia militar é recente, tendo a inclusão dos primeiros psicólogos na PMMG

ocorrido em 1987. O autor ainda afirma que somente a partir da inclusão de novos psicólogos em 1994, 1995, 2003 e 2007, houve a ampliação dos serviços para o atendimento psicológico, com a locação de psicólogos na maioria dos batalhões da PMMG. Porém, essa ampliação pode ser considerada tímida, tendo em vista o crescimento da instituição, ocasionado notadamente pelo aumento do efetivo de policiais e do número de batalhões e, por outro lado, pela aposentadoria de vários psicólogos.

São essas questões passíveis de discussões, uma vez que a psicologia é apresentada com grande relevância nas contingências diárias em que os policiais militares se encontram. Porém, lidar com o sofrimento psíquico de cada um exige, além do conhecimento profissional, discernimento conforme a cultura da organização. Existem vários aspectos a serem analisados, barreiras a serem ultrapassadas e resistências a se romperem. Reconhecer o sujeito do policial militar, com toda sua idiosincrasia e singularidade, e adentrar o subjetivo do sujeito, respeitando-o, é um bom caminho para a efetividade do trabalho (Oliveira 2009).

A psicologia vem se fazendo pertinente dentro de um ambiente hostil e propenso a frustrações. É sabido que as organizações já contam com esse serviço há um tempo, porém, a visibilidade se torna maior à medida que os sintomas de desgaste e estresse emocional ficam cada vez mais presentes na vida do profissional da polícia militar, permitindo também a abertura de um campo não muito conhecido, uma vez que ainda existem tabus acerca do trabalho do psicólogo a serem desmistificados.

Dentro deste espectro, fica visível o papel da psicologia, que sai de um contexto clínico e se reconfigura em cada ambiente que exige a sua demanda. Para Tassinari (2012), o psicólogo ater-se somente ao consultório exclui o potencial da psicologia clínica, pois esta pertence à área da saúde, em virtude de suas diversas teorias, o que permite ir além do setting terapêutico.

Considerando as diversas patologias associadas ao trabalho do profissional da polícia militar como fobia, psicossomática, depressão, alcoolismo, ansiedade patológica, etc., o desgaste emocional vem a surgir como o principal responsável, uma vez que, em decorrência deste, as associações ao estresse se fazem pertinentes.

Assim, fica evidente que a psicologia tem o papel fundamental de mediar os conflitos e as perturbações que surgem durante o exercício profissional auxiliando

esse profissional na busca do equilíbrio, indispensável para se levar uma vida saudável e produtiva, configurado por demandas rígidas sobre o policial, justamente nos momentos em que esse sujeito se depara na prática com suas fragilidades e impossibilidades. A psicologia vem a ser, então, uma parceira que oferta um lugar de vanguarda e possibilidades, em uma real efetivação no cuidado com o sofrimento mental dos policiais (Paredes, 2012).

O papel social da psicologia junto ao policial militar é buscar caminhos que conduzam a uma estabilidade emocional e que tragam soluções para as somatizações provindas do trabalho exaustivo desse profissional, somatizações estas tão nocivas à saúde e tão comprometedoras tanto da vida profissional do sujeito quanto da vida pessoal (Tassinari, 2012).

A psicologia, que vem ganhando o seu espaço no âmbito militar, transparece sua importância no momento em que policiais militares são acometidos pelos problemas sintomáticos e patológicos dessa profissão, que ao mesmo tempo que auxilia, também pode ser bastante nociva.

O presente artigo, enfim, teve por intenção a abertura de portas para outras futuras pesquisas com a temática do estresse em policiais militares e suas consequências. Tais pesquisas podem aumentar ainda mais o fluxo desses profissionais nos consultórios em busca de assistência psicológica no intuito de desenvolver um trabalho com melhor produtividade e, em contrapartida, cultivar uma vida pessoal mais satisfatória com os amigos, a família e, principalmente, consigo mesmos (Mendes, 2013).

6 CONCLUSÃO

Fatores estressores são encontrados em todos os ambientes de nossa sociedade. Na vida do policial militar, entretanto, esses fatores são encontrados diariamente e sem descanso. Foram levantadas no presente artigo situações vivenciais em que o policial militar se encontra exposto e a importância de se tomar conhecimento acerca delas, assim como o trajeto percorrido pelo indivíduo que se propõe a assegurar a integridade da população. Consideradas as responsabilidades e cobranças em conjunto com todas as contingências apresentadas, constata-se que o referido profissional está mais suscetível a um comportamento nocivo e mais

vulnerável a doenças da ordem mental, que conseqüentemente são transferidas para o corpo como defesa da psique.

No tocante ao exposto no presente artigo, portanto, conclui-se que a psicologia é importante aliada no manejo de situações estressoras ao policial, bem como no apoio à família e aos colegas de serviço. Ressalta-se, ainda, a necessidade de mais estudos aprofundados sobre o tema, apontando também para a importância da conscientização da sociedade, bem como para a imprescindibilidade do respeito à integridade do policial militar. Finalmente, é fundamental que preconceitos sejam quebrados em relação a psicologia do trabalho, e que seja feito pelo poder público mais investimentos em saúde mental, assim, haverá condições mais propícias para se realizar o trabalho necessário nas esferas apontadas no estudo em questão.

REFERÊNCIAS

- Bimbato, W. N., & Silva L., S. D. (2015). *Perfil de treinamento físico e do estado de humor de policiais militares capixabas*. Trabalho de Conclusão de Curso, Centro de Educação Física e Desportos da Universidade Federal do Espírito Santo., Vitória, Espírito Santo.
- Calanzas, M. E. (2010). Missão prevenir e proteger: condições de vida, trabalho e saúde dos policiais militares do Rio de Janeiro. *Cadernos de saúde pública*, 26(1), 206-211.
- Costa, M., Accioly Júnior, H., Oliveira, J., & Maia, E. (2007). Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. *Revista panamericana de salud pública*, 21(4), 217-222.
- Couto, H. A. (1987). *Stress e qualidade de vida dos executivos* (Vol. 1). Rio de Janeiro: COP.
- Dantas, M. A., Brito, D. V., Rodrigues, P. B., & Maciente, T. S. (2010). Avaliação de estresse em policiais militares. *Psicologia: teoria e prática*, 3(12), 66-77.
- Lipp, M. N. (2004). *O stress está em você* (Vol. 6). São Paulo: Contexto.
- Margis, R. P., Cosner, A. F., & Silveira, R. O. (2003). Relação entre estressores, estresse e ansiedade. *Revista Psiquiátrica Rio Grande do Sul*, 25(1) 65-74.

- Mendes, E. O. (2013). *A saúde psicossocial na segurança pública brasileira*. Trabalho de Conclusão de Curso, Departamento de Estudos da Escola Superior de Guerra, Rio de Janeiro, Rio de Janeiro.
- Nogueira, G. E. (2007). Condições de trabalho e saúde mental do trabalhador de segurança pública. *Psicologia saúde mental e segurança pública*, 2(4), 1-6.
- Oliveira, P. L., & Bardagi, M. P. (2009). Estresse e comprometimento com a carreira em policiais militares. *Boletim de psicologia*, 59(131), 153-166.
- Paredes, D. F. (2012). *Nível de atividade física e nível de estresse em policiais militares do 16º BPM de Santa Catarina*. Trabalho de Conclusão de Curso, Centro de Desportos, Curso de Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, Santa Catarina.
- Santana, S. L., & Sabino, A. D. (2012). Estresse policial militar: efeitos psicossociais. *Conexão (AMES)*, 9(1), 266-276.
- Tassinari, M. (2012). Desdobramentos clínicos das propostas humanistas em processos de promoção de saúde. *Estudos e pesquisa em psicologia*, 12(3), 911-923.
- Teles, M. L. (2010). *O que é psicologia* (19ª ed.). São Paulo: Brasiliense.
- Vanni, G. B. (2008). *A contribuição das crenças irracionais como fator ansiogênico*. Trabalho de Conclusão de Curso, Centro psicológico de controle de stress, Campinas, São Paulo.

ENDEREÇO DE CORRESPONDÊNCIA**Autor Orientando:**

Juliana Karla de Oliveira Costa Fernandes

R. Juvenil da Mata Cambraia, N.125, Bairro Alvorada, Patos de Minas MG

(34) 99146-4693

julikarlafernandes@gmail.com

Autor Orientador:

Isabel Cristina Oliveira Gomes

Avenida Juscelino Kubitschek de Oliveira, 1220, Bairro Cristo Redentor,

Patos de Minas MG

(34)3814-9714

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 a fonte.

Patos de Minas, 25 de junho de 2018

Juliana Karla de oliveira Costa Fernandes

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.

Departamento de Graduação em Psicologia

Curso de Bacharelado em Psicologia

(Formação de Psicólogo)

Curso Reconhecido pela Portaria DIREG/MEC N°. 371 de 30/08/2011, renovado reconhecimento de Curso pela Portaria DIREG/ME N°. 267 de 03/04/2017, publicado DOU em 04/04/2017, n°. 65, sessão 1, pág. 70-81

“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)