

Aspectos de saúde mental investigados em policiais: uma revisão integrativa

The aspects of mental health investigated in the police: an integrative review

Raphaela Campos de Sousa^{a,b}

 <https://orcid.org/0000-0002-3142-3044>

E-mail: rapha1618.rc@gmail.com

Sabrina Martins Barroso^a

 <http://orcid.org/0000-0003-1759-9681>

E-mail: smb.uftm@gmail.com

Ariadne Christie Silva Ribeiro^a

 <https://orcid.org/0000-0002-1939-4076>

E-mail: ariadne.christie@gmail.com

^aUniversidade Federal do Triângulo Mineiro. Departamento de Psicologia. Uberaba, MG, Brasil.

^bUniversidade de Uberaba. Departamento de Psicologia. Uberaba, MG, Brasil

Resumo

Esta revisão integrativa teve por objetivo identificar quais aspectos de saúde mental dos policiais têm sido mais investigados na literatura, considerando o período de 2012 a 2018. Foram realizadas buscas nas bases de dados PubMed, LILACS, SciELO e PePSIC. Foram analisados 84 artigos, quanto a 4 categorias: características dos estudos; saúde mental dos policiais; fatores de risco para problemas mentais; e fatores protetivos e para desenvolvimento da saúde. A análise dos artigos mostrou que Estados Unidos e Brasil produziram mais sobre o tema e que depressão, estresse e transtornos de ansiedade foram as patologias mais frequentes nos artigos analisados. Fatores individuais e do trabalho associaram-se ao adoecimento e fatores protetivos e intervenções foram pouco investigados. Estudos futuros poderão abordar essas lacunas.

Palavras-chave: Polícia; Saúde; Estatística de Saúde; Saúde Mental; Saúde do Trabalhador.

Correspondência

Raphaela Campos de Sousa

Av. Nenê Sabino, 1801. Uberaba, MG, Brasil. CEP 38055-500

Abstract

This integrative review aimed to identify which aspects of the police officers' mental health have been more investigated in the literature, considering the period from 2012 to 2018. We searched the PubMed, LILACS, SciELO and PePSIC databases. A total of 84 articles were analyzed in four categories: characteristics of the studies; mental health of police officers; risk factors for mental problems; and protective and health development factors. The analysis of the articles showed that the United States and Brazil were the countries with most production on the subject, and that depression, stress, and anxiety disorders were the most frequent pathologies in the analyzed articles. Individual and work factors were associated with illness and protective factors and interventions were scarcely investigated. Future studies may address these shortcomings.

Keywords: Police; Health; Health Statistics; Mental Health; Occupational Health.

Introdução

O estudo da relação entre saúde e trabalho tem ganhado espaço na literatura, especialmente em busca de fatores associados ao adoecimento dos trabalhadores, mostrando que algumas atividades profissionais expõem seus funcionários a maiores riscos (Seligmann-Silva, 2010; Seligmann-Silva, 2011; Vieira; Jardim, 2010). Este é o caso dos policiais, que, além de precisarem respeitar uma hierarquia e disciplina rígidas, estão em contato diário com situações de violência e risco iminente (Borges, 2013; Ferreira; Augusto; Silva, 2008).

O trabalho do policial pode ser caracterizado como extremamente desgastante física e emocionalmente, principalmente pela constante exposição ao perigo, riscos iminentes, horários irregulares de trabalho, alimentação, exposição a intempéries e longos períodos em pé (Borges, 2013). O cargo ocupado dentro da organização também foi apontado como fator que pode contribuir para o sofrimento psíquico (Silva; Vieira, 2008). Os policiais podem ocupar cargos administrativos e/ou operacionais. O serviço administrativo se caracteriza pela presença de diferentes funções, tais como recursos humanos, inteligência, entre outros, enquanto o serviço operacional se caracteriza por uma atuação preventiva e repressiva, visando a proteção direta da população. Nesse tipo de trabalho, os policiais têm maiores chances de se deparar com situações de alto risco, participar diretamente da mediação de conflitos e resolver crises de diferentes complexidades (Sousa et al., 2014).

Essas características laborais podem repercutir na saúde do policial, afetando sua qualidade de vida e relações sociais (Borges, 2013; Souza et al., 2012). Elas podem, ainda, prejudicar o desempenho de sua atuação em serviço e colocar em risco a sua vida ou a vida de terceiros (Ferreira, 2009; Minayo; Constantino; Souza, 2008; Sousa et al., 2014).

Diante disso, percebe-se a relevância de investigações sobre a saúde mental dos policiais. Assim, esta revisão tem por objetivo identificar quais aspectos de saúde mental dos policiais têm sido mais investigados na literatura, considerando o período de 2012 a 2018.

Metodologia

Este estudo integra um projeto maior de investigação da saúde mental de policiais militares no interior de Minas Gerais. Diante disso, representamos o primeiro passo, realizar uma revisão integrativa de literatura, de caráter exploratório, baseada na estratégia PICO - acrônimo para Paciente, Intervenção, Comparação e *Outcomes* (desfechos) (Harris et al., 2014). Adotou-se a questão norteadora: quais os aspectos de saúde mental do policial têm sido investigados no período de 2012 a 2018?

Foram realizadas buscas nas bases de dados PubMed, Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PePSIC). Adotou-se as palavras-chave: saúde, perfil de saúde, processo saúde e doença, estatística de saúde, saúde mental e saúde do trabalhador, utilizadas em português, inglês e/ou espanhol, conforme características da base de dados, junto do operador AND, seguido de polícia ou policial. A busca pelos artigos ocorreu em janeiro de 2019, por dois juízes independentes com formação em Psicologia.

Os critérios de inclusão dos artigos foram: estudos empíricos que abordavam a saúde mental do policial; ter sido publicado entre de janeiro de 2012 e 31 de dezembro de 2018; publicados em inglês, espanhol

ou português; e estar disponível gratuitamente para leitura integral na internet. Excluiu-se os artigos de revisão de literatura; estudos teóricos, validações, dissertações, teses, capítulos de livros, consensos e suplementos ou comentários do editor.

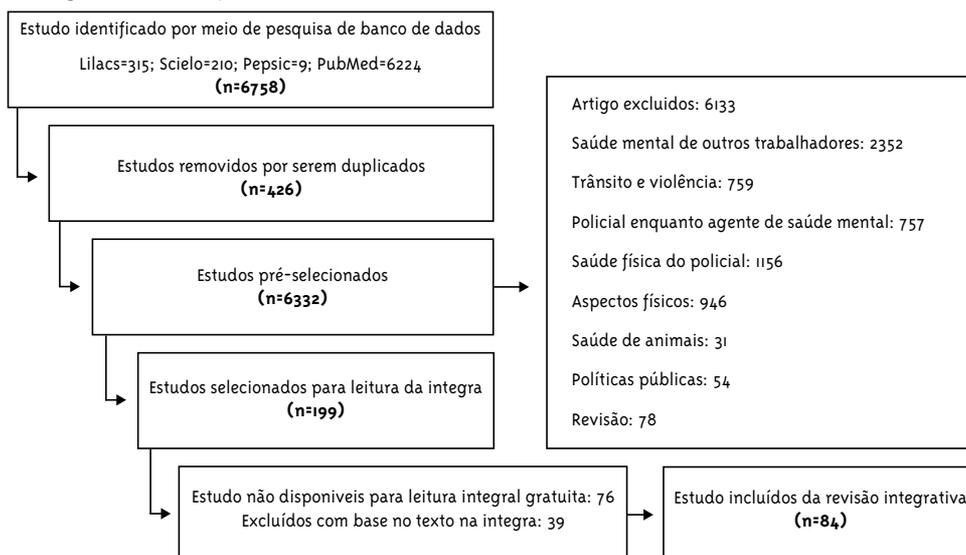
Foram conduzidas três etapas de filtragem dos artigos, obedecendo a seguinte ordem: (1) leitura de títulos dos estudos; (2) análise dos resumos quanto a temática e população; e (3) leitura completa dos textos. Os artigos que passaram por essas etapas foram analisados quanto a: 1. características dos estudos; (2) saúde mental dos policiais; (3) fatores de risco para problemas mentais; (4) fatores protetivos e para desenvolvimento da saúde. Devido à quantidade de textos recuperados, as principais observações foram exemplificadas com alguns artigos ilustrativos, não sendo possível incluir todos na bibliografia deste texto. Foram usados como exemplos os artigos de publicação mais recente ou que continham os dados extremos sobre o tema discutido.

Resultados

Características dos estudos

A Figura 1 - representa o percurso de seleção que culminou nos 84 artigos que compuseram o *corpus* do trabalho.

Figura 1 – Fluxograma de seleção dos estudos de acordo com o PRISMA



Fonte: elaboração própria (2019).

As principais características dos estudos estão expostas na Tabela 1. Pode-se perceber que o ano com maior número de publicações foi 2015 (20,20%), enquanto em 2014 houve publicação de menos trabalhos sobre a saúde mental dos policiais (9,50%). Dezoito países conduziram investigações sobre a saúde mental dos policiais no período considerado, com predominância de estudos nos Brasil (33,30%) e Estados Unidos da América (32,10%). A revista com maior número de publicações foi a *International Journal of Emergency Mental Health* (n=5).

A maioria dos estudos foi de corte transversal (95,20%) e adotou metodologia quantitativa (92,90%). Os estudos qualitativos utilizaram observação e entrevista para coleta dos dados. Nos estudos quantitativos, quatro instrumentos

eram específicos para policiais (Spielberger Police Stress Survey, Police Life Events Schedule, Police Stress Questionnaire e Police Incident Survey). Entre os instrumentos não específicos, tiveram destaque o Inventário de *Burnout* de Malasch, Escala de Depressão do Centro de Estudos Epidemiológicos (CES-D) e Inventários Beck de Ansiedade e Depressão, PTSD Checklist-Civilian Version (PCL-C) para avaliação de estresse pós-traumático, Brief-COPE para avaliação de *coping*, registros de prontuários e comunicações de afastamento por doença e questionários criados pelos autores das investigações. As amostras variaram muito de tamanho e eram compostas tanto por policiais do serviço operacional quanto administrativo. A média de idade dos participantes foi de 37,75 anos (DP 4,89).

Tabela 1 – Distribuição dos 84 artigos segundo variáveis selecionadas

	N	%
Ano de Publicação		
2012	11	13,10
2013	15	17,90
2014	08	9,50
2015	17	20,20
2016	11	13,10
2017	10	11,90
2018	12	14,30
Local		
Brasil	28	33,30
Estados Unidos	27	32,10
Itália	07	8,30
China	03	3,60
Suíça	03	3,60
Portugal	02	2,40
Índia	02	2,40
Holanda	02	2,40
Chile	01	1,20
Grécia	01	1,20
Escócia	01	1,20
Síri Lanka	01	1,20
Japão	01	1,20
Jamaica	01	1,20
Coréia	01	1,20
Inglaterra	01	1,20
Canadá	01	1,20
Espanha	01	1,20

continua...

Tabela 1 – Continuação

	N	%
Tipo de estudo		
Quantitativo	78	92,90
Qualitativo	03	3,60
Misto	03	3,60
Delineamento		
Transversal	80	95,20
Longitudinal	04	4,80
Tamanho amostral (participantes)		
Até 20	02	2,40
21 a 50	04	4,80
51 a 100	09	10,70
101 a 500	46	54,80
501 a 1.000	06	7,10
1.001 a 10.000	13	15,50
Acima de 10.001	04	4,80
Variáveis Investigadas		
Estresse	37	44,00
<i>Burnout</i>	08	9,50
Depressão	12	14,30
Ansiedade	05	6,00
TEPT	17	20,20
Suicídio	05	6,00
Proposta de intervenção		
Presente	03	3,60

Fonte: elaboração própria (2019).

Saúde Mental do policial

Dos trabalhos analisados, 79 incluíam informações sobre a prevalência de patologias nos policiais. As temáticas de saúde mais

investigadas foram o estresse (44,00%), estresse pós-traumático (20,20%), depressão (14,30%) ansiedade (6,00%) e o suicídio (6,00%). Os resultados sobre a saúde dos policiais estão sumarizados na Tabela 2 e Tabela 3.

Tabela 2 – Prevalências mínima e máxima observadas nos estudos para cada condição avaliada

Variável		Prevalência	Referência
Estresse	Mínima	20,00%	Pinto, Figueiredo e Souza (2013)
	Máxima	74,00%	Esteves e Gomes (2013)
	Média	43,75%	
Depressão	Mínima	9,00%	Fox et al. (2012);
	Máxima	38,80%	Benedetti et al. (2014)
	Média	18,41%	
Transtorno de estresse pós-traumático	Mínima	5,40%	Pietrzak et al. (2014);
	Máxima	43,10%	McCanlies et al. (2014)
	Média	19,68%	
Síndrome de <i>Burnout</i>	Mínima	0%	Ascarí et al. (2016)
	Máxima	28%	Mella e Boutin (2013)
	Média	16,6%	

Fonte: elaboração própria (2019).

Tabela 3 – Caracterização dos artigos revisados

Variável	N	Ano	País	Autores	Objetivos	Resultado
Estresse	1	2017	Brasil	Lipp, Costa, Nunes	Avaliar níveis de qualidade de vida, de estresse ocupacional e suas fontes policiais do estado do Mato Grosso.	Verificou-se que 52% apresentavam estresse. Os dados mostram uma associação significativa entre altos níveis de estresse e má qualidade de vida, principalmente na saúde e revelam necessidade de ações institucionais que promovam aquisição de estratégias de enfrentamento para melhorar a qualidade de vida na Segurança Pública do Estado.
TEPT	2	2017	Estados Unidos	Pietrzak et al.	Avaliar a natureza e os determinantes das trajetórias predominantes de sintomas de TEPT nos respondentes do World Trade Center (WTC).	Trajetórias de sintomas de TEPT em respondedores de WTC são heterogêneas e associadas exclusivamente a fatores de risco e proteção pré, peri e pós-trauma. Os agentes de polícia eram mais prováveis do que os não tradicionais respondedores a exibem uma trajetória resistente/resiliente.
Depressão	4	2012	Estados Unidos	Hartley et al.	Examinar a associação entre sintomas depressivos e síndrome metabólica (SM) em homens e mulheres policiais de duas populações de estudo, Buffalo, NY e Spokane, WA.	O número de componentes MetSyn aumentou significativamente entre as categorias de CES-D apenas para homens Spokane (tendência $p=0,003$). Para cada 5 aumento da unidade no escore CES-D, a chance aumentou em 47,6% por ter hipertrigliceridemia, por 51,8% por ter hipertensão e em 56,7% por ter intolerância à glicose.
Intervenção	5	2013	Suíça	Arnetz et al.	Determinar a eficácia de um programa de prevenção primária concebido para melhorar respostas psicobiológicas ao estresse entre policiais urbanos.	Este primeiro estudo de prevenção primária de profissões de alto risco demonstra validade e utilidade funcional da intervenção. Efeitos benéficos duraram pelo menos durante os primeiros 2 anos na força policial.
Ansiedade	6	2012	Escócia	Dunleavy et al.	Examinar os níveis de ansiedade entre o pessoal da polícia escocesa após uma exposição ocupacional a sangue e fluidos corporais.	Os resultados sugerem que o contato com os serviços médicos ajuda a aliviar as ansiedades pós-exposição entre o pessoal da polícia.
Estresse, ansiedade e depressão	7	2015	Itália	Garbarino, Magnavita	Investigar a relação entre estresse no trabalho e presença de sintomas de saúde mental.	O estresse relacionado ao trabalho pode desempenhar um papel no desenvolvimento de problemas de saúde mental em policiais. A prevalência de sintomas de saúde mental na coorte investigada foi baixo, mas não negligenciável no caso de depressão.

continua...

Tabela 3 – Continuação

Variável	N	Ano	País	Autores	Objetivos	Resultado
Suicídio	8	2018	Brasil	Gomes, Araújo, Gomes	Avaliar a incidência e o perfil sociodemográfico do suicídio em uma subpopulação de Policiais militares no Sul do Brasil.	A incidência de suicídio entre as forças armadas no sul do Brasil foi alta, comparada com as taxas de suicídio nacional. A idade mais jovem e a posição militar mais baixa foram preditores independentes de suicídio nesta população.

Fonte: elaboração própria (2019).

O estresse foi a variável de saúde mais investigada (n=37 estudos). Foram identificados níveis aumentados de estresse nos policiais avaliados, com uma prevalência média de 43,75%. É importante salientar que um alto nível de estresse pode impactar negativamente o trabalho, pois reduz a produtividade, a concentração e a capacidade de raciocínio lógico, o que pode dificultar o processo de tomada de decisões rápidas e eficientes, sendo esta habilidade uma das exigências do exercício da profissão do policial (Lipp; Costa; Nunes, 2017).

Nos estudos que fizeram comparação da sintomatologia do estresse por sexo (n=9), as policiais foram identificadas como mais vulneráveis e apresentaram maior prevalência de estresse do que os policiais (Benedetti et al., 2014; Maran et al., 2015). Quatorze estudos mostraram que os policiais que atuavam no serviço operacional apresentavam mais estresse do que seus colegas que realizavam serviço administrativo (Bezerra; Minayo; Constantino, 2013; Liz et al., 2014; Maran; Zedda; Varetto, 2018). Os autores explicaram esse resultado pelas características do serviço operacional, no qual há maior chance de contato com situações imprevisíveis e maiores riscos (Bezerra; Minayo; Constantino, 2013; Liz et al., 2014; Maran; Zedda; Varetto, 2018), entretanto, isso não significa que os fatores organizacionais não são geradores de estresse. Três estudos identificaram que fatores organizacionais, principalmente a rígida hierarquia e a falta de apoio dentro da instituição, são fontes importantes de sofrimento emocional para esses trabalhadores (Bezerra; Minayo; Constantino, 2013). O risco presente no trabalho operacional pode acarretar a necessidade de manter-se constantemente alerta, o que é um ativador para a

hipervigilância e liberação de neurotransmissores específicos para o estresse, como relatado por McFadden (2017). Ao mesmo tempo, a rigidez da hierarquia e determinação externa da atividade podem contribuir para que os policiais tenham poucas oportunidades para desenvolver estratégias de enfrentamento para as situações estressantes, o que aumenta seu risco para tal patologia.

Os principais sintomas psicológicos de estresse identificados foram nervosismo, irritabilidade excessiva, raiva prolongada, cansaço excessivo, pensamento ruminante e perda do senso de humor. Os sintomas físicos foram mãos e pés frios, sudorese excessiva, tensão muscular, insônia, flatulência, problemas dermatológicos, gastrite emocional, dor de cabeça, dor de estômago, dor muscular, dor nas costas, baixa de imunidade, agitação e taquicardia, cansaço físico e mental, problema de concentração, falta de memória e impaciência (Benedetti et al., 2014; Lipp; Costa; Nunes, 2017; Liz et al., 2014; Priyanka et al., 2016; Schlichting et al., 2014). Além dos sintomas já descritos, identificou-se associação do estresse com aumento do uso de tabaco e álcool (Priyanka et al., 2016) e com o desenvolvimento de obesidade, complicações metabólicas (Priyanka et al., 2016), problemas cardíacos (Walvekar; Ambekar; Devaranavadi, 2015) e diabetes (Tavares et al., 2017; Violanti et al., 2017). Como muitos sintomas envolvem mal-estar físico e buscar profissionais de saúde mental ainda é fonte de estigma de fraqueza no meio policial (Miranda, 2016), os policiais procuram médicos e não recebem o acompanhamento psicológico/psiquiátrico que poderia quebrar o ciclo crônico do surgimento dos sintomas.

O estresse também foi identificado como uma das principais justificativas para faltas e licenças

do trabalho entre os policiais (Castro; Cruz, 2015; Lima; Blank; Menegon, 2015; Violanti et al., 2014). Essas ausências diminuem a proteção para a população e geram gastos para as corporações (Fox et al., 2012). Assim, é possível perceber que ações que visem a contenção do estresse podem repercutir de forma positiva na saúde dos policiais, no desempenho de seu trabalho e na gestão dos recursos da polícia (Lipp; Costa; Nunes, 2017).

Um tipo específico de estresse investigado foi o transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) (n=17). A prevalência média de TEPT encontrada nos artigos investigados foi de 19,68%. As pesquisas mostraram que ver crianças abusadas, ver vítimas em acidentes de trânsito grave ou homicídios, ver cadáveres e a alta carga de trabalho foram considerados como eventos traumáticos para mulheres policiais, enquanto para os homens, testemunhar e participar de tiroteios e ver vítimas de assaltos ou agressões foram considerados os eventos mais traumáticos dentro da profissão (Bond et al., 2013; Hartley et al., 2013).

Outro importante adoecimento identificado nos policiais foi a depressão (n=12). Essa patologia foi identificada em policiais de diferentes países (Estados Unidos, Brasil, Itália, Sri Lanka, Portugal, Suíça e Grécia) e sua prevalência variou de 9% (Fox et al., 2012) a 38,8% (Benedetti et al., 2014), com prevalência média de 18,41%. A identificação de elevados níveis de depressão e de suicídio (ideação, tentativas ou consumação) têm sido relacionadas a uma conjuntura complexa, na qual se somam a baixa educação formal e renda, entrada na polícia como forma de ascensão social, vivências de violência, baixa remuneração e reconhecimento social, dificuldades com a hierarquia, entre outros (Miranda, 2016).

As policiais mostraram maiores níveis de depressão em investigações realizadas em diferentes países, o que as indicou como mais vulneráveis a esse tipo de adoecimento do que os homens (Benedetti et al., 2014; Charles et al., 2012; Hartley et al., 2012). Além das relações entre sexo e depressão observadas na população geral, esses achados podem ter relação com a dupla jornada de trabalho a que a maioria das mulheres está submetida e as dificuldades para lidar com as situações de risco vivenciadas no trabalho (Bezerra; Minayo; Constantino, 2013). Soma-se a esses aspectos que a polícia conta com grande maioria de

homens em seu corpo profissional e que as mulheres estão sujeitas a vivências de assédio moral e sexual com maior frequência nesse contexto (Ribeiro, 2018), o que pode gerar ou agravar quadros psicopatológicos, aumentando o risco de ser mulher na polícia.

Oito estudos investigaram a síndrome de *burnout* e houve grandes diferenças nas prevalências identificadas, variando entre ausência da patologia na amostra (Ascari et al., 2016) a 28% de triados (Mella; Boutin, 2013), com uma prevalência média de 13,6%. Apesar das diferenças de prevalência, todos os estudos identificaram altos níveis de exaustão emocional e despersonalização nas amostras investigadas, o que pode indicar que aqueles policiais que ainda não apresentavam *burnout* podiam estar em processo de adoecimento (Ascari et al., 2016; Velasco et al., 2018).

O *burnout* muitas vezes só é percebido em estágios mais avançados, pois inicialmente se confunde com cansaço ou problemas pessoais. No caso dos policiais, essa detecção tardia gera consequências tanto para a saúde quanto para a instituição, pois, quando se identifica o adoecimento dos policiais, sua condição já está mais grave e pode requerer afastamento das funções para tratamento. Além disso, altos níveis de exaustão emocional e despersonalização, mesmo sem a síndrome em si, favorecem a presença de atitudes negativas do policial frente à população, tais como insensibilidade, falta de empatia e desinteresse (Ascari et al., 2016).

Apenas cinco estudos avaliaram a ansiedade dos policiais, ficando a prevalência média em 16,85%. Essas investigações identificaram que ser do sexo feminino (Andrew et al., 2013) e vivenciar contato com sangue durante o serviço (Dunleavy et al., 2012) aumentavam os níveis de ansiedade. Ansiedade e estresse são frequentemente relacionados e possuem alguns aspectos biológicos em comum (McFadden, 2017), por isso pode ser considerado um resultado esperado que uma população com mais estresse também tenha elevados níveis de ansiedade. Além disso, novamente observou-se maior risco para ansiedade entre as policiais. Esse aspecto não mostra uma inadequação das mulheres para a carreira policial, indica, ao contrário, a necessidade de que se investigue o ambiente e as condições de trabalho que podem explicar esses achados para

que intervenções focadas nas policiais sejam implementadas, auxiliando-as a desempenhar bem suas atividades, sem adoecer.

As pesquisas apontaram que os policiais mostravam relutância em expor sintomas emocionais ou psiquiátricos, em especial quando o profissional de saúde integrava a corporação (Castro; Cruz, 2015; Fox et al., 2012). Esse comportamento pode derivar do medo da perda da confidencialidade e por demonstrar fraqueza diante da instituição e de seus colegas. Como forma de lidar com o estresse que a rotina exige, muitos policiais tomam uma posição de afastamento das situações vivenciadas e endurecimento, inclusive com membros da família. Essa situação pode potencializar o adoecimento mental do policial e precisa ser considerada na criação de intervenções de promoção de saúde para esses trabalhadores (Castro; Cruz, 2015; Fox et al., 2012).

Além desses tipos de adoecimento, cinco estudos enfocaram o suicídio dos policiais e indicaram prevalência média de 196 casos. Tais estudos identificaram que o risco foi maior em homens, brancos, policiais ativos na profissão e na faixa dos 40 aos 44 anos (Violanti; Robson; Shen, 2013). As causas para o elevado número de suicídios nessa população foram atribuídas ao adoecimento mental e à baixa procura de ajuda em momentos de crise. Violanti et al. (2012) indicaram que os policiais sofrem em silêncio, não buscando ajuda de suas famílias, redes de saúde ou profissionais especializados em saúde mental, o que aumenta o risco de suicídio. Miranda e Guimarães (2016) revisaram publicações sobre o tema e indicaram risco 7,6 maior de suicídio para policiais do que para a população geral, além de subnotificação por acobertamento, falhas de registro e comportamento parassuicida. As autoras citam aspectos pessoais, como predominância de profissionais do sexo masculino, presença de quadros psicopatológicos e aspectos da organização do trabalho (hierarquia, alta rotatividade, políticas e regras ambíguas, medo de investigações internas, burocracia e pressão dos pares) e a facilidade de acesso a meios letais (armas, drogas e medicação) como fatores relacionados ao elevado número de suicídios entre policiais.

Fatores de risco para problemas mentais

Entre os fatores individuais relacionados ao adoecimento emocional, foram identificados a má qualidade do sono, comportamento desconfiado, frieza afetiva, inibição, dificuldades para expressar sentimentos, insegurança e ter um segundo trabalho (Castro; Cruz, 2015; Couto; Vandenberghe; Brito, 2012; Machado; Traesel; Merlo, 2015). Fatores da organização do trabalho também contribuíram para o adoecimento dos trabalhadores, tais como: atuar na área operacional; ausência de folgas; trabalhar em turnos; a hierarquia e burocracia rígidas; mudança de escala sem aviso prévio; ter que lidar com crianças maltratadas; precisar matar alguém em serviço; ver colegas serem mortos em serviço; ter que comparecer a tribunais nas folgas; falta de apoio do supervisor; falta de infraestrutura; falta de mão-de-obra; trabalhar no fim de semana; o relacionamento com superiores; a grande demanda de trabalho; não conseguir prestar socorro em tempo hábil; ficar impotente diante da morte de pessoas que não conseguiram salvar; e a sobrecarga de trabalho (Gomes; Afonso, 2016; Lipp; Costa; Nunes, 2017; Shiozaki et al., 2017; Violanti et al., 2016; Maran; Zedda; Varetto, 2018).

Observar interpretações erradas e críticas à polícia veiculadas na mídia, enfrentamento passivo das situações, falta de lazer e contato pessoal pelas escalas de trabalhos por turno, baixa qualidade de vida, baixa satisfação com a vida e vitimização também mostraram relação com o adoecimento dos policiais (Gomes; Afonso, 2016; Lipp; Costa; Nunes, 2017; Liz et al., 2014; Ma et al., 2015; Shiozaki et al., 2017; Violanti et al., 2016). Alguns estudos observaram, ainda, que experiências que não deveriam fazer parte do cotidiano dos policiais, mas fazem, como ser vítima de preconceito de gênero, assédio moral e assédio sexual, especialmente relatados pelas policiais femininas, também estiveram ligados ao seu adoecimento emocional (Bezerra; Minayo; Constantino, 2013; Castro; Cruz, 2015; Charles et al., 2012; Pinto; Figueiredo; Souza, 2013). Todos esses achados evidenciam a necessidade de conhecer melhor os aspectos inerentes ao trabalho e aqueles aspectos negativos que estão se mantendo por

transmissão cultural para as novas gerações, encontrando maneiras de combater esses últimos e melhorar as condições de trabalho dos policiais.

Como neste artigo foram revisados estudos desenvolvidos em diferentes países, cada um com uma organização de trabalho própria quanto a atuação dos policiais, esse aspecto não foi aprofundado na presente revisão. Todos os trabalhos investigaram policiais militares, mas não houve foco em compreender como é o cotidiano de trabalho, as formas de construção da carreira ou as diferenças culturais que permeiam a vivência dos policiais, o que seria importante para entender seu adoecimento. Apesar de não ter focado em tais aspectos, destaca-se sua importância para que estudos futuros com esse objetivo sejam desenvolvidos, pois tal investigação poderá ampliar o conhecimento sobre essa categoria profissional e ajudará a identificar pontos nodais para intervenções capazes de melhorar a qualidade de vida dos policiais.

Fatores protetivos e de desenvolvimento para a saúde dos policiais

Quanto às características protetivas para saúde mental dos policiais, os estudos mostraram que praticar atividade física (Bezerra; Minayo; Constantino, 2013; Gerber et al., 2013), boa rotina de sono, existência de suporte social (Andrew et al., 2013; Castro; Cruz, 2015), estar a mais tempo no serviço (Hartley et al., 2013), ter uma religião (Maran et al., 2015), ter boa percepção de autoeficácia (Souza et al., 2014), maior resiliência, esperança e otimismo (Lu et al., 2015) e expressar emoções negativas (Ascari et al., 2016; Esteves; Gomes, 2013; Gerber et al., 2013; Mella; Boutin, 2013). Esses achados indicam pontos para a manutenção da saúde emocional dos policiais que se assemelham à população geral. Manter uma vida ativa, ser mais resiliente e ter mais habilidades sociais para resolver conflitos já sido identificados como fatores relacionados com maior qualidade de vida e bem-estar, além de se relacionar com menores níveis de depressão e ansiedade (Min; Lee; Chae, 2015).

Três artigos propuseram intervenções para a saúde mental dos policiais. McCraty e Atkinson (2012) focaram na resiliência dos policiais norte-americanos para redução da hipervigilância, perturbações do sono, ansiedade, raiva e depressão. Os resultados indicaram

melhorias significativas na realidade emocional, perceptual e alinhamento entre os sistemas físicos, relacionamento interpessoal e resiliência dos policiais. A segunda proposta de intervenção teve como objetivo melhorar respostas psicobiológicas ao estresse (Arnetz et al., 2013). Os resultados mostraram melhora na saúde geral dos policiais suíços e indicaram aumento da resiliência e das estratégias de enfrentamento focadas na resolução de problemas. Os benefícios desse treinamento permaneceram após dois anos da intervenção. O terceiro estudo foi desenvolvido nos Estados Unidos e tinha como objetivo modificar respostas físicas ao estresse usando autorregulação. Os resultados indicaram que os policiais se tornaram mais conscientes do seu nível de estresse e com maior capacidade para se desligar dos problemas e relaxar, além de auxiliar no sono e aumentar sua resiliência (Ramey et al., 2016).

Apesar dos resultados positivos das intervenções relatadas, percebe-se, ainda, um reduzido número de estudos sobre essa temática. Alguns fatores que podem justificar essa lacuna são: a resistência de algumas instituições e policiais em aderir a intervenções de prevenção e promoção à saúde mental, o baixo efetivo de agentes de saúde na polícia ou o desconhecimento sobre a situação emocional dos policiais (Castro; Cruz, 2015; Fox et al., 2012). Para o planejamento de intervenções efetivas a realidade de trabalho, cultura organizacional, características individuais e o conhecimento prévio sobre fatores relacionados ao bem-estar e saúde mental precisam se aliar. Intervenções pontuais como as aqui relatadas têm obtido êxito local, mas a observação dos elevados níveis de adoecimento entre policiais de diferentes países indica a necessidade de uma investigação mais ampla e de uma reorganização global do trabalho.

A revisão dos estudos mostrou a importância de investigar a saúde mental dos policiais e a complexidade dessa tarefa. A variabilidade de revistas em que foram localizadas publicações sobre essa temática ilustra a amplitude do campo e a heterogeneidade dos possíveis focos de interesse possíveis. Aspectos biológicos, sociais, da organização do trabalho, a saúde física e emocional, a cultura interna e os impactos sociais da atuação policial são algumas das possíveis abordagens para estudos sobre policiais.

Diante dessa complexidade, sabe-se que nenhum estudo isolado conseguirá abarcar todos os pontos importantes da temática, convidando a um trabalho progressivo e somatório para consolidação do campo.

Considerações finais

Os resultados permitiram contextualizar os estudos sobre a saúde mental de policiais e mostraram que mesmo vindo de diferentes países apresentam predomínio de estresse, TEPT, depressão, ansiedade, *burnout* e suicídio como principais condições de adoecimento investigados. A maioria dos estudos eram transversais, focavam em descrever a prevalência do adoecimento e não investigaram suas causas, fazendo apenas diferenciações quanto ao tipo de trabalho executado ou ao sexo. A análise dos estudos mostrou que muitos policiais se encontravam adoecidos e que sua situação de saúde afetava seu trabalho e sua qualidade de vida.

É importante ressaltar que esta revisão possui limitações. Não foram incluídas todas as bases de dados existentes e limitou-se a investigar a saúde mental dos policiais sem problematizar diferenças entre os estudos quanto a concepção do adoecimento mental ou como avaliá-lo. Os aspectos organizacionais e diferenças nos contextos culturais, do cotidiano do trabalho e nas formas de construção de carreira entre os países também não foram enfocados. Além disso, considerou-se apenas as publicações entre 2012 e 2018. Apesar disso, os trabalhos identificaram altos níveis de adoecimento nos policiais em diversos países e ressaltaram a importância de intervenções para melhorar ou manter sua saúde.

Espera-se que novas investigações sejam desenvolvidas e incluam policiais de diferentes regiões, façam a comparação entre as realidades de diferentes países, conduzam estudos longitudinais, contem com amostras mais abrangentes e que investiguem variadas condições emocionais. Futuros estudos poderão contribuir para identificar melhor os fatores que levam ao adoecimento dos policiais e fatores protetivos, que embasarão futuras intervenções para manutenção da saúde emocional dessa importante categoria profissional.

Referências

ANDREW, M. E. et al. Associations between protective factors and psychological distress vary by gender: the buffalo cardio-metabolic occupational police stress study. *International Journal of Emergency Mental Health and Human Resilience*, [s.l.], v. 15, n. 4, p. 277-288, 2013.

ARNETZ, B. B. et al. Assessment of a prevention program for work-related stress among urban police officers. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, Berlin, v. 86, n. 1, p. 79-88, 2013. DOI: 10.1007/s00420-012-0748-6

ASCARI, R. S. et al. Prevalência de risco para Síndrome de Burnout em policiais militares. *Cogitare Enfermagem*, Curitiba, v. 21, n. 2, p. 1-10, 2016. DOI: 10.5380/ce.v21i2.44610

BENEDETTI, C. M. et al. Physical activity and health conditions of military police in attendance or health treatment. *Revista Cubana de Medicina Militar*, La Habana, v. 43, n. 3, p. 326-340, 2014.

BEZERRA, C. M.; MINAYO, M. C. S.; CONSTANTINO, P. Estresse ocupacional em mulheres policiais. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 18, n. 3, p. 657-666, 2013. DOI: 10.1590/S1413-81232013000300011

BOND, J. et al. Association of traumatic police event exposure with sleep quality and quantity in the bcops study cohort. *International Journal of Emergency Mental Health and Human Resilience*, [s.l.], v. 15, n. 4, p. 255-265, 2013.

BORGES, A. A. Polícia e Saúde: entrevista com o Diretor Geral de Saúde da Polícia Militar do Estado do Rio de Janeiro. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 18, n. 3, p. 677-679, 2013. DOI: 10.1590/S1413-81232013000300013

CASTRO, M. C. A.; CRUZ, R. M. Prevalência de Transtornos Mentais e Percepção de Suporte Familiar em Policiais Civis. *Psicologia: Ciência e Profissão*, Brasília, DF, v. 35, n. 2, p. 271-289, 2015. DOI: 10.1590/1982-370300702013

CHARLES, L. E. et al. Depressive Symptoms and Bone Mineral Density among Police Officers in a Northeastern US City. *Global Journal of Health*

- Science, Richmond Hill, v. 4, n. 3, p. 39-50, 2012. DOI: 10.5539/gjhs.v4n3p39
- COUTO, G.; VANDENBERGHE, L.; BRITO, E. A. G. Interações interpessoais e estresse entre policiais militares: um estudo correlacional. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, Rio de Janeiro, v. 64, n. 2, p. 47-63, 2012.
- DUNLEAVY, K. et al. Police officer anxiety after occupational blood and body fluid exposure. *Occupational Medicine*, London, v. 62, p. 382-384, 2012. DOI: 10.1093/occmed/kqs078
- ESTEVES, A.; GOMES, A. R. Stress ocupacional e avaliação cognitiva: um estudo com forças de segurança. *Saúde e Sociedade*, São Paulo, v. 22, n. 3, p. 701-713, 2013. DOI: 10.1590/S0104-12902013000300005
- FERREIRA, D. K. S. Condições de saúde, de trabalho e modos de vida de policiais militares: estudo de caso na cidade do Recife-PE. 2009. Tese (Doutorado em Saúde Pública) - Centro de Pesquisas Aggeu Magalhães, Recife, 2009.
- FERREIRA, D. K. S.; AUGUSTO, L. G. S.; SILVA, M. S. Condições de trabalho e percepção da saúde de policiais militares. *Cadernos de Saúde Coletiva*, São Paulo, v. 16, n. 3, p. 403-420, 2008. DOI: 10.4322/2526-8910.ctoAO1160
- FOX, J. et al. Mental-health conditions, barriers to care, and productivity loss among officers in an urban police department. *Connecticut Medicine*, Hamden, v. 76, n. 9, p. 525-531, 2012.
- GARBARINO, S.; MAGNAVITA, N. (2015). Work Stress and Metabolic Syndrome in Police Officers. A Prospective Study. *PLOS ONE*, San Francisco, v. 10, n. 12, e0144318, 2015.
- GERBER, M. et al. Perceived fitness protects against stress-based Mental Health Impairments among police officers who report good sleep. *Journal of Occupational Health*, Hoboken, v. 55, n. 5, p. 376-384, 2013. DOI: 10.1539/joh.13-0030-0a
- GOMES, A. R.; AFONSO, J. M. P. Occupational stress and coping among portuguese military police officers. *Avances en Psicología Latinoamericana*, Bogotá, v. 34, n. 1, p. 47-65, 2016.
- GOMES, D. A. R.; ARAÚJO, R. M. F.; GOMES, M. S. Incidence of suicide among military police officers in South Brazil: an 11-year retrospective cohort study. *Comprehensive Psychiatry*, Amsterdam, v. 85, p. 61-66, 2018. DOI: 10.1016/j.comppsy.2018.06.006
- HARRIS, J. D. et al. How to write a systematic review. *American Journal of Sports Medicine*, Thousand Oaks, v. 42, n. 11, p. 2761-2768, 2014. DOI: 10.1177/0363546513497567
- HARTLEY, T. A. Military Experience and Levels of Stress and Coping in Police Officers. *International Journal Of Emergency Mental Health And Human Resilience*, [s.l.], v. 15, n. 4, p. 229-239, 2013.
- HARTLEY, T. A. et al. Association between depressive symptoms and metabolic syndrome in police officers: results from two cross-sectional studies. *Journal of Environmental and Public Health*, Basel, p. 1-9, 2012.
- HARTLEY, T. A. et al. PTSD symptoms among police officers: associations with frequency, recency, and types of traumatic events. *International Journal Of Emergency Mental Health And Human Resilience*, [s.l.], v. 15, n. 4, p. 241-253, 2013.
- LIMA, F. P.; BLANK, V. L. G.; MENEGON, F. A. Prevalência de transtorno mental e comportamental em policiais militares/SC, em licença para tratamento de saúde. *Psicologia*, Brasília, DF, v. 35, n. 3, p. 824-840, 2015. DOI: 10.1590/1982-3703002242013
- LIPP, M. E. N.; COSTA, K. R. S. N.; NUNES, V. O. Estresse, qualidade de vida e estressores ocupacionais de policiais. Sintomas mais frequentes. *Revista de Psicologia*, Brasília, DF, v. 17, n. 1, p. 46-53, 2017. 10.17652/rpot/2017.1.12490
- LIZ, C. M. et al. Características ocupacionais e sociodemográficas relacionadas ao estresse percebido de policiais militares. *Revista Cubana de Medicina Militar*, La Habana, v. 43, n. 4, p. 467-480, 2014.
- LU, L. et al. The associations of job stress and organizational identification with job satisfaction among chinese police officers: the mediating role

- of psychological capital. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, Basel, v. 12, n. 12, p. 15088-15099, 2015. DOI: 10.3390/ijerph121214973
- MA, C. C. et al. Shift work and occupational stress in police officers. *Safety and Health at Work*, v. 6, n. 1, p. 25-29, 2015. DOI: 10.1016/j.shaw.2014.10.001
- MACHADO, C. E.; TRAESEL, E. S.; MERLO, A. R. P. Profissionais da Brigada Militar: vivências do cotidiano e subjetividade. *Psicologia Argumento*, Curitiba, v. 33, n. 81, p. 238-257, 2015. DOI: 10.7213/psicol.argum.33.081.A002
- MARAN, D. A. et al. Occupational stress, anxiety and coping strategies in police officers. *Occupational Medicine*, Philadelphia, v. 65, n. 6, p. 466-473, 2015. DOI: 10.1093/occmed/kqv060
- MARAN, D. A.; ZEDDA, M.; VARETTO, A. Organizational and occupational stressors, their consequences and coping strategies: a questionnaire survey among Italian Patrol Police Officers. *Environmental Research and Public Health*, Philadelphia, v. 15, n. 166, p. 1-12, 2018. DOI: 10.3390/ijerph15010166
- MCCANLIES, E. C. et al. Positive Psychological Factors are Associated with Lower PTSD Symptoms among Police Officers: Post Hurricane Katrina. *Stress Health*, Chichester v. 30, n. 5, p. 405-415, 2014
- MCCRATY, R.; ATKINSON, M. Resilience training program reduces physiological and psychological stress in police officers. *Global Advances in Health and Medicine*, Boston, v. 1, n. 5, p. 44-66, 2012. DOI: 10.7453/gahmj.2012.1.5.013
- MCFADDEN, J. Treatment of developmental stress disorder: mind, body and brain - analysis and pharmacology coupled. *Journal of Analytical Psychology*, Hoboken, v. 62, n. 5, p. 744-755, 2017. DOI: 10.1111/1468-5922.12361
- MELLA, D. B.; BOUTIN, A. P. K. Burnout and coping strategies in male staff from National Police in Valparaíso, Chile. *Iranian Journal of Public Health*, Tehran, v. 42, n. 9, p. 950-959, 2013.
- MIN, J.-A.; LEE, C.-U.; CHAE, J.-H. Resilience moderates the risk of depression and anxiety symptoms on suicidal ideation in patients with depression and/or anxiety disorders. *Comprehensive Psychiatry*, Amsterdam, v. 56, p. 103-111, 2015. DOI: 10.1016/j.comppsy.2014.07.022
- MINAYO, M. C. S.; SOUZA, E. R.; CONSTANTINO, P. *Missão prevenir e proteger: condições de vida, trabalho e saúde de policiais militares do Rio de Janeiro*. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2008.
- MIRANDA, D. *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.
- MIRANDA, D.; GUIMARÃES, T. O suicídio policial: o que sabemos? *Dilemas*, Rio de Janeiro, v. 9, n. 1, p. 1-18, 2016.
- PIETRZAK, R. H. et al. (2014). Trajectories of PTSD risk and resilience in World Trade Center responders: an 8-year prospective cohort study. *Psychological Medicine*, Cambridge, v. 44, n. 1, p. 205-219, 2014
- PINTO, L. W.; FIGUEIREDO, A. E. B.; SOUZA, E. R. Sofrimento psíquico em policiais civis do Estado do Rio de Janeiro. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 18, n. 3, p. 633-644, 2013. DOI: 10.1590/S1413-81232013000300009
- PRIYANKA, R. et al. Work-Associated Stress and Nicotine Dependence among Law Enforcement Personnel in Mangalore, India. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*, Bangkok, v. 17, n. 2, p. 829-833, 2016. DOI: 10.7314/apjcp.2016.17.2.829
- RAMEY, S. L. et al. Building resilience in an urban police department. *American College of Occupational and Environmental Medicine*, Elk Grove Village, v. 20, n. 5, p. 1-9, 2016. DOI: 10.1097/JOM.0000000000000791
- RIBEIRO, L. Polícia Militar é lugar de mulher? *Revista de Estudos Feministas*, Florianópolis, v. 26, n. 1, e43413, 2018. DOI: 1806-9584.2018v26n143413
- SCHLICHTING, A. M. et al. The occupational stress affects the health conditions of military police officers. *Revista Cubana de Medicina Militar*, La Habana, v. 43, n. 3, p. 293-306, 2014.

- SELIGMANN-SILVA, E. Transtornos de estresse pós-traumático. In: GLINA, D. M. R.; ROCHA, L. E. (org.). *Saúde mental no trabalho: da teoria à prática*. São Paulo: Roca, 2010. p. 3-30.
- SELIGMANN-SILVA, E. *Trabalho e desgaste mental: o direito de ser dono de si mesmo*. São Paulo: Cortez, 2011.
- SHIOZAKI, M. et al. Job stress and behavioral characteristics in relation to coronary heart disease risk among Japanese police officers. *Industrial Health*, [s.l.] v. 55, p. 369-380, 2017. DOI: 10.2486/indhealth.2016-0179
- SILVA, M. M.; VIEIRA, S. B. O processo de trabalho do militar estadual e a saúde mental. *Saúde e Sociedade*, São Paulo, v. 17, n. 4, p. 161-170, 2008. DOI: 10.1590/S0104-12902008000400016
- SOUSA, A. F. et al. *Instalação do 59º Batalhão da Polícia Militar no município de Uberaba: análise e propostas (estudo de situação/2014)*, Uberaba: Quinta Região da Polícia Militar, 2014.
- SOUZA, E. R. et al. Fatores associados ao sofrimento psíquico de policiais militares da cidade do Rio de Janeiro, Brasil. *Caderno de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 28, n. 7, p. 1297-1311, 2012. DOI: 10.1590/S0102-311X2012000700008
- SOUZA, E. R. et al. Consumo de substâncias lícitas e ilícitas por policiais da cidade do Rio de Janeiro. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 18, n. 3, p. 667-676, 2013. DOI: 10.1590/S1413-81232013000300012
- SOUZA, L. A. S. et al. Self-efficacy as a mediator of the relationship between subjective well-being and general health of military cadets. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 30, n. 11, p. 2309-2319, 2014. DOI: 10.1590/0102-311X00177513
- TAVARES, J. P. et al. Relação entre as dimensões do estresse psicossocial e o cortisol salivar em policiais militares. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, Ribeirão Preto, v. 25, p. 1-10, 2017.
- VELASCO, T. B. et al. Psychosocial risk factors, burnout and hardy personality as variables associated with mental health in police officers. *Frontiers in Psychology*, Lausanna, v. 9, p. 1-9, 2018. DOI: 10.3389/fpsyg.2018.01478
- VIEIRA, I.; JARDIM, S. R. Burnout reações de estresse. In: GLINA, D. M. R.; ROCHA, L. E. (Orgs.). *Saúde mental no trabalho: da teoria à prática*. São Paulo: Roca, 2010. p. 269-276.
- VIOLANTI, J. M. et al. Police suicide in small departments: a comparative analysis. *International Journal of Emergency Mental Health And Human Resilience*, [s.l.], v. 14, n. 3, p. 157-162, 2012.
- VIOLANTI, J. M. et al. Police Work Absence: an analysis of stress and resiliency. *Journal of Law Enforcement Leadership and Ethics*, Plano, v. 1, n. 1, p. 49-67, 2014.
- VIOLANTI, J. M. et al. Highly rated and most frequent stressors among police officers: gender differences. *American Journal of Criminal Justice*, Berlin, v. 41, n. 4, p. 645-662, 2016. DOI: 10.1007/s12103-016-9342-x
- VIOLANTI, J. M. et al. The impact of perceived intensity and frequency of police work occupational stressors on the cortisol awakening response (CAR): findings from the BCOPS study. *Psychoneuroendocrinology*, Amsterdam, v. 75, p. 124-131, 2017. DOI: 10.1016/j.psyneuen.2016.10.017
- VIOLANTI, J. M.; ROBSON, C. F.; SHEN, R. Law enforcement suicide: a national analysis. *International Journal Of Emergency Mental Health And Human Resilience*, [s.l.], v. 15, n. 4, p. 289-298, 2013.
- WALVEKAR, S. S.; AMBEKAR, J. G.; DEVARANADAGI, B. D. Study on serum cortisol and perceived stress scale in the police constables. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, [s.l.], v. 9, n. 2, p. 10-14, 2015.

Contribuição dos autores

Sousa e Barroso contribuíram com a definição da proposta, coleta e análise dos dados. Todas contribuíram para a escrita do artigo.

Recebido: 30/09/2021

Reapresentado: 29/03/2021; 30/09/2021

Aprovado: 15/01/2022