



FACULDADE DE EDUCAÇÃO E MEIO AMBIENTE

LORENA RODRIGUES DA SILVA MARTINELLI

**CONSEQUÊNCIAS DO ESTRESSE DOS POLÍCIAS
MILITARES DO GRUPO DE OPERAÇÕES ESPECIAIS (GOE) DE
ARIQUEMES- RO: UMA INTERFACE COM A RELAÇÃO
FAMILIAR**

ARIQUEMES – RO

2015

Lorena Rodrigues da Silva Martinelli

**CONSEQUÊNCIAS DO ESTRESSE DOS POLICIAIS
MILITARES DO GRUPO DE OPERAÇÕES ESPECIAIS (GOE) DE
ARIQUEMES – RO: UMA INTERFACE COM RELAÇÃO
FAMILIAR**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao curso de Psicologia da Faculdade de Educação e Meio Ambiente como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel e Licenciatura em Psicologia.

Profª Orientadora: Drª Maila Beatriz Goellner

ARIQUEMES - RO

2015

Lorena Rodrigues Da Silva Martinelli

**CONSEQUÊNCIAS DO ESTRESSE DOS POLICIAIS MILITARES
DO GRUPO DE OPERAÇÕES ESPECIAIS (GOE) DE
ARIQUEMES – RO: UMA INTERFACE COM A RELAÇÃO
FAMILIAR**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao curso de graduação em Psicologia da Faculdade de Educação e Meio Ambiente como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel e Licenciatura.

COMISSÃO EXAMINADORA

Prof. Dr^a Maila Beatriz Goellner
Faculdade de Educação e Meio Ambiente

Prof. Ms. Carla Patrícia Rambo
Faculdade de Educação e Meio Ambiente

Prof. Esp. Viviane Denise Schons
Faculdade de Educação e Meio Ambiente

Ariquemes, ____ de _____ de 2015

Aos trabalhadores que dedicam suas vidas ao sustento de um lar, a um crescimento e desenvolvimento da nossa sociedade... trabalhadores estes policiais militares, que arriscam suas vidas para guardar a nossa vida, nos protegendo e nos auxiliando nas mais diversas situações complexas que surge do dito ser humano.

Aos meus familiares e amigos.

E ao Deus que sirvo meu refúgio e fortaleza.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a **Deus**, que abriu os caminhos e me permitiu viver mais uma fase em minha vida, me dotando de sabedoria e inteligência para chegar até aqui.

Ao meu esposo **Magno Santos Martinelli**, pela motivação que me deu nas horas em que pensei que não era capaz, a sua paciência e compreensão nos dias de provas, relatórios e apresentações onde o estresse e a falta de tempo dominavam. E também por ter me apoiado e me ajudado em tudo que precisei ao longo deste curso.

Aos meus pais **Carlos Rodrigues da Silva** e **Angêla Maria Brigagão da Silva**, que mesmo longe, me deram força me motivaram e me auxiliaram em tudo que precisei, sempre acreditando no meu potencial. E também a toda minha **família** que de uma forma indireta também fizeram parte desta conquista.

A todos os **professores** que contribuíram para o enriquecimento do conhecimento que adquiri, em especial a **Dr^a Maila Beatriz Goellner**, que além de professora e orientadora, foi uma amiga que soube compreender minhas falhas e fazer renascer em mim um potencial que até eu mesmo desconhecia. Por ter tido paciência com a minha ansiedade e por sanar todas minhas dúvidas, com seu conhecimento e sabedoria. Por rir das minhas brincadeiras sem graça e por me ouvir e me ajudar mesmo quando o assunto não se tratava de faculdade.

Aos meus amigos de **turma**, que fizeram toda diferença nesses cinco anos juntos. As amigas **Maria Isabel Santos**, **Rosemar Sá Teles**, e **Juciléia Ferreira**, que foram companheiras nos momentos bons e também nos momentos difíceis. Ao amigo **Joel Reis**, que também fez parte desse grupo inseparável e me deu maior força na construção desse trabalho, me auxiliando e ajudando em tudo o que precisei.

E a todos que contribuíram de alguma forma para que eu chegasse até aqui.

Pois eu assim corro, não como a coisa incerta: assim combato, não como batendo no ar. Antes subjugo meu corpo, e o reduzo à servidão, para que, pregando aos outros, eu mesmo não venha de alguma maneira a ficar reprovado.

(1ª. Epístola aos Coríntios 9. 26, 27)

APÓSTOLO SÃO PAULO

RESUMO

Esta pesquisa teve como objetivo identificar quais são de fato, os impactos do estresse que é submetido o Policial Militar em relação à sua família. Para tal foi realizado um estudo quantitativo com análise descritiva dos dados. Os participantes foram 22 soldados do Grupo de Operações Especiais (GOE) da Polícia Militar do 7º Batalhão da Polícia Militar de Ariquemes – RO. Como instrumento de coleta de dados foi utilizado um questionário fechado. Os dados foram tabulados e a análise foi discutida com a literatura existente. A pesquisa revelou como consequências do estresse vivido por estes profissionais o abuso de álcool, adultério, irritabilidade e impaciência. Outro fator determinante causador de estresse foi em relação a imprevisibilidade da escala e o tempo de folga, estes que podem afetar diretamente a relação familiar.

Palavras-chaves: estresse, polícia militar, trabalho, família.

ABSTRACT

This research had the objective to identify which are in fact, the impacts of stress that a military police is submitted in relation to his Family. For this it has been realized a quantitative study with descriptive analysis of the data. The participants were 22 soldiers from the Group of Special Operations (GSO) from the military police of the 7th battalion of military police from Ariquemes – RO. As tool for data collect we utilized a closed questionnaire. The data was made into graphics and the analysis was debated with existing literature. The research revealed as consequences of living stress by these professionals the abuse of alcohol, adultery, irritability and impatience. Another determining factor releaser of stress was in relation to the imprevisibility of the scale and the time for rest, these who can affect directly the familiar relationship.

Keywords: stress, military police, work, family.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Questionário Sócio Demográfico.....	26
Tabela 2 – O que mais lhe estressa no seu ambiente de trabalho?.....	28
Tabela 3 – O que faz para amenizar o estresse?.....	29
Tabela 4 – O que mudou na sua relação família após sua entrada na corporação?.....	30
Tabela 5 – Assinale o que já viu acontecer ou que acontece com seus companheiros de profissão ou com você?.....	33
Tabela 6 – O que você pensa sobre a sua escala de serviço?.....	37
Tabela 7 – O que é estresse para você?.....	39
Tabela 8 – Você sofre de estresse?.....	39
Tabela 9 – Como se sente após uma jornada de trabalho?.....	41
Tabela 10 – Você pratica atividade física? Se sim.....	43
Tabela 11 – Você tem ao seu dispor algum suporte psicológico oferecido pela instituição? De que tipo?.....	45
Tabela 12 – Com quem você mora?.....	47
Tabela 13 – Como é sua relação com os membros da sua família que mora com você...48	

Tabela 14 – Nos seus dias de folga quanto tempo aproximadamente você dispõe a seus familiares?.....49

Tabela 15 – Você acha esse tempo suficiente?.....50

Tabela 16 – Gostaria de ter mais tempo com sua família?.....51

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	12
2. REVISÃO DE LITERATURA	15
3. OBJETIVOS	24
3.1 OBJETIVO GERAL.....	23
3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICO.....	23
4. METODOLOGIA	24
4.1 TIPO DE ESTUDO.....	24
4.2 PARTICIPANTES.....	24
4.3 LOCAL.....	24
4.4 INSTRUMENTOS DE COLETAS DE DADOS.....	24
4.5 FORMA DE ANÁLISE DE DADOS.....	25
4.6 MATERIAIS.....	25
4.7 CEP.....	25
5. RESULTADOS E DISCUSSÃO	26
CONCLUSÃO	52
REFERÊNCIAS	54
ANEXO A.....	60
ANEXO B.....	62
ANEXO C.....	64
APÊNDICE A.....	66
APÊNDICE B.....	67
APÊNDICE C	72

INTRODUÇÃO

No atual contexto em que a sociedade contemporânea vive há diversas situações que causam sofrimento ao ser humano, tanto físico como mental. Dentre estes aspectos existem os sofrimentos que são causados por situações e profissões estressantes. “Atualmente o conceito de stress ocupa um lugar de destaque tanto na medicina quanto na psicologia” (OLIVEIRA, 2006 p. 12), por se tratar de um assunto relevante que vem causando danos na vida do indivíduo que está submetido a ele.

Nahas (2010) *apud* Paredes (2012) relata que o indivíduo está preparado para viver a todo tempo com situações de estresse, porém suas porções exageradas, intensas ou prolongadas podem causar problemas físicos e psicológicos, e quando não controlado podem intervir nas atividades do dia a dia, ocasionando problemas quanto a perda de produtividade, relacionamentos, dores e originando algumas doenças.

O fator que remete a grande ocorrência do estresse na vida do ser humano é o trabalho, pois se observa que em várias áreas de atuação profissional, há reclamações advindas de horas de trabalho estressantes, onde este pode vir a ser um grave problema. Mediante a esta problemática, diversos estudos na área da saúde relacionados com o estresse foram feitos e com isso essas pesquisas promoveram observações nas relações de disfunções emocionais e fisiológicas originárias do espaço profissional e suas consequências para o homem (JAFFE, 1995; LIMA, 1996; MALACH e LEITER 1999 *apud* ROSSETTI et al. 2008 p. 110).

Nesse sentido “as profissões que tem contato direto com seres humanos tendem a serem profissões mais tensas e estressantes” (SPULDARO e NESI 2013 p.18). É evidente que há profissões que exigem mais das pessoas e por isso são mais propensas ao estresse, cita-se aqui a profissão de Policial Militar (PM) que lidam diretamente com indivíduos e as mais diversas situações de conflitos e imprevistos no seu dia-a-dia (FRANÇA e RODRIGUES, 1997 *apud* SPULDARO e NESI, 2013).

Mediante a esse fato, identificou-se em uma pesquisa realizada, que dentre 149 profissões estudadas apenas 10 excediam a Policial em doenças do coração, diabetes, insônia, suicídio e outras relacionadas com o estresse (FARIAS, 1998 *apud* SANTANA e SABINO, 2010). Não é de se negar que a profissão de Policial Militar é aquela que tem mais propensão a danos graves devido ao estresse, pois pode-se analisar em diversas

pesquisas que esta profissão está no ranque das profissões mais estressantes do mundo (Costa et al., 2007).

Segundo Minayo, Souza e Constantino (2007), os policiais estão em uma categoria de servidores públicos onde o risco não é mero acidente, contudo exerce função estruturante das condições laborais, ambientais e relacionais. Esses profissionais sabem que perigo e audácia são inseparáveis as características de suas atividades. Seus corpos estão sempre expostos e seus espíritos não descansam.

Nesse sentido os autores Oliveira e Santos (2010) mostra que um dos agravantes do estresse no trabalho do policial pode estar associado a não manifestação de suas angústias, frustrações e emoções, uma limitação que é submetida pela sociedade. Contudo no caso do policial a situação se agrava, uma vez que, se não há condições para que tais manifestações sejam declaradas e trabalhadas, possivelmente, tais sintomas podem ser prejudiciais diante de uma situação envolvendo risco.

Os danos causados pelo estresse no PM podem trazer mudanças de comportamento e/ou reações indesejáveis a sociedade, principalmente aqueles mais próximos como a família. Poucos estudos foram realizados nessa temática, porém cabe aqui ressaltar a importância de se estudar a relação entre profissão e família. Nesse sentido os autores Paschoal e Tamayo (2005) relata que relações entre trabalho e família podem ajudar na compreensão de fenômenos organizacionais e em relação ao estresse, nesses estudos enfocam-se os impactos ou as interferências do ambiente de trabalho sobre a família.

No contexto familiar, o componente da corporação militar tende a desligar-se das emoções que envolvem as relações familiares passando a viver um processo de distanciamento e busca de relações em outros ambientes. Assim quando saem as ruas, alguns podem extravasar suas frustrações sobre as pessoas tornando-se autoritários, agressivos e nervosos (PORTELA e BUAGY, 2007; ROMANO, 1989 *apud* SANTANA e SABINO, 2010). Bem como algumas patologias adquiridas pelo estresse também podem afetar direta e indiretamente a família desse profissional.

Diante do exposto surgem os seguintes questionamentos: quais os impactos que o estresse pode acometer na relação do policial (GOE) com sua família? A que ponto mudanças comportamentais negativas ligadas ao estresse que surgem após a entrada na PM, afetam a relação familiar? A imprevisibilidade inerente à atividade policial, além de

causar danos físicos e mentais ao profissional, pode vir a afetar as relações familiares? Policiais casados que sofrem com a pressão do dia a dia violento das ruas, se tornam violentos com suas esposas ou filhos?

Considerando que a profissão de PM pode promover diferentes níveis de estresse, que por consequência pode levar a vários danos à saúde física e psicológica, e contribui negativamente nos comportamentos deste profissional, afetando também suas relações sociais, esta pesquisa se justifica pela necessidade de saber se estes profissionais estão em risco com sua saúde mental e física e se a relação familiar também pode vir a ser afetada por esse contexto estressante.

2. REVISÃO DE LITERATURA

O mundo pós-moderno em que se vive tem expressado um ritmo acelerado de viver, incluindo a competitividade e um capitalismo avassalador. Mediante a tantas mudanças na atualidade o trabalho toma destaque e também é um dos maiores causadores de estresse que vem adoecendo a humanidade.

Souza (2011) descreve o termo estresse como um grande vilão do século, sendo imposto a ele desde a úlcera de um executivo até o baixo rendimento de um atleta. Sabendo que não existe nenhuma informação científica que comprove que nossa atual sociedade sofra maior estresse que os nossos antepassados, no entanto, nosso dia-a-dia sofre uma intensidade maior de estímulos estressantes do que a sociedade antigamente enfrentava.

Rossetti et al. (2008) expõe uma cronologia do termo estresse:

Até o século XVII o termo estresse era utilizado na literatura inglesa esporadicamente com o significado de aflição e adversidade. No século XVIII foi utilizado pelo fisiologista francês Claude Bernard e posteriormente por Walter Cannon referindo-se às reações que produziam um colapso nos mecanismos de homeostase orgânica (Malach & Leite, 1999). Selye (1951) definiu o estresse como uma resposta orgânica não-específica para situações estressoras ao organismo, e ao revisar seus conceitos, descreveu a resposta orgânica a essas situações estressoras como Síndrome de Adaptação Geral, a qual possui três fases: alerta, resistência e exaustão. (ROSSETTI et al., 2008 p. 110).

Existem vários fatores que podem desencadear o estresse, os quais são divididos em fatores externos e internos. Os fatores externos envolvem a pressa do dia-a-dia, as cobranças profissionais e a grande competitividade na sociedade. Os fatores internos compreendem a forma com que as pessoas interpretam determinados acontecimentos, como as pessoas refletem sobre a vida, os outros e o mundo (LIPP, 2007 *apud* SPULDARO e NESI, 2013).

Contudo observa-se que França (2008) *apud* Molina e Calvo (2009), aponta o ser humano como biopsicossocial que manifesta o sofrimento ou insatisfação de forma psicossomática. Onde as condições de vida estão relacionadas às reações biológicas, psicológicas e sociais do indivíduo. Neste sentido pode-se observar que nossas reações, mediante aos acontecimentos do dia-dia nos leva a situações estressoras.

Nesse sentido Lipp e Malagris (2001) descreve uma definição referente ao estresse:

O stress é uma resposta complexa do organismo, que envolve reações físicas, psicológicas, mentais e hormonais frente a qualquer evento que seja interpretado pela pessoa como desafiante. Nosso enfoque é na resposta do organismo a um estímulo mediado pela interpretação que lhe é dado. Esse estímulo, interpretado como desafiador, provoca uma quebra na homeostase do funcionamento interno que, por sua vez, cria uma necessidade de adaptação para preservar o bem-estar e a vida. A necessidade de adaptação exige a emissão de vários comportamentos adaptativos que se constituem na forma como a pessoa lida com o stress, ou seja, suas estratégias, adequadas ou não de enfrentamento. (LIPP e MALAGRIS, 2001 *apud* ROSSETTI et al., 2008 p. 14).

Portanto é considerado estressor, o estímulo que inicia uma reação estressante, podendo trazer benefícios ou malefícios ocasionando emoções ao indivíduo que deixam marcas intensas. São fatos, situações, objetos ou pessoas que libera uma certa carga emocional, originando os estímulos estressores (PAFARO e MARTINO et al., 2004). Existe uma variedade de resposta que pode aparecer no indivíduo no decorrer de sua vida devido a situações estressoras. Segundo Lipp e Tanganelli (2002)

Várias complicações podem aparecer como resposta a situações estressantes como, por exemplo: distúrbios no ritmo cardíaco, arteriosclerose, insônia, enfarte, cefaléias, derrame cerebral, úlceras, gastrite, doenças inflamatórias, colite, problemas dermatológicos, tensão muscular, problemas sexuais, como a impotência e a frigidez, entre outros. Já com relação aos sintomas psicológicos encontram-se: impossibilidade de trabalhar, irritabilidade excessiva, pesadelos, apatia, depressão, angústia, ansiedade, perda do senso de humor, entre outros (LIPP; TANGANELLI, 2002 p. 538).

Atualmente, os estudos sobre estresse envolvem as consequências no corpo e na mente humana, bem como suas implicações referente a qualidade de vida da sociedade. Podendo o estresse atingir a saúde, a qualidade de vida e a sensação de bem-estar como um todo (LIPP, 2001 *apud* SADIR et al., 2010).

Nesse sentido Wang (2010) *apud* Dantas et al. (2010) descreve que quando o estresse não é tratado, isto pode levar a instalação de outras patologias podendo se tornar um quadro mais grave e irreversível. Porém “nem todas as pessoas se desgastam com os mesmos estressores; o que determina se o estresse irá ou não se instalar é a conjunção do ambiente com as características do indivíduo” (SADIR; BIGNOTTO; LIPP 2010 p. 74). Entretanto Lipp (2007) *apud* Spuldaro; Nesi (2013, p. 21 - 22) “salienta que cada pessoa absorve as informações e os estímulos de uma forma e conseqüentemente

os interpreta de maneiras diferentes, assim, o que pode ser um estímulo estressor para uma pessoa, pode não ser para outra”.

Aguiar (2007) aponta que as várias modificações ocorridas no processo do trabalho, desde a Revolução Industrial, interferiram progressivamente na qualidade de vida do trabalhador. Sendo que todas essas mudanças causaram a redução da moral, auto-estima e motivação, assim como aumentou a insegurança, o medo e consecutivamente o estresse. Bem como também houveram alterações no clima organizacional, que interferiram diretamente na comunicação e nas relações humanas.

Assim, Dejours (2007) aborda nesse contexto a carga física e mental como questões que estão intimamente relacionadas. Segundo esse autor, o peso psíquico do trabalho quando elevado, transforma-se em fonte de tensão e desprazer, culminando em fadiga, perda ou diminuição da força física e outras patologias.

Segundo Chiavenato (1999) há fatores que podem ser desencadeadores do estresse no trabalho, são alguns deles o autoritarismo da chefia, a desconfiança, as pressões e exigências, o cumprimento do horário de trabalho, a monotonia e a rotina de algumas tarefas, o barulho no ambiente, a falta de segurança, expectativa e avanço profissional e a insatisfação pessoal.

De acordo com Lipp (2005) *apud* Sadir; Bignotto; Lipp (2010) existem alguns estressores peculiares dos trabalhadores brasileiros, como:

[...] sobrecarga de trabalho e na família, lidar com a chefia, autocobrança, falta de união e cooperação na equipe, salário insuficiente, falta de expectativa de melhoria profissional e o próprio cargo exercido pela pessoa. (LIPP, 2005 *apud* SADIR, BIGNOTTO, LIPP, 2010 p. 74).

Ferreira, Bonfim e Augusto (2012) apontam que “a forma de organização e o tipo de trabalho são fundamentais para avaliar os processos de desgastes da saúde dos trabalhadores” (FERREIRA, BONFIM e AUGUSTO, 2012 p. 990).

Neste sentido Assunção (2003) *apud* Andrade (2010) relata que somente algumas pessoas, acham saídas para impedir o sofrimento e o adoecimento e conseguem blindar o seu tempo extra- laboral, não levando as dificuldades do trabalho para casa.

Souza (2011) refere-se a Organização Internacional do Trabalho:

De acordo com a Organização Internacional do Trabalho o estresse profissional é uma das maiores ameaças à saúde deste século. As formas comprometedoras de saúde, neste âmbito são: o estresse agudo e o estresse pós-traumático, gerados por eventos críticos. (SOUZA, 2011 p.117).

Este mesmo autor descreve outras consequências que é considerada marcante do estresse ocupacional, conhecida como Síndrome de Burnout ou Síndrome de Desistência. Relatando que fatores como pouca autonomia na atuação profissional, problemas de relacionamento com as chefias, colegas ou clientes, conflitos entre trabalho e família, sentimento de desqualificação e ausência de auxílio da equipe, estão aparentemente associados ao desenvolvimento desta síndrome.

Nesse sentido, segundo a literatura, a profissão do PM é uma das que mais sofre de estresse, por trabalhar sob forte tensão, a maioria das vezes em meio a situações que envolvem risco de vida. A atividade desses profissionais é de alto risco, uma vez que eles lidam, no seu dia-dia, com a violência, a crueldade e a morte (COSTA et al., 2007). Afora os riscos à vida existem os riscos à saúde, ocasionando, na maioria das vezes, um desgaste físico e psicológico, que por consequência gera o estresse (BARCELLOS, 1999 *apud* OLIVEIRA; BARDAGI, 2010).

Aguiar (2007) diz que o policial militar, no desenvolvimento cotidiano de suas atividades, enfrenta situações adversas, que exige uma constante procura de equilíbrio entre o seu agir e o seu sentir, entre o físico e o emocional, pois suas ações são governadas pela hierarquia e disciplina, preceitos básicos da organização. Assim como também Piva (2005) descreve que os policiais devem exercer seu trabalho nos preceitos éticos estabelecidos em seu regulamento disciplinar, estando sujeito a sanções disciplinares caso cometam alguma infração administrativa.

Os valores descritos por Piva (2005) referem aos preceitos éticos do regulamento do PM:

Estes valores são patriotismo, civismo, hierarquia, disciplina, profissionalismo, lealdade, constância, verdade, honra, dignidade humana, honestidade e coragem. Quando o policial deixa de cumprir algum dever, ele comete uma transgressão disciplinar, que consiste em uma infração administrativa. (PIVA, 2005 p. 39).

No entanto quando o policial comete uma transgressão disciplinar, existe as sanções disciplinares, aplicadas proporcionalmente à gravidade e natureza da infração. Piva (2005) descreve tais sanções disciplinares, são elas:

1. Advertência: aplicada verbalmente de forma particular ou ostensiva, não consta nos assentamentos individuais; 2. Repreensões: é feita por escrito e consta nos assentamentos individuais; 3. Permanência Disciplinar: o policial fica na organização militar, mas não fica circunscrito a um determinado ambiente. Continua participando das atividades e realizando serviços internos e externos; 4. Detenção: o policial fica retido na organização militar, não participa de nenhuma atividade e não recebe remuneração. Estes dias de reclusão não são contados para efeito algum; 5. Reforma Administrativa Disciplinar: quando o policial é julgado incompatível com sua função; 6. Demissão: desligamento definitivo da corporação; 7. Expulsão: quando o policial cometeu atos desonrosos e é condenado judicialmente; 8. Proibição do Uso de Uniformes: policiais inativos que atentam contra o decoro; 9. Recolhimento Disciplinar: recolhimento à prisão por dois motivos possíveis: para apuração de alguma investigação ou quando o policial se mostrar agressivo, embriagado ou sob o uso de entorpecentes. Essa reclusão pode durar até cinco dias. (PIVA, 2005 p. 39,40).

Neste sentido, Curiel (1994) refere os policiais como sendo homens e mulheres com um sistema de valores muito caracterizados e rigoroso senso de dever. Onde que no início de sua carreira mostram um intenso compromisso, porém com o passar do tempo, começam a sentir frustrações que vem atormentar no desenvolvimento de sua profissão. E assim aos poucos, acabam se tornando pessoas indiferentes e despreocupadas. Este endurecimento emocional não é bom para o trabalho ou vida familiar.

Na área atuante do PM segundo GUNTHER (2011) existem também especificidade consideradas elementos estressores como:

- Tomada de decisão emergencial no local dos fatos;
- Exposição a insultos e críticas do público;
- Excesso de responsabilidade;
- Risco da Própria vida e do parceiro;
- Situações que requerem o emprego de força física;
- Matar alguém no cumprimento do dever;
- Ter que cumprir leis desagradáveis;
- Exposição ao suborno e outras tentações;
- Receber apoio inadequado do supervisor;
- Notificar a morte de pessoas;
- Necessidade de dirigir em alta velocidade para prender criminosos;
- Trabalhar com equipamento de poder de dissuasão inferior aos dos meliantes que enfrenta;
- Ver crianças e adultos espancados ou mortos, ou sentindo dor;

- Sofrer ferimentos em serviço;
- Enfrentar situações que envolvem o desconhecido;
- Enfrentar situações de violência sexual contra mulheres e crianças;
- Responder a um processo-crime em andamento;
- Ter que agir como policial contra pessoa do sexo oposto;
- Confronto com multidões agressivas;
- Falta de esclarecimentos suficientes para o serviço a que foi designado;
- Combate rotineiro com criminosos (tiroteio)
- Contato com colegas que não desempenham adequadamente o serviço;
- Sofrer acidente com a viatura;
- Sofrer violência física;
- Falta de infra-estrutura pública para o prosseguimento da ocorrência;
- Ver a morte de pessoas;
- Atuar em problemas sociais que não pode resolver. (GUNTHER, 2011, p. 25).

Para Moraes et al. (2001) a insatisfação, juntamente com o não reconhecimento do trabalho policial, resulta na queda da autoestima dos policiais, onde influência na motivação e no comprometimento dos mesmos, ocasionando, quem sabe em uma maior vulnerabilidade ao estresse e outros transtornos.

Michel Oligny *apud* Curiel (1994) verificou em seu estudo com policiais de diferentes posições que 37% tinha problemas conjugais, 23% tinham problemas com o álcool, 10% faziam uso de drogas e tranquilizantes e 36% tiveram problemas saúde.

Nesse sentido, Perez (1992) *apud* Curiel (1994) inclui as seguintes conclusões em sua tese de doutorado:

A polícia é um dos grupos profissionais com mais frequência de suicídio (não só na Espanha, mas em muitos outros países).• Que comportamentos como abuso de álcool, é uma maneira de escapar, representam um dos problemas importantes na saúde, a polícia está entre os grupos de profissionais com maior consumo. • A prevalência encontrada de transtornos de ansiedade e depressão são mais altos do que na maioria dos outros grupos de profissionais. • Em muitas populações estudadas o grupo de policiais apresenta mais problemas de saúde do que outros grupos profissionais. • A maioria dos estudos mostram as taxas de divórcio, superiores aos de outros grupos profissionais. (PEREZ,1992 *apud* CURIEL,1994 p.255).

“O estresse está presente na vida do PM e pode influenciar de maneira decisiva no seu comportamento dentro e fora de sua atividade profissional” (SILVA, VIEIRA, 2008 p.167). Esta influência em que o policial está submetido, pode interferir em vários aspectos de sua vida, como nos seus relacionamentos afetivos e sociais, incluindo dentre eles o suporte mais importante que é a família. “O pouco tempo dedicado à família em função do alto investimento no trabalho pode acarretar a falta de suporte e apoio quando necessário [...]”. (LIPP, MALAGRIS, e NOVAES, 2007 *apud* SADIR, BIGNOTTO, LIPP 2010 p. 76).

Nessa mesma direção “alguns estudos apontam o estresse e outros problemas emocionais ligados ao PM como sendo um dos responsáveis pelo alto índice de suicídio, divórcio e alcoolismo no meio Policial” (SILVA e VIEIRA, 2008 p.167). Esses índices são indicadores de problemas que afetam diretamente a família deste profissional, considerando também todos os outros aspectos listados anteriormente que afetam as relações familiares e sociais.

Em estudos feitos por Derenusso e Jablonski (2010) relatou-se que:

Afora a vitimização física, encontramos perdas subjetivas: é comum o relato de companheiras de policiais que apontam para uma mudança indesejável de identidade dos mesmos após a entrada na Corporação, com estes tornando-se mais rígidos, indiferentes à família ou mesmo agressivos. Da mesma forma, nos deparamos com casos de policiais que, após passaram por situações traumáticas, ficaram impossibilitados de prover à sua família o apoio emocional outrora disponível (DERENUSSO e JABLONSKI, 2010 p. 23).

Nesse sentido Derenusson e Jablonski (2010) observaram que o impacto do trabalho policial sobre a família, poderiam ser analisados através de duas categorias principais: uns se fariam presentes pela força das situações do trabalho policial e o ambiente sociocultural onde estão inseridos, assim são associados a elementos intrínsecos desta função. Os elementos extrínsecos, são mediados pelo policial, ou seja, depende da forma que este profissional interage com sua família. Mediante esta análise os fatores de impacto se dividiram nos termos “direto” e “indireto”. Os impactos de fatores direto que os autores trazem são: O risco, elemento central do trabalho policial; o horário de trabalho e a questão salarial. Os fatores de impacto indireto são: fatores identitários; o curso de formação como agente de transformação subjetiva; a vivência laboral e o

estresse laboral, sendo que, relativo ao estresse laboral encontra-se a violência doméstica e o uso de álcool.

Curiel (1994) descreve em seu estudo que a polícia australiana revelou que o estresse pode afetar o indivíduo em quatro níveis. Neste estudo, foram divididos em quatro grupos de acordo com o impacto negativo e veio a confirmar que 19% sofreram algum nível de estresse no trabalho que afetou negativamente na vida familiar, concluindo que muitos policiais acreditam que seu trabalho tem efeitos negativos em sua vida social e familiar.

Em se tratando da rotina do policial militar Silva (2011) aponta que o costume de trabalhar a noite altera o relógio biológico, seguindo o ritmo do trabalho, ficando acordado a noite e dormindo de manhã. Com isso toda a família tenta se adaptar para que este policial tenha seu descanso. Mediante a isto o psicólogo do CASO/PMDE diz que este ritmo diferente aumenta o estresse consequentemente causa maior irritabilidade e diminui as relações sociais do policial.

Na pesquisa de Ferreira (2009) *apud* Cardoso e Matias (2013):

cerca de quatro em cada dez policiais revelaram que não possuem sequer um dia de folga por semana e muitos declararam se envolver em conflitos com familiares, colegas de trabalho, amigos ou vizinhos de modo frequente, “isso demonstra o quanto o envolvimento com as altas demandas no trabalho e a baixa remuneração têm reflexos sobre a vida pessoal dos policiais” (FERREIRA, 2009 *apud* CARDOSO MATIAS, 2013 p. 6).

Pois como foi visto, a rotina do policial militar pode vir a afetar tanto seu ritmo biológico, sua emocional e suas relações tanto familiares quanto sociais. Diante de tais informações referentes ao estresse na vida destes profissionais da PM, pode-se visualizar grandes influências destes fatores estressantes na vida, na saúde e na socialização, problematizando as relações familiares deste profissional.

3. OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GERAL

Identificar quais são de fato, os impactos do estresse que é submetido o policial militar em relação à sua família.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Apontar agentes estressores no trabalho da polícia militar;
- Relacionar as consequências do estresse vivido por esse profissional;
- Correlacionar as consequências do estresse com a relação familiar;
- Divulgar os resultados obtidos a população pesquisada.

4. METODOLOGIA

4.1 TIPO DE PESQUISA

Esta pesquisa foi com uma abordagem quantitativa que buscou fazer uma análise descritiva dos dados encontrados.

4.2 PARTICIPANTES

Os participantes foram 22 soldados do Grupo de Operações Especiais da Polícia Militar. Os critérios de inclusão adotados para a amostra foram estar no mínimo há 2 anos na corporação; concordância em participar do estudo voluntariamente. Critérios de exclusão, ter menos de dois anos na corporação, não concordar em participar do estudo e estiver em exercício do trabalho.

4.3 LOCAL

O estudo foi realizado no 7º Batalhão da Polícia Militar, AV. Capitão Silvío nº 3354 no município de Ariquemes – RO.

4.4 INSTRUMENTOS DE COLETAS DE DADOS

Foi aplicado um questionário sócio demográfico para caracterização dos participantes desse estudo (apêndice A). Para se elaborar o questionário fechado com o intuito de atingir os objetivos desse estudo, inicialmente foi realizada uma etapa de pré-teste, sendo que nesse pré-teste participaram cinco soldados do Grupo de Operações Especiais da Polícia Militar escolhidos aleatoriamente. Nesse pré-teste os soldados responderam a um questionário com 17 perguntas abertas (apêndice B). As respostas foram categorizadas, para se elaborar as perguntas do questionário fechado. A questão de número 6 do pré-teste foi anulada, devido ser uma questão que se tratava da sexualidade do homem, onde percebeu-se no pré-teste que nenhum dos entrevistados

respondeu ter problemas nesta área. A questão aberta do questionário fechado não foi analisada, pois não tiveram respostas relevantes ao objetivo deste estudo.

4.5 FORMA DE ANÁLISE DE DADOS

Cada questão do questionário fechado foi tabulada para quantificar os resultados. Estes foram descritos e relacionados à literatura existente relativa ao conceito de estresse, estresse na relação de trabalho, estresse nas relações familiares e interpessoais. A literatura refere-se aos autores destacados na parte de revisão bibliográfica deste projeto.

4.6 MATERIAIS

Folhas, canetas e pranchetas.

4.7 CEP

Este projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA, sob número de parecer 1.040.448.

5. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A apresentação dos resultados e análise dos dados, foram feitas em um único capítulo para facilitar a discussão desses dados.

Segue abaixo o quadro sócio demográfico que descreve a caracterização dos participantes como sexo, idade, estado civil, tempo de profissão, carga horaria de trabalho e se estão em acompanhamento psicológico ou psiquiátrico, ou se já fizeram um desses dois tratamentos.

Tabela 1 - Questionário Sócio Demográfico

PERFIL DOS POLICIAIS MILITARES		Nº	%
SEXO	MASCULINO	22	100
	FEMININO	0	0
IDADE	DE 27 A 29	7	31,81
	DE 31 A 35	12	54,54
	DE 37 A 40	3	13,63
ESTADO CIVIL	SOLTEIRO	5	22,72
	MORA JUNTO	6	27,27
	CASADO	10	45,45
	DIVORCIADO	1	4,5
TEMPO DE PROFISSÃO	DE 2 A 5 ANOS	6	27,27
	DE 7 A 9 ANOS	12	54,54
	DE 12 A 17 ANOS	3	13,63
	23 ANOS	1	4,5
CARGA HORARIA	44 HORAS	1	4,5
	40 HORAS	16	72,72
	36 HORAS	1	4,5
	30 HORAS	1	4,5
	SEM RESPOSTA	3	13,63
ESTÁ EM TRATAMENTO PSICOLÓGICO		0	0
JÁ FEZ ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO		3	13,63

MOTIVOS - ESTRESSE	1	4,5
DESINTERESSE SEXUAL E CONJUGAL	1	4,5
ESTUDANTE DE PSICOLOGIA	1	4,5
ESTÁ EM ACOMPANHAMENTO PSIQUIÁTRICO	0	0
FAZ USO DE MEDICAÇÃO PSIQUIÁTRICA	0	0

Dos participantes na pesquisa todos são homens. Do total dos pesquisados, 31,81% tem idade entre 27 e 29 anos, sendo que 54,54% estão enquadrados entre 31 e 35 anos, os 13,63% restantes são os com até 40 anos. No que se refere ao estado civil, os casados são a maioria, ocupando 45,45%, em segundo lugar, os que moram juntos representam 27,27%, e os solteiros 22,72% e apenas um divorciado sendo 4,54%. Em relação ao tempo de profissão 54,54% têm entre 07 e 9 anos de trabalho na instituição, 27,27% estão de 2 a 5 anos, uma parte 13,63% a mais de dez anos e um apenas está a 23 anos totalizando os restantes 4,54%. Referente a carga horária 72,72% descreveram que possui uma carga horário de 40 horas, 13,63% dos entrevistados não responderam e 4,5% descreveram, ou 44 horas ou 36 horas e/ ou 30 horas de carga horária. Em se tratando dos participantes que já fizeram acompanhamento psicológico são apenas 13,63%. Nas questões seguintes deste questionário nem um deles passam por tratamento psicológico, psiquiátrico e também nenhum deles faz uso de medicamentos psiquiátricos.

Quanto ao questionário aplicado, este obteve questões onde o cálculo de sua porcentagem ultrapassa a soma de 100%, devido os entrevistados poderem assinalar mais de uma alternativa. As questões que apresentam mais de uma alternativa assinaladas são 1,2,3,4,5,6,8,9, e 10 as questões que apresentam apenas uma resposta são 7,11,12,13,14 e 15.

Tabela 02 - O que mais lhe estressa no seu ambiente de trabalho?

Alternativas	Nº de respostas	%
1. Não reconhecimento da sociedade	14	63,63
2. Desrespeito dos superiores	7	31,81
3. Trabalhar nos dias de folga	9	40,90
4. Morte de colega de trabalho em serviço (Responderam mais de uma alternativa)	13	59,09

Na tabela acima pode-se analisar que 63,63% dos participantes sentem-se estressados quando não tem o reconhecimento da sociedade. Nesse sentido, conforme apontam Moraes et al. (2001) que o trabalho de policial não possui reconhecimento da população isso acaba gerando sentimentos de inutilidade, frustração e improdutividade nestes profissionais, podendo levar a uma baixa estima que pode ocasionar uma vulnerabilidade ao estresse e a outros transtornos. Silva (2011) descreve que o sofrimento maior que pode ser percebido no discurso de um policial é que a polícia arrisca sua vida pela comunidade e ela não reconhece o trabalho policial.

Dos participantes 59,09% se estressam com morte de colega em serviço, segundo Gunther (2011) essa é uma das condições de elementos estressores. De acordo com estudo de Liberman e col. (2002); Johnson e col. (2005) *apud* Dela Coleta e Dela Coleta (2008) tarefas relacionadas às experiências críticas de confronto e o fato de lidar com a morte são a maior fonte de estresse para policiais civis. Oliveira e Santos (2010) relatam que a morte é uma realidade na vida deste profissional sabendo que o mesmo tem que lidar com a morte das vítimas, dos criminosos, dos companheiros de trabalho e ainda com a ideia de que sua própria vida corre perigo.

Nesta pesquisa 40,90% se estressam quando tem que trabalhar nos dias de folga, segundo Robbins (2002) *apud* Gunther (2011), aponta que:

[...] com relação aos aspectos individuais como fontes potenciais de estresse, têm-se a relação do indivíduo com a família e sua ligação entre o trabalho e as relações familiares. As pesquisas apontam, consistentemente, que as pessoas primam muito por seus relacionamentos familiares e pessoais e que, dependendo do tipo de relacionamento e da ligação com os aspectos do trabalho, estes podem

provocar altos níveis de estresse ocupacional (ROBBINS, 2002 *apud* GUNTHER 2011 p.15).

Ou seja, fazendo uma relação com as questões 2, 5 percebe-se que trabalhar no dia de folga pode afetar a relação familiar pois 90,90% aponta na questão 2 que para amenizar o estresse usa-se o lazer com a família, 40,90% na questão 5 diz que a escala de serviço repercuti negativamente no planejamento familiar. É importante salientar que se este policial sai para trabalhar em seu dia de folga ele perde umas das formas de aliviar seu estresse que consequentemente atinge o plano feito para utilizar no tempo que ele se dispõe a ficar com sua família, podendo ocasionar um estresse ocupacional e consequências negativas na relação familiar e até mesmo no trabalho.

São 31,81% que sofrem estresse com desrespeito dos superiores. Conforme Rangé (2001) *apud* Flesch e Hess (2012), apontam um dos eventos estressores do ambiente de trabalho é a chefia intransigente e autoritária, que pode vir causar estresse no ambiente de trabalho. Para Aguiar (2007) no que se refere a prevenção primária, “os líderes (oficiais) tem um papel chave, à medida que contribuem ao distresse a partir da criação de um ambiente de trabalho emocionalmente saudável, psicológica e fisicamente seguro” (AGUIAR, 2007 p. 86).

Tabela 03 - O que faz para amenizar o estresse?

Alternativas	Nº de respostas	%
1. Práticas de esporte	16	72,72
2. Lazer com a família	20	90,90
3. Práticas de hobby	7	31,81

(Responderam mais de uma alternativa)

Nesta tabela percebe-se que o que eles fazem para amenizar o estresse com 90,90% é lazer com a família, outros 72,72% praticando esporte e 31,31% praticando algum tipo de hobby. Nesta questão em se tratando da saúde mental e física destes profissionais todos de uma forma ou de outra buscaram maneiras de amenizar seu estresse. Souza (2011) demonstra que umas das diversas formas de prevenção do

estresse e de recursos para lidar com o estresse estão as práticas de lazer, repouso e diversão, práticas de atividades físicas regulares e estimulação do tempo livre com atividades prazerosas, assim como apresenta as práticas destes participantes. Porém levando em conta a relação familiar deste profissional sabendo que 90, 90% deles usam o lazer com família como forma de amenizar o estresse, podemos aqui destacar que o tempo deve ser a favor deste profissional, entretanto o que mais pode interferir nesta relação é a imprevisibilidade, podendo consumir este tempo precioso do policial militar como foi visto na questão anterior.

Tabela 04 - O que mudou na sua relação familiar após sua entrada na corporação?

Alternativas	Nº de respostas	%
1. Ajuda financeira	10	45,45
2. Reconhecimento da família	10	45,45
3. Isolamento	1	4,5
4. Nada	6	27,27

(Responderam mais de uma alternativa)

Na tabela acima pode-se observar que o que mais mudou na relação familiar após a entrada na corporação foi com 45,45% o reconhecimento da família e ajuda financeira. No que diz respeito ao reconhecimento da família percebe-se que pode trazer ao policial uma compensação do seu trabalho, como vimos na questão 1 onde o não reconhecimento da sociedade pode ser um dos causadores de estresse. Assim, ter o reconhecimento da família torna-se um ponto positivo onde as relações familiares são consideradas segundo Aguiar (2007) “fundamental e imprescindível na vida de um indivíduo, principalmente no que se refere ao apoio e suporte emocional e afetivo” (AGUIAR, 2007 p. 87).

Quanto ajuda financeira Portela e Filho (2007), aponta que a defasagem e ou dificuldade salarial são um dos fatores que mais causam estresse. Em se tratando da questão financeira Pinto et al. (2010) relata que:

O comportamento familiar, ou principalmente, o conjugal é importante para a tomada de decisões financeiras da família. Observa-se que o dinheiro é, muitas vezes, um inimigo oculto. Promove os problemas entre o casal, mas nem sempre é reconhecido como o vilão da história. O policial deve conhecer as limitações naturalmente impostas a seu padrão de vida, sendo fundamental saber gerir os recursos que recebe. Ele deve aprender a poupar com sabedoria e a gastar com prudência (PINTO et al., 2010 p. 13).

Dos que descreveram que nada mudou foi 27,27%, nesse sentido Gunther (2011) aponta que mesmo buscando manter uma vida normal fora do ambiente de trabalho, estes profissionais policiais militares, acabam trazendo consigo sintomas relacionado ao estresse onde muitas vezes a mudança de comportamento só é percebida por terceiros. Nesta perspectiva, Derenusson e Jablonski (2010) descrevem dados sustentados por pesquisa realizada por Silva (2006), onde 60,3% dos policiais estudados analisaram que estes profissionais podem sofrer modificações psicológicas negativas ao entrar na Corporação. Este fato foi observado por Derenusson e Jablonski (2010) através tanto de policiais quanto de familiares, acerca de mudanças comportamentais negativas após a entrada na PM.

E 4,54% expressa o isolamento. Segundo Burk (1994) *apud* Dela Coleta e Dela Coleta (2008) o isolamento é uma das consequências reportadas como mecanismo de enfrentamento utilizado pelos policiais.

Silva (2009) *apud* Gunther (2011) descreve que:

[...] ao ingressar na Polícia Militar o indivíduo passa por um processo de readaptação, no qual o seu comportamento é modificado para atender as necessidades da instituição de forma rígida, provocando assim um distanciamento do contexto social no qual estava inserido (SILVA, 2009 *apud* GUNTHER, 2011 p. 28).

Tabela 05 - Assinale o que já viu acontecer ou o que acontece com seus companheiros de profissão ou com você?

Alternativas	Nº de respostas	%
1. Adultério	15	68,18
2. Abuso de álcool	16	72,72
3. Agressividade	14	63,63
4. Irritabilidade	15	68,18
5. Nervoso	11	50
6. Uso de drogas	10	45,45
7. Isolamento	10	45,45
8. Violência conjugal	7	31,81
9. Violência filhos	4	18,18
10. Violência na execução do trabalho	10	45,45
11. Tentativa de suicídio	6	27,27
12. Descontrole emocional	14	63,63
13. Impaciência	15	68,18
14. Militarismo	14	63,63
15. Ansiedade	14	63,63
16. Intolerância	14	63,63
17. Estresse	18	81,81

(Responderam mais de uma alternativa)

Aqui na tabela apresentada visualiza-se que o que mais aconteceu ou acontece entre os policiais é o estresse 81,81%. Os trabalhos de Costa et al. (2007), Dela Coleta e Dela Coleta (2008), Oliveira e Bardagi (2010) e Bejarano (2011) confirmam esses resultados na medida em que afirmam que a profissão de policial é uma profissão

estressante. Além disso Paredes (2012) aponta que devido ao caráter de sua função, o policial militar está exposto a todo tipo de perigo e trabalha muitas vezes sob tensão, deparando-se com diversas formas de ocorrência, como por exemplo: vias de fato, violência doméstica, ameaça, furtos, acidente de trânsito com vítima, assaltos à mão armada, tráfico de entorpecentes, entre outras. Assim o policial, no seu dia-a-dia, é exposto a situações de perigo e até mesmo a morte. Segundo Moraes et al. (2000) referente ao estresse ocupacional diz que:

O estresse ocupacional tem sido alvo de estudos, pois ele está presente na maior parte dos ambientes organizacionais, podendo ser considerado como um problema negativo de natureza perceptual, resultante de uma capacidade inadequada de se lidar com os agentes estressores presentes nos contextos de trabalho e que tem como consequências doenças mentais, físicas e ocasionando, portanto, prejuízos organizacionais. (MORAIS et al., 2000, s.p.).

Analisando as situações que o policial militar é exposto todos os dias, pode-se evidenciar que o mesmo venha sofrer de alguns sintomas decorrentes do estresse ou até com alguma patologia mais grave.

Com a segunda maior porcentagem, vem abuso de álcool com 72,72%. Nesse sentido, em uma pesquisa realizada por Ferreira (2013) a prevalência de uso de álcool durante a vida que foi encontrada entre policiais brasileiros variou de 48% a 87,8%.

Ferreira aponta “que policiais apresentam maior prevalência de uso de álcool no último ano do que na população geral, com menores taxas de abstinência, mas semelhante a vários trabalhadores e ocupações” (FERREIRA, 2013 p. 14). Este autor também descreve que o trabalho estressante do policial, relacionado à habilidade de *coping*¹ ineficaz e mal adaptado, exposição a imprevistos críticos, correlacionado com emoções negativas, intercedidos por ansiedade e depressão, bem como o fator social de adaptação pode estar associado ao maior uso de álcool. Nas pesquisas analisadas o uso do álcool pode ser visto como uma fuga das consequências donosas de um ambiente estressante de trabalho.

O adultério, irritabilidade e impaciência tiveram a mesma porcentagem de 68,18%, e a agressividade, descontrole emocional, militarismo, ansiedade e intolerância tiveram o

¹ O coping significa um conjunto de estratégias que é utilizado para que as pessoas se adaptem às circunstâncias adversas (SULS, DAVID E HARVEY, 1996 *apud* ANTONIAZZI; DELL' AGLIO; BANDEIRA, 1998).

mesmo percentual de 63,63%, em quinto lugar com 50% é o nervosismo. Foram dados aproximados, onde a literatura nos mostra que tais eventos se relacionam na gama de sintomas e consequências que o estresse pode apresentar.

Nas pesquisas analisadas não se encontra especificamente algo que mostre o adultério como consequência do estresse que atinge a família, no entanto Woody (2006) *apud* Derenusson e Jablonski (2010) aponta aumento de problemas conjugais entre policiais. Kelley (2005) *apud* Minayo, Assis e Oliveira (2008) acrescentou que são comuns nesse grupo a prática de violência doméstica e grande quantidade de divórcio e confirmou a forte incidência de suicídio e de tentativas.

Em relação aos outros sintomas como irritabilidade, impaciência, agressividade, descontrole emocional, militarismo, ansiedade, intolerância e nervosismo abordados nesta pesquisa o autor Minayo et al., ressaltou que:

[...] com apoio em várias pesquisas internacionais que, na medida de seu envelhecimento, o policial acumula efeitos associados ao estresse laboral como inadequação de comportamento como alcoolismo, jogatina descontrolada, comportamento agressivo, maior exposição a acidentes, ansiedade, insônia, explosões emocionais e vários tipos de dores crônicas. (MINAYO, ASSIS E OLOVEIRA, 2008 p. 2207).

Na pesquisa de Costa et al. (2007) com 264 militares do Comando de Policiamento, foi observada uma expressiva prevalência de sintomas psicológicos, característicos das fases de resistência e quase exaustão, tais como nervosismo, irritabilidade excessiva, raiva prolongada, cansaço excessivo, irritabilidade sem causa aparente e perda do senso de humor. Na pesquisa de Oliveira e Bardagi (2010) “um dos sintomas de estresse mais encontrados foram a sensação de desgaste físico constante, cansaço, problemas com a irritabilidade, sensibilidade emotiva excessiva [...]” (OLIVEIRA E BARDAGI, 2010 p. 163). Oliveira e Santos (2010) acrescenta que:

Podem ocorrer também falta de atenção e concentração, alterações da memória, baixa auto-estima, labilidade emocional, impaciência e dificuldades comportamentais associadas à negligência ou escrúpulo excessivo, à irritabilidade e aumento da agressividade, à dificuldade de relaxar, ao alto consumo de substâncias, ao risco de suicídio e aos sintomas defensivos que tangem tendência ao isolamento, sentimento de onipotência, perda de interesse pelo trabalho, ironia e cinismo. (OLIVEIRA e SANTOS, 2010 p. 229).

Os mesmos autores referem-se que existem barreiras nos relacionamentos interpessoais entre os policiais, essas barreiras denotam dificuldades que são decorrentes

de um histórico do militarismo no qual se privilegia a falta de abertura para o diálogo e para a reflexão acerca dos sentimentos e emoções.

A mídia também relata notícias sobre o descontrole emocional. No site Correio Braziliense, no dia 27/07/2012 descreve que “Treinados para defender a população, dois membros de forças de segurança pública perderam o controle e colocaram em risco a vida de inocentes esta semana”, o especialista de estresse no trabalho o professor Hartmut Günther, do Departamento de Psicologia da Universidade de Brasília (UnB) diz que os acontecimentos evidenciam o cotidiano de fadiga emocional e psíquica de membros da segurança pública.

Outro resultado desta pesquisa com o percentual 45,45% está uso de drogas, isolamento e violência na execução do trabalho. Se tratando do uso de drogas as pesquisas apontam mais claramente os policiais que são fumantes. Os autores Ferreira, Bonfim e Augusto (2008), referem a prevalência de fumantes em seu estudo foi similar em PMs da cidade de Natal (RN) que identificou 14% de fumantes; e menor do que verificada entre PMs do Rio de Janeiro (RJ) com 19,1% fumantes.

O isolamento como discutido na terceira questão, pode ser visto como um mecanismo de enfrentamento.

Quanto a violência na execução do trabalho, Fraga (2006) relata que existe uma linha tênue na ação policial, que separa o uso da força comedida e moderada da violência como força cega e brutal é uma das questões que está cotidianamente no cerne da intervenção do PM no exercício do policiamento ostensivo. Segundo Mombach (2006) a polícia possui autorização legal para o uso da violência quando necessária, porém há uma dificuldade em discernir a violência legal praticada pela polícia militar da violência ilegal praticada pelos mesmos, uma vez que a linha divisória muito tênue. Ou seja, como é possível calcular uma reação proporcional à ação do infrator, sabendo que nessas situações, na maioria das vezes, o policial não tem tempo para pensar, visto que a sua reação precisa ser imediata. No site da ISTOÉ foi publicado no dia 07/08/2015, uma polícia abalada. De acordo com especialistas ouvidos por ISTOÉ, os agentes das forças de segurança que padecem de problemas psicológicos são um risco para si mesmos e para a população que deveriam proteger, pois quanto mais abalados psicologicamente, mais violentos ficam.

O resultado sobre a violência conjugal apresentou o percentual 31,81%. Não foi encontrado na literatura, nada especificamente sobre violência conjugal. Entretanto a mídia revela casos de esposas de policias que foram agredidas e ou até mortas, como mostra a notícia no site G1, no dia 25/05/2015, fato ocorrido em Porto Velho no bairro Igarapé. O policial militar de 33 anos, matou a ex-esposa e se matou logo em seguida, o casal estava recém-separado e o policial não aceitava o fim da relação.

O resultado sobre tentativa de suicídio obteve 27,27%. Sobre este aspecto Bejarano et al. (2012) refere que “Isto é evidenciado pelo fato que ao contrário de outras profissões, a polícia responsável pela aplicação da lei é mais propensa a ter altos níveis de alcoolismo, abuso de drogas, divórcio e suicídio” (BEJARANO et al., 2012 p. 59). Sanchez-Milla et al. (2001) *apud* Dela Coleta e Dela Coleta (2008) concluem que os policiais constituem um dos grupos profissionais com maior frequência de suicídios. Na mesma pesquisa relatada acima do site ISTOÉ do dia 07/08/2015, descreve que:

Em pesquisa que será lançada no mês de setembro, o Laboratório de Análise da Violência (LAV) da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) mostra a sombria consequência da instabilidade mental nos quartéis. No estudo, realizado com 224 militares de 18 batalhões fluminenses, incluindo forças de elite como o Bope, 10% já haviam tentado se matar e outros 22% tinham considerado a possibilidade. Ou seja, 1 em cada 3 policiais participantes flertou com o suicídio. (ISTOÉ INDEPENDENTE, 2015).

No site R7 notícias no dia 31 de maio, foi postado um vídeo de uma reportagem que diz respeito a policiais militares que fazem tratamento psiquiátrico e sem condições de trabalhar, estão nas ruas de São Paulo. Este vídeo traz um dado alarmante, que revela o perigo deste fato, onde o número de PMs que cometeram suicídio em 2015 é maior que os que foram mortos por criminosos.

E com o menor percentual nos resultados desta pesquisa encontra-se violência com os filhos com 18,18%, porém sobre esse aspecto nada se encontrou na literatura existente. Levanta-se a hipótese que talvez por deduzir que um policial estressado ao chegar em casa e se deparar com barulho dos filhos, ou algum tipo de mal comportamento, este profissional pode agir de forma violenta com o mesmo, por já estar estressado com seu trabalho. No entanto não foi encontrada nenhuma pesquisa feita nesse sentido ou que mostrasse uma prevalência em tal comportamento.

Vale ressaltar que tais percentuais dos resultados aqui apresentados, pode ser tanto pessoal ou um conhecimento dos colegas de trabalho, pois foi uma questão indireta, não assinalando a individualidade dos participantes.

Tabela 06 - O que você pensa sobre a sua escala de serviço?

Alternativas	Nº de respostas	%
1. Boa	11	47,61
2. Inflexível	1	4,76
3. Repercuti negativamente no planejamento familiar	9	38,09
4. Conformado com a imprevisibilidade do trabalho (Responderam mais de uma alternativa)	7	33,33

Na tabela acima apresentada uma resposta foi desconsiderada, pois o entrevistado marcou duas alternativas que não se assimilam, como ele acha a escala de serviço boa, porém diz que repercuti negativamente no planejamento familiar, portanto as porcentagens foram alteradas como sendo 21 respondentes.

Mediante a isto observa-se que 47,61% acham a escala de serviço boa, pois funcionando corretamente não ocasiona nenhum excesso de trabalho, porém a profissão em si dependendo da ocorrência, exige mais deste policial, onde a imprevisibilidade faz parte deste trabalho diariamente atrapalhando o cumprimento dessa escala, podendo ocasionar o estresse neste trabalhador.

Outros 38,09% acham que repercuti negativamente no planejamento familiar, o estudo de Derenusson e Jabolnski (2010) corrobora aos achados e mostra que “o círculo de relações da família do policial pode ser afetado por este regime de trabalho” (DERENUSSON e JABOLNSKI, 2010 p.24).

Silva (2011) também descreve sobre a falta de previsibilidade que afeta o planejamento familiar:

A falta de previsibilidade contribui para o sofrimento do policial e da família. O planejamento do lazer familiar é prejudicado porque o policiamento ostensivo é intensificado em datas comemorativas (natal, fim de ano, carnaval, eventos

esportivos de grande clamor nacional) e em feriados prologados, assim o planejamento é realizado, mas não é posto em prática porque o policial é escalado na hora de folga para trabalhar (SILVA, 2011 p. 75).

São 33,33% dos participantes que estão conformados com a imprevisibilidade do trabalho. Derenusson e Jabolnski (2010) aponta a imprevisibilidade intrínseca à atividade policial sendo um elemento complicador do dia a dia do policial, obrigando este profissional por algumas vezes aumentar seu expediente devido alguma ocorrência que surgiu no final do cumprimento de sua escala de serviço. Os mesmos autores observam em relação ao horário de trabalho, uma severa diminuição da satisfação das companheiras de policiais, que confirma as dificuldades de adaptação da família à rotina de trabalho dos policiais. (DERENUSSON e JABOLNSKI, 2010). Como não há nenhuma alternativa para sanar tal imprevisibilidade na escala de serviço desta profissão, os participantes desta pesquisa apontaram estar conformados.

Derenusson e Jabolnski (2010), mostra:

[...] o sentimento positivo de estar realizando um serviço de importância para a sociedade. Da mesma forma, também é incrementado o sentimento de satisfação em pertencer à força policial ao longo do tempo de serviço, algo tantas vezes percebido por nós entre policiais e seus familiares. Assim, é possível observar como, por vezes, sentimentos contraditórios podem conviver em relativa harmonia, mesmo que sejam marcados por grande intensidade, nos dois sentidos (DERENUSSON e JABOLNSKI, 2010 p. 32).

Ou seja, a controvérsia se encontra na realização pessoal de poder servir ou fazer parte da polícia militar, no entanto percebem que tal dedicação pode afetar seu relacionamento familiar.

Somente 4,76% acha sua escala de serviço inflexível, entretanto nada foi encontrado na literatura demonstrando que as escalas de serviço dos policiais militares sejam inflexíveis. A hipótese que se levanta deste único participante que respondeu esta alternativa, é que ele talvez não esteja acostumado com a imprevisibilidade da escala de trabalho.

Tabela 07 - O que é estresse para você?

Alternativas	Nº de respostas	%
1. Falta de controle	10	45,45
2. Sofrimento emocional	12	54,54
3. Irritação	11	50
4. Prejudicial nas atividades diárias	14	63,63
5. Pode levar a problemas de saúde	13	59,09

(Responderam mais de uma alternativa)

Nesta tabela pode-se analisar que para 63,63% o estresse é prejudicial nas atividades diárias, para 59,09% pode levar a problemas de saúde, para 54,54% o estresse é um sofrimento emocional, 50% dizem que o estresse é irritação e 45,45% assinalam o estresse como falta de controle.

Oliveira e Santos (2010) apontam que ainda no Brasil, existem poucas pesquisas realizadas em âmbito nacional com os muitos batalhões da Polícia Militar, que permitam avaliar como o policial militar se percebe e avalia sua saúde mental. Ou seja 63,63% assinalaram que o estresse é prejudicial nas atividades diárias, cabe aqui a dúvida, se o entender de estresse é para eles sua percepção do que passam no seu dia a dia ou que já passaram? Todavia não se pode afirmar que tais alternativas demonstram um sofrimento por eles vivido, mas pode-se sinalizar que todas as alternativas são sintomas ou consequência do estresse que pode estar presente na vida destes profissionais, como discutido nas questões anteriores e na próxima questão.

Tabela 08 - Você sofre de estresse?

Alternativas	Nº de respostas	%
1. Sim	8	36,36
2. Não	16	72,72
3. No passado	3	13,63

Na tabela acima no que se diz respeito a quem sofre de estresse 72,72% diz que não. No entanto, na literatura se encontra o oposto. Conforme Oliveira e Bardagi (2010) é provável que as atividades e situações que estes profissionais encaram no seu dia-a-dia, como confronto direto com a criminalidade e incidentes, que as vezes os levam a riscos, incluindo não só à sua própria vida e integridade física, bem como a de outras pessoas, que os predispõem de forma mais intensa ao estresse. Acrescentando que pode-se pensar ainda que outros aspectos relacionados à organização do trabalho militar (como autoritarismo, extensas cargas horarias, etc.) venham estar relacionados aos níveis de estresse descobertos em sua pesquisa. (OLIVEIRA e BARDAGI, 2010).

Os autores Spuldaró e Nesi (2013) pontuam cada pessoa irá reagir de forma diferente frente ao estímulo estressor, concluindo que assim alguns policiais poderão evoluir para as demais fases onde irão sofrer consequências mais graves do estresse, bem como terão os que irão extinguir o estímulo estressor e não vão sofrer consequências do estresse. Tal análise pode também corroborar para o resultado de que 72,72% dos participantes diz não sofrer de estresse.

Dos participantes 36,36% diz sofrer de estresse. Este resultado corrobora aos achados de Rossetti et al. (2008), Oliveira e Bardagi (2010), Dantas et al. (2010) e Spuldaró e Nesi (2013) cujos trabalhos verificaram os policiais apresentaram os sintomas de estresse, com percentual elevado na fase da resistência. Rossetti et al. (2008) descreve a fase de resistência como quando o indivíduo automaticamente tenta lidar com os estressores tentando manter o equilíbrio interno, sendo que se os estressores continuar em frequência ou intensidade, acontecerá uma quebra na resistência do indivíduo e ele passará para à fase de exaustão.

O mesmo autor acima citado relata que essa fase é caracterizada quando o indivíduo, automaticamente, se reequilibra utilizando sua energia adaptativa, porém a sensação de desgaste generalizado, sem causa aparente, e as dificuldades com a memória ocorrem nesse estágio. Entretanto, na maioria das vezes, não são identificadas pelo indivíduo em situações de estresse excessivo.

Oliveira e Santos (2010) em sua pesquisa sobre a percepção de saúde mental em policiais militares da força tática e de rua, apontou em relação ao estresse percebido e à percepção do estresse no exercício profissional, os dados que a maior parte (91,7%) dos policiais se sente estressada sempre ou às vezes e quanto a considerar o trabalho

estressante, a maioria (95,8%) sempre ou, às vezes, considera o maior percentual (100%) de policiais que o fazem está no grupo dos policiais de Rua.

Entre os participantes desta pesquisa 13,63% já sofreram no passado. Em pesquisa feita por Rossetti et al. (2008) mostra que os policiais mais velhos possuem uma frequência de estresse diferente dos mais novos. Onde o grupo com faixa etária de 20 a 30 anos foi o que exibiu um índice de estresse mais alto comparado as outras faixas etárias, concluindo que é pertinente observar que a porcentagem de sintomas nos grupos com idade mais avançada diminui (ROSSETTI et al., 2008).

Para Oliveira e Cupertino (2005) isto acontece devido os participantes mais velhos expandirem seu repertório no enfrentamento de dificuldades e incluem o senso de auto eficácia (OLIVEIRA e CUPERTINO, 2005 *apud* ROSSETTI et al., 2008). Porém 54,54% dos participantes, possui entre 31 a 35 anos e somente 13, 63% possui 37 a 40 anos de idade, sendo que 22 entrevistados 3 se encaixam nesta faixa etária.

Tabela 09 - Como se sente após uma jornada de trabalho?

Alternativas	Nº de respostas	%
1. Cansaço físico	16	72,72
2. Satisfeito	11	50
3. Chateado	1	4,5
4. Recompensado	1	4,5
5. Cansaço mental	11	50
6. Estressado	4	18,18

(Responderam mais de uma alternativa)

A tabela acima mostra que após uma jornada de trabalho 72,72% dos participantes sentem cansaço físico. Oliveira e Bardagi (2010) descreve que a manifestação plena do estresse, atinge tanto a saúde do corpo quanto a saúde mental, onde um dos sintomas de estresse que foi descoberto em sua pesquisa foram a sensação de desgaste físico constante e cansaço. Em um estudo de Calais et al. (2003) eles demonstram que, tanto

homens como mulheres mostraram que a sensação de desgaste físico constante é muito frequente na pessoa estressada” (CALAIS et al., 2003 p. 261). Sendo assim, questiona-se se os participantes desta pesquisa atribuem o cansaço físico ao exercício de sua profissão ou se este cansaço físico poderia ser um sinalizador de sintoma de estresse.

Nesta pesquisa 50% dos participantes responderam que sentem cansaço mental. Segundo Flesch e Hess (2012) além dos fatores laborais, existem outros de caráter organizacional, como por exemplo o relacionamento dos profissionais, os atributos de desenvolvimento do trabalho de policial, que podem aumentar a fadiga psíquica e os efeitos patológicos do estresse.

Outro resultado desta pesquisa é que 50% dos participantes responderam que se sentem satisfeitos. No que diz respeito a satisfação no trabalho os mesmos autores Flesch e Hess (2012) apontam que o estresse não tem resultados apenas de acontecimentos negativos, ou seja, pode haver também acontecimentos positivos que vão eliciar uma carga emocional considerada excessiva, em razão das responsabilidades e consequências para a vida pessoal que representam. Assim como vimos na questão 5 onde pode acontecer sentimentos contraditórios nesta profissão, pois se tem a satisfação de fazer parte de um serviço de importância para a sociedade.

Dos participantes 18,18% responderam que sentem estressado. Flesch e Hess (2012) afirmam que o estresse ocupacional surge através de várias fontes que podem estar vinculadas às condições e ambiente de trabalho, ou às próprias características pessoais e interpretações que o sujeito realiza diante das situações.

Entretanto nesta pesquisa realizada com estes 22 profissionais existe uma discrepância de resultados obtidos quando se trata da questão relacionada ao estresse, pois nesta questão 18,18% se sentem estressados após uma jornada de trabalho, na questão anterior 72,72% diz não sofrer de estresse e na questão 4 onde a pergunta foi mais indireta e também se reportou ao passado, 81,81% apresentaram o estresse como algo que aconteceu ou acontece nesta profissão. Mediante a estes fatos pode-se observar que o estresse não é algo aceitável para um policial militar, admitir que é um trabalhador estressado ou que possui outros tipos de sofrimentos psíquicos pode demonstrar fraqueza nesta profissão, assim como demonstra Piva (2005):

O indivíduo se protege de suas angustias arcaicas construindo um Ego Ideal que encobre a sua fragilidade diante da instituição poderosa e inabalável, a qual é

fonte de satisfações material e simbólica, mas também impõe limites a sua vida pessoal. A instituição por meio dos seus mecanismos de controle intimida o indivíduo porque pode constituir uma ameaça a sua integridade física e mental. [...] foi treinado para suportar e se calar, encarar o revés como algo inerente à profissão, demonstrando uma situação de dominação exercida pela instituição e por um regulamento disciplinar que não deixa brechas para o policial ser diferente (PIVA, 2005 p. 77).

E 4,5% se sentem chateado e/ou recompensado. Segundo Aguiar (2007) as circunstâncias por limitação institucional, ou por limitação legal, levam a frustrações, incertezas, conflitos e insatisfação no trabalho, fatores estes, ligados diretamente ao estresse ocupacional. Porém Muller entende que tornar possível as vivências de prazer no trabalho implicam um confronto com a realidade. Na medida em que o trabalho consegue desarticular os constrangimentos por meio da mobilização da inteligência – a saúde e o prazer podem vir a ser alcançados mesmo que jamais sejam conquistados definitivamente (MULLER, 2012).

Tabela 10 - Você pratica atividade física? Se sim

Alternativas	Nº de respostas	%
1. Musculação	18	81,81
2. Futebol	11	50
4. Corrida	18	81,81
5. Natação	15	68,18
6. Ciclismo	8	36,36
7. Caminhada	8	36,36

(Responderam mais de uma alternativa)

Nesta tabela pode-se observar que todos os participantes praticam atividades físicas. Na literatura percebe-se que a atividade física traz benefícios relacionados ao estresse, assim como descreve Portela e Bughay (2007) que “existem muitas maneiras para controlar o estresse, entre elas está a prática de atividades físicas, por promover um

bem-estar e equilíbrio físico e psicológico nos praticantes” (PORTELA e BUGHAY, 2007 p.1).

Nesta pesquisa encontrou-se 81,81% que praticam musculação e ou corrida, atividades que envolve um grande esforço físico. Visto que o GOE tem em sua escala de serviço um ou dois dias de atividade física obrigatória a toda corporação e também todo policial tem a seu dispor no batalhão academia 24 horas disponível, podendo vir a facilitar e a comprovar a elevada porcentagem nessas duas modalidades.

Segundo Cardoso e Matias (2013) no que diz respeito ao policiamento especializado:

Em unidades de policiamento especializadas, onde o salário é o mesmo e as escalas de serviço são semelhantes, os militares apresentaram altos níveis de atividade física, visto que existem políticas de incentivo ao exercício físico como horários adaptados à escala de serviço que são específicos para o treinamento físico, e também porque para entrar neste tipo de unidade geralmente é necessário realizar algum curso ou especialização, onde o policial é conscientizado da importância do preparo físico para a sua atuação. (CARDOSO e MATIAS, 2013 p. 11).

Entre os participantes 68,18% praticam natação. Tahara; Santiago e Tahara (2006) descrevem que são inúmeros os benefícios das atividades aquáticas, como demonstram no aspecto físico, a possibilidade de realizar movimentos sem causar impacto às articulações e tendões, estimulação de toda a musculatura e manutenção do tônus muscular, bem como bons efeitos sobre o sistema respiratório e cardiovascular, recuperação de enfermidades e também em relação ao aspecto psicológico, descrevem tendência à elevação da autoestima, alívio dos níveis de estresse, maior disposição para enfrentar as atividades cotidianas, entre outros e no que diz respeito ao aspecto social, percebe-se como há novas possibilidades de favorecimento das relações interpessoais e consequente aumento dos laços de amizade, interesse em compartilhar experiências e ideais, entre outros.

Metade do grupo, ou seja, 50% jogam futebol, uma prática comum entre homens que também demonstra um momento de descontração. E 36,36% praticam ciclismo e ou caminhada. O ciclismo uma modalidade que vem ganhando espaço como escolha de atividades física a se praticar e a caminhada está disponível a qualquer indivíduo, ambas as atividades são de intensidade moderada. Vale aqui ressaltar que esta questão é uma das onde se assinalou mais de uma alternativa, ou seja, significa que os policiais que

responderam este questionário podem praticar mais de uma ou todas as atividades expostas como alternativa.

Os autores Costa et al. (2007) preconiza que o policial militar precisa de um preparo físico e um nível de saúde adequado para o bom desempenho de suas missões institucionais e constitucionais. Entretanto Jesus e Jesus (2012), assegura que há uma relação da jornada de trabalho com a falta de atividade física, podendo esta relação ser esclarecida pelos baixos salários dos policiais, onde a maioria complementa a renda com outros serviços, restando menos tempo e disposição para a prática de exercícios. O autor também identificou os compromissos familiares como a principal barreira à prática de exercícios, afirmando que o excesso de trabalho deste profissional tem grande influência em seus compromissos familiares, porquanto o pouco tempo livre leva-os a escolher ficar em casa, na companhia de sua família, dificultando mais ainda a prática de atividades físicas.

No entanto no Grupo de Operações Especiais a prática de exercícios físicos é obrigatória. Infere-se que talvez este aspecto possa justificar porque 72,72% dos participantes desta pesquisa responderam que não se sentem estressados. Conforme Portela e Bughay (2007) aqueles que praticam atividades físicas se percebem menos estressados e este fator indica o efeito positivo da atividade física no controle do estresse.

Tabela 11 - Você tem a seu dispor algum suporte psicológico oferecido pela instituição a qual pertence? De que tipo?

Alternativas	Nº de respostas	%
1. Sim	1	4,5
2. Não	19	86,36
3. Quando necessário na corporação	2	9,09
4. Busca outros serviços de psicologia	3	13,63

(Responderam mais de uma alternativa)

Na tabela acima observa-se que 86,36% dos participantes não tem ao seu dispor suporte psicológico oferecido pela instituição. Nesse sentido Rocha e Neto (2014) referem:

a necessidade de iniciativas do próprio Batalhão de Polícia para que práticas previstas em lei possam ser efetivadas, como a criação e manutenção de programas de exercícios físicos e atendimento psicossocial no local de trabalho, o que poderia refletir diretamente na melhoria da saúde e da qualidade de vida destes profissionais (ROCHA e NETO, 2014 p. 31).

Ou seja, existem leis que dão suporte a este profissional de ter ao seu dispor algum tipo de apoio ou atendimento psicológico oferecido pela própria instituição a qual pertencem. Dos 19 que responderam que não tem ao seu dispor suporte psicológico oferecido pela instituição 3 ou seja 13,63% responderam que busca outros serviços de psicologia.

Os autores Bejarano et al. (2011) descrevem em sua pesquisa que os policiais também buscam outros meios para uma ajuda nesse sentido da saúde mental, os dados demonstraram que 96% dos participantes expressaram a crença em um ser superior ou um Deus, 55 % dos participante busca ajuda religiosa quando tem problemas, 41% consulta um amigo, 16% consulta um colega de trabalho, 13% procuram ajuda profissional, 5% procuram outro tipo de ajuda (leitura de cartões, cigarro, etc.) e 9% não busca assistência.

Dos participantes desta pesquisa 9,09% responderam que tem suporte psicológico quando necessário na corporação. Minayo, Assis e Oliveira (2008) apontam que ainda é uma novidade o cargo de “psicólogo militar”, dizendo que os policiais não estão acostumados com atendimento psicológico, tendo muito preconceito com aqueles que procuram apoio, com o entendimento de que eles admitem que estão se tornando loucos. “Um dos resultados deste estudo indicam que o sofrimento psíquico derivado das condições e situações de trabalho é muito pouco considerado nos cuidados de saúde oferecidos pelas corporações” (MINAYO, ASSIS e OLIVEIRA, 2008 p. 2206).

Apenas 4,5% ou seja um dos 22 policiais participante diz ter ao seu dispor suporte psicológico oferecido pela instituição. Um número quase que insignificante, levando em consideração a importância destes profissionais receberem um suporte psicológico que os ajude a enfrentar todo tipo de intempéries que traz prejuízos a sua saúde mental.

Sobre este aspecto, Oliveira e Santos (2010) demonstram que as corporações militares, de um modo geral, não possuem em seu conjunto de funcionários um psicólogo ou um setor de psicologia que venha agir junto com o médico ou, ainda, que tenha autonomia própria para recomendar ao militar algum tipo de tratamento ou suporte clínico,

como também não há nenhum trabalho preventivo para conter os sintomas mais latentes no início de seu aparecimento.

Tabela 12 - Com quem você mora?

Alternativas	Nº de respostas	%
1. Esposa (o)	4	18,18
2. Esposa (o) e filhos	11	50
3. Sozinho	5	22,72
4. Pais	1	4,5
5. Amigos	0	0
6. Outros familiares	1	4,5

Dos participantes desta pesquisa pode-se analisar nesta tabela que 50% mora com esposa e filho. Outros 18,18% moram sozinho e 18,18% com esposa. Lembrando que uma resposta da primeira alternativa “esposa”, foi desconsiderada, visto que o participante respondeu também que mora com esposa e filhos. Somando tais percentuais percebe-se uma maioria casados e uma minoria que moram sozinhos, talvez por opção ou por isolamento como já foi mencionado por meio da literatura, que este comportamento pode acontecer com estes profissionais. E 4,5% mora com pais e 4,5% com outros familiares, nenhum dos participantes mora com amigos.

Visto que dos participantes todos moram de uma certa forma com familiares, onde apenas um diz morar com outros familiares, destaca-se a pesquisa de Edwards e Rothbard (2000) *apud* Paschoal e Tamayo (2005) se tratando de mecanismos de interação trabalho e família, onde o autor descreve seis categorias, são elas:

[...] contaminação (trabalho e família são similares, havendo um impacto de uma dimensão sobre a outra), compensação (a insatisfação num domínio leva a pessoa a aumentar seu envolvimento ou procurar recompensas no outro), segmentação (separação do trabalho e da família, de modo que um domínio não influencia o outro), escoamento de recursos (recursos como tempo, atenção e

energia são limitados e aqueles despendidos num domínio ficam indisponíveis para outro) e conflito (demandas do trabalho e da família são mutuamente incompatíveis, de modo que cumprir as demandas em um domínio dificulta o cumprimento em outro) (EDWARDS e ROTHBARD, 2000 *apud* PASCHOAL e TAMAYO, 2005 p. 175).

Todavia pode-se existir nas relações familiares deste grupo de entrevistados estes mecanismos atuantes, como a contaminação, compensação, escoamento de recurso e conflito, apontados nas análises das questões anteriores. Morais relata em sua pesquisa que “os indivíduos casados, ou seja, que contam com esta forma de apoio social, tem apresentado menores níveis de estresse que os indivíduos solteiros” (MORAIS et al., 2001 p.11).

Tabela 13 - Como é sua relação com os membros da sua família que mora com você?

Alternativas	Nº de respostas	%
1. Ótima	16	72,72
2. Boa	5	22,72
3. Ruim	0	0

Na tabela acima pode-se observar que 72,72% tem uma relação ótima com os membros da sua família, 22,72% uma relação boa e nenhum dos entrevistados pontuou que tem uma relação com sua família ruim. Visto que a maioria dos participantes desta pesquisa moram com sua família e conseqüentemente se relacionam, é notável que estes em sua maioria possuem um relacionamento ótimo com sua família.

No entanto, não se sabe ao certo se as relações de trabalho estão interferindo na relação familiar. Conforme foi observado nas questões anteriores sobre fatores desencadeadores de estresse, tais como jornadas de serviços cansativas, a imprevisibilidade da escala de serviço, onde os policiais por vezes têm que trabalhar em dias de folga e a falta de um suporte psicológico oferecido pela instituição, estas podem vir a afetar essa relação familiar.

Nesse sentido na pesquisa de Portela e Bughay (2007) cujo o objetivo foi de identificar o nível de estresse dos policiais militares ativos e sedentários, os dados apontaram sobre o ambiente familiar dos participantes, sendo que 45% acham muito bom e 45% acham excelente. Entretanto, nesta pesquisa de Portela e Bughay (2007) 35% responderam que o relacionamento com familiares estressa um pouco e 35% responderam que estressa médio, apontando fatores como dívidas, discussões, os filhos, trabalho versus vida familiar, falta de atenção, doenças, horários, alcoolismo, algo fora do lugar, desobediência. Observa-se em tal pesquisa mais alguns fatores causadores de estresse que acontece na relação familiar, podendo causar uma relação desfavorável se não for bem manejada pelo policial militar.

Tabela 14 - Nos seus dias de folga quanto tempo aproximadamente você dispõe a seus familiares?

Alternativas	Nº de respostas	%
1. 100%	4	18,18
2. 75%	9	40,90
3. 50%	5	22,72
4. 25%	4	18,18
5. 0%	0	0

Nesta tabela visualiza-se que 40,90% assinalaram dispor a seus familiares 75% do seu tempo de folga, 22,72% dispõe 50% do seu tempo e 18,18% dispõe do seu tempo de folga a seus familiares ou 100% e 18,18% dispõe 25% do seu tempo de folga. De todos os participantes não teve nenhum que dispusesse 0% de tempo a sua família. Nesta questão pode se fazer um paralelo da percepção de tempo que eles dispõem aos familiares quando estão em família da percepção de tempo do dia de folga, ou seja o tempo que eles têm de folga é exclusivo para família, ou neste tempo de folga se divide em família, descanso, trabalho extra (bico). Estes resultados apontam que a maioria dos

policiais do GOE dispõe mais da metade do seu tempo de folga para estar com os familiares.

Um aspecto importante é sobre a questão salarial dos policiais. Segundo Piva (2005), os baixos salários motivam os policiais à exercerem outras atividades remuneradas nas horas de folga, o que causa desgaste físico e mental, pois sacrificam horas de sono e lazer, o que também interfere nos relacionamentos afetivos e familiares.

Os resultados desta pesquisa apontaram que 18,18% dos participantes dispõe 25% do seu tempo de folga com sua família. Nesse sentido Muller (2012) refere em uma de suas análises sobre as características do trabalho no POE (pelotão de operações especiais)², onde a jornada de trabalho dificulta a convivência com a família. Segundo o autor aqueles que são casados contavam que muitas vezes só encontravam a esposa por alguns minutos no dia, conforme um relato de um policial que disse que chegava a uma hora da manhã e sua mulher está dormindo, as vezes ela acordava, às vezes não, porque ela trabalhava durante o dia.

Tabela 15 - Você acha esse tempo suficiente?

Alternativas	Nº de respostas	%
1. Sim	7	31,81
2. Não	9	40,90
3. Moderado	6	27,27

A tabela acima mostra que 40,90% dos participantes acha que o tempo que possuem junto a família não suficiente, 31,81% diz ser suficiente e 27,27% acha esse tempo moderado. Levando em consideração a maior porcentagem dessa questão em relação a maior porcentagem da questão anterior, levanta a hipótese de que 40,90% dispõe 75% do seu tempo nessa questão eles não acham esse tempo suficiente.

² Este grupo também faz parte de operações especiais, podendo obter uma carga horária mais extensa em algumas situações, provocando a perda do tempo com a família.

Entretanto vale ressaltar que está é uma hipótese levantada que serão discutidas nas conclusões.

Os resultados demonstram que a maioria dos participantes com 40,90% se sente insatisfeito com o tempo que passam com sua família nos dias de folga. Estes dados corroboram aos achados da próxima questão que será discutida abaixo.

Tabela 16 - Gostaria de ter mais tempo com sua família?

Alternativas	Nº de respostas	%
1. Não, passo tempo suficiente	5	22,72
2. Sim, pois o convívio familiar é importante	17	77,27

Nesta tabela pode-se observar que 77,27% dos participantes gostaria de ter mais tempo com sua família pois o convívio familiar é importante e 22,72% diz passar tempo suficiente com sua família. Como já bem discutido nas questões anteriores o tempo com a família pode ser muito significativo, ressaltando que esta profissão sofre pressões por todos os lados e vivem a favor de uma população que nem sempre está a seu favor,

Oliveira e Santos pontuam que:

Na atividade policial, por se tratar de uma atuação profissional tão perigosa, há que se considerar que um ambiente familiar saudável e horas de repouso e lazer poderiam contribuir para um melhor equilíbrio mental na realização das muitas tarefas profissionais (OLIVEIRA e SANTOS, 2010 p. 227).

Os mesmos autores acima citados descrevem que “a mídia televisiva e impressa relata os muitos episódios nos quais policiais militares agem de forma agressiva e violenta, causando grande desconfiança à população” (OLIVEIRA e SANTOS, 2010 p. 243). Assim, estes comportamentos já demonstram um profissional doente que precisa de amparo tanto da instituição a qual pertence quanto da população faminta por justiça e proteção em uma sociedade cada vez mais violenta. Voltar-se o olhar a família destes profissionais se torna extremamente importante, pois são eles aqui demonstrados como um porto seguro e é de fundamental importância, que estes profissionais tenham seus direitos garantidos por lei como em primeiro lugar sua saúde, tanto física como mental.

CONCLUSÃO

Este trabalho atingiu os objetivos propostos. Por meio da literatura revisada, a análise e discussão das informações coletadas pode-se concluir que em relação aos agentes estressores identificou-se que o que mais deixa estes profissionais estressados é quando não tem o reconhecimento da sociedade, a morte de colega em serviço e ter que trabalhar nos dias de folga.

O que mais ocorre nestes participantes em uma visão geral de todo o efetivo é o estresse, abuso de álcool, o adultério, irritabilidade e impaciência. Porém como foi visto nas discussões o estresse só é apontado na resposta dos colegas de profissão. Quando os mesmos responderam se sofrem de estresse a porcentagem foi mais alta dizendo que não. Já o abuso de álcool, adultério, irritabilidade e impaciência são tidos como consequências e respostas do estresse, como visto na literatura revisada, são agentes estressores que podem afetar a relação tanto familiar quanto social deste profissional.

Pode-se inferir a porcentagem baixa de estresse, devido as atividades físicas por eles praticadas, ou por negarem que possui problemas psicológicos por serem profissionais que “não podem” demonstrar fragilidades perante a sociedade, levando em consideração também como foi visto na literatura que cada um sente e lida com o estresse de forma diferente.

No que diz respeito às mudanças na entrada a corporação houve um dado irrelevante sabendo que dos 22 entrevistados apenas um responde que após sua entrada na instituição o que mudou na sua relação familiar foi o isolamento. Entretanto cabe aqui o cuidado de se prevenir que isso não ocorra com outros policiais e obter um olhar atento aos cuidados psicológicos deste profissional que apresentou dificuldades em sua relação familiar. Sobretudo como foi visto nesta pesquisa, a maioria dos participantes diz não ter ao seu dispor suporte psicológico oferecido pela instituição, entretanto vale ressaltar a importância desta instituição obter um psicólogo sempre disponível a toda corporação, realizando um acompanhamento regularmente.

O convívio familiar como foi visto nas análises deste trabalho, se trata de um suporte emocional que o policial militar encontra para de alguma forma se sentir recompensado e sem estresse. Porém se este profissional estiver com um grau elevado sintomático de estresse, essa família pode ser afetada e conseqüentemente responder de

forma negativa a esse suporte emocional que este profissional precisa, por isso a importância do cuidado psíquico destes policiais militares.

E quanto as consequências na vida familiar do policial relativas ao estresse vivido por este profissional percebeu-se o tempo como um fator determinante nesta relação. Visto que o percentual respondido pela maioria dos participantes em relação ao tempo disponibilizado a família é relativamente alto. E 90, 90% usam o lazer com a família como forma de amenizar o estresse.

Entretanto a escala de serviço é imprevisível, e pode repercutir negativamente no planejamento familiar, sabendo também que os participantes fazem parte de um grupo especializado da polícia militar, onde pode acontecer imprevistos que obriguem eles a trabalhar em seus dias de folga. E que também como foi visto na literatura alguns policiais fazem um serviço extra para aumentar a renda financeira. Concluindo que nem sempre há um tempo de qualidade com a família. Visto que este tempo disponibilizado relativamente alto foi considerado não suficiente pela relação feita entre os dados obtidos.

No entanto como a questão treze não clarificou o que fazem nos dias de folga e sim o tempo que disponibilizam a seus familiares, não é possível saber se neste tempo de folga, os participantes atribuem todo esse tempo a família ou se praticam atividades que lhe causam estresse ou bem-estar, que consequentemente atinge a relação familiar do mesmo. Mediante a isto sugere-se a realização de outros estudos acerca desta realidade, posto que se trata de uma realidade complexa que merece maior atenção por sua grande relevância no âmbito familiar destes profissionais.

Sugere-se também novos estudos sobre o estresse vivenciado por estes profissionais no município de Ariquemes-RO e no Vale do Jamari, com metodologias distintas que possam captar sua real vivência, demonstrando os sofrimentos existentes desta profissão tida como uma das mais estressantes do mundo.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Luís A. Ayres. **Qualidade de vida no trabalho: um estudo de caso no 15º Batalhão da polícia militar na região metropolitana de Porto Alegre**. p. 1- 59. Trabalho de conclusão de curso. Curso de graduação em administração. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. 2010. Disponível em: <http://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/29796>. Acesso em: 19 ago. 2015.

AGUIAR, F.L.S. **Estresse ocupacional: contribuições das pirâmides coloridas de Pfister no contexto policial militar**, p. 1 – 90, 2007. Dissertação (Mestrado em Psicologia)- Universidade Federal do Pará, Belém, PA. Disponível em: <http://www.repositorio.ufpa.br:8080/jspui/handle/2011/1890>. Acesso em: 23 jul. 2015.

ANTONIAZZI, Adriane S.; DELL' AGLIO, Débora D.; BANDEIRA, Denise R. O conceito de coping: uma revisão teórica. **Estudos de Psicologia**. Rio Grande Do Sul. v. 3 n. 2, p. 273- 294. 1998. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/epsic/v3n2/a06v03n2>. Acesso em: 30 set. 2015.

BEJARANO, R. C. Yaneth, et. al. Estado de salud de una muestra de policías y su relación con variables policiales. **Divers.: Perspect. Psicol.** Colombia – Bogotá. v. 8, n. 1, p. 53 – 71. 2012. Disponível em: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-99982012000100005. Acesso em: 01 set. 2015.

CALAIS, L. Sandra; ANDRADE, M. B. Lívia; LIPP, E. N. Marailda. Diferenças de Sexo e Escolaridade na Manifestação de Stress em Adultos Jovens. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, São Paulo, v. 16, n. 2, p. 257-263, 2003. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/prc/v16n2/a05v16n2>. Acesso em: 20 ago. 2015.

CARDOSO, Gustavo; MATIAS, Thiago S. **Prática de atividade física de policiais militares: uma revisão da literatura**. Artigos de periódico (graduação)-Universidade do Estado de Santa Catarina, Curso de Educação Física, Florianópolis, 2013. Disponível em: <http://www.pergamumweb.udesc.br/biblioteca/>. Acesso em: 12 set. 2015.

Casos de descontrole policial e militar evidenciam fadiga, diz especialista. **Correio Braziliense**, Brasília, 27 julho 2012. Disponível em: http://www.correio braziliense.com.br/app/noticia/cidades/2012/07/27/interna_cidadesdf,313958/casos-de-descontrole-policial-e-militar-evidenciam-fadiga-diz-especialista.shtml. Acesso em: 03 set. 2015.

CHIAVENATO, Idalberto. **Gestão de pessoas: o novo papel dos recursos humanos nas organizações**\ Idalberto Chiavenato – 3. Ed. – Rio de Janeiro: Elsevier, 2010 – 6º reimpressão. p. 473.

COSTA, Marcos et al. Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. **Panam Salud Publica**. [S.l.], v. 21, n. 4, p. 217-22, 2007. Disponível em:

http://www.scielo.org/scielo.php?pid=s10204989200700030004&script=sci_arttext. Acesso em: 25 set. 2014.

CURIEL, Carmen Brufão. Una aproximación a las enfermedades profesionales del policía. **Cuadernos de Trabajo Social** a.1994 n,7, p. 251-263. Madrid 1994. Disponível em: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=618790&orden=1&info=link>. Acesso em: 22 set. 2015.

DANTAS, Aparecida M. et al. Avaliação de estresse em policiais militares. **Psicologia: Teoria e Prática**, São Paulo, v. 12, n. 3, p. 66-77, jun. 2010. Disponível em: <file:///C:/Users/Magno/Downloads/2092-12198-1-PB.pdf>. Acesso em: 07 out. 2014.

DELA COLETA, Alessandra, S. M.; DELA COLETA, Marília, F. Fatores de estresse ocupacional e coping entre policiais civis. **Psico-USF**, Uberlândia – MG, v. 13, n. 1, p. 59-68, jan./jun. 2008. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1413-82712008000100008&script=sci_arttext&tlng=es. Acesso em: 21 set. 2015.

DERENUSSON, Fernando, C.; JABLONSKI, Bernardo. Sob fogo cruzado: o impacto do trabalho policial militar sobre a família do policial. **Aletheia**. Rio de Janeiro, n. 32, p. 22-37, maio/ago. 2010. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S141303942010000200003&script=sci_arttext. Acesso em: 13 set. 2014.

Descontrole? Policiais em tratamento psiquiátrico trabalham nas ruas. **R7 notícias**. São Paulo, 30 setembro 2015. Disponível em: <http://noticias.r7.com/sp-no-ar/videos/descontrole-policiais-em-tratamento-psiquiatrico-trabalham-nas-ruas-08062015>. Acesso em: 30 set. 2015.

DEJOURS, C. A carga psíquica do trabalho. In: DEJOURS, C.; ABDOUCHELI, E.; JAYET, C. **Psicodinâmica do trabalho: contribuições da escola dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho**. São Paulo: Atlas, p. 25, 2007.

FERREIRA, Cesar A. Análise pericial do padrão de consumo de álcool em policiais e seus fatores de risco. **Revista Especialize On-line IPOG - Goiânia - 5ª Ed. n. 005 v.01, p. 1 – 20. 2013 – julho/2013. Disponível em: <http://www.especializandovencedores.com/uploads/arquivos/7c015e64e17facf99ed71cbcd72a53fb.pdf>. Acesso em: 18 set. 2015.**

FERREIRA, Daniela, K. S.; BONFIM, Cristine; AUGUSTO, Lia G. S. Fatores associados ao estilo de vida de policiais militares. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.l.], v. 16, n. 8, p. 3403-3412, 2011. Disponível em: <http://www.scielo.org/pdf/csc/v16n8/a07v16n8.pdf>. Acesso em: 28 ago. 2015.

FLESCH, André C.; HESS, Adriana, R. B. **Estresse e níveis de agressividade em policiais militares: um estudo correlacional**. [S.l.: s.n.], [200-]. Disponível em: <https://psicologia.faccat.br/moodle/pluginfile.php/197/course/section/102/andre.pdf>. Acesso em: 12 ago. 2015.

FRAGA, Cristina K. Peculiaridades do trabalho policial militar. **Revista Virtual Textos & Contextos**, Rio Grande do Sul. n. 6, p. 1- 19. dez. 2006. Disponível em: <http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/fass/article/viewArticle/1033>. Acesso em: 06 ago. 2015.

GUNTHER, Halan C. DA SILVA. **O estresse ocupacional, sob a perspectiva de integrantes de um batalhão de polícia militar em Barra do garças-MT**, 88f. 2011. Trabalho de conclusão de curso. Universidade Federal de Mato Grosso. Faculdade de Administração, Economia e Ciências Contábeis. Núcleo de Educação Aberta e a Distância. Curso de Administração-modalidade à distância. Disponível em: OCUPACIONAL-E-FUNCAO-POLICIAL-MILITAR-21069_2011_9_20_46_13.pdf. Acesso em: 30 out. 2014.

JESUS, Gilmar M.; JESUS, Éric, F. A. Nível de atividade física e barreiras percebidas para a prática de atividades físicas entre policiais militares. **Rev. Bras. Ciênc. Esporte**, Florianópolis, v. 34, n. 2, p. 433-448, abr./jun. 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbce/v34n2/a13v34n2.pdf>. Acesso em: 16 set. 2015.

LIPP, M.N. TANGANELLI, M. (2002). Stress e qualidade de vida em magistrados da justiça do trabalho, diferenças entre homens e mulheres. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, São Paulo, v.15, n.3, p. 537-548. jul. 2002. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?q=Stress+e+Qualidade+de+Vida+em+Magistrados+da+Justi%C3%A7a+do+Trabalho%3A+Diferen%C3%A7as+entre+Homens+e+Mulheres&btnG=&hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5. Acesso em: 12 dez. 2014.

MYNAYO, Maria C. Souza; ASSIS, Simone G.; OLIVEIRA, Raquel V. Carvalhaes. Impacto das atividades profissionais na saúde física e mental dos policiais civis e militares do Rio de Janeiro (RJ, Brasil). **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.16, n.4, p.2199-2209, 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v16n4/v16n4a19.pdf>. Acesso em: 19 set. 2015.

MINAYO, Maria C. Souza; SOUZA, Edinilsa Ramos; CONSTANTINO, Patrícia. Riscos percebidos e vitimização de policiais civis e militares na (in)segurança pública. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 11, p. 2767-2779, nov. 2007. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&q=Riscos+percebidos+e+vitimiza%C3%A7%C3%A3o+de+policiais+civis+e+militares+na+%28in%29seguran%C3%A7a+p%C3%BAblica&btnG=&lr=>. Acesso em: 09 set. 2014

MOMBACH, Patrícia R. **A polícia na sociedade contemporânea: influência dos discursos de repressão na atividade do policial militar**. Porto Alegre, 139 f. 2006. Dissertação de mestrado em ciências criminais. Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Pró – reitoria de pesquisa e pós - graduação, programa de pós-graduação em ciências criminais. Disponível em: <http://meriva.pucrs.br/dspace/handle/10923/1814>. Acesso em: 31 ago. 2015.

MONTENEGRO, Raul. Uma polícia abalada. **ISTOÉ Independente**, N° Edição: 2384, 07 agosto 2015. Disponível em:

http://www.istoe.com.br/reportagens/431076_UMA+POLICIA+ABALADA. Acesso em: 2 out. 2015.

MORAES, L. et al. **Estresse e qualidade de vida no trabalho na polícia militar no estado de Minas Gerais**. Anais GRT 359, ENAMPAD, 2001. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?q=Estresse+e+qualidade+de+vida+no+trabalho+na+policia+militar+no+estado+de+Minas+Gerais&btnG=&hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5. Acesso em: 11 dez. 2014.

MORAES, L. F. R.; PEREIRA, L. Z.; SOUZA, K. O. **Implicações do Gênero na Qualidade de Vida e Estresse no Trabalho da Polícia Militar do Estado de Minas Gerais**. [S.l.: s.n.], 2000. Disponível em: <http://www.ichs.ufop.br/conifes/anais/OGT/ogt1401.htm>.

MOLINA, Cláudia; CALVO, Emanuel Alvares. **Doenças ocupacionais: um estudo sobre o estresse em agentes penitenciários de uma unidade prisional**. V Encontro internacional de iniciação científica, 5(5), Toledo, PR, Brasil. 2008. Disponível em: <http://intertemas.unitoledo.br/revista/index.php/ETIC/article/viewFile/2173/2342>. Acesso em: 08 set. 2014.

MULLER, Daniela Z. **Uma polícia especial: possibilidades de prazer no trabalho dos policiais militares do pelotão de operações especiais**. Porto Alegre, 113 f, 2012. Dissertação de mestrado. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Programa de pós-graduação em psicologia social e institucional. Disponível em: <http://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/55426>. Acesso em: 10 set. 2015.

OLIVEIRA, Katya L.; SANTOS, Luana M. Percepção da saúde mental em policiais militares da força tática e de rua. **Sociologias**, Porto Alegre, ano 12, n. 25, p. 224-250, set./dez. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/soc/v12n25/09.pdf>. Acesso em: 26 set. 2015.

OLIVEIRA, Edson, Alves. Delimitando o conceito de stress. **Ensaio e Ciência** [s.n.], p. 11-18. 2006. Disponível em: <http://www.medtrab.ufpr.br/arquivos%20para%20download%202011/saude%20mental/Delimitando%20o%20conceito%20de%20stress.pdf>. Acesso em: 16 nov. 2014.

OLIVEIRA, Paloma L. Marques; BARDAGI, Marúcia Patta. Estresse e comprometimento com a carreira em policiais militares. **Boletim de Psicologia**, Rio Grande do Sul, ano 2010/ 2008, v. LIX, n. 131, p. 153 – 166, dez. 2008. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0006-59432009000200003&script=sci_arttext. Acesso em: 16 out. 2014.

PAFARO, R. Cova; MARTINO, Milva M. F. Estudo do estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de Campinas. **Rev. Esc. Enferm USP**, São Paulo, v. 38, n. 2, p. 152- 160, dez. 2004. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&q=estudo+de+estresse+do+enfermeiro+com+dupla+jornada+de+trabalho+em+um+h>

ospital+de+oncologia+pedi%C3%A1trica+de+campinas&btnG=&lr=. Acesso em: 4 fev. 2015.

PAREDES, Diego Silva. **Nível de atividade física e nível de estresse de policiais militares do 16° BPM de Santa Catarina.** Florianópolis, 53 f, 2012 Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal de Santa Catarina Centro de desportos departamento de educação física. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/103760>. Acesso em: 04 ago. 2015.

PASCHOAL, Tatiane; TAMAYO, Alvaro. Impacto dos Valores Laborais e da Interferência Família – Trabalho no Estresse Ocupacional. **Psic.: Teor. e Pesq.**, Brasília, v. 21 n. 2, p. 173-180, Mai-Ago 2005. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ptp/v21n2/a07v21n2.pdf>. Acesso em: 13 jul. 2015.

PINTO, Amábile A. A.; FRANCO, Débora M. B.; SANTOS, Renato C. **Educação financeira para o policial militar.** [S.l.: s.n.]. 2010. Disponível em: https://4310b1a9-a-7fae81fa-sites.googlegroups.com/a/benetti.eti.br/home/home/artigocientifico/educacaofinanceiraparapolicialmilitar/Educa%C3%A7%C3%A3oFinanceiraparaoPolicialMilitar.pdf?attachauth=ANoY7coZ_Ocx5HW6uyBxllnfPB6W1q-1Uvvg4PEtyPT8hgjnivFPA6NysjpynRlq2D6xowE3isE1vtoHrGjdir_Cj0b9kFHJKFmEJizHN4KngXB0GTMjJ-tfruEv-oFtITEYDpPwBhnoB9zplv0a2ST9M95YWUBiOvSnID6WUlfqQFjmXnqsmbgGDxC-sfOHFykYhPLk3nSiML3JjWB0buqTlp7X2OE5cQYPrxk5rmwTvucoZvG0pT64sOmd90nOy3kwn7btcLymwbpOkZ_qPpq_ulmKoxP5cMrYoQ6z9t4STKyzFqiCmj1ea074qgRVkW1JQOOrmmFT_x64DwT0BkEKbuDewv7xw%3D%3D&attredirects=0. Acesso em: 27 ago. 2015.

PIVA, Luciana. **Trabalho e Sofrimento Psíquico: um estudo de caso com Policiais Militares.** Assis- SP, 126 f, 2005. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Ciências e Letras de Assis – Universidade Estadual Paulista – Unesp. Programa de Pós-Graduação em Psicologia, nível Mestrado, Área de Concentração Psicologia e Sociedade, Linha Subjetividade e Saúde Coletiva. Disponível em: <http://repositorio.unesp.br/handle/11449/97690>. Acesso em: 23 ago. 2015.

Policial mata ex-esposa e se mata, no bairro Igarapé, em Porto Velho. **G1 Rondônia**, Rondônia, 25 maio 2015. Disponível em: <http://g1.globo.com/ro/rondonia/noticia/2015/05/policial-mata-ex-esposa-e-se-mata-no-bairro-igarape-em-porto-velho.html>. Acesso em: 10 jun. 2015.

PORTELA, A.; BUGHAY FILHO, A. Nível de estresse de policiais militares: comparativo entre sedentários e praticantes de atividade física. **Revista Digital, Buenos Aires**, ano 11, n. 106, p. 1. 2007. Disponível em: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2697105>. Acesso em: 14 set. 2015.

ROCHA, Diogo Ferreira; NETO, Jorge L. C. A Síndrome de Burnout e os níveis de atividade física em policiais militares ambientais de Alagoas, Brasil. **R. bras. Qual. Vida**, Ponta Grossa, v. 6, n. 1, p. 27-37, jan./mar. 2014. Disponível em: <https://periodicos.utfpr.edu.br/rbqv/article/view/1803>. Acesso em: 03 set. 2015.

ROSSETTI, Milena, O. et al. O inventário de sintomas de stress para adultos de lipp (ISSL) em servidores da Polícia Federal de São Paulo. **Revista Brasileira De Terapias Cognitivas**, São Paulo, v. 4, n. 2, p.108- 119, maio/set. 2008. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1808-56872008000200008&script=sci_arttext. Acesso em: 10 set. 2014.

SADIR, Maria Angélica; BIGOTTO, Márcia Maria; LIPP, Marilda E. Novaes. Stress e qualidade de vida: influência de algumas variáveis pessoais. **Paideia**, São Paulo, v. 20, n. 45, p.73-81, jan./abr. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/paideia/v20n45/a10v20n45.pdf>. Acesso em: 13 set. 2014.

SANTANA, Sérgio, L.; SABINO, Aline, Daniéli, V. Estresse Policial Militar: Efeitos Psicossociais. In: **II ENCONTRO CIENTÍFICO DA UNIÃO DAS FACULDADES DOS GRANDES LAGOS**, 2010, Rio Preto- SP. Anais...Rio Preto: UNILAGO, p. 1-10. 2010. Disponível em: <http://www.aems.edu.br/conexao/educacaoanterior/Sumario/2012/downloads/2012/humanas/ESTRESSE%20POLICIAL%20MILITAR%20EFEITOS%20PSICOSSOCIAIS.pdf>. Acesso em: 08 nov.2014.

SILVA, M. B.; 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. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&q=o+processo+de+trabalho+de+militar+estadual+e+a+saude+mental&btnG=&lr=>. Acesso em: 04 fev. 2015.

SILVA, Gilvan G. **A identidade e o sofrimento policial militar: entre o público e o privado**. Brasília, 99f, 2011. Trabalho de conclusão de curso. Universidade de Brasília. Instituto de ciências sociais, departamento de antropologia. Disponível em: <http://bdm.unb.br/handle/10483/2165>. Acesso em: 05 ago. 2015.

SOUZA, Mário L. P. Stress policial na PMMT: “uma análise das causas, consequências e políticas de prevenção”. **RHM**, v. 1, n. 6, p. 111- 128. Jul/Dez 2011. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?q=SOUZA%2C+M%C3%A1rio+L.+P.+Stress+policial+na+PMMT%3A+%E2%80%9Cuma+an%C3%A1lise+das+causas%2C+consequ%C3%A2ncias+e+pol%C3%ADticas+de+preven%C3%A7%C3%A3o%E2%80%9D.+&btnG=&hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5. Acesso em: 04 ago. 2015.

SPULDARO, Josiane, C.; NESI, Tainara, C. A ocorrência de estresse em policiais militares do 20º batalhão de polícia militar de concórdia, **Saúde Meio Ambiente**, Santa Catarina. v. 2, n. 1, p. 16-32, jan./jun. 2013. Disponível em: [file:///C:/Users/Magno/Downloads/309-1738-1-PB%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Magno/Downloads/309-1738-1-PB%20(1).pdf). Acesso em: 25

TAHARA, Alexander Klein; SANTIAGO, Danilo R. Pereira; TAHARA, Ariany Klein. As atividades aquáticas associadas ao processo de bem-estar e qualidade de vida. **Revista Digital** - Buenos Aires - Ano 11, n,103, p. 1, Dezembro de 2006. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd103/atividades-aquaticas.htm>. Acesso em: 05 out. 2015.

ANEXO A

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Título: “Consequências do estresse na área familiar do policial militar do grupo de operações especiais (GOE) de Ariquemes- RO”

1 – NOME DO PARTICIPANTE

DOCUMENTO DE IDENTIDADE Nº : SEXO : M___ F___

DATA NASCIMENTO:/...../.....

ENDEREÇO Nº

BAIRRO:

CIDADE.....ESTADO-----

CEP:.....TELEFONE:

Convido o (a) Sr (a) para participar da Pesquisa “Consequências do estresse na área familiar do policial militar do grupo de operações especiais (GOE) de Ariquemes- RO”, sob a responsabilidade da acadêmica Lorena Rodrigues da Silva e a Profª Drª Maila Beatriz Goellner CRP 06/ 77948. A pesquisa pretende identificar quais são de fato os impactos do estresse que é submetido o policial militar em relação à sua família.

Sua participação é voluntária e de forma anônima, se dará por meio de responder um questionário. As informações aqui obtidas não serão associados a sua identidade e serão extremamente mantidas em sigilo, também será usada apenas para fins científicos. Serão respeitadas todas as diretrizes de acordo com a resolução 466/12 garantindo o esclarecimento antes e durante a realização da pesquisa.

Não haverá riscos, porém, um pequeno desconforto, pois terá que disponibilizar um pouco do seu tempo para responder os questionários. Se você aceitar participar, estará contribuindo para o enriquecimento da pesquisa, que auxiliará em futuros projetos para um melhor acompanhamento da saúde psíquica de sua profissão.

Se depois de consentir em sua participação o Sr (a) desistir de continuar participando, tem o direito e a liberdade de retirar seu consentimento em qualquer fase da pesquisa, seja antes ou depois da coleta dos dados, independente do motivo e sem nenhum prejuízo a sua pessoa. O (a) Sr (a) não terá nenhuma despesa e também não receberá nenhuma remuneração. Os resultados da pesquisa serão analisados e publicados, mas sua identidade não será divulgada, sendo guardada em sigilo. Para qualquer outra informação, o (a) Sr (a) poderá entrar em contato com a acadêmica no telefone (69) 8125-5308 ou 8497-7782, email: lorena.nice@hotmail.com ou poderá entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa – CEP/FAEMA, na Avenida Machado, 4349, setor 06, Ariquemes- Rondônia, telefone (69) 3536-6600

Título: “Consequências do estresse na área familiar do policial militar do grupo de operações especiais (GOE) de Ariquemes- RO”

Consentimento Pós-Informação

Eu, _____, fui informado sobre o que a acadêmica quer fazer e porque precisa da minha colaboração, e entendi a explicação. Por isso, eu concordo em participar do projeto, sabendo que posso sair quando quiser. Este documento é emitido em duas vias que serão ambas assinadas por mim e pelo pesquisador, ficando uma via com cada um de nós.

Nome por extenso do voluntário

Assinatura do Voluntário

Lorena Rodrigues da Silva

(69) 8125-5308

Profª Drª Maila Beatriz Goellner

(69) 3536-6600

ANEXO B

CARTA DE ANUÊNCIA

Tenente João Gabriel Perez Consalter

Solicitamos autorização institucional da pesquisa, que será submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Educação e Meio Ambiente (CEP FAEMA), em cumprimento das diretrizes estabelecidas pela resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde, do Ministério da Saúde (CNS/MS). Ressaltamos que os dados coletados serão mantidos em absoluto sigilo de acordo com a Resolução do Conselho Nacional de Saúde (CNS/MS) 466/12 que trata da Pesquisa envolvendo Seres Humanos.

Esta pesquisa é intitulada, Consequências do estresse na área familiar do policial militar do Grupo de Operações Especiais de Ariquemes- RO a ser realizada no (a) 7º Batalhão da Polícia Militar, pelo(a) Lorena Rodrigues da Silva sob orientação da Professora Dr^a Maila Beatriz Goellner, com o(s) seguinte(s) objetivo(s): Objetivo Geral: Identificar quais são de fato, os impactos do estresse que é submetido o policial militar em relação à sua família, necessitando portanto, ter acesso aos dados a serem colhidos no setor de especificar se prontuários, arquivos, enfermarias, laboratório, pacientes e demais detalhes (dependendo da metodologia do estudo) da instituição. Ao mesmo tempo, solicitamos autorização para que o nome desta instituição possa constar no relatório final bem como em futuras publicações na forma de artigo científico.

Ressaltamos que a pesquisa terá início após a apresentação do Parecer Consubstanciado Aprovado, emitido pelo do Comitê de Ética em Pesquisa – CEP FAEMA. Salientamos ainda que tais dados sejam utilizados tão somente para realização deste estudo.

Na certeza de contarmos com a colaboração e empenho desta Diretoria, agradecemos antecipadamente a atenção, ficando à disposição para quaisquer esclarecimentos que se fizerem necessária.

Ariquemes, 04/03/2015

Profª Drª Maila Beatriz Goellner

(CARIMBO)

Concordamos com a solicitação Não concordamos com a solicitação

Tenente João Gabriel Perez Consalter

(CARIMBO)

APÊNDICE A

Questionário Sócio demográfico

Idade: ----- Sexo: () Feminino () Masculino

Estado civil:

() Solteiro (a) () Casado(a) () Divorciado (a)

() Divorciado com companheira (a) () Viúvo (a)

() Viúvo com companheira (a) () União de facto/vive junto (a)

() Companheiro (a) () Separado (a) () Outro

Carga horária semanal: _____

Tempo de Profissão: _____

Está em tratamento psicológico: () Sim () Não

Caso a resposta seja não:

a) Já fez acompanhamento psicológico? () Não () Sim

Se sim qual motivo? _____

Por quanto tempo? _____ Quando? _____

Está em acompanhamento psiquiátrico? () Não () Sim

Caso a resposta seja não:

a) Já fez acompanhamento psiquiátrico? () Não () Sim

Por quanto tempo? _____ Quando? _____

b) Faz uso de medicação psiquiátrica? () Não () Sim,
Qual? _____

APÊNDICE B

Questionário Pré-Teste

1- O que mais lhe estressa no seu ambiente de trabalho?

2 - O que faz para amenizar o estresse?

3 - O que mudou na sua relação familiar após sua entrada na corporação?

4- Assinale o que já viu acontecer ou o que acontece com seus companheiros de profissão ou com você:

Adulterio () Abuso de álcool () Agressividade () Irritabilidade ()

Nervoso () Uso de drogas () isolamento () Violência conjugal ()

Violência filhos () Violência na execução do trabalho ()

Tentativa de suicídio () Descontrole emocional () Impaciência ()

Militarismo () Ansiedade () Intolerância () Estresse ()

5 - O que você pensa sobre a sua escala de serviço? Você proporia alguma mudança?

6 - No tempo de serviço na corporação já apresentou hipostênica sexual, ou diminuição do apetite sexual?

7- O que é estresse para você?

8 - Você sofre de estresse?

9 - Como se sente após uma jornada de trabalho?

10 - Você pratica atividade física? Com que frequência? Quais?

11 - Você tem ao seu dispor algum suporte psicológico oferecido pela instituição a qual pertence? De que tipo?

12 - Com quem você mora?

13 - Como é sua relação com os membros da sua família que mora com você?

14 - Nos seus dias de folga quanto tempo aproximadamente você dispõe a seus familiares?

15 - Você acha esse tempo suficiente?

16 - Gostaria de ter mais tempo com sua família? Se sim justifique.

17- Gostaria de acrescentar algo ao questionário?

APÊNDICE C

Questionário

Observação: podem ser assinaladas mais de uma alternativa em cada questão.

1 - O que mais lhe estressa no seu ambiente de trabalho?

- Não reconhecimento da sociedade
- Desrespeito dos superiores
- Trabalhar nos dias de folga
- Morte de colega de trabalho em serviço

2- O que faz para amenizar o estresse?

- Práticas de esporte
- Lazer com a família
- Práticas de hobby

3 - O que mudou na sua relação familiar após sua entrada na corporação?

- Ajuda financeira
- Reconhecimento da família
- Isolamento
- Nada

4 - Assinale o que já viu acontecer ou o que acontece com seus companheiros de profissão ou com você:

- Adulterio
- Abuso de álcool
- Agressividade
- Irritabilidade

- Nervoso Uso de drogas Isolamento Violência conjugal
- Violência filhos Violência na execução do trabalho
- Tentativa de suicídio Descontrole emocional Impaciência
- Militarismo Ansiedade Intolerância Estresse

5 - O que você pensa sobre a sua escala de serviço?

- Boa
- Inflexível
- Repercuti negativamente no planejamento familiar
- Conformado com a imprevisibilidade do trabalho

6 - O que é estresse para você?

- Falta de controle
- Sofrimento emocional
- Irritação
- Prejudicial nas atividades diárias
- Pode levar a Problemas de saúde

7- Você sofre de estresse?

- Sim
- Não
- No passado

8 - Como se sente após uma jornada de trabalho?

- Cansaço físico
- Satisfeito
- Chateado
- Recompensado
- Cansaço mental
- Estressado

9 - Você pratica atividade física?

- Sim Não

Se sim

- Musculação
- Futebol
- Corrida
- Natação
- Ciclismo
- Caminhada

10 - Você tem ao seu dispor algum suporte psicológico oferecido pela instituição a qual pertence? De que tipo?

- Sim
- Não
- Quando necessário na corporação
- Busca outros serviços de psicologia

11- Com quem você mora?

- Esposa (o)
- Esposa (o) e filhos
- Sozinho
- Pais
- Amigos
- Outros familiares

12- Como é sua relação com os membros da sua família que mora com você?

- Ótima
- Boa
- Ruim

13 - Nos seus dias de folga quanto tempo aproximadamente você dispõe a seus familiares?

- 100 %
- 75 %
- 50 %
- 25 %
- 0 %

14 - Você acha esse tempo suficiente?

- Sim

() Não

() Moderado

15 - Gostaria de ter mais tempo com sua família?

() Não, passo tempo suficiente

() Sim, pois o convívio familiar é importante

16 - Gostaria de acrescentar algo ao questionário?
