

## OS IMPACTOS DO ESTRESSE OCUPACIONAL NA SAÚDE MENTAL DO POLICIAL MILITAR DO ESTADO DO AMAPÁ

### THE IMPACTS OF OCCUPATIONAL STRESS ON THE MENTAL HEALTH OF MILITARY POLICE OFFICERS IN THE STATE OF AMAPÁ

**Alex Wagner Leal Magalhães**

Mestre em Psicologia Clínica pela Universidade Federal do Pará (UFPA)

E-mail: lealmagalex@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4794-8822>

LATTES: <http://lattes.cnpq.br/3934607594034894>

**Giselly Marília Thalez Pantoja**

Mestra em Direito Ambiental e Políticas Públicas pela Universidade Federal do Amapá (UNIFAP)

E-mail: gise\_thalez@hotmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-8706-154X>

LATTES: <https://lattes.cnpq.br/0486823331730561>

**Luís Otávio Félix**

Especialista em Saúde Mental e Atenção Psicossocial pela Faculdade Pitágoras Unopar Anhanguera

E-mail: Luisflx27@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-4467-7932>

LATTES: <http://lattes.cnpq.br/3561914979107134>

**RESUMO:** Este artigo investiga os impactos do trabalho na saúde mental dos policiais militares do Amapá, considerando desafios como exposição a risco, carga horária extensa e pressão por resultados imediatos. O objetivo é analisar como o ambiente de trabalho afeta sua saúde mental, identificando fatores de estresse de estresse e consequências. A revisão bibliográfica destacou que essas condições de trabalho contribuem para o estresse ocupacional e afetam negativamente a saúde mental dos policiais. A análise da literatura revelou que as principais fontes de estresse incluem desequilíbrio entre esforço e recompensa, falta de apoio organizacional e exposição a situações traumáticas. Esses fatores contribuem para o desenvolvimento de condições como transtorno de ansiedade, depressão e transtorno de estresse pós-traumático. O estudo enfatiza também a importância de estratégias de intervenção para mitigar esses impactos e promover a saúde mental dos policiais, melhorando seu bem-estar e eficácia no trabalho.

**Palavras-chave:** Polícia militar. Estresse ocupacional. Saúde mental. Intervenções psicológicas. Macapá.

**ABSTRACT:** This article investigates the impact of work on the mental health of military police officers in Amapá, considering challenges such as exposure to risk, long hours and pressure for immediate results. The aim is to analyze how the work environment affects their mental health, identifying stress factors and consequences. The literature review highlighted that these working conditions contribute to occupational stress and negatively affect the mental health of police officers. The literature review revealed that the main sources of stress include imbalance between effort and reward, lack of organizational support and exposure to traumatic situations. These factors contribute to the development of conditions such as anxiety disorder, depression and post-traumatic stress disorder. The study also emphasizes the importance of intervention

strategies to mitigate these impacts and promote the mental health of police officers, improving their well-being and effectiveness at work.

**Keywords:** Military police. Occupational stress. Mental health. Psychological interventions. Macapá.

## 1 INTRODUÇÃO

A polícia militar do Estado do Amapá tem como função principal de modo geral, a manutenção da ordem pública e também a garantia da segurança da sociedade. No entanto, conforme destaca Costa et al. (2007, p.217) “a profissão de policial militar é uma atividade de alto risco, uma vez que esses profissionais lidam, no seu cotidiano, com a violência, a brutalidade e a morte.”

Partindo desse entendimento, o interesse em investigar o tema surgiu da necessidade de compreender como as condições cotidianas da rotina policial podem afetar o bem-estar psicológico dos agentes. Diante disso, o estudo leva em consideração que os enfrentamentos aos “desafios rotineiros já têm gerado diversos problemas psicológicos e sofrimento mental.” (Ferreira-Alves; Torres; Mattos, 2024, p.291). Essas condições de trabalho, muitas vezes, deixam os policiais militares vulneráveis a transtornos como ansiedade, depressão e síndrome de *burnout* (alicerçada no esgotamento mental), que comprometem não só o desempenho no trabalho, mas também sua qualidade de vida.

Em consonância com os autores, Garcia (2007) destaca que a pressão constante do exercício policial pode ser desafiadora e estressante, afetando diretamente a saúde mental dos seus servidores, pois os mesmos, passam por diversas situações que vão desde a exposição aos conflitos de risco nas ruas, a carga horária extensa de serviço, que somadas às condições de trabalho, colocam esses profissionais em exposição, tanto física quanto mental. Dessa maneira, com base nessas condições levantamos o seguinte questionamento: quais são os impactos do estresse ocupacional, de acordo com a literatura, na saúde mental dos policiais militares do estado do Amapá?

Diante desse contexto, o presente estudo tem como objetivo identificar os principais fatores de estresse que afetam a saúde mental dos policiais militares do estado do Amapá e suas consequências. A partir da análise dos dados disponíveis em estudos anteriores e da literatura existente, busca-se entender os efeitos do trabalho na saúde mental dos policiais militares. Assim como trazer discussões a respeito do estresse ocupacional no ambiente de trabalho e discorrer sobre o trabalho do policial militar do Estado do Amapá.

Tendo em vista que é importante reconhecer que a saúde mental dos policiais militares não apenas influencia seu bem-estar individual, mas também afeta diretamente a comunidade que eles servem. Policiais mentalmente saudáveis estão mais aptos a tomar decisões rápidas e eficazes em situações de crise, demonstrar empatia e compreensão ao interagir com o público, e manter altos padrões de profissionalismo e ética.

## 2 REVISÃO DE LITERATURA

### 2.1 DEFINIÇÃO DE ESTRESSE OCUPACIONAL NO AMBIENTE DE TRABALHO

O estresse ocupacional é um fenômeno amplamente discutido na literatura. De acordo com Siegrist (1996), o estresse ocupacional ocorre quando há um desequilíbrio entre os esforços realizados pelo

trabalhador e as recompensas recebidas, que podem incluir salário, reconhecimento e oportunidades de avanço. Já na perspectiva de Genuín9io *et al*:

O estresse ocupacional refere-se aos estímulos do ambiente de trabalho que exigem respostas adaptativas por parte do trabalhador e que excedem sua habilidade de enfrentamento; estes estímulos são chamados de estressores organizacionais. A caracterização de um fenômeno de estresse depende da percepção do indivíduo em avaliar os eventos como estressores, portanto o cognitivo tem papel importante no processo que ocorre entre os estímulos potencialmente estressores e as respostas do indivíduo a eles, sendo capaz de perceber e avaliar demandas do trabalho como estressoras que excedendo a sua habilidade de enfrentamento causam no sujeito reações negativas a nível psicológico, fisiológico e comportamental. (Genuín9io *et al*, 2010, p.4-5)

Desta forma, os autores destacam a importância da percepção individual no desenvolvimento do estresse, evidenciando que a caracterização de um fenômeno de estresse não depende apenas dos eventos externos, mas principalmente de como o indivíduo o percebe e avalia. Nesse contexto, percebe-se que o papel do cognitivo é fundamental, pois é o processo mental que permite ao indivíduo identificar e interpretar certos estímulos como estressores. Quando uma pessoa percebe as demandas do trabalho como excessivas e além de sua capacidade de enfrentamento, essa perspectiva enfatiza que o estresse é uma resposta subjetiva, onde a avaliação cognitiva dos eventos desempenha um papel importante na forma como o estresse se manifesta no indivíduo.

Mais adiante, Lima (2018 p.25) define que “o estresse ocupacional pode haver quando os trabalhadores são expostos a alguma situação de ameaça ou sobrecarga, que possa interferir a realização profissional. Além de prejudicar a saúde mental/física, trazendo consequências ao dia a dia do trabalho”. Uma vez que esses são considerados fatores desencadeadores dos transtornos mentais, salienta-se que é necessário que o trabalhador preste atenção aos sinais desde o começo para que assim, seja possível realizar as devidas intervenções.

Nesta perspectiva, esse tipo de estresse pode se manifestar de várias formas, incluindo fadiga, ansiedade, depressão e uma série de problemas de saúde física, como doenças cardiovasculares e distúrbios do sono. Deste modo, pode-se compreender que ele surge como uma resposta física e emocional adversa quando o trabalhador não consegue lidar com as exigências do rotineiras da sua função. Para os autores, Sardá Jr, Legal e Jablonski Jr:

As doenças ocupacionais geram custos e danos para as organizações e os trabalhadores, quando não se desenvolve um ambiente de trabalho adequado, que propicie o bem-estar. Reinhold (1985) define estresse ocupacional como um estado desagradável decorrente de aspectos do trabalho, que o indivíduo considera ameaçadores a sua autoestima e ao seu bem-estar. Ambientes que favorecem o contato com fatores estressantes \_ como, por exemplo, excesso de atividades, longa jornada de trabalho, pressões, medo de perder o emprego, podem acarretar adoecimento e absenteísmo. Conforme apontado por Figueroa (2001), os elementos percebidos na situação de trabalho podem agir como estressores e podem conduzir a reações de tensão e estresse. Se os estressores (por exemplo: ambigüidade de funções, conflito de funções, incerteza com respeito ao futuro no trabalho) persistirem, e se os indivíduos perceberem sua potencialidade de confrontação como insuficiente, então poderão produzir-se reações de estresse psicológicas, físicas e de conduta, e desta maneira, levar eventualmente à doença e ao absenteísmo (Sardá Jr; Legal; Jablonski Jr, 2004, p.38)

Neste sentido, entende-se que um ambiente de trabalho inadequado, onde fatores estressantes são presentes, pode levar ao estresse ocupacional, que, por sua vez, provoca adoecimento, absenteísmo e prejuízos tanto para o trabalhador quanto para a organização. Deste modo, quando existe um desequilíbrio entre o esforço significativo no trabalho e as recompensas proporcionadas, isso pode resultar em estresse crônico. Esse cenário ocorre devido ao aumento do risco de várias condições de saúde.

Contudo, é importante ressaltar que o estresse ocupacional é um fenômeno complexo, resultante da interação entre diversas demandas do ambiente de trabalho e a capacidade do indivíduo de lidar com essas demandas. No próximo capítulo, será abordado o trabalho do policial militar no Estado do Amapá, examinando as particularidades, as suas competências, suas principais atribuições. Explorar-se-á a estrutura organizacional da Polícia Militar do Amapá (PMAP) e as diretrizes que regem suas operações, tanto em nível estadual quanto federal. Assim como será detalhada também as responsabilidades diárias dos policiais militares do Estado do Amapá.

## 2.2 O TRABALHO DO POLICIAL MILITAR NO ESTADO DO AMAPÁ

A Polícia militar do Estado do Amapá desempenha um trabalho fundamental na manutenção da ordem pública e na segurança da população. Desta forma, seu ofício é organizado de acordo com diretrizes estaduais e federais, que de modo geral, visam garantir a eficácia na prestação de serviços de segurança.

Considerando que a mesma segue os princípios do art. 144 na seção V da Constituição Federal (1988) que incube ao trabalho do policial militar o policiamento ostensivo e a preservação da ordem pública por parte dos militares.

Mais adiante, tratando especificamente de um documento local, quando se refere as competências da função do policial militar, a Lei complementar N° 0084 de 07 de abril de 2014, que dispõe sobre Estatuto dos Militares do Estado do Amapá em consonância com as Constituições Federal e Estadual, versa no parágrafo único do Art. 2º que:

- Compete ainda a Polícia Militar, em consonância com o disposto na Lei Estadual:
- I-A polícia judiciária militar, nos termos da legislação federal;
- II-A orientação e instrução das Guardas Municipais, nos Municípios onde houver, mediante convênio assistencial e autorizativo celebrado entre os respectivos entes federados;
- III-A garantia do exercício do Poder de Polícia, dos poderes e órgãos públicos do Estado, especialmente os da área judicial, fazendária, sanitária, de uso e ocupação do solo, do patrimônio cultural, do meio ambiente e do trânsito terrestre;
- IV-A execução da função de polícia ostensiva nas rodovias estaduais;
- V- Atuar de maneira preventiva como força de dissuasão, em locais ou áreas específicas, onde se presume ser possível a perturbação da ordem;
- VI-Atuar de maneira repressiva, em caso de perturbação da ordem, precedendo ao eventual emprego de outras forças;
- VII-Outras atribuições previstas em Lei. (AMAPÁ, 2014, p.1-2)

Neste sentido, compreende-se a amplitude de trabalho e a diversidade das atribuições do policial militar do Estado do Amapá. Pois, analisando cada um dos incisos, podemos observar como o policial tem um papel multifacetado uma vez que, possui uma vasta gama de funções e essa multifuncionalidade torna

o trabalho da Polícia Militar do Estado do Amapá essencial para a segurança e bem-estar da sociedade. De acordo com Fraga:

A execução do trabalho dos policiais militares é caracterizada por atividades repetitivas e incertas que se mesclam de maneira paradoxal no cotidiano de policiamento ostensivo, pela constante visibilidade da farda. Repetitivas por seguir em uma rotina de permanência de horas seguidas em pé, muitas vezes no mesmo lugar, atentos ao executar um trabalho como o de policiamento ostensivo, que consiste num compromisso diário e ininterrupto, numa intervenção direta nos acontecimentos tidos como “anormais” no espaço público. Paradoxalmente, essa rotinização também se mescla pela incerteza diante do constante suspense de perigo, ingrediente fundamental no policiamento ostensivo. (Fraga, 2006, p.7-8)

Dessa maneira, Sporde e Merlo (2004, p.362) acrescentam o trabalho policial como “uma categoria profissional bastante vulnerável à produção de sofrimento psíquico, uma vez que o exercício do trabalho é marcado por um cotidiano em que a tensão e os perigos estão sempre presentes”. Haja vista que, a constante exposição a situações de conflito e violência podem gerar um impacto significativo na saúde mental dos policiais militares do Estado do

Amapá. Pois, a pressão por resultados imediatos, aliada à necessidade de tomar decisões rápidas e muitas vezes arriscadas, contribui para um ambiente de trabalho carregado de estresse e ansiedade.

Esses profissionais enfrentam não apenas o desafio físico de manter a ordem pública, mas também o peso psicológico de lidar com traumas e incidentes frequentemente traumáticos em sua rotina de trabalho, o que os torna suscetíveis ao desenvolvimento de problemas psíquicos como transtorno de estresse e depressão. Neste sentido, dentro dessa perspectiva, tem-se:

O estresse crônico ocupacional, também conhecido como Síndrome de *Burnout*, é considerado, atualmente, um grave problema de caráter psicossocial que vem afetando o mundo do trabalho. [...] A síndrome de *Burnout* é caracterizada por três dimensões: Exaustão Emocional (EE), que se refere ao sentimento de esgotamento físico e mental; Envolvimento Pessoal no Trabalho (EPT), caracterizado pela sensação de baixa autoestima, insatisfação com suas atividades e desmotivação; e por fim, a Despersonalização, caracterizada pelo desenvolvimento de atitudes negativas, ausência de sensibilidade, tratamento impessoal e frio dos receptores da assistência (Ferrari *et al.*, 2013, p.84)

Partindo desse entendimento, ao voltar-se para o contexto do trabalho policial os efeitos da Síndrome de *Burnout* podem ser ainda mais acentuados, em razão de que a exaustão emocional é uma consequência natural da exposição diária a cenários de alta pressão e risco, onde o policial lida com a violência, o perigo e a necessidade de tomada de decisões rápidas e impactantes. O envolvimento pessoal no trabalho pode se deteriorar, levando ao desânimo e à sensação de que o esforço despendido não é recompensado ou valorizado. E por fim, a despersonalização, por sua vez, pode levar o policial a desenvolver atitudes frias e distantes, como mecanismo de defesa diante do sofrimento humano e das pressões do trabalho.

Em consonância com os autores, Wisner (1994 *apud* Silva; Vieira, 2008, p.66-67) salientam que “a situação de trabalho é composta por três componentes: físico, cognitivo e psíquico. Cada um desses

componentes pode ser caracterizado por um conjunto de esforços empreendidos no cumprimento das exigências das tarefas, podendo determinar uma sobrecarga de trabalho. ”

Neste sentido, Wisner destaca a complexidade envolvida nas atividades laborais, especialmente em profissões de alta pressão como a dos policiais militares. A carga física refere-se ao esforço corporal necessário para desempenhar as funções, muitas vezes envolvendo longas horas de trabalho, atividades extenuantes e situações de risco. Já a carga cognitiva está relacionada ao processamento de informações, à tomada de decisões rápidas e precisas e à constante vigilância necessária para lidar com emergências e situações imprevistas. Por fim, a carga psíquica envolve o estresse emocional, a responsabilidade de proteger vidas e bens e a exposição a situações traumáticas.

Esses três componentes, quando combinados, podem gerar uma sobrecarga significativa, afetando não apenas a eficiência e o desempenho do profissional, mas também sua saúde mental e bem-estar geral. Deste modo, é essencial que políticas e práticas de apoio psicológico sejam implementadas para mitigar os efeitos negativos dessas sobrecargas e promover um ambiente de trabalho mais saudável e sustentável para os policiais militares do Estado do Amapá.

### **3 METODOLOGIA**

O estudo adota o método de revisão integrativa de literatura. De acordo com Souza, Silva e Carvalho (2010, p.103) ela “é a mais ampla abordagem metodológica referente às revisões, permitindo a inclusão de estudos experimentais e não-experimentais para uma compreensão completa do fenômeno analisado”. Desta maneira, a revisão integrativa organiza e sintetiza resultados de pesquisas sobre um tema específico expandido as discussões.

Então, tendo como base a revisão integrativa, seguiu-se as seguintes etapas ao longo deste trabalho (como mostra a figura 01): 1-Definição da questão norteadora; 2-Seleção da base de dados, descritores e critérios de inclusão e exclusão dos artigos; 3- Extração das informações dos artigos selecionados; 4- Avaliação do estudo/dados; 5- Discussão dos resultados e 6- Apresentação da revisão. (Souza; Silva; Carvalho, 2010)

Figura 01: Etapas da Revisão Integrativa de Literatura



Fonte: Elaborado pelos autores (2024)

Neste sentido, o primeiro passo envolveu a definição clara da questão de pesquisa, que guiou toda a revisão integrativa. No contexto deste estudo, a questão norteadora se concentrou em investigar quais os impactos do estresse ocupacional na saúde mental dos policiais militares do Estado do Amapá? Partindo desse questionamento, a segunda etapa consistiu em realizar uma busca sistemática nas bases de dados, *Scielo* e *Google Acadêmico*.

Porém, vale mencionar que ao fazer a busca na *Scielo*, não foram encontrados trabalhos correspondentes a temática. Dessa maneira, a base de dados utilizadas neste estudo foi somente o *Google Acadêmico*. Sendo assim, durante essa fase, foram definidos os descritores relevantes para a pesquisa, como "Saúde mental policial", "Saúde mental policial Amapá". Esses termos foram utilizados para identificar os estudos mais pertinentes ao tema. Nesta etapa, a seleção dos artigos foi feita com base nos descritores definidos.

E também envolveu a avaliação e seleção dos estudos com base em critérios específicos como: a) a relevância e a qualidade metodológica dos trabalhos; b) artigos científicos e dissertações publicados entre 2010 e 2024, que abordassem os impactos do estresse ocupacional na saúde mental dos policiais militares do Amapá; c) produções científicas escritas em língua portuguesa. E como critério de exclusão: estudos que não apresentavam dados empíricos ou que não estavam disponíveis na íntegra.

Feita a seleção, o passo seguinte foi realizar a leitura dos resumos dos trabalhos para extrair as informações dos artigos que foram selecionados. Em seguida, na quinta etapa, foi o momento de organização da discussão de resultados e fim, a sexta etapa envolveu a apresentação dos resultados obtidos na revisão integrativa, destacando as principais conclusões e discutindo os impactos do estresse ocupacional na saúde mental dos policiais militares, com foco específico nos casos do Estado do Amapá, como veremos a seguir.

## 4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DE RESULTADOS

Ao todo foram encontradas 4.820 publicações na base de dados *Google Acadêmico*, porém, ao realizar a leitura do resumo dos trabalhos, foram excluídos 4.817 artigos por não atenderem ao mesmo objetivo do estudo. Sendo assim, apenas 03 trabalhos foram selecionados para a análise e discussão.

O primeiro trabalho encontrado foi o estudo de Mendonça (2017) sobre o estresse na atividade de rádio patrulha em policiais militares do Amapá. O autor, realizou por meio de uma análise exploratória quantiquantitativa, a aplicação de questionários a 87 policiais e teve como resultado que “54% equivalente a (47 policiais) apresentaram um grau de estresse e apenas 46% equivalente a (policiais) pesquisados não apresentaram nenhum tipo de sintomas.” (Mendonça, 2017, p.)

Neste sentido, esses dados são preocupantes, pois, indicam que mais da metade dos policiais está exposta a fatores que afetam sua saúde mental. O estresse crônico é uma vertente do estresse ocupacional e pode ter diversas consequências negativas, como diminuição da capacidade de resposta, aumento do risco de erros operacionais e impacto na vida pessoal dos policiais. Logo, Bradley, Dinan e Lipp *apud* Silva enfatizam que:

O estresse crônico pode ser o disparador de inúmeras doenças geneticamente programadas, as quais permaneceriam latentes na ausência do estresse, e de doenças oportunistas que se aproveitam da queda da imunidade para instalar-se no organismo. Essas doenças podem ser tanto físicas como psicológicas. (Bradley; Dinan 2010 *apud* Silva, 2015, p.3).

Em consonância com os autores, Carvalho, Porto e Sousa (2020, p.15204) afirmam que “dentre as categorias profissionais, a PM é uma das mais propensas a sofrer condições causadoras de estresse crônico.” Nesta perspectiva, a alta incidência de estresse entre os policiais militares ressalta a necessidade de implementar medidas de apoio psicológico e programas de bem-estar laboral para esses profissionais, visando não apenas mitigar os efeitos adversos na saúde mental, mas também promover um ambiente de trabalho mais saudável e sustentável ao longo do tempo.

Já o artigo de Costa (2021), segundo trabalho encontrado, apresenta os Fatores de risco cardiovascular em policiais militares de um batalhão da polícia militar em Macapá, onde na oportunidade, a autora realizou a coleta de dados através dos exames laboratoriais de 101 policiais militares do Estado do Amapá.

Deste modo, no que se refere ao estresse no trabalho policial desses profissionais, foi constatado que “45,6% dos policiais encontram-se em situação de risco para estresse laboral (em trabalho passivo e em alto desgaste).” (Costa, 2021, p.41) Dentro dessa perspectiva, esse percentual indica que quase metade dos profissionais entrevistados estão expostos a condições de trabalho que podem levar ao desenvolvimento de estresse ocupacional severo.

No estudo de Gama *et al.* (2024), terceiro trabalho encontrado aborda a respeito da saúde dos agentes de segurança do Estado do Amapá. Os autores realizaram tiveram como instrumento de pesquisa o questionário sobre o estresse no trabalho. Logo, os dados revelaram que “mais de 35% dos participantes

consideram que têm estresse alto ou muito alto e mais de 40% julgam que o estresse é regular. Cerca de 15% tem estresse baixo e 10% dizem não ter estresse no trabalho.” (Gama *et al.* 2024, p.8) Desta maneira, pode-se compreender que 75% dos participantes relatam estresse de moderado a elevado, assim, fica evidente que o estresse é um problema significativo para essa categoria profissional e acaba por afetar a saúde mental do militar.

Deste modo, entende-se que esses números destacam a prevalência significativa de estresse entre os policiais militares do Estado do Amapá, refletindo um desafio substancial para a saúde mental desses profissionais. Uma vez que os policiais militares do Amapá estão expostos a várias fontes de estresse em seu trabalho diário, entre as mais comuns, destacam-se a constante exposição a situações de violência, seja através de confrontos diretos com criminosos ou ao lidar com cenas de crimes violentos, o que pode levar a traumas psicológicos, incluindo transtorno de estresse pós-traumático.

Sendo assim, outros fatores que podem afetar a saúde mental dos policiais militares como por exemplo, a cobrança por resultados e a necessidade de apresentar desempenho eficiente em situações de alto risco e emergência aumentam significativamente a pressão sobre os policiais, contribuindo para o estresse ocupacional, as longas jornadas de trabalho e as escalas irregulares dificultam a conciliação da vida profissional com a pessoal, o que pode levar ao esgotamento físico e emocional.

## 5 CONCLUSÃO

A revisão integrativa apresentada proporcionou uma visão abrangente sobre o trabalho do Policial Militar do Estado do Amapá e os impactos do trabalho desempenhado na Corporação na sua saúde mental. Desse modo, ficou evidente a complexidade e a importância das funções desempenhadas por essa instituição na garantia da segurança pública da sociedade.

Os resultados deste estudo destacam que o estresse ocupacional é uma questão crítica para a saúde mental dos policiais militares do Estado do Amapá, com a maioria dos policiais militares que níveis de estresse moderado a elevado. Isso sublinha a necessidade urgente de medidas interventivas para proteger o bem-estar desses profissionais.

Foi possível evidenciar nos estudos de Mendonça (2017), Costa (2021) e Gama *et al.* (2024) a prevalência significativa de estresse entre os policiais militares, com uma proporção considerável relatando níveis elevados ou regulares de estresse. Esses números não apenas sublinham a realidade preocupante desses profissionais, mas também alertam para os potenciais riscos à sua saúde física e psicológica.

A revisão também enfatizou os impactos negativos que o trabalho policial pode ter na saúde mental dos policiais militares, as fontes de estresse, como a exposição constante à violência, a pressão por resultados e as longas jornadas de trabalho, contribuem para uma alta incidência de transtornos mentais, incluindo ansiedade, depressão, transtorno de estresse pós-traumático e esgotamento profissional. As consequências para a saúde mental dos policiais não afetam apenas os indivíduos, mas também a eficácia e a segurança da corporação como um todo.

A análise também revelou uma escassez de pesquisas sobre a saúde mental dos policiais no Estado do Amapá, com apenas três estudos relevantes selecionados entre 4.820 publicações iniciais. A partir disso, este estudo não apenas contribui para o conhecimento existente, mas também busca incentivar mesmo que de forma embrionária, novas investigações que aprofundem a compreensão dessa problemática e promovam estratégias eficazes para mitigar os impactos do estresse ocupacional no trabalho policial.

Contudo, salienta-se que a saúde mental dos policiais militares é uma questão de extrema importância que merece atenção não apenas na esfera individual, mas também nas políticas públicas voltadas para o bem-estar desses profissionais visando assegurar condições de trabalho mais saudáveis e sustentáveis para quem dedica suas vidas à proteção da sociedade.

Portanto, investir em estratégias de prevenção e intervenção, melhorar as condições de trabalho e promover um ambiente de apoio psicológico são passos fundamentais para assegurar o bem-estar dos policiais. Com essas medidas, é possível não apenas reduzir os impactos negativos do trabalho na saúde mental dos policiais, mas também fortalecer a corporação, tornando-a mais resiliente e eficaz em sua missão de proteger e servir a população do Amapá.

## REFERÊNCIAS

- BRADLEY, A. J.; DINAN, T. G. A systematic review of hypothalamic–pituitary–adrenal axis function in schizophrenia: implications for mortality. *Journal of psychopharmacology*, v. 24, n. 11, p. 91-118, 2010.
- CARVALHO, Laura Oliveira Rolim de; PORTO, Rodolfo de Melo; SOUSA, Milena Nunes Alves de. Sofrimento psíquico, fatores precipitantes e dificuldades no enfrentamento da síndrome de Burnout em policiais militares. *Brazilian Journal of Health Review*, Curitiba, v. 3, n. 5, p. 15202-15214, set. /out. 2020.
- COSTA, Anne. Fatores de risco cardiovascular em policiais militares de um batalhão da Polícia Militar em Macapá, Amapá. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) – *Fundação Universidade Federal do Amapá, Programa de Pós-graduação em Ciências da Saúde*, Macapá, p.1-71, 2021.
- COSTA, Marcos.; ACCIOLY JR, Horácio.; OLIVEIRA, José.; MAIA, Eulália. Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. *Revista Panamericana de Salud Pública*, Washington v. 21, n. 4, p. 217–22, 2007.
- FERRARI, Rogério; ARAUJO, Andréia; RODRIGUES, Hingridy Aparecida; FRANÇA, Flávia Maria de; MAGALHÃES, Josiane. Estresse crônico ocupacional em profissionais da Estratégia de Saúde da Família. Em *Extensão*, Uberlândia, v. 12, n. 2, p. 83-92, jul./dez. 2013. Disponível em: <https://seer.ufu.br/index.php/revextensao/article/view/20855/13540>. Acesso em: 01 jul. 2024.
- FERREIRA-ALVES, Paulo Henrique; TORRES, Cláudio Vaz; MATTOS, Márcio Júlio da Silva. A importância da pesquisa em bem-estar policial: Revisão bibliográfica e proposição de modelo. *Revista Ciência & Polícia*, [S. l.], v. 10, n. 2, p. 290–318, 2024. DOI: 10.59633/23168765.2024.336. Disponível em: <https://revista.iscp.edu.br/index.php/rcp/article/view/336>. Acesso em: 19 ago. 2024.
- FRAGA, Cristina Kologeski. Peculiaridades do trabalho policial militar. *Textos & Contextos*, Porto Alegre, v. 5, n. 2, p.1–19, 2006. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/fass/article/view/1033>. Acesso em: 01 jul. 2024
- GAMA, Luís Henrique Cirino; SILVA, Uriel Davi de Almeida e; MAURIZ, Marcos Felipe Costa; FREITAS, Tássio Luís da Silva.; GAMA, Rosilene Cirino. Pesquisa de Saúde nos agentes de Segurança do Estado do Amapá. *Brazilian Journal of development*, v. 10, n. 4, p. 1-12, 2024. DOI: 10.34117/BJDV10N4-044. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/brjd/article/view/69041>. Acesso em: 24 jul. 2024.
- GARCIA, Marcos Leandro. A importância da saúde mental para os policiais militares: estratégias e cuidados na profissão. Integrar. *Revista Acadêmica*, [S. l.], v. 2, n. 1, p. 1–12, 2024. Disponível em: <https://revista2.grupointegrado.br/revista/index.php/integrar/article/view/3816>. Acesso em: 24 ago. 2024.
- GENUÍNO, Shirley Luanna Vieira P.; GOMES, Marcos da Silva; MORAES, Elaine Medeiros de. O Estresse Ocupacional e a Síndrome de Burnout no Ambiente de Trabalho: suas influências no comportamento dos professores da rede privada do ensino médio de João Pessoa. *Anagrama*, São Paulo, Brasil, v. 3, n. 2, p. 1–9, 2009. DOI: 10.11606/issn.1982-1689.anagrama.2009.35426. Disponível em: <https://revistas.usp.br/anagrama/article/view/35426>. Acesso em: 24 jul. 2024.
- AMAPÁ. [Estatuto dos Policiais Militares do Estado do Amapá] Lei complementar nº 0084 de 07 de abril de 2014. Disponível em: [https://editor.amapa.gov.br/arquivos\\_portais/publicacoes/SEAD\\_f0c043df7ba25ea03eab88043f323c28.pdf](https://editor.amapa.gov.br/arquivos_portais/publicacoes/SEAD_f0c043df7ba25ea03eab88043f323c28.pdf). Acesso em: 01 jun. 2024.

LIMA, Souza Tatiane. Estresse Ocupacional no Ambiente de Trabalho. Monografia (Especialização em Engenharia de Segurança do Trabalho). *Repositório Institucional da Universidade Tecnológica Federal do Paraná*, Londrina, p. 1-46, 2018. Disponível em: [https://repositorio.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/20249/1/LD\\_CEEEST\\_VI\\_2018\\_21.pdf](https://repositorio.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/20249/1/LD_CEEEST_VI_2018_21.pdf). Acesso em: 01 jul. 2024.

MENDONÇA, L. T. R. O estresse na atividade de rádio patrulha em policiais militares do Amapá. *REAS - Revista Eletrônica Acervo Saúde*, n. 8, p.567-572, 1 ago. 2017. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/8691/5235>. Acesso em: 01 jul. 2024.

BRASIL. [Constituição Federal]. Constituição Federal. 1988. Disponível em: <https://www.camara.leg.br/internet/infdoc/novoconteudo/html/leginfra/ArtCF1460.htm#:~:text=V%0%2D%20pol%C3%ADcias%20militares%20e%20corpos%20de%20bombeiros%20militares.&text=%C2%A75%C2%BA%20%C3%80s%20pol%C3%ADcias%20militares,de%20atividades%20de%20defesa%20civil>. Acesso em: 01 jun. 2024.

SARDÁ Jr., Jamir. J.; LEGAL, Eduardo. J.; JABLONSKI Jr, Sérgio. Estresse: conceitos, métodos, medidas e possibilidades de intervenção. *Casa do Psicólogo*, São Paulo, 2004.

SIEGRIST, Johannes. Adverse health effects of high-effort/low-reward conditions. *Journal of Occupational Health Psychology*, Washington, v. 1, n. 1, p. 27-41, 1996.

SILVA, Erika. Efeitos do estresse crônico em áreas do cérebro. *Revista Eletrônica Estácio Recife*, p. 1-10, 2015. Disponível em: <https://reer.emnuvens.com.br/reer/article/download/12/9/19>. Acesso em: 01 jul. 2024.

SILVA, Maurivan; VIEIRA, Sarita. 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://www.redalyc.org/articulo.oa?id=406263707016>. Acesso em: 01 jul. 2024.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Raquel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. 2010. Disponível em: [https://journal.einstein.br/wp-content/uploads/articles\\_xml/16794508eins-S1679-45082010000100102/1679-4508-eins-S1679-45082010000100102-pt.pdf](https://journal.einstein.br/wp-content/uploads/articles_xml/16794508eins-S1679-45082010000100102/1679-4508-eins-S1679-45082010000100102-pt.pdf). Acesso em: 01 jun. 2024.

SOUZA, Maria Bernardete Cordeiro de; SILVA, Hélderes Peregrino A.; GALVÃO-COELHO, Nicole Leite. Resposta ao estresse: I. Homeostase e teoria da alostase. *Estudos de Psicologia*, v. 20, n. 1, p. 2-11, 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/epsic>. Acesso em: 01 jun. 2024.

SPODE, Charlotte Beatriz; MERLO, Álvaro Roberto Crespo. Trabalho Policial e Saúde Mental: Uma Pesquisa junto aos Capitães da Polícia Militar. 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/prc/a/mDgQTP4RT35mgm9Cg86bjxP/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 01 jul. 2024.

WISNER, Alain. A inteligência no trabalho: textos selecionados de ergonomia. São Paulo: Fundacentro, 1994.