



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ  
INSTITUTO DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM SEGURANÇA PÚBLICA  
MESTRADO EM SEGURANÇA PÚBLICA**

**O ESTRESSE OCUPACIONAL EM MULHERES POLICIAIS  
MILITARES DO PARÁ**

**Nathália Ferreira de Almeida**

Belém – Pará  
2021



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ  
INSTITUTO DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM SEGURANÇA PÚBLICA  
MESTRADO EM SEGURANÇA PÚBLICA**

**NATHÁLIA FERREIRA DE ALMEIDA**

**O ESTRESSE OCUPACIONAL EM MULHERES POLICIAIS  
MILITARES DO PARÁ**

Dissertação apresentada ao Colegiado do Programa de Pós-Graduação em Segurança Pública, do Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, da Universidade Federal do Pará, como requisito parcial para a obtenção do título de mestre em Segurança Pública.

Área de Concentração: Segurança Pública, Justiça, Conflitos e Cidadania.

Linha de Pesquisa: Políticas, Gestão, Direitos Humanos, Criminalidade e Tecnologia da Informação.

Orientadora: Profa. Andrea Bittencourt Pires Chaves, Dra.

Belém – Pará  
2021

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com ISBD  
Sistema de Bibliotecas da Universidade Federal do Pará  
Gerada automaticamente pelo módulo Ficat, mediante os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

---

A447e Almeida, Nathália Ferreira.  
O ESTRESSE OCUPACIONAL EM MULHERES POLICIAIS  
MILITARES DO PARÁ / Nathália Ferreira Almeida. — 2021.  
132 f. : il. color.

Orientador(a): Prof<sup>a</sup>. Dra. Andréa Bittencourt Pires Chaves  
Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal do Pará,  
Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, Programa de Pós-  
Graduação em Segurança Pública, Belém, 2021.

1. Segurança Pública. 2. Trabalho. 3. Elementos  
Estressores. 4. Sintomas. 5. Estratégias de Enfrentamento. I.  
Título.

CDD 158.72

---

# **O ESTRESSE OCUPACIONAL EM MULHERES POLICIAIS MILITARES DO PARÁ**

**Nathália Ferreira de Almeida**

Esta Dissertação foi julgada e aprovada para obtenção do grau de Mestre em Segurança Pública, no Programa de Pós-Graduação em Segurança Pública, do Instituto de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Federal do Pará.

Belém, Pará 22 de fevereiro de 2021.

---

*Profa. Dra. Silvia dos Santos de Almeida*  
Coordenadora do Programa de Pós-Graduação em Segurança Pública

## **BANCA EXAMINADORA**

---

*Profa. Dra. Andrea Bittencourt Pires Chaves*  
Universidade Federal do Pará  
Orientadora

---

*Profa. Ma. Adrilayne dos Reis Araújo*  
Universidade Federal do Pará  
Avaliador

---

*Prof. Dr. Edson Marcos Leal Soares Ramos*  
Universidade Federal do Pará  
Avaliadora

---

*Prof. Dr. Paulo de Tarso Ribeiro de Oliveira*  
Universidade Federal do Pará  
Avaliadora

---

*Ma. Tainah Sousa do Nascimento Ferreira*  
Polícia Rodoviária Federal  
Avaliadora

## AGRADECIMENTOS

À Deus e sua providência divina que me permitiram ter saúde e segurança para concluir o desafio de realizar uma pesquisa científica em meio à uma pandemia sem precedentes; preservando a mim, meus entes queridos e familiares.

Ao meu pai, minha mãe e meu irmão que diariamente presenciaram de perto as horas, finais de semana e noites em claro dedicadas para a confecção desse trabalho, orgulhosos em cada etapa vencida e que sempre apoiaram minhas decisões.

À minha querida orientadora Profa. Dra. Andrea Bittencourt Pires Chaves, pela sabedoria e suporte ao longo dessa jornada; que desde o primeiro momento se mostrou receptiva, acolhedora, disponível e acessível. Sobretudo pela paciência, compreensão, ensinamentos e por confiar em minha dedicação a esse projeto.

À coordenação e professores do Programa de Pós-graduação em Segurança Pública, incansáveis na missão de elevar a produção intelectual do programa visando sempre alcançar os níveis mais altos da produção científica em nosso país; profissionais que precisaram se reinventar durante a pandemia da COVID-19, adaptando aulas, reuniões e orientações.

Aos colegas da turma de Mestrado em Segurança Pública – Turma 2019, formada por profissionais diferenciados e unida nos momentos de dificuldade.

À Polícia Militar do Pará, por ter autorizado a execução desta pesquisa. E a todo o efetivo do Departamento Geral de Pessoal (DGP), receptivos e solícitos durante o processo de levantamento de dados, especialmente às militares que voluntariamente aceitaram participar da pesquisa. Juntas somos mais fortes!

À Chefia e colegas Oficiais do Centro Integrado de Atenção Psicossocial (CIAP), por apoiarem minha participação no mestrado e pela parceria no cotidiano do trabalho incansável de atender às demandas psicossociais de todos os policiais militares e seus dependentes.

## RESUMO

ALMEIDA, Nathália Ferreira de. O Estresse Ocupacional de Mulheres Policiais Militares do Pará. 2021. 132f. Dissertação (Programa de Pós-Graduação em Segurança Pública), PPGSP, UFPA, Belém, Pará, Brasil. 2021.

O estresse correlacionado ao trabalho é proveniente de fontes físicas e psicossociais que atuam sobre um indivíduo em seu ambiente profissional. Seu desenvolvimento pode resultar em prejuízos aos indivíduos e às organizações onde ocorre. Os policiais são expostos a elementos estressores e pressões vivenciadas tanto por outras categorias profissionais quanto àquelas próprias à sua profissão. Mesmo que os homens sejam maioria nas instituições policiais, pesquisas sugerem que mulheres seriam mais suscetíveis ao estresse no trabalho. Justifica-se a pesquisa por intermédio do entendimento de que a saúde e qualidade de vida dos agentes de segurança pública geram repercussões em sua atuação profissional. Assim, a pesquisa objetivou investigar de que maneira o estresse ocupacional é percebido e quais as estratégias de enfrentamento de mulheres policiais militares da Polícia Militar do Pará. Trata-se de uma pesquisa aplicada, descritiva e exploratória, de abordagem quantitativa; realizada a partir de um levantamento de dados junto à policiais do efetivo feminino de uma unidade administrativa da Polícia Militar do Pará. Utilizou-se um questionário de percepção de estresse ocupacional, o qual investigou dados sociodemográficos e profissionais, a percepção de estresse no trabalho e suas consequências, a percepção de sintomas recentes e as estratégias de enfrentamento. Os resultados foram analisados por meio da estatística descritiva e indicaram que a maioria das participantes percebem seu trabalho como estressante e muitas vezes capaz de gerar repercussões em seu desempenho profissional, relações familiares e na manifestação de sintomas físicos e psicológicos. Apesar disso, praticam estratégias de enfrentamento saudáveis, como atividades físicas e religiosas e a busca por suporte familiar. Diante dos achados, conclui-se que o objetivo da pesquisa foi alcançado e possibilitou o reconhecimento da ocorrência do estresse ocupacional na referida instituição, propondo discussões necessárias à elaboração de estratégias para seu combate.

**Palavras-Chave:** Segurança Pública; Trabalho; Elementos Estressores; Sintomas; Estratégias de Enfrentamento.

## **ABSTRACT**

ALMEIDA, Nathália Ferreira de. The occupational Stress of Military Police Women of Pará. 2021. 132p. Thesis (Master's degree) (Post-Graduation Program in Public Security), PPGSP, UFPA, Belém, Pará, Brazil. 2021.

Work-related stress comes from physical and psychosocial sources that act on an individual in their professional environment. Its development can result in damage to the individuals and organizations where it occurs. Police officers are exposed to elements of stress and pressure experienced both by other professional categories and those specific to their profession. Even though men are the majority in police institutions, research suggests that women are more susceptible to work stress. The research is justified through the understanding that the health and quality of life of public security agents generate repercussions in their professional performance. Thus, the research aimed to investigate how occupational stress is perceived and the coping strategies of military police women from the Military Police of Pará. This is an applied, descriptive and exploratory research, with a quantitative approach; carried out from a data survey with female officers of an administrative unit of the Military Police of Pará. An occupational stress perception questionnaire was used, which investigated sociodemographic and professional data, the perception of stress at work and its consequences, the perception of recent symptoms and coping strategies. The results were analyzed using descriptive statistics and indicated that most participants perceive their work as stressful and often capable of generating repercussions on their professional performance, family relationships and the manifestation of physical and psychological symptoms. Despite this results, they practice healthy coping strategies, such as physical and religious activities and the search for family support. In view of the findings, it is concluded that the research objective was achieved and made it possible to recognize the occurrence of occupational stress in that institution, proposing necessary discussions to develop strategies to combat it.

**Key words:** Public Security; Work; Stressors; Symptoms; Coping Strategies.

## LISTA DE FIGURAS

### CAPÍTULO 2

#### **Artigo Científico 1 -**

Figura 1. Fluxograma da seleção de artigos.....35

#### **Artigo Científico 2 -**

Figura 1. Percentual de elementos considerados estressores na percepção das mulheres policiais militares do estado do Pará do efetivo do Departamento Geral de Pessoal em 2020.....55

#### **Artigo Científico 3 -**

Figura 1. Nuvem de Palavras sobre as estratégias de enfrentamento ao estresse ocupacional adotadas pelas mulheres policiais militares do estado do Pará, do efetivo do Departamento Geral de Pessoal, em 2020.....73



## LISTA DE TABELAS

### CAPÍTULO 2

#### Artigo Científico 1 -

Tabela 1. Dados coletados nos artigos selecionados sobre estresse ocupacional em policiais conforme: autores/ano, país, amostra, instrumentos e objetivos.....36

Tabela 2. Principais resultados encontrados nos artigos selecionados sobre estresse ocupacional em policiais.....38

#### Artigo Científico 2 -

Tabela 1. Percentual das mulheres policiais militares do estado do Pará do efetivo do Departamento Geral de Pessoal segundo os dados sociodemográficos em 2020.....52

Tabela 2. Percentual de mulheres policiais militares do estado do Pará, do efetivo do Departamento Geral de Pessoal, em 2020, por frequência em que se sentem estressadas pelo trabalho.....53

Tabela 3. Percentual de mulheres policiais militares do estado do Pará, do efetivo do Departamento Geral de Pessoal, em 2020, por consequência do estresse ocupacional percebido.....54

#### Artigo Científico 3 -

Tabela 1. Percentual de mulheres policiais militares do estado do Pará, do efetivo do Departamento Geral de Pessoal, em 2020, por frequência em que se sentem estressadas pelo trabalho.....70

Tabela 2. Percentual de sinais e sintomas percebidos pelas mulheres policiais militares do estado do Pará, do efetivo do Departamento Geral de Pessoal, em 2020.....71

Tabela 3. Percentual de mulheres policiais do estado do Pará, do efetivo do Departamento Geral de Pessoal, em 2020, por hábitos relacionados ao enfrentamento do estresse.....72

## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

BVS - Biblioteca Virtual em Saúde

CIAP – Centro Integrado de Atenção Psicossocial

CMS – Corpo Militar de Saúde

CVP – Centro de Veteranos e Pensionistas

DGP – Departamento Geral de Pessoal

EVENT – Escala de Vulnerabilidade de Estresse no Trabalho

IFCH – Instituto de Filosofia e Ciências Humanas

ISMA – International Stress Management Association

ISSL – Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp

OMS – Organização Mundial da Saúde

PCC – População, Conceito e Contexto

PMPA – Polícia Militar do Pará

PPGP – Programa de Pós-Graduação em Psicologia

PPGSP – Programa de Pós-Graduação em Segurança Pública

PRISMA - Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses

QCG – Quartel do Comando Geral da Polícia Militar do Pará

ROTAM – Rondas Ostensivas Táticas Metropolitanas

SAG – Síndrome Geral da Adaptação

SCIELO - Scielo Electronic Library Online

SIGPOL – Sistema Integrado de Gestão da Polícia Militar

TCLE – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

UFPA – Universidade Federal do Pará

## SUMÁRIO

<b>CAPÍTULO 1 – CONSIDERAÇÕES GERAIS</b> .....	12
<b>1.1 INTRODUÇÃO</b> .....	12
<b>1.2 JUSTIFICATIVA</b> .....	15
<b>1.3 PROBLEMA DE PESQUISA</b> .....	18
<b>1.4 OBJETIVOS</b> .....	18
<b>1.4.1 OBJETIVO GERAL</b> .....	18
<b>1.4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b> .....	18
<b>1.5 REVISÃO DA LITERATURA</b> .....	19
<b>1.6 METODOLOGIA</b> .....	25
1.6.1 Natureza da Pesquisa .....	25
1.6.2 Locus da Pesquisa.....	25
1.6.3 Participantes .....	26
1.6.3 Procedimentos de Coleta .....	27
1.6.5 Análise de Dados.....	29
1.6.6 Procedimentos Éticos .....	29
1.6.7 Proposta de Produto .....	30
<b>CAPÍTULO 2 – ARTIGOS CIENTÍFICOS</b> .....	31
2.1 Artigo Científico 1 .....	31
2.2 Artigo Científico 2 .....	47
2.3 Artigo Científico 3 .....	64
<b>CAPÍTULO 3 – PRODUTOS E PROPOSTAS DE INTERVENÇÃO</b> .....	91
3.1 Produto .....	91
3.2 Propostas de intervenção.....	102
<b>CAPÍTULO 4 – CONSIDERAÇÕES FINAIS E RECOMENDAÇÕES PARA TRABALHOS FUTUROS</b> .....	103
4.1 Considerações Finais.....	103
4.2 Recomendações para trabalhos futuros .....	104
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	106
<b>APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE ESCLARECIDO</b> .....	110
<b>APÊNDICE B – QUESTIONÁRIO DE ESTRESSE OCUPACIONAL</b> .....	114
<b>ANEXO I – PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP</b> .....	120
<b>ANEXO II – APROVAÇÃO DA PESQUISA PELA POLÍCIA MILITAR DO PARÁ</b> .....	123
<b>ANEXO III – DECLARAÇÃO DE PUBLICAÇÃO DO ARTIGO 1:</b> .....	125
<b>ANEXO IV – NORMAS DE SUBMISSÃO DO ARTIGO 2:</b> .....	126
<b>ANEXO V – NORMAS DE SUBMISSÃO DO ARTIGO 3:</b> .....	129

## **CAPÍTULO 1 – CONSIDERAÇÕES GERAIS**

### **1.1 INTRODUÇÃO**

A contemporaneidade é assinalada por avanços tecnológicos que contribuem para a constante presença do trabalho na vida das pessoas, mesmo durante momentos que deveriam ser de folga, podendo ser realizado em qualquer hora e lugar. Visto por esse ângulo, sensações de prontidão ininterrupta podem desencadear desgaste físico e mental provocados pelo excesso de trabalho. O estresse é caracterizado com uma das doenças mais comuns do século XXI, e tem entre suas possibilidades o viés do estresse ocupacional (OIT, 2016; SILVA; SALLES, 2016).

Apesar de ser um termo constantemente utilizado no senso comum, definir de maneira uniforme o conceito de estresse ainda é representado como um desafio para pesquisadores (ALMEIDA et al., 2015; VICENTE et al., 2013). De modo geral, para a física, o estresse é a tensão resultante da interação entre uma força e a resistência em resposta a ela. Já na perspectiva biológica, o estresse consiste na relação entre um dano causado e a defesa consequente a esse dano (SELYE, 1951).

O estresse correlacionado ao trabalho, ou seja, o estresse ocupacional é resultante de fontes físicas e psicossociais que atuam sobre um indivíduo em seu ambiente profissional. No desenvolvimento desse quadro, o trabalhador percebe elementos estressores oriundos do trabalho capazes de lhe provocar reações negativas (ALMEIDA et al., 2015).

Devido aos sintomas relacionados, o estresse ocupacional resulta em malefícios vividos não somente pelo indivíduo como pelas organizações de maneira geral. É ainda, uma consequência onerosa financeiramente para empresas e instituições, uma vez que provoca afastamentos, rotatividade, redução da produtividade e acidentes de trabalho (JEX et al., 2012 apud ALMEIDA et al., 2015).

Profissões cujas atividades são exercidas frequentemente por meio de contato direto com o público, tendem a apresentar elevados índices de estresse; entre elas profissões da área de saúde, educação e segurança pública; à exemplo de bombeiros, policiais e agentes penitenciários (SILVA; SALLES, 2016). Dessa forma, no âmbito da Segurança Pública, os agentes responsáveis por sua aplicação e execução são um importante elemento que requer atenção adequada no que tange à sua qualidade de vida e saúde biopsicossocial.

Elementos estressores no trabalho estão associados com as tarefas específicas de cada profissão, bem como com o ambiente e a rotina. Além disso, é possível correlacionar o estresse com a qualidade das relações interpessoais com chefes, subordinados e colegas de trabalho. A estrutura hierárquica e os processos internos são outros possíveis agentes estressores. Nessa perspectiva, além dos problemas mencionados, comumente associados a outras categorias profissionais, os policiais seriam expostos também a elementos estressores e pressões próprias inerentes à sua profissão (GOMES; AFONSO, 2016).

A função policial tem como uma das principais características a necessidade de constante estado de alerta que demanda disposição física e mental de quem a exerce. O policial atua em defesa da sociedade contra condutas irregulares, mesmo com o risco da própria vida. Dessa maneira, “A maioria das situações que permeiam o dia a dia do policial são aquelas que exigem resolução imediata e o confronto com a imprevisibilidade e a incerteza.” (LIPP; COSTA; NUNES, 2017, p. 47).

Pesquisas recentes sobre a sua correlação e possível vulnerabilidade de policiais ao estresse ocupacional são encontradas em diferentes contextos. O tema tem sido abordado em diferentes países, como Portugal, Taiwan, Itália, Reino Unido, Estados Unidos, entre outros. (GOMES; AFONSO, 2016; CHUEH et al., 2011; MAGNAVITA; GARBARINO, 2013; YATES; RIACH; JOHANSSON, 2018; ANDREW et al., 2017; ROBERTS et al., 2013). Portanto, à luz da exposta variabilidade de cenários, é sugerido que a suscetibilidade ao estresse estaria intimamente ligada à função policial em si; uma vez que a atividade é caracterizada de maneira similar em diversas partes do mundo.

Assim, estudos ressaltam que características próprias da profissão policial tornam seus agentes vulneráveis à manifestação de quadros de estresse vivido no trabalho e relacionado a ele; no Brasil, em especial à categoria de policiais militares, devido às particularidades a que estão inseridos no contexto de seu fazer diário (BERNARDINO; BERNARDINO, 2018; COSTA et al., 2007; GOMES; AFONSO, 2016; LIPP; COSTA; NUNES, 2017; OLIVEIRA; BADARGI, 2010; SILVA; SALLES, 2016).

Conforme a Constituição Federal de 1988, as polícias militares são força auxiliar e reserva do Exército brasileiro e órgão de segurança pública responsável pelo policiamento ostensivo e preservação da ordem pública (BRASIL, 1988). Assim, em cada estado da federação lhes são atribuídas atividades que contribuam para a manutenção do bem-estar e organização social, atuando na linha de frente no combate à criminalidade.

Cabe destacar a complexidade de desafios da atividade diária do policial, ao ter que tomar decisões delicadas e constantes exigência de emitir respostas rápidas, comumente resultando em experiências de incertezas e angústias. Além disso, a estrutura organizacional das instituições militares demanda adequação a relações hierárquicas, burocracias internas, entre outras particularidades (LIPP; COSTA; NUNES, 2017).

Apesar dos homens ainda representarem número elevado do efetivo das instituições policiais, historicamente marcadas por características masculinas, algumas pesquisas dedicaram-se a abordar as particularidades do gênero feminino inserido no contexto da segurança pública de modo geral e sua correlação com a incidência da manifestação do estresse ocupacional (ANDREW et al., 2017; BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013; COSTA et al., 2007; DANTAS et al., 2010; LUZ, 2011; OLIVEIRA; BADARGI, 2010; SCHNEIDER; SIGNORELLI; PEREIRA, 2017; SOUZA et al., 2007).

Da mesma forma, análises realizadas que levaram em conta o gênero, demonstraram que mulheres seriam mais suscetíveis e apresentariam maior grau de estresse se comparadas com os colegas homens (BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013; DANTAS et al., 2011; OLIVEIRA; BARDAGI, 2010; YATES; RIACH; JOHANSSON, 2018).

As mulheres ingressaram nas fileiras das polícias militares no Brasil a partir dos anos 1980, com o objetivo de humanizar a imagem da instituição diante da sociedade e do contexto político vivido na época (BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013). O breve histórico do início da participação feminina na polícia brasileira fornece a contextualização necessária para a compreensão do gênero dentro da instituição.

A Polícia Militar do Pará (PMPA) foi a quarta polícia do país a integrar mulheres em seu efetivo. Sua presença deu-se de maneira gradual, ocorrendo no ano de 1982, com o ingresso de 57 mulheres (LEITE, 2013). Um dos possíveis reflexos dessa recente participação é retratado na escassez de estudos direcionados à saúde biopsicossocial das mulheres da Polícia Militar do Pará. Ainda que o número de mulheres seja reduzido se comparado com o do efetivo masculino, é notável seu crescimento e afirmação dentro da instituição.

A Polícia Militar do Pará, no ano de 2020, completou 202 anos de existência servindo e protegendo o povo paraense e é instituição consolidada no estado e no país. Apesar disso, durante o levantamento bibliográfico realizado nessa pesquisa não foram encontradas pesquisas relacionadas diretamente ao estudo do estresse ocupacional de seus integrantes.

Essa dissertação está dividida em quatro capítulos. O Capítulo 1 é composto pelas considerações gerais da pesquisa, como a introdução, justificativa, problema de pesquisa, objetivos, revisão da literatura e metodologia. O Capítulo 2 contém os três artigos científicos

construídos a partir dos resultados provenientes da pesquisa bibliográfica e levantamento de dados realizados. O primeiro artigo intitulado “Estresse Policial: uma revisão integrativa sobre o estresse ocupacional em policiais”, publicado na Revista Brazilian Journal of Development, trata-se de uma revisão da literatura nacional e internacional, visando aproximação do tema. O segundo artigo, “Estresse Ocupacional e Elementos Estressores: a percepção de mulheres de uma unidade administrativa da Polícia Militar do Pará.”, atende aos dois primeiros objetivos específicos propostos pela pesquisa, ao verificar de que maneira o estresse ocupacional é percebido e identificar quais são os principais elementos geradores de estresse em seu trabalho. O terceiro artigo, “Estresse Ocupacional: Principais Sintomas e Estratégias de Enfrentamento de Mulheres Policiais Militares do Pará”, atende aos dois últimos objetivos específicos da pesquisa, ao investigar as principais queixas e sintomas correlacionados à manifestação de estresse e as principais estratégias de enfrentamento ao problema. O Capítulo 3 apresenta a proposta de intervenção e o produto, resultantes da pesquisa. O último capítulo da dissertação expõe as considerações finais do trabalho, com base nos resultados alcançados e recomendações para pesquisas futuras, visando a ampliação da discussão e investigação sobre o fenômeno, bem como as referências utilizadas, apêndices e anexos.

## **1.2 JUSTIFICATIVA**

As recentes mudanças relativas à organização atual do trabalho, podem contribuir para o surgimento de fatores de risco prejudiciais à saúde psicossocial dos trabalhadores (ALMEIDA et al., 2015; DIAS et al., 2013; OIT, 2016; SILVA; SALLES, 2016). Nessa conjuntura, são proeminentes o surgimento de preocupações relativas à temática em níveis nacional e internacional.

A Organização Internacional do Trabalho (OIT, 1986 apud LEKA; JAIN, 2010), define os riscos psicossociais no contexto laboral como resultantes das interações entre o conteúdo do trabalho, sua organização, sua gestão e suas condições ambientais e organizacionais. Além disso, as experiências e perspectivas dos trabalhadores em relação a essas interações podem influenciar de maneira perigosa em sua saúde psicossocial. Ainda visando promover conscientização sobre o tema e sobre a magnitude de seus efeitos no mundo do trabalho, em relatório de 2016 a organização apresentou dados sobre o estresse relacionado ao trabalho em

países desenvolvidos e em desenvolvimento, verificando a abrangência global do problema (OIT, 2016).

No Brasil, a atenção à saúde no contexto do trabalho ganhou visibilidade com a Lei Orgânica Nº 8.080 de 1990, a qual define saúde do trabalhador como o conjunto de práticas que visam a promoção, proteção, recuperação e reabilitação da saúde dos trabalhadores expostos a riscos advindos das condições de sua atividade laboral. Para tanto, tais práticas devem ser resultantes de ações de vigilância epidemiológica e sanitária, como assistência ao trabalhador vítima de acidentes de trabalho ou portador de doenças profissional e do trabalho, revisão periódica da listagem oficial de doenças originadas no processo de trabalho, entre outros (BRASIL, 1990).

Afirma-se que o estresse ocupacional afeta aproximadamente 70% da população, ocasionado, entre outros motivos, pelo excesso de trabalho, constantes pressões, cobranças e crescente competitividade no mercado de trabalho (SILVA; SALLES, 2016). O esgotamento físico e mental proporcionado podem contribuir para o desenvolvimento de sintomas como dor de cabeça, insônia, fadiga, alterações intestinais, entre outras. Equilibrar a saúde, o bem estar físico e mental, com um bom desempenho laboral é, portanto, um dos grandes desafios da humanidade na atualidade (SILVA; SALLES, 2016).

Para o Ministério da Saúde em publicação sobre doenças relacionadas ao trabalho (BRASIL, 2001), o estresse recentemente ocupou local de preocupação e discussão, exigindo prevenção diante de seu crescimento na sociedade. Bem por isso, as pesquisas sobre o tema em questão justificam-se como relevantes, a fim de elucidar questões relacionadas aos seus impactos negativos tanto na qualidade de vida do trabalhador, como na efetividade das organizações.

Refletindo o aumento da atenção da comunidade internacional à progressão do estresse, em 1973, foi criada nos Estados Unidos a International Stress Management Association – ISMA, associação internacional, que está presente atualmente em 12 países e tem como objetivo o desenvolvimento da prevenção e tratamento do estresse no mundo, contribuindo para a redução de doenças desenvolvidas a partir do estresse (MCGUIGAN, 1994). Com filial no Brasil, e sede no Rio Grande do Sul, atualmente a associação promove anualmente congressos nacionais sobre o assunto, nos quais são realizados encontros, entre outros temas, sobre a qualidade de vida na Segurança Pública.

Em documento publicado pela Organização Mundial de Saúde (OMS, 1995) sobre estratégias globais de promoção de saúde ocupacional, o trabalho policial foi caracterizado por fatores que potencializam os efeitos psicológicos do estresse, como a necessidade constante de



concentração, o isolamento e o risco da violência. Ainda segundo a Organização Mundial da Saúde, esses efeitos psicológicos relacionados ao estresse associam-se a distúrbios do sono, sensações de esgotamento e depressão.

As atribuições rotineiras de sua profissão submetem policiais a situações emergenciais de conflito, tensão, riscos de violência e eventos potencialmente trágicos (ANDREW et al., 2017; LIPP; COSTA; NUNES, 2017). Além das características ocupacionais inerentes e comuns às carreiras policiais, determinadas condições de trabalho também podem afetar diretamente a qualidade dos serviços por eles prestados (BERNARDINO; BERNARDINO, 2018; DANTAS et al., 2010).

Logo, compreende-se que, à medida que a saúde e qualidade de vida dos agentes de segurança pública geram consequências em seu trabalho, também são suscetíveis o surgimento de repercussões diretas na aplicabilidade da segurança pública junto à sociedade. Nesse sentido, a pesquisa justifica-se ao passo que possibilita reconhecer a existência, as causas e efeitos desse fenômeno, além de oportunizar a implementação de ações de prevenção e enfrentamento do problema.

Durante as últimas décadas, pesquisas sobre o estresse ocupacional e seus os efeitos na saúde dos trabalhadores passaram a receber mais atenção em estudos científicos ao redor do mundo (BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013; LIPP; COSTA; NUNES, 2017; OIT, 2016; OLIVEIRA; BADARGI, 2010). Apesar disso, a maioria das pesquisas voltadas aos riscos psicossociais do estresse ocupacional são encontradas nos países desenvolvidos da Europa e na América do Norte, e em menor quantidade na América Latina, Ásia e África (OIT, 2016).

Em pesquisa nos repositórios de dissertações e teses da Universidade Federal do Pará (UFPA), foi possível encontrar trabalhos relacionados ao estresse em diferentes contextos. Em sua maioria as investigações trataram sobre o estresse na perspectiva de pais e cuidadores de crianças com autismo, déficit de atenção e paralisia cerebral.

Dentre as pesquisas realizada no Programa de Pós-Graduação em Psicologia (PPGP) da Universidade, pode-se encontrar uma dissertação sobre o estresse ocupacional no contexto policial militar, utilizando-se da técnica projetiva denominada Pirâmides Coloridas de Pfister, de uso exclusivo de psicólogos (AGUIAR, 2007). Já no repositório de dissertações do Programa de Pós-Graduação em Segurança Pública (PPGSP), foram encontradas pesquisas relacionadas à saúde desses agentes, porém apenas uma dissertação com tema direcionado à investigação do estresse relacionado ao trabalho, realizada com bombeiros militares de quartel localizada na Região Metropolitana de Belém (LOUZEIRO, 2016).

Confirma-se, portanto, o cenário de carência de trabalhos relacionados ao tema no estado do Pará, sobretudo no contexto da segurança pública, no levantamento bibliográfico realizado no atual estudo. À luz dessa constatação, há o entendimento de que é necessária para toda profissão, a produção de pesquisas de análise e descrição de suas atividades e funções, considerando os efeitos físicos, psicológicos e sociais da mesma sobre o trabalhador (LOUZEIRO, 2016). Tal necessidade ganha caráter indispensável frente a atividade dos policiais militares, responsáveis pelo policiamento ostensivo e preservação da ordem pública, que diariamente estabelecem contato direto com a população.

### **1.3 PROBLEMA DE PESQUISA**

Diante do cenário apresentado e sob a imprescindível necessidade de atenção à saúde dos agentes responsáveis pela segurança pública, sobretudo dos policiais militares, é possível depreender o problema ao qual se propõe o presente estudo. Levando-se em consideração que a saúde do trabalhador é uma profunda influenciadora da eficiência de suas atividades profissionais; e tendo em vista a concepção de uma possível maior vulnerabilidade ao estresse ocupacional das mulheres inseridas nas instituições policiais, é formulada a seguinte pergunta: De que maneira as mulheres pertencentes à Polícia Militar do Pará percebem o estresse ocupacional e quais são suas estratégias de enfrentamento?

### **1.4 OBJETIVOS**

#### **1.4.1 OBJETIVO GERAL**

Investigar de que maneira o estresse ocupacional é percebido e quais as estratégias de enfrentamento de mulheres policiais militares da Polícia Militar do Pará.

#### **1.4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

1. Verificar de que maneira o estresse ocupacional é percebido e as possíveis implicações no âmbito profissional e familiar.

2. Identificar quais são os elementos geradores de estresse no trabalho.
3. Investigar qual é a percepção de sintomas físicos e psicológicos correlacionados à manifestação de estresse ocupacional.
4. Analisar quais as estratégias de enfrentamento utilizadas frente ao estresse ocupacional percebido.

## 1.5 REVISÃO DA LITERATURA

De modo geral, estresse é um termo oriundo da física, utilizado para denominar a força que atua na movimentação de uma mola que tende a retornar ao estado inicial quando tensionada (BIANCHI, 2001, apud ALMEIDA et al., 2015). Visto por outro ângulo, o estresse pode ser caracterizado também como uma resposta de um organismo submetido a uma situação extrema a qual precisa sobreviver (BERNARDINO; BERNARDINO, 2018).

Apesar do desafio de conceituar o estresse de maneira única, é amplamente consolidado que o pioneiro no uso da expressão e dos estudos sobre estresse no contexto da saúde foi Hans Selye, um médico austríaco, durante a década de 1930 (ALMEIDA et al., 2015; FRIEDRICH; MACEDO; REIS, 2014; OIT, 2016; SALVADOR; SILVA; LISBOA, 2013; SILVA; SALLES, 2016; VICENTE et al., 2013).

Selye (1951) foi responsável pela concepção da Síndrome Geral da Adaptação (SAG), modelo teórico explicativo sobre o qual todos os organismos vivos responderiam ao serem expostos ao estresse, independente da fonte causadora. Nesse modelo, o desenvolvimento do estresse ocorreria em três estágios distintos. O primeiro, fase de Alerta, teria início quando o sujeito estabelece contato com um agente estressor que altera seu organismo. Em seguida, na chamada fase de Resistência, o organismo, já alterado, gastaria energia e esforços para lutar contra o elemento causador do estresse. Por fim, na Exaustão, terceira e última fase, o organismo afetado e incapaz de continuar reagindo ao estressor, entra em estado de estafa física, podendo surgir então os sintomas físicos do estresse (SELYE, 1951).

Nesse sentido, o desequilíbrio orgânico provocado por elementos estressores pode comprometer o funcionamento natural de órgãos e sistemas, propiciando o aparecimento de sintomas e doenças. O estresse, portanto, caracteriza-se como um estado de tensão que rompe com a homeostase inicial de um organismo, ou seja, com seu equilíbrio natural (DANTAS et

al., 2011; LIPP; COSTA; NUNES, 2017; SALVADOR; SILVA; LISBOA, 2013; SILVA; SALLES, 2016).

Essa desarmonia provoca, então, desentendimentos entre os órgãos, em que alguns deles tendem a trabalhar mais que outros. O organismo, por sua vez, tende a buscar a homeostase, emitindo esforços para alcançá-la e dessa maneira eliminar o estresse, para que o organismo possa se restabelecer (LIPP, 2004, apud DANTAS et al., 2011 p. 67).

Assim, o estresse é apresentado como um risco à qualidade de vida e saúde dos indivíduos, uma vez que pode resultar em doenças psicossomáticas quando os recursos do organismo se esgotam frente à situação estressora (SALVADOR; SILVA; LISBOA, 2013). Pode-se afirmar que toda exposição ao estresse propiciaria algum tipo de prejuízo, em maior ou menor grau. Além disso, a resposta ao estresse dependerá de uma série de fatores externos e internos aos indivíduos, como aspectos genéticos e exposição anterior a situações estressoras. “Qualquer coisa que cause estresse põe em risco a vida, a menos que seja recebida por respostas adaptativas adequadas; por outro lado, qualquer coisa que ponha em risco a vida causa estresse e respostas adaptativas.” (SELYE, 1951, p. 327).

Esse desequilíbrio vivenciado e a resposta consequente do organismo são percebidos por cada indivíduo de maneira singular. Nesse sentido, o desenvolvimento e percepção do estresse é perpassado por um viés subjetivo e único. A compreensão acerca do estresse é realizada por intermédio da perspectiva de cada indivíduo, de sentimentos e sintomas por ele percebidos e levando-se em consideração o meio no qual está inserido (BERNARDINO; BERNARDINO, 2018; ALMEIDA et al., 2015; RIVERA-VAZQUEZ, 2014; VICENTE et al., 2013; SILVA; SALLES, 2016).

Em outros termos, a resposta de cada sujeito frente ao estresse pode diferir de um para outro; assim como o quanto ele será capaz de afetar negativamente o organismo será diferente de pessoa para pessoa (BERNARDINO; BERNARDINO, 2018). Vale ressaltar, portanto, que apesar das consequências e sintomas decorrentes do estresse ocupacional serem mostrados de maneira similar em vários estudos, ele é sentido de maneiras diferentes em cada indivíduo, levando-se em conta habilidades e experiências de cada um.

As estratégias de enfrentamento ao estresse perpassam por cuidados biopsicossociais que contribuem para a melhoria na qualidade de vida de maneira geral, podendo ser desempenhadas pelo próprio indivíduo ou com o auxílio de serviços profissionais. Algumas formas eficazes para a prevenção e enfrentamento dos sintomas do estresse são exercícios físicos, convivência familiar e social, atividades de lazer e a prática de atividades religiosas (BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013). No que tange a intervenções externas,

sugere-se exercícios de relaxamento, acompanhamento psicológico, entre outros (DANTAS et al., 2010).

Resistir e adaptar-se ao estresse são pressupostos indispensáveis para a vida e requerem a participação de todo o complexo funcionamento orgânico (SELYE, 1951). Assim sendo, evidencia-se a importância da compreensão de que o ser humano dispõe de um organismo altamente organizado e integrado, o qual responde às adversidades de forma igualmente integrada. Por conseguinte, as pesquisas relativas ao estresse no ambiente de trabalho perpassam por diversos aspectos que, por vezes, extrapolam o contexto laboral.

Recentes pesquisas realizadas com policiais militares em diferentes estados do Brasil revelaram indícios significativos de participantes que apresentavam sintomas e indícios de que se encontravam na fase de Resistência da Síndrome Geral da Adaptação (SAG) (DANTAS et al., 2010; LIPP; COSTA; NUNES, 2017; OLIVEIRA; BARDAGI, 2010). Nesse estágio o organismo já sofreu prejuízos, porém ainda em nível inicial, e emite esforços para se reestruturar; é, portanto, momento crucial para que estratégias interventivas sejam desenvolvidas.

Assim sendo, a maioria dos participantes já haviam passado pela primeira fase do desenvolvimento do estresse, portanto, possivelmente já manifestavam algum tipo de sintoma, seja de ordem psicológica ou física. Logo, fica evidente a importância de estratégias de enfrentamento e atenção à saúde biopsicossocial dos policiais militares, com o intuito de reverter os casos de estresse inicial já instalado e prevenir seus agravamentos.

“Isso significa que muitos servidores estão tendo que dispensar um esforço acima da média para lidar com fatores estressantes presentes em suas vidas.” (LIPP; COSTA; NUNES, 2017, p. 49). Os dados em questão são importantes para gestores e agentes públicos de modo geral ao levar-se em consideração o comprometimento com a qualidade dos serviços prestados.

São atribuídas às condições laborais as quais policiais estão expostos em suas atividades diárias, a vulnerabilidade dos policiais militares à manifestação do estresse ocupacional (BERNARDINO; BERNARDINO, 2018; LIPP; COSTA; NUNES, 2017; OLIVEIRA; BARDAGI, 2010). Assim, compreende-se que esse público estaria mais exposto ao desenvolvimento de quadros de estresse em decorrência de características próprias de suas funções.

São identificados como principais sintomas de estresse ocupacional em policiais militares o desgaste físico e cansaço constante, tensões musculares, irritabilidade, insônia, apatia, mau humor e dores de cabeça (DANTAS et al., 2010, LIPP; COSTA; NUNES, 2017; OLIVEIRA; BARDAGI, 2010). Tais resultados demonstram a ocorrência de sintomas físicos

e psicológicos e a correlação entre ambas as esferas de manifestação, evidenciando a necessidade de tratar de maneira global a atenção à saúde desses agentes de segurança pública.

Além disso, o estresse não atua apenas em consequências visíveis, podendo implicar também no raciocínio lógico e tomada de decisões, elementos cruciais na área de atuação em questão (LIPP; COSTA; NUNES, 2017). A preocupação frente aos prejuízos nessas esferas decorre também do quanto esses efeitos podem impactar em seu desempenho junto à população.

Dessa maneira, as estratégias de enfrentamento do estresse podem ser facilitadas e realizadas tanto pelo trabalhador quanto pela instituição onde trabalha (RIVERA-VAZQUEZ, 2014). Levanta-se discussão sobre a importância da atenção à saúde de policiais proporcionada pelas próprias instituições a que pertencem. Apesar disso, por mais que existam serviços psicológicos e de assistência em algumas corporações, os policiais não costumam utilizá-los diante do medo de estigmatização dentro da própria instituição (RIVERA-VAZQUEZ, 2014; BERNARDINO; BERNARDINO, 2018).

Em relação à presença feminina nas instituições policiais militares do Brasil, o primeiro grupamento de mulheres nas forças policiais da América Latina foi criado ainda em 1955 em São Paulo, por Jânio Quadros. O grupo pertencia então à Guarda Civil do estado, chamado de Corpo de Policiamento Especial Feminino, comandado também por uma mulher (LEITE, 2013).

Com o Decreto-Lei Nº 667, de 2 de julho de 1969, que reorganizava as Polícias Militares e os Corpos de Bombeiros Militares dos Estados, dos Território e do Distrito Federal, ficava estabelecido o ingresso de pessoal feminino em seus efetivos de oficiais e praças, com a finalidade de atender necessidades das corporações em atividades específicas, mediante prévia autorização do Ministério do Exército (BRASIL, 1969).

A concessão da invasão das mulheres nos espaços onde a masculinidade era símbolo maior permitiu que as mulheres se apropriassem e reconstruíssem esse espaço da forma delas, ou seja, ao criar uma instituição de mulheres dentro da instituição de homens aceitou-se que as mulheres não se apropriassem do poder masculino, mas sim que forjassem outra forma de poder que as identificassem (LEITE, 2013, p. 19-20).

A história do ingresso das mulheres na Polícia Militar do Pará (PMPA) remonta à 1º de fevereiro de 1982, com a admissão de 57 mulheres, possibilitado pelas transformações políticas e culturais de então teriam propiciado o surgimento de novas identidades e costumes às mulheres da época. Inicialmente a missão dessas mulheres era aproximar-se da população, estabelecendo comunicação direta com crianças, mulheres e idosos. Após o restabelecimento

da democracia e promulgação da Constituição de 1988, o emprego do efetivo feminino também passou por alterações em suas atividades e objetivos (LEITE, 2013).

Apesar do tempo decorrido desde a admissão inicial das mulheres na polícia, desafios e obstáculos permanecem presentes em seu contexto profissional, representado, entre outras coisas, por uma marcante diferença de quantitativo entre ambos os gêneros, onde homens ainda representam 90% do efetivo (LEITE, 2013; LOBATO, 2017). A mesma proporção é confirmada em dados atuais.

De acordo com o Relatório do Quantitativo do Efetivo por Sexo (SISTEMA INTEGRADO DE GESTÃO DA POLÍCIA MILITAR DO PARÁ, 2020), consultado em fevereiro de 2020, o efetivo da Polícia Militar do Pará é composto por 15.798 policiais militares, o qual 1.597, ou seja, 10% do total corresponde ao sexo feminino. Cabe salientar que o diminuto número de mulheres é capaz de implicar em dificuldades na execução de análises que visem estabelecer comparativos entre o sexo feminino e o sexo masculino na corporação.

No estado do Pará, foi identificado número reduzido de pesquisas direcionadas ao público feminino na instituição em questão. Em estudo realizada com nove das policiais da primeira turma de mulheres da PMPA, foram aplicados questionário e entrevista, buscando-se o resgate de suas histórias, da investigação de suas origens sociais e trajetória profissional. Além disso, foram provocadas reflexões sobre o lugar que a mulher passou a ocupar, conquistas e desafios (LEITE, 2013).

No que se refere aos desafios enfrentados e relatados por essas mulheres, no momento de sua nomeação e ao longo dos anos seguintes, foram evidenciados: a ausência de banheiros apropriados e alojamentos próprios; inadequação de equipamentos operacionais; excesso de trabalho; tempo reduzido para dedicar-se à família e aos estudos; dificuldades em amamentar os filhos durante o expediente e inexistência de creches; duplas jornadas, entre o serviço profissional e o doméstico; entre outros (LEITE, 2013).

Devido ao predomínio masculino, diariamente essas mulheres entrariam em contato com desafios e ultrapassariam obstáculos para se estabelecerem em suas funções, tanto nas instituições policiais quanto nos órgãos de segurança pública de maneira geral (LOBATO, 2017).

Pesquisa realizada com as policiais da PMPA, expôs fatores relacionados à sua presença dentro da corporação, em particular nas forças especiais (LOBATO, 2017). O trabalho consistiu-se de entrevistas semiestruturadas realizadas com mulheres que trabalharam na unidade operacional Rondas Ostensivas Táticas Metropolitanas (Rotam). Foram abordados os impactos de sua ocupação em sua qualidade de vida e a discriminação velada que enfrentam,

de maneira que seriam constantemente levadas a provar suas competências profissionais e atender às expectativas de seus pares do sexo oposto (LOBATO, 2017).

Além disso, os resultados apresentados sugeriram que as longas jornadas de trabalho, os riscos da profissão, a ausência de tempo dedicado à família e ao lazer e a multiplicidade de papéis exercidos na vida profissional e pessoal, como mães e esposas; seriam possíveis elementos geradores de tensões e estresse. As pressões experienciadas resultariam inclusive na sobrecarga de responsabilidades, contribuindo para o surgimento de adoecimentos de manifestação física e psicológica e consequente redução de sua produtividade (LOBATO, 2017).

Já em investigação realizada com policiais militares do estado do Rio de Janeiro (BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013), sugeriu-se que para essas mulheres, além do enfrentamento de problemas relacionados à sua função, estão presentes também os da chamada “dupla jornada”, na qual precisariam exercer também funções domésticas e de cunho familiar. Tal particularidade seria um, dos demais fatores existentes, que potencializariam a maior ocorrência de estresse em policiais militares femininos (BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013).

Com isso, é possível notar semelhanças nos resultados apresentados de ambas as investigações realizadas, tanto com as policiais do Rio de Janeiro como com as policiais do Pará, nas quais são apresentados desafios diários que podem representar fatores de risco ao desenvolvimento de quadros de estresse no trabalho. O excesso de trabalho somado às duplas jornadas e falta de tempo com a família ganham destaque em suas reflexões.

Assim como os sintomas relacionados ao estresse se manifestam conforme a subjetividade e as habilidades emocionais desenvolvidas por cada indivíduo, a verificação e avaliação do estresse advém de dados fornecidos pela própria percepção dos indivíduos. Para tanto, leva-se em conta análises subjetivas de como o estresse se manifesta e como suas consequências são sentidas por cada um (ALMEIDA et al., 2015; ANDREW et al., 2017).

Dessa maneira, é validada a intenção da pesquisa em ter como unidade de análise as respostas provenientes da percepção das participantes. Com base nessas afirmações, compreende-se que para identificar e avaliar a ocorrência do estresse em determinada população, é necessário que seja levado em consideração os discursos individuais e suas percepções em relação a manifestação ou não de eventos estressores, seus desdobramentos e consequências.



## 1.6 METODOLOGIA

### 1.6.1 Natureza da Pesquisa

Trata-se de uma pesquisa aplicada, descritiva e exploratória, de abordagem quantitativa. Ao passo que pesquisas do tipo exploratória pretendem levantar informações sobre determinado fenômeno a ser estudado, permitindo maior aproximação e conhecimento do tema; as pesquisas descritivas expõe as características e particularidades de um fato, sem que haja interferência externa (GIL, 2002; PRODANOV; FREITAS, 2013). Dessa maneira, no que se refere à uma pesquisa descritiva exploratória, cabe salientar que ambos os objetivos se assemelham e aproximam-se ao proporcionarem um novo ponto de vista de determinado problema (PRODANOV; FREITAS, 2013).

Sob a ótica da abordagem do fenômeno, em pesquisas quantitativas, as informações coletadas são transformadas em dados quantificáveis, que permitem categorização para análise; utilizando-se, para isso, de estudos estatísticos (PRODANOV; FREITAS, 2013).

### 1.6.2 Lócus da Pesquisa

A coleta de dados da pesquisa de campo foi realizada na Polícia Militar do Pará (PMPA), instituição responsável pelo policiamento ostensivo e preservação da ordem pública, presente em todos os municípios do Estado.

Dentre as unidades da corporação, optou-se pela participação de mulheres policiais militares lotadas no Departamento Geral de Pessoal (DGP), unidade administrativa localizada na Região Metropolitana de Belém, nas dependências do Quartel do Comando Geral da Polícia Militar do Pará (QCG). No ano de 2020 o órgão em questão deixou de ser chamado de Diretoria de Pessoal e foi renomeado como Departamento-Geral de Pessoal (DGP), redefinindo e expandindo suas atribuições e abrangência.

Conforme a Lei Complementar Nº 126, de 13 de janeiro de 2020, que dispõe sobre a Organização Básica e fixa o efetivo da Polícia Militar do Pará, o Departamento-Geral de Pessoal (DGP) é definido como um dos órgãos de direção geral que integra o Comando Geral da Corporação. Atualmente, o Departamento é incumbido da gestão de pessoal, sendo composto por três Seções e oito Subseções; nas quais são exercidas atividades de controle de ingresso, identificação, classificação, movimentação, avaliação, promoção, pagamento, concessão de direitos, deveres, assistência, entre outros. Além disso, o Centro de Veteranos e Pensionistas

(CVP), o Centro Integrado de Atenção Psicossocial (CIAP), o Corpo Militar de Saúde (CMS) e a Capelania, unidades responsáveis pelo amparo aos veteranos, atenção à saúde biopsicossocial e assistência religiosa do efetivo, são também subordinados ao Departamento (PARÁ, 2020).

A pesquisa foi realizada com o efetivo feminino dessa unidade, levando-se em consideração a complexidade dos serviços por ele ofertados e sua relevância na gestão e organização interna da instituição. O controle de efetivo e de folhas de pagamento, a concessão de férias e o acompanhamento de processos de Reserva e Reforma são exemplos de tarefas que compõem ampla demanda de trabalho e perpassam delicados fatores em que a ocorrência de eventuais erros podem repercutir diretamente na vida profissional de todos os policiais militares do Pará.

Outrossim, sua escolha objetivou evidenciar e promover a valorização do trabalho administrativo da polícia militar, por vezes preterido dentro da própria instituição, ao ser considerado menos relevante e/ou ilustre quando em comparação com o serviço operacional realizado nas ruas. Encarado como um trabalho que exige menos força e desgaste físico, é a função atribuída mais frequentemente às mulheres da instituição; estimado, porém, como uma zona de obscuridade e esquecimento (LEITE, 2013).

O serviço administrativo, chamado também de atividade meio, compreende ações de planejamento e apoio a fim de viabilizar a atividade fim da instituição, ou seja, o serviço operacional de policiamento ostensivo.

### 1.6.3 Participantes

Foram levados em consideração dados fornecidos pela Secretaria do Departamento Geral de Pessoal (DGP), sob os quais, em outubro de 2020, a unidade era integrada por 93 policiais militares, dos quais 49 eram mulheres, correspondendo a aproximadamente 52,68% de seu efetivo. A totalidade dessas mulheres compunham o Quadro de Praças da instituição (Soldado, Cabo, Sargento e Sub-Tenente), uma vez que, na ocasião, não havia mulheres do Quadro de Oficiais (Tenente, Capitão, Major, Tenente-Coronel, Coronel) lotadas no Departamento Geral de Pessoal.

Assim, os critérios de inclusão das participantes foram: serem mulheres policiais militares do serviço Ativo ou da Reserva Remunerada na condição de convocadas (1), estarem a pelo menos dois anos na instituição (2), pertencerem ao efetivo do Departamento Geral de

Pessoal na ocasião da coleta de dados (3), não estarem de licença ou férias durante o período de levantamento de dados (4) e terem interesse em participar da pesquisa (5). Os critérios de exclusão foram os correspondentes opostos.

Do efetivo total de 49 mulheres policiais, 11 estavam de férias, licença maternidade ou viajavam a serviço durante o período de coleta de dados e 10 não demonstraram interesse em participar do estudo. Assim, a amostra final da pesquisa contou com a participação de 28 mulheres, abrangendo assim 57,14% do efetivo feminino do Departamento.

### 1.6.3 Procedimentos de Coleta

Inicialmente, os procedimentos de coleta de dados constituíram-se em uma pesquisa bibliográfica objetivando aproximação do tema. O levantamento bibliográfico foi efetuado em ambiente virtual, na base de dados da BVS (Biblioteca Virtual em Saúde), SCIELO (Scielo Electronic Library Online) e PubMed. Foram selecionados artigos científicos, indexados nas bases de dados escolhidas, publicados integralmente em meio eletrônico, em que os descritores selecionados estivessem presentes no título dos trabalhos, em português e em inglês, resultantes de pesquisas empíricas, sem restrição de sexo dos participantes e publicadas no meio científico nos últimos 10 anos.

Os descritores utilizados foram “Police”, “Police Officers”, “Public Security”, “Occupational Stress”, “Work Stress”, “Stress Perception”, “Work Health” e seus cruzamentos. Inicialmente foram identificadas 141 publicações potencialmente elegíveis. Após aplicação dos critérios de inclusão propostos na revisão, foram selecionados 10 artigos para análise.

Foi realizado levantamento e coleta de dados durante os meses de outubro e novembro de 2020 no Departamento Geral de Pessoal (DGP) da Polícia Militar do Pará (PMPA), por meio da aplicação do Questionário de Percepção de Estresse (Apêndice B). Composto por 22 perguntas, o questionário é dividido em cinco eixos temáticos, sendo eles: Dados de Identificação, Dados Profissionais, Percepção de Estresse no Trabalho e Consequências, Percepção de Sintomas Recentes e Estratégias de Enfrentamento.

O instrumento utilizado foi elaborado para o estudo com base no Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp – ISSL (LIPP, 2002) e na Escala de Vulnerabilidade de Estresse no Trabalho – EVENT (SISTO et al., 2012). Ambas as ferramentas são testes psicológicos privativos ao uso de psicólogos, consolidados para em avaliações a respeito do estresse, porém

não são adaptadas ao contexto laboral de policiais militares, motivando a elaboração do instrumento próprio.

A aplicação de questionário é utilizada como um instrumento de levantamento de dados primários, consiste em uma sequência de perguntas a serem respondidas e preenchidas pelos participantes (PRODANOV; FREITAS, 2013). A produção de um questionário pressupõe transformar os objetivos da pesquisa em questões a serem abordadas, de maneira clara, concreta e direta. Dessa forma, é feito o levantamento de dados sobre o problema estudado, junto a um grupo de pessoas selecionadas conforme a necessidade e após análise e interpretação das informações coletadas, pode-se chegar às respostas necessárias que respondam aos objetivos propostos (GIL, 2002).

Após a aprovação da pesquisa junto ao Comandante Geral da Polícia Militar do Pará (Anexo II) e breve reunião com a chefia do Departamento Geral de Pessoal, foram explicados os objetivos da pesquisa e esclarecidas as dúvidas sobre os procedimentos mais adequados a serem adotados para a sua efetivação, garantido que não haveria prejuízo à produtividade diária da unidade. Em virtude do fluxo intenso de trabalho do Departamento, não foi possível reservar momento para que os questionários pudessem ser aplicados coletivamente, com a amostra total ou pormenorizada em pequenos grupos, em local distinto. Além disso, o regime de horários cumpridos por cada policial dificultou que o alcance às participantes, sendo constatado turnos de serviço nos períodos de manhã, tarde e noite em alguns casos, com algumas participantes comparecendo ao expediente em dias alternados durante a semana.

Na investigação científica é recomendada a realização de um pré-teste do instrumento a ser utilizado na pesquisa, com a finalidade de avaliar sua qualidade quanto à clareza e quantidade, forma e ordem das perguntas (GIL, 2002). Nesse sentido, foi realizado Teste Piloto (pré-teste) do questionário com 05 participantes, com o intuito de identificar e eliminar possíveis problemas de formulação em seu conteúdo, forma e apresentação. Durante o pré-teste, a pesquisadora manteve-se sentada à frente das participantes, em ambiente silencioso e isento de interferências. Não foram observadas dificuldade em sua compreensão e preenchimento.

Assim, após breve explanação ao Chefe de cada Seção visitada, os questionários foram distribuídos pessoalmente para cada participante durante o expediente em seu local de trabalho juntamente com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Apêndice A). Foram distribuídos questionários em todas as Seções do Departamento e foram expostos o título da pesquisa e seus objetivos, bem como as instruções gerais de seu preenchimento. Os questionários distribuídos e os termos foram recolhidos ao final de cada dia, sempre no mesmo

dia em que foram entregues e, para garantir o anonimato das participantes, foram numerados de 01 a 28 e guardados em envelope à parte.

#### 1.6.5 Análise de Dados

A interpretação e análise dos dados obtidos em uma pesquisa, por meio da comparação e confrontação dos resultados, visa responder ao problema de pesquisa formulado e aos objetivos previamente propostos (PRODANOV; FREITAS, 2013). Assim, ao término do levantamento de campo realizado, os dados obtidos foram organizados em uma planilha Excel e administrado-se a estatística descritiva, com o uso de tabelas, gráficos e medidas de síntese, as quais foram correlacionadas ao referencial teórico pesquisado e citado na pesquisa, visando responder aos objetivos desse estudo.

Além disso, para a demonstração dos resultados obtidos na última questão do questionário, questão discursiva, utilizou-se como ferramenta uma nuvem de palavras. A técnica é utilizada para processamento de dados e consiste na representação visual da frequência com que palavras são utilizadas em um determinado texto (VILELA; RIBEIRO; BATISTA, 2020).

Na nuvem de palavras os termos são ilustrados em tamanhos, fontes e cores diferentes que visam representar o grau de relevância de cada palavra utilizada (VILELA; RIBEIRO; BATISTA, 2020). Dessa maneira, foi possível a ampliação da reflexão e análise qualitativa à respeito das respostas obtidas na pesquisa.

#### 1.6.6 Procedimentos Éticos

A pesquisa de campo realizada nessa Dissertação contou com a participação de seres humanos, portanto seguiu os procedimentos necessários para salvaguardar as questões éticas envolvidas, como a aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos, vinculado ao Instituto de Ciências da Saúde da Universidade Federal do Pará (CEP-ICS/UFGPA) (CAAE 36042919.7.0000.0018) (Anexo I) e utilização do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) assinado pelas participantes.

Nesse sentido, toda a coleta de dados e análise e interpretação subsequente foram realizadas de maneira a resguardar o anonimato das participantes. Além disso, é válido destacar os seguintes pontos:

1. O gerenciamento da pesquisa é de responsabilidade da pesquisadora Nathália Ferreira de Almeida, dispensando de qualquer equívoco ou falha que possa ter ocorrido no plano metodológico e/ou operativo dessa pesquisa, a Coordenação do Programa de Pós-Graduação em Segurança Pública (PPGSP), a direção do Instituto de Filosofia e Ciências Humanas (IFCH), bem como a Universidade Federal do Pará (UFPA);
2. Possíveis riscos sobre os resultados e conclusões dessa pesquisa são de responsabilidade da pesquisadora e não podem ser vinculados a nenhum participante do PPGSP;
3. A pesquisadora se encarregou pelos dispêndios financeiros necessários a execução desta pesquisa e, não faz qualquer objeção quanto à publicação de seus resultados por parte da UFPA.
4. Ainda que a pesquisadora tenha um lócus institucional, foram observadas as conveniências dos pesquisados quanto ao local, hora e dia da pesquisa; e por ser oriunda da corporação que é objeto de estudo, manteve-se atitude de vigilância à preservação de neutralidade nas argumentações.

#### 1.6.7 Proposta de Produto

O produto proposto após os resultados obtidos na pesquisa consistiu na elaboração de um projeto de programa de intervenção, denominado “Programa PM Sem Stress”, destinado à atenção em saúde e voltado ao combate ao estresse na Polícia Militar do Pará. Sua execução abrange atuações educativas, interventivas e preventivas, executadas por equipes de profissionais da área da saúde da instituição, propondo ações de orientação sobre os perigos do estresse e práticas para sua redução e controle.

Além disso, é apresentada a reestruturação do questionário utilizado na pesquisa, para sua utilização como ferramenta de coleta de dados sobre a percepção do estresse ocupacional durante a execução do referido programa proposto.

**CAPÍTULO 2 – ARTIGOS CIENTÍFICOS**

## 2.1 Artigo Científico 1

**Estresse policial: uma revisão integrativa sobre o estresse ocupacional em policiais****Police stress: a integrative review on occupational stress among police officers**

DOI:10.34117/bjdv6n7-788

Recebimento dos originais: 03/06/2020

Aceitação para publicação: 29/07/2020

**Nathália Ferreira de Almeida**

Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Segurança Pública da  
Universidade Federal do Pará - UFPA.

Instituição: Universidade Federal do Pará – UFPA Endereço: Rua  
Augusto Corrêa, 01 Guamá, Belém - PA, 66075110  
E-mail: ferreira.nathalia@gmail.com

**Andrea Bittencourt Pires Chaves**

Doutora em Desenvolvimento Sustentável do Trópico Úmido pela Universidade  
Federal do Pará – UFPA.

Docente da UFPA

Instituição: Universidade Federal do Pará – UFPA Endereço: Rua  
Augusto Corrêa, 01 - Guamá, Belém - PA, 66075110  
E-mail: andreachaves@ufpa.br

**RESUMO**

Os policiais constituem uma categoria de trabalhadores que em suas atribuições profissionais, expõem-se a diversas situações de risco com repercussão em sua saúde física e mental, e em sua atuação junto à sociedade. Nesse sentido, alguns eventos vivenciados no trabalho policial, são caracterizados como elementos geradores de estresse ocupacional, contribuindo para o surgimento de sintomas e consequências. Assim, esse trabalho teve como objetivo realizar uma revisão integrativa da literatura nacional e internacional sobre o estresse ocupacional em policiais. Com a utilização do protocolo PRISMA, o levantamento de dados foi realizado através das bases de pesquisa online da BVS, SCIELO e PubMed, em dezembro de 2019. Inicialmente foram identificadas 141 publicações potencialmente elegíveis, após análise dos títulos, remoção de duplicatas, leitura

## *Brazilian Journal of Development*

dos resumos e métodos e aplicação dos critérios de inclusão restaram apenas 10 artigos selecionados para revisão. A atuação profissional dos policiais é marcada por eventos geradores de estresse, tanto por elementos característicos da natureza de sua função quanto por elementos encontrados também em outras categorias profissionais. O estresse ocupacional nesse âmbito provoca efeitos no desempenho profissional e conseqüentemente na segurança pública de maneira geral. Ao reunir informações sobre as publicações mais recentes sobre o tema, o estudo pretende auxiliar futuras pesquisas.

**Palavras-Chave:** Estresse Ocupacional, Polícia, Segurança Pública, Trabalho, Bem-estar.

### **ABSTRACT**

Police officers are a category of workers who, in their professional duties, are exposed to various risk situations with repercussions, on their physical and mental health, and on their work with society. In this sense, some events experienced in police work are characterized as occupational stress-generating elements, contributing to the emergence of symptoms and consequences. The aim of this paper was to conduct a systematic review of national and international literature on occupational stress in police officers. Using the PRISMA protocol, data were collected through the BVS, SCIELO and PubMed online research databases in December 2019. Initially, 141 potentially eligible publications were identified, after title analysis, duplicate removal, reading of the data. abstracts and methods and application of the inclusion criteria remained only 10 articles selected for the review. The professional performance of police officers is marked by stressful events, both by elements characteristic of the nature of their function and by elements also found in other professional categories. Occupational stress in this context causes effects on professional performance and consequently on public safety in general. By gathering information on the most recent publications on the subject, this study aims to assist future research.

**KeyWords:** Occupational Stress, Police, Public Security, Work. Welfare.

### **1 INTRODUÇÃO**

Os agentes responsáveis pela aplicação e execução da Segurança Pública, além de personagens centrais nas questões de resolução de problemas de interesse geral da população, compõem uma gama de sujeitos cuja saúde e bem-estar requer atenção e cuidado adequados. A profissão policial, em suas atribuições rotineiras, conduz a situações de risco e desgastes físicos e/ou psicológicos, que podem gerar repercussão em sua atuação profissional junto à sociedade.

É indicado que profissões cujos serviços exigem contato direto com pessoas e cuja função principal reside na garantia de seu bem-estar e segurança, como



## *Brazilian Journal of Development*

profissionais da área da saúde, professores e policiais, tendem a apresentar maiores chances de ocorrência de estresse (SHANE, 2010). Além disso, trabalhos fisicamente e emocionalmente exigentes, bem como, aqueles possuidores de falta de flexibilidade e excesso de controle, são também caracterizados como particularmente estressantes (GERSHON et al., 2009). Nesse sentido, à atividade policial são identificadas características e vulnerabilidades que comumente a relacionam à manifestação de estresse ocupacional.

No contexto internacional, ao longo da última década a temática relativa ao estresse ocupacional no contexto do trabalho policial tem sido abordada em diversas pesquisas, em países como por exemplo Brasil, EUA, Jamaica, Espanha, Itália, Suíça e Índia (ACQUADRO MARAN et al., 2015; ALMALE et al., 2014; LIPP; COSTA; NUNES, 2017; LUCAS; WEIDNER; JANISSE, 2012; LUCEÑO-MORENO et al., 2016; MA et al., 2015; MELO SCHLICHTING JUNIOR et al., 2014; NELSON; SMITH, 2016; SCHILLING et al., 2019; SELOKAR et al., 2011). De modo geral, nota-se, portanto, que a incidência de estresse vivido por policiais é um fenômeno percebido globalmente e relacionado à função policial em si.

A abordagem inicial dos estudos sobre estresse no contexto da saúde foi introduzida por Hans Selye ainda no início do século XX. Suas pesquisas resultaram na formulação do modelo teórico explicativo conhecido como Síndrome Geral da Adaptação, que, em termos gerais, seria a maneira como todos os organismos vivos responderiam ao estresse (SELYE, 1951).

O estresse correlacionado ao trabalho, ou seja, o estresse ocupacional, é resultado de fontes físicas e psicossociais que atuam sobre um indivíduo em seu ambiente profissional. Em seu desenvolvimento o trabalhador percebe elementos estressores oriundos do trabalho que exerce, capazes de lhe provocarem reações negativas (ALMEIDA et al., 2015).

Alguns elementos vivenciados no trabalho policial, são caracterizados como proeminentes elementos estressores, ou seja, fontes geradoras de estresse. Comumente as queixas dos policiais referem-se aos riscos e ameaças, a falta de efetivo, equipamentos inadequados, excesso de trabalho e falta de tempo com familiares e amigos (COLLINS; GIBBS, 2003; GALANIS et al., 2018; VIOLANTI, et. al., 2016). Isto posto, considera-se que os elementos estressores podem ter origem dentro e fora das instituições policiais.

## *Brazilian Journal of Development*

Uma possível consequência relacionada ao estresse ocupacional residiria na influência negativa do mesmo na satisfação e atuação profissional, de maneira que o estresse implicaria na redução do desempenho policial (LIPP; COSTA; NUNES, 2017; SELOKAR et al., 2011; SHANE, 2010). À essa afirmação, justifica-se a importância e necessidade da realização de estudos sobre o tema em questão, tendo em vista que a atuação policial é parte integrante, quiçá fundamental, da engrenagem à qual move a segurança pública.

Portanto, a discussão suscitada implica em relevância social e valor heurístico não somente a respeito da saúde e bem-estar desses profissionais, como também à sua atuação diária e possíveis consequências à população. Assim, com o intuito de reunir informações pertinentes ao fenômeno apresentado, o artigo em questão tem por objetivo realizar uma revisão integrativa da literatura nacional e internacional referente ao estresse ocupacional em policiais.

### **2 MÉTODO**

Uma revisão integrativa consiste na reunião de resultados provenientes de estudos anteriores sobre determinado assunto, auxiliando na compreensão, fundamentação teórica e científica do tema abordado. Assim, baseia-se em um método sistematizado de levantamento de dados, análise e discussão de resultados (ERCOLE; MELO; ALCOFORADO, 2014).

Com o intuito de realizá-la através de um protocolo de revisão estruturado, foram adotados os critérios do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses – PRISMA. O PRISMA consiste em um check-list de itens relevantes a serem considerados em revisões sistematizadas e que se propõem a auxiliar o pesquisador no momento da estruturação de seu trabalho (GALVÃO; PANSANI; HARRAD, 2015).

Assim, o estudo foi efetuado em quatro etapas: formulação da questão problema; identificação e seleção dos estudos; extração dos dados e variáveis dos estudos; apresentação e discussão dos resultados.

A pergunta de pesquisa foi baseada na utilização da estratégia de definição da População, Conceito e Contexto (PCC) (AROMATARIS, E.; MUNN, Z., 2017). De maneira que a população considerada é a de policiais, o conceito abordado é o estresse ocupacional e o contexto englobou todas as regiões geográficas. Nesse

## *Brazilian Journal of Development*

sentido, foi construída a seguinte questão norteadora: “Qual é o cenário internacional dos estudos sobre o estresse ocupacional percebido em policiais?”.

O levantamento de dados foi realizado nas bases de pesquisa online da BVS (Biblioteca Virtual em Saúde), SCIELO (Scielo Electronic Library Online) e PubMed. Foram estabelecidos sete descritores relativos ao tema proposto, cujos cruzamentos resultaram em doze termos de busca em inglês e com seus equivalentes em português.

A estratégia de levantamento consistiu na análise sequencial dos títulos dos artigos que contivessem os seguintes descritores: Police AND Occupational Stress, Police AND Work Stress, Police AND Stress Perception, Police AND Work Health, Police Officers AND Occupational Stress, Police Officers AND Work Stress, Police Officers AND Stress Perception, Police Officers AND Work Health, Public Security AND Occupational Stress, Public Security AND Work Stress, Public Security AND Stress Perception, Public Security AND Work Health. Toda o procedimento de busca foi realizado durante o mês de dezembro de 2019.

Para tanto, foram incluídos na revisão: artigos científicos (1) indexados nas bases de dados selecionadas (2), publicados integralmente em meio eletrônico (3) e em que os descritores selecionados estivessem presentes no título dos trabalhos (4). Além disso, visando maior abrangência do tema, confiabilidade e atualidade dos resultados, foram selecionados trabalhos em português e em inglês (5), resultantes de pesquisas empíricas (6), sem restrição de sexo dos participantes (7) e publicadas no meio científico nos últimos 10 anos (8).

### **3 RESULTADOS**

Através do levantamento inicial utilizando-se os termos de busca mencionados anteriormente, foram identificadas 141 publicações potencialmente elegíveis sobre o tema em questão. Após análise inicial dos títulos dos artigos e remoção das duplicatas, restaram 31 artigos científicos.

Em seguida, foi realizada a leitura dos resumos e posteriormente dos métodos das pesquisas selecionadas para identificação dos critérios de inclusão propostos na revisão; excluindo-se, portanto, aqueles de base essencialmente teórica e com restrição de sexo dos participantes. Por fim, apenas 10 artigos

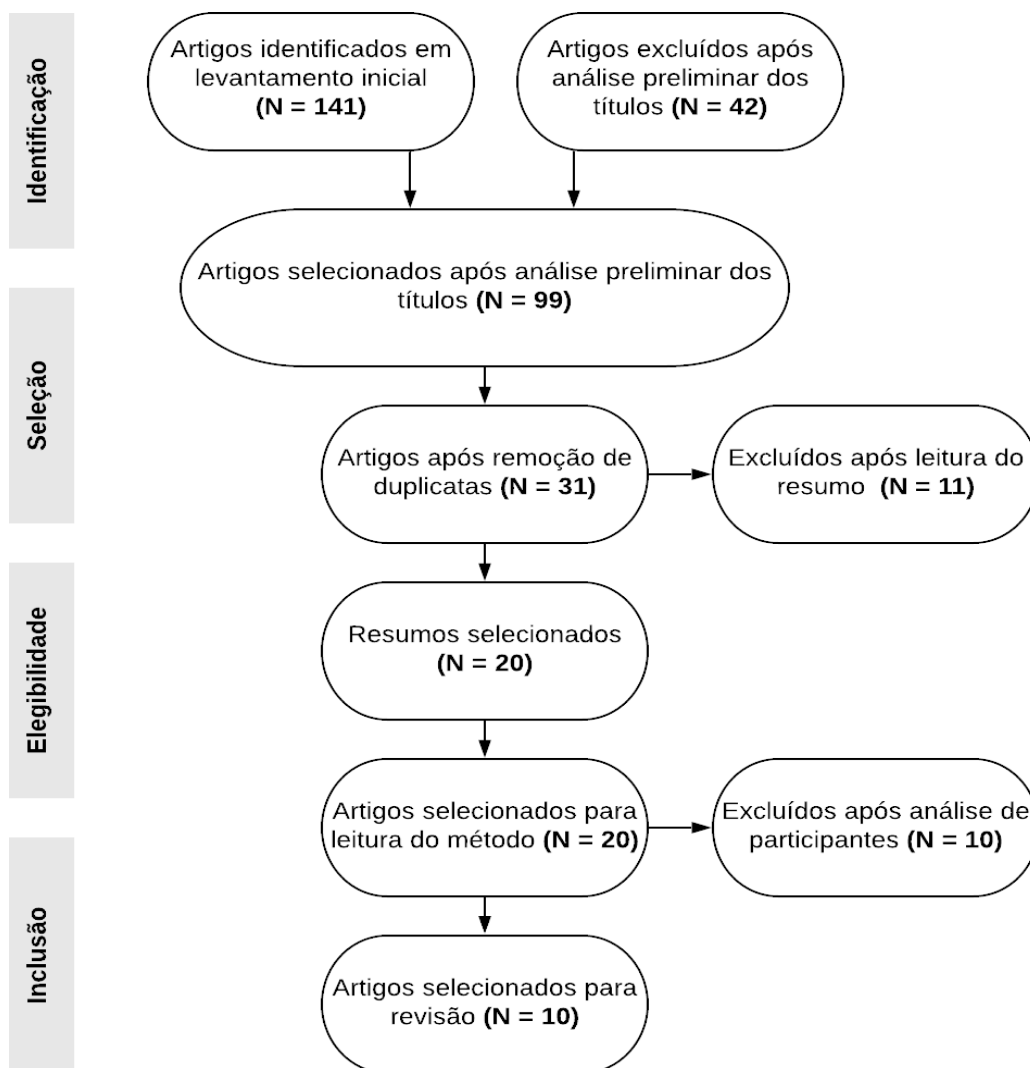
## *Brazilian Journal of Development*

científicos atenderam aos critérios e foram selecionados para a revisão e análise proposta. A Figura 01 apresenta o fluxograma de seleção descrita acima.

Para análise dos resultados, os trabalhos escolhidos foram relacionados na Tabela 01, de acordo com as respectivas evidências coletadas dos seguintes itens: autores e ano de publicação, tamanho da amostra, país de origem do estudo, instrumentos utilizados e objetivos. Na Tabela 02 são apresentados os principais resultados encontrados em cada um dos estudos.

As pesquisas incluídas foram publicadas entre os anos de 2011 e 2019 e ao todo contabilizaram uma amostra total de 5.281 policiais, de ambos os sexos, e de 7 nacionalidades diferentes.

**Figura 1.** Fluxograma da seleção de artigos



**TABELA 01.** Dados coletados nos artigos selecionados sobre estresse ocupacional em policiais conforme: autores/ano, país, amostra, instrumentos e objetivos.

<b>Autor/Ano</b>	<b>País</b>	<b>Amostra</b>	<b>Instrumentos</b>	<b>Objetivos</b>
MELO SCHLICHTING JUNIOR et al., 2014.	Brasil	n = 1069	Short Form Health Survey (SF-36); Occupational Stress Indicators (OSI).	Descrever as características sociodemográficas e ocupacionais, as condições de saúde e os indicadores de estresse ocupacional dos militares de Santa Catarina, Brasil.
NELSON; SMITH, 2016.	Jamaica	n = 134	Well-being Process Questionnaire (WPQ).	Examinar a relação entre as características do trabalho, o enfrentamento e a saúde mental dos policiais jamaicanos.
ACQUADRO MARAN et al., 2015.	Itália	n = 617	Police Stress Questionnaire; Distress Thermometer; State-Trait Anxiety Inventory (STAI Y-1 and STAI Y-2); Brief COPE questionnaire.	Investigar os estressores percebidos policiais da Itália e considerar os efeitos de gênero, papel organizacional e setor de operação na percepção do estresse.
MA et al., 2015.	EUA	n = 365	Spielberger Police Stress Survey	Examinar a associação entre o trabalho por turnos e o estresse relacionado ao trabalho policial.
ALMALE et al, 2014.	Índia	n = 276	Occupational stress index (OSI).	Estudar o nível de estresse ocupacional e sua associação com alguns fatores sociodemográficos em policiais de Mumbai, Índia.
SELOKAR et al., 2011.	Índia	n = 102	The Professional Life Stress Test	Encontrar a associação de fatores específicos com o nível de estresse entre policiais na cidade de Wardha, Índia.
LUCAS; WEIDNER; JANISSE, 2012.	EUA	n = 115	Police Stress Survey; Brief Big Five; 12-item core self-evaluations scale.	Demonstrar um método para sondar a estrutura de variação das classificações de estresse no trabalho e ilustrar como investigar características específicas de trabalhadores e estressores de trabalho.
SCHILLING et al., 2019.	Suíça	n = 201	Job Demand and Control (JDC); Effort-Reward Imbalance (ERI); Shirom Melamed Burnout Measure (SMBM); Insomnia Severity Index (ISI); General Health Questionnaire (GHQ-12).	Descobrir se os níveis de aptidão cardiorrespiratória moderam a relação entre estresse ocupacional, resultados cardiovasculares e saúde mental.
LIPP; COSTA; NUNES, 2017.	Brasil	n = 1837	Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp; Escala Analógica Visual (EAV); Lipp Inventário de Qualidade de Vida; Inventário de Fontes Estressoras no Trabalho (IFET).	Mapear a prevalência de estresse, sua gravidade, o nível de qualidade de vida e os estressores ocupacionais de policiais do Estado do Mato Grosso, Brasil.
LUCEÑO-MORENO et al., 2016.	Espanha	n = 565	Questionário DECORE.	Determinar possíveis diferenças na percepção do estresse ocupacional no trabalho, dependendo do posto, sexo, idade

**TABELA 02.** Principais resultados encontrados nos artigos selecionados sobre estresse ocupacional em policiais.

<b>Autor/Ano</b>	<b>Principais resultados encontrados</b>
MELO SCHLICHTING JUNIOR et al., 2014.	A tendência à redução da vitalidade causada pelo estresse ocupacional aumenta com a idade e com maior número de horas de trabalho por dia. As condições de trabalho dos policiais que atuam em atividades operacionais, têm maior efeito no estresse ocupacional.
NELSON; SMITH, 2016.	As características do trabalho influenciaram indiretamente a saúde mental dos policiais através do estresse ocupacional percebido. Características negativas do trabalho e estratégias de enfrentamento focadas na emoção foram associados positivamente com depressão e ansiedade.
ACQUADRO MARAN et al., 2015.	Policiais femininos e masculinos sofreram angústias causadas por diferentes estressores e as consequências e estratégias de enfrentamento adotadas diferiram de acordo com gênero, função e setor. Policiais do sexo feminino em todas as funções exibiram níveis mais altos de angústia e estresse organizacional do que seus colegas do sexo masculino.
MA et al., 2015.	Policiais que trabalham no turno da tarde e da noite relataram número maior de eventos estressores relacionados ao trabalho em comparação com aqueles que trabalham no turno do dia. As diferenças foram independentes de idade, sexo, raça/etnia e posto policial.
ALMALE et al., 2014.	Observou-se que 73% dos policiais participantes apresentou nível moderado de estresse, enquanto 18% apresentou alto nível de estresse no trabalho. Foram encontrados como elementos estressores a sobrecarga e condições extenuantes de trabalho, falta de lucratividade, entre outros.
SELOKAR et al., 2011.	Encontrada associação significativa com a faixa etária, estado civil, escolaridade e horário de trabalho e o nível de estresse entre os policiais. Foram identificados como estressores ocupacionais as críticas de superiores, o excesso de trabalho, a ausência de recompensas, o valor inadequado atribuído às habilidades profissionais e a ausência de satisfação no trabalho.
LUCAS; WEIDNER; JANISSE, 2012.	A capacidade das tarefas e ambientes de trabalho de provocar estresse nos trabalhadores depende de quem especificamente está o percebendo. Quanto mais os policiais eram expostos a um estressor específico, mais alarmantes eles percebiam que aquele estressor era. Um estressor era visto como mais controlável quando os policiais percebiam que haviam sido adequadamente treinados para lidar com isso.
SCHILLING et al., 2019.	O estresse ocupacional está associado negativamente ao bem-estar mental dos policiais, podendo estar mais intimamente relacionado à saúde psicológica do que à saúde física. Altos níveis de estresse ocupacional foram associados a sintomas de Burnout, queixas relacionadas ao sono e aumento do sofrimento psíquico.
LIPP; COSTA; NUNES, 2017.	Associação significativa entre altos níveis de estresse e má qualidade de vida, principalmente na área da saúde. 52% dos participantes do estudo apresentaram grau de estresse no trabalho.
LUCEÑO-MORENO et al., 2016.	Embora a classificação ocupacional seja um fator determinante nos altos níveis de estresse percebidos pela população em questão, outras variáveis como sexo, idade e tipo de turno parecem ter nenhum impacto sobre esses níveis de estresse.

**Fonte:** Elaboração dos autores.

## DISCUSSÃO

A análise dos ambientes verificados nas pesquisas selecionadas para esta revisão sistemática, compreendendo países dos continentes americano, europeu e asiático, confirmou o alcance do interesse em estudos acerca do tema. Nessa perspectiva, é indicado que o estresse vivenciado no ambiente de trabalho é uma problemática de ocorrência global que acomete diversas profissões e organizações (ALMALE et al., 2014; LIPP; COSTA; NUNES, 2017; SELOKAR et al., 2011). Bem por isso, o estresse ocupacional é pontuado como uma questão de saúde

## *Brazilian Journal of Development*

pública, o qual necessita de ações que visem criar ambientes de trabalho menos estressantes e tornar os funcionários física e psicologicamente mais resistentes a ele (SCHILLING et al., 2019). Além disso, cabe salientar que no Brasil, em termos legais, o estresse é considerado uma doença ocupacional desde o ano de 1999, através da Lei Nº 3.048 (LIPP; COSTA; NUNES, 2017).

Nesse sentido, a exposição prolongada ao estresse ocupacional pode levar a consequências negativas para a saúde dos indivíduos, acarretando problemas de saúde mental e alteração em seu desempenho no trabalho e na qualidade de vida; interferindo inclusive no pensamento lógico e em tomadas de decisão (LIPP; COSTA; NUNES, 2017; SCHILLING et al., 2019; SELOKAR et al., 2011). Por sua vez, essas alterações podem causar impactos nas atividades às quais os indivíduos se propõem, não sendo diferente no caso dos policiais.

Em alguns estudos, a função policial é considerada uma das ocupações com os níveis mais altos de estresse devido à sua própria natureza de exposição à riscos (ACQUADRO MARAN et al., 2015; ALMALE et al., 2014; LIPP; COSTA; NUNES, 2017; SELOKAR et al., 2011). Assim, entender melhor as fontes de estresse vivenciados por policiais é importante não apenas por causa das implicações diretas em sua saúde e qualidade de vida, mas também porque o estresse da polícia afeta indiretamente a segurança da comunidade e a saúde pública (LUCAS; WEIDNER; JANISSE, 2012).

De maneira geral, os estudos selecionados basearam-se na percepção do estresse ocupacional de acordo com a avaliação dos próprios sujeitos por ele afetados. Grande parte das pesquisas selecionadas para a revisão, tiveram com objetivo avaliar os níveis de estresse percebido e sua associação com características ocupacionais, sociodemográficos e de saúde (ACQUADRO MARAN et al., 2015; ALMALE et al., 2014; LIPP; COSTA; NUNES, 2017; LUCEÑO-MORENO et al., 2016; MA et al., 2015; MELO SCHLICHTING JUNIOR et al., 2014; NELSON; SMITH, 2016; SCHILLING et al., 2019; SELOKAR et al., 2011).

Em uma análise mais específicas, alguns estudos buscaram investigar a relação entre características do trabalho e as estratégias de enfrentamento ao estresse (ACQUADRO MARAN et al., 2015; NELSON; SMITH, 2016); examinar a associação entre turno de trabalho e estresse policial relacionado ao trabalho (MA et al., 2015); descobrir se os níveis de aptidão cardiorrespiratória moderavam a relação entre estresse ocupacional resultados cardiovasculares e de saúde mental

## *Brazilian Journal of Development*

(SCHILLING et al., 2019); e ilustrar como investigar características específicas de trabalhadores e estressores de trabalho (LUCAS; WEIDNER; JANISSE, 2012).

Características sociodemográficas apresentadas em diferentes estudos apresentam-se de maneira convergente, demonstrando um perfil semelhante de policiais ao redor do mundo. A maioria dos participantes das pesquisas eram do sexo masculino, casados e com média de idades variando de 27 à 52 anos de idade (ALMALE et al., 2014; LIPP; COSTA; NUNES, 2017; LUCEÑO-MORENO et al., 2016; MA et al., 2015; MELO SCHLICHTING JUNIOR et al., 2014; NELSON; SMITH, 2016; SCHILLING et al., 2019; SELOKAR et al., 2011). Apesar das semelhanças sobre o perfil, não foi obtido consenso no que diz respeito às associações entre determinadas variáveis sociodemográficas e a incidência do estresse laboral.

Em pesquisa realizada com policiais da Índia, os autores identificaram a existência de associações significativas entre faixa etária, estado civil, escolaridade e jornada de trabalho com o nível de estresse entre os policiais estudados. De maneira que os níveis de estresse aumentaram conforme a idade e o aumento de carga horária de trabalho (SELOKAR et al., 2011). Resultados obtidos em estudo realizado no Brasil também pontuam que níveis mais altos de estresse ocupacional estão associados com maior número de horas trabalhadas e idade dos sujeitos. Assim, os policiais iniciantes teriam condições de saúde física e mental melhores dos que os policiais com mais tempo de trabalho na instituição (MELO SCHLICHTING JUNIOR et al., 2014).

Em contrapartida, opondo-se a esses achados, um estudo promovido na Espanha apontou que os policiais apresentavam altos níveis de estresse, independentemente de sua posição ocupacional, sexo, idade e turno de trabalho, portanto essas variáveis parecem ter nenhum impacto sobre os níveis de estresse (LUCEÑO-MORENO et al., 2016).

Essas diferenças encontradas podem estar relacionadas às diferenças socioeconômicas da localidade onde cada levantamento foi realizado. De certo modo, o mesmo pode ilustrar a afirmação presente na pesquisa com policiais jamaicanos de que os riscos envolvendo o trabalho policial estariam especialmente mais presentes em países em desenvolvimento (NELSON; SMITH, 2016).

A exposição a situações estressantes também pode estar relacionada aos turnos em que o sujeito desempenha suas atividades. Na pesquisa realizada nos



## *Brazilian Journal of Development*

EUA, policiais que trabalhavam no turno da tarde e da noite relataram um número maior de estressores em comparação com aqueles que trabalham no turno do dia. Explica-se a diferença na intensidade e conteúdo do trabalho e na presença maior de ameaças físicas/psicológicas durante a tarde e à noite (MA et al., 2015).

Riscos característicos da função policial como o contato com eventos inesperados de violência e morte e perigos físicos e psicológicos são apontados como possíveis geradores de estresse ocupacional (ACQUADRO MARAN et al., 2015; LIPP; COSTA; NUNES, 2017; LUCAS; WEIDNER; JANISSE, 2012; MA et al., 2015; MELO SCHLICHTING JUNIOR et al., 2014; NELSON; SMITH, 2016; SELOKAR et al., 2011). Entretanto, cabe salientar a presença de uma gama de estressores identificados em policiais que não tem correlação direta com a natureza de sua função e que podem ser encontrados em outras profissões.

Assim, para além das experiências únicas que o serviço policial é capaz de imprimir a seus profissionais, estes também estão expostos a questões habituais e comuns a outros tipos de ocupações. No estudo realizado com policiais dos EUA, os participantes relataram vivenciar uma média de mais de três eventos estressantes relacionados ao trabalho por dia. Além disso, tais eventos estressores estariam relacionados à pressões administrativas e não a ameaças de risco físico ou psicológico (MA et al., 2015). Nota-se que a função policial é perpassada por uma complexidade e estende-se a cenários, por vezes, pouco percebidos pelo público externo.

Nesse sentido, a sobrecarga de trabalho foi um elemento estressor presente na maioria das respostas obtidas (ALMALE et al., 2014; ACQUADRO MARAN et al., 2015; LIPP; COSTA; NUNES, 2017; MELO SCHLICHTING JUNIOR et al., 2014; NELSON; SMITH, 2016; SELOKAR et al., 2011). Além disso, são apontados como elementos desencadeadores de estresse ocupacional entre os policiais participantes: relações de hierarquia e ausência de apoio de superiores (LIPP; COSTA; NUNES, 2017; LUCEÑO-MORENO et al., 2016; LUCAS; WEIDNER; JANISSE, 2012; SELOKAR et al., 2011); turnos de trabalho superiores a 8 horas diárias (ALMALE et al., 2014; LUCEÑO-MORENO et al., 2016; MELO SCHLICHTING JUNIOR et al., 2014; SELOKAR et al., 2011); falta de treinamento e equipamento adequado (LIPP; COSTA; NUNES, 2017); burocracias e pressões administrativas (LIPP; COSTA; NUNES, 2017; MA et al.,

## *Brazilian Journal of Development*

2015) e hostilidade da sociedade e da mídia (ALMALE et al., 2014; LIPP; COSTA; NUNES, 2017).

É importante salientar que a percepção do estresse ocupacional possui caráter subjetivo e único a cada sujeito. Em outras palavras, a capacidade de um evento ser considerado estressor pode depender muito de quem especificamente está o percebendo. Por exemplo, a entrega de notificações de morte pode ser mais estressante do que lidar com multidões agressivas para alguns policiais e vice-versa para outros (LUCAS; WEIDNER; JANISSE, 2012).

Assim, policiais estariam expostos a uma multiplicidade de situações estressantes que resultariam em implicações físicas e psicológicas por eles enfrentadas (ACQUADRO MARAN et al., 2015; LIPP; COSTA; NUNES, 2017; MELO SCHLICHTING JUNIOR et al., 2014; NELSON; SMITH, 2016; SELOKAR et al., 2011). Portanto, os sintomas decorrentes do estresse manifestam-se à nível físico e/ou psicológico, tendo como exemplo: constante desgaste físico, tensão muscular, problemas com memória, cansaço mental e insônia. Em estudo realizado no Brasil foram identificados uma média de 12 sintomas de estresse por indivíduo, com casos de policiais apresentando até 60 sintomas significativos relacionados ao estresse ocupacional (LIPP; COSTA; NUNES, 2017).

Essa constatação demonstra que parte desses trabalhadores dispensam grande esforço para lidar com o estresse e os sintomas causados por ele, contribuindo, assim, para o aparecimento de consequências em seu desempenho profissional, provocando redução da eficiência e produtividade, baixa satisfação com o trabalho, absenteísmo, entre outros. (LIPP; COSTA; NUNES, 2017; SELOKAR et al., 2011).

O estudo realizado com policiais da Itália identificou diferenças entre os sexos masculino e feminino no que se refere às estratégias de enfrentamento, ou seja, a maneira como cada indivíduo dispõe-se a tentar lidar com o estresse. Os policiais do sexo masculino adotaram estratégias relacionadas ao sentimento de culpa, atribuído à sua incapacidade de lidar com o problema, e negação da existência do problema em si. Já as participantes do sexo feminino utilizaram-se de estratégias voltadas à ação e planejamento adaptativo (ACQUADRO MARAN et al., 2015).

Essa diferença entre os gêneros é percebida em outros aspectos do mesmo estudo. Os resultados revelaram que as mulheres em funções operacionais eram mais vulneráveis a estressores do que seus colegas do sexo oposto, exibindo níveis

## *Brazilian Journal of Development*

mais altos de estresse e angústia. Os mesmos autores afirmam, ainda, que policiais femininas são expostas a mais estressores, o que em parte pode ser explicado por suas tentativas de obter aceitação e conquistar a estima de colegas e superiores dentro do que historicamente tem sido uma profissão dominada por homens (ACQUADRO MARAN et al., 2015).

Relativo à isso, a predominância masculina é evidenciada nos resultados sociodemográficos de todos os estudos selecionados para essa revisão, explicitados anteriormente. Confirmando-se, portanto, a ainda marcante predominância de homens nas instituições policiais ao redor do mundo. Na maioria dos estudos expostos essa característica impossibilitou análises mais profundas relacionadas ao gênero e sua associação com o estresse ocupacional em policiais.

### **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O levantamento inicial de seleção dos estudos incluídos nessa revisão contabilizou desde o início uma quantidade discreta de trabalhos relacionados ao tema, porém pôde-se constatar que o interesse em pesquisas sobre estresse ocupacional em policiais fez-se presente em diferentes países nos últimos dez anos. Os resultados obtidos puderam elucidar panorama sobre o tema e demonstram o quanto a atividade desses profissionais é perpassada por eventos geradores de estresse, seja por elementos próprios do policiamento, seja por elementos comuns a outras atividades. Evidenciam-se as possíveis consequências do estresse em seu desempenho profissional e para a segurança pública de maneira geral.

Para melhor proposição de futuros estudos, é importante pontuar algumas limitações dessa revisão. A escolha de apenas três bases de pesquisa e a inclusão de publicações apenas na língua portuguesa e inglesa, restringiu a possibilidade de alcançar outras pesquisas com possíveis contribuições relevantes sobre o tema. É confirmada, portanto, a necessidade de novos estudos com foco sob os diferentes aspectos que compõem o estresse ocupacional vivido por policiais; como por exemplo os elementos estressores, as estratégias de enfrentamento utilizadas e os principais sintomas e consequências, relacionando-os à carga horária, tempo de serviço, nível hierárquico, entre outros.

Além disso, apesar de apresentar como critério de inclusão pesquisas com participantes de ambos os gêneros, não foi possível aprofundar as considerações

## *Brazilian Journal of Development*

sobre essa variável devido à escassez de análises sob essa ótica e número reduzido de participantes do sexo feminino nos estudos realizados, em comparação com o sexo oposto. Sugere-se, portanto, a realização de novas pesquisas teóricas e empíricas que provoquem discussões sobre a presença de mulheres nas forças policiais e as possíveis particularidades por elas enfrentadas nesse cenário.

Diante disso, considera-se que essa revisão pode auxiliar profissionais da área e outros pesquisadores em futuras estudos sobre o estresse ocupacional, uma vez que reúne informações à nível internacional, servindo como base teórica de revisão da literatura para trabalhos de natureza empírica; assim como pretende dar o devido destaque à relevância do tema em questão.

### REFERÊNCIAS

ACQUADRO MARAN, Daniela et al. Occupational stress, anxiety and coping strategies in police officers. **Occupational medicine**, v. 65, n. 6, p. 466-473, 2015. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26048331>>. Acesso em 03 dez. 2019.

ALMALE, Balaji D. et al. An epidemiologic study of occupational stress factors in Mumbai police personnel. **Indian journal of occupational and environmental medicine**, v. 18, n. 3, p. 109, 2014. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25598614>>. Acesso em: 03 dez. 2019.

ALMEIDA, D. M. et al. O. Estresse Ocupacional na Perspectiva dos Bombeiros da Cidade de Santa Maria/Rs. **Revista de Carreiras e Pessoas São Paulo**, v. V, n. 01. p. 156-171, jan/fev/mar/abr, 2015. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/index.php/ReCaPe/article/view/23322>>. Acesso em: 03 dez. 2019.

AROMATARIS, E.; MUNN, Z. *Joanna Briggs Institute Reviewer's Manual*. **The Joanna Briggs Institute**, 2017 Disponível em: <<https://reviewersmanual.joannabriggs.org/>>. Acesso em: 06 dez. 2019.

ERCOLE, F. F.; MELO, L. S.; ALCOFORADO, C. L. G. C. Revisão Integrativa VS Revisão Sistemática. **Revista Mineira de Enfermagem**, v. 18, n. 1, p. 1-3, 2014. Disponível em: <<https://cdn.publisher.gn1.link/remo.org.br/pdf/v18n1a01.pdf>>. Acesso em: 20 jan. 2020.

COLLINS, P. A.; GIBBS, A. C. C. Stress in police officers: a study of the origins, prevalence and severity of stress-related symptoms within a county police force. **Occupational medicine**, v. 53, n. 4, p. 256-264, 2003. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12815123>>. Acesso em: 03 dez. 2019.

## *Brazilian Journal of Development*

GALANIS, Petros et al. Risk factors for occupational stress among Greek police officers. **Policing: An International Journal**, 2018. Disponível em: <<https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/PIJPSM-09-2018-0131/full/html>>. Acesso em: 04 dez. 2019.

GALVÃO, Taís Freire; PANSANI, Thais de Souza Andrade; HARRAD, David. Principais itens para relatar Revisões sistemáticas e Meta-análises: A recomendação PRISMA. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 24, p. 335-342, 2015. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S223796222015000200335](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S223796222015000200335)>. Acesso em: 08 de dez. 2019.

GERSHON, Robyn RM et al. Mental, physical, and behavioral outcomes associated with perceived work stress in police officers. **Criminal justice and behavior**, v. 36, n. 3, p. 275-289, 2009. Disponível em: <[https://www.researchgate.net/publication/247745218\\_Mental\\_Physical\\_and\\_Behavioral\\_Outcomes\\_Associated\\_With\\_Perceived\\_Work\\_Stress\\_in\\_Police\\_Officers](https://www.researchgate.net/publication/247745218_Mental_Physical_and_Behavioral_Outcomes_Associated_With_Perceived_Work_Stress_in_Police_Officers)>. Acesso em: 04 dez. 2019.

LIPP, Marilda E. Novaes; COSTA, Keila Regina da Silva Nunes; NUNES, Vaneska de Oliveira. Estresse, qualidade de vida e estressores ocupacionais de policiais: sintomas mais frequentes. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 17, n. 1, p. 46-53, 2017. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1984-66572017000100006](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572017000100006)>. Acesso em: 04 de dez. 2019.

LUCAS, Todd; WEIDNER, Nathan; JANISSE, James. Where does work stress come from? A generalizability analysis of stress in police officers. **Psychology & Health**, v. 27, n. 12, p. 1426-1447, 2012. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22612444>>. Acesso em: 03 dez. 2019.

LUCEÑO-MORENO, Lourdes et al. Stress in Spanish police force depending on occupational rank, sex, age and work-shift. **Psicothema**, v. 28, n. 4, p. 389-393, 2016. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27776606>>. Acesso em: 03 dez. 2019.

MA, Claudia C. et al. Shift work and occupational stress in police officers. **Safety and health at work**, v. 6, n. 1, p. 25-29, 2015. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4372186/>>. Acesso em: 03 dez. 2019.

MELO SCHLICHTING JUNIOR, Antônio et al. The occupational stress affects the health conditions of military police officers. **Revista Cubana de Medicina Militar**, v. 43, n. 3, p. 293-306, 2014. Disponível em <[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0138-65572014000300004](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572014000300004)>. Acesso em 03 dez. 2019.

NELSON, K. V.; SMITH, Andrew Paul. Occupational stress, coping and mental health in Jamaican police officers. **Occupational medicine**, v. 66, n. 6, p. 488-491, 2016. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27131386>>. Acesso em: 04 dez. 2019.

## *Brazilian Journal of Development*

SCHILLING, René et al. Does cardiorespiratory fitness moderate the association between occupational stress, cardiovascular risk, and mental health in police officers? **International journal of environmental research and public health**, v. 16, n. 13, p. 2349, 2019. Disponível em:

<<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/31277211>>. Acesso em: 04 dez. 2019.

SELOKAR, D. et al. Occupational stress among police personnel of Wardha city, India. **The Australasian medical journal**, v. 4, n. 3, p. 114, 2011. Disponível em:

<<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3562957/>>. Acesso em: 04 dez. 2019.

SELYE, Hans. The General-Adaptation-Syndrome. **Annual Review of Medicine**, v. 2, p. 327-342, 1951. Disponível em:

<<https://www.annualreviews.org/doi/10.1146/annurev.me.02.020151.001551>>.

Acesso em: 08 dez. 2019.

SHANE, Jon M. Organizational stressors and police performance. **Journal of criminal justice**, v. 38, n. 4, p. 807-

818, 2010. Disponível em: <

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0047235210001200>>. Acesso

em: 04 dez. 2019.

VIOLANTI, John M. et al. Highly rated and most frequent stressors among police officers: gender differences. **American journal of criminal justice**, v. 41, n. 4, p. 645-662, 2016.

Disponível em:

<<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28260848>>. Acesso em: 03 dez. 2019.

## 2.2 Artigo Científico 2

### **ESTRESSE OCUPACIONAL E ELEMENTOS ESTRESSORES: A PERCEPÇÃO DE MULHERES DE UMA UNIDADE ADMINISTRATIVA DA POLÍCIA MILITAR DO PARÁ<sup>1</sup>**

#### **OCCUPATIONAL STRESS AND STRESSORS: THE PERCEPTION OF WOMEN FROM AN ADMINISTRATIVE UNIT OF THE PARÁ MILITARY POLICE**

Nathália Ferreira de Almeida  
Andrea Bittencourt Pires Chaves

#### **RESUMO**

Pesquisa descritiva de abordagem quantitativa objetivou verificar de que maneira o estresse ocupacional é percebido por mulheres policiais militares, bem como identificar quais são os principais elementos geradores de estresse em seu trabalho. O levantamento de dados foi realizado por meio de questionário de questões objetivas, cujas participantes foram policiais de uma unidade administrativa da Polícia Militar do Pará. Os dados obtidos foram analisados por meio de estatística descritiva. Observou-se que as participantes consideram suas funções estressantes e percebem de maneira significativa os efeitos do estresse ocupacional em seu cotidiano, principalmente nas relações familiares. Os principais elementos estressores identificados estiveram relacionados a questões laborais encontradas também em outras profissões, como excesso de trabalho, baixa remuneração e ambiente físico e equipamentos inadequados. Diante dos achados, confirma-se a necessidade de ações de valorização profissional, que visem a manutenção da saúde, bem estar e bom desempenho dessas profissionais.

**PALAVRAS-CHAVE:** Segurança Pública. Trabalho. Valorização Profissional. Saúde.

---

<sup>1</sup> Artigo submetido à Revista Política & Trabalho (ISSN: 1517-5901), Qualis Interdisciplinar B2. Redigido em conformidade às normas de publicação do referido periódico (ANEXO IV).

## ABSTRACT

Descriptive research with a quantitative approach, aimed to verify how occupational stress is perceived by female police officers, as well as to identify which are the main elements that generate stress in their work. The data survey was carried out by means of an objective, considering participants were policemen from an administrative unit of the Military Police of Pará. The data obtained through descriptive statistics. It was observed that the participants consider their functions to be stressful and significantly perceive the effects of occupational stress in their daily lives, especially in family relationships. The main stressors determine the labor issues found in other professions as well, such as overwork, low pay and inadequate physical environment and equipment. In view of the findings, the need for professional enhancement actions is confirmed, aimed at maintaining the health, well-being and good performance of these professionals.

**KEY WORDS:** Public security. Work. Professional Appreciation. Health.

## 1 INTRODUÇÃO

A existência humana é fundada no trabalho e a satisfação pessoal é vinculada à vida profissional, porém existem situações em que a atividade laboral pode representar riscos à saúde e ao bem-estar dos trabalhadores (ADEGOKE, 2014). Assim, a ocorrência de quadros de estresse é comumente relacionada ao âmbito do trabalho, por ser uma das atividades humanas que ocupa parcela mais significativa do tempo, energia e vida dos indivíduos em todas as nações do mundo (SISTO et al., 2012).

O estresse relacionado ao trabalho pode se desenvolver quando o trabalhador recebe uma carga de demandas profissionais para as quais não têm habilidades e/ou recursos para lidar de maneira adequada em dado momento. Nesse contexto, o indivíduo emitiria então respostas físicas e emocionais no intuito de enfrentar essas demandas. Compreende-se, assim, que o estresse no trabalho é fruto de uma interação entre as exigências que recaem sobre o trabalhador e a maneira como ele reage frente a elas (SISTO et al., 2012; ADEGOKE, 2014).

O estresse ocupacional, portanto, ocorre conforme uma série de variáveis que envolvem características do próprio trabalhador, como traços de personalidade e padrões comportamentais, e características de sua atividade laboral em si e do ambiente no qual ocorre (SISTO et al., 2012). Diante disso, considera-se que uma combinação desses fatores é necessária para que o fenômeno seja apresentado e, sobretudo, percebido como tal pelos indivíduos. Por meio dessa perspectiva, entende-se que investigações voltadas ao estresse



ocupacional perpassam, sobretudo, pela percepção de cada indivíduo frente a quais elementos do trabalho são identificados como estressores (BALASSIANO; TAVARES; PIMENTA, 2011).

Assim, em linhas gerais, os chamados estímulos estressores, comumente relacionados a situações de ameaças, são aqueles capazes de gerar respostas de estresse dos seres vivos. Ao ocorrerem, esses estressores exigem do organismo atingido respostas de adaptação ao ambiente no qual o estímulo estressor se apresenta (SISTO et al., 2012). Esses elementos estressores podem ter origem física (barulhos, iluminação, materiais de trabalho, local, etc.) ou psicossocial (relações interpessoais, hierarquia, valorização profissional, entre outros) (BALASSIANO; TAVARES; PIMENTA, 2011).

Cabe salientar, novamente, que os estressores percebidos podem influenciar na saúde dos indivíduos e no bem estar dentro das instituições. Em situações extremas, elementos estressores são capazes inclusive de gerar profundos traumas como Transtorno de Estresse Pós-Traumático ou ideação suicida (MCCREARY; FONG; GROLL, 2017).

Destaca-se, porém, que determinadas ocupações e locais de trabalho por si só tendem a provocar estresse na maioria dos trabalhadores (SISTO et al., 2012). Afirma-se que o estresse ocupacional tenda a atingir mais frequentemente profissionais que lidam diretamente com outras pessoas, em práticas de proteção e cuidado; isto porque são atividades que demandam grandes responsabilidades, tempo e bom desempenho (ADEGOKE, 2014; SILVA; SALLES, 2016).

Assim, de maneira geral, semelhantes elementos estressores podem ser encontrados em ampla gama de ocupações, porém no que diz respeito ao trabalho policial, além dos estressores comumente encontrados em outras profissões, é possível também encontrar estressores específicos à função policial (MCCREARY; FONG; GROLL, 2017; GOMES; AFONSO, 2016). É de conhecimento popular que corriqueiramente policiais se deparam com situações potencialmente arriscadas de violência e desordem, cujo cidadão comum raramente entra contato durante a vida, e que podem gerar traumas físicos e/ou psicológicos (KAUR; CHODAGIRI; REDDI, 2013; LAMBERT et al., 2016).

Diante desse cenário, é de se esperar que os sujeitos em frequente exposição à essas vivências extremas experienciam, em menor ou maior grau, efeitos nocivos provocados por suas atividades laborais. Apesar do estresse ocupacional poder ser encontrado em praticamente todas as ocupações, a profissão policial compõe um grupo ocupacional singular nesse sentido, em razão de sua frequente exposição a fatores possivelmente geradores de estresse (ALMALE et al., 2014; VIOLANTI et al., 2011).

Estudos realizados alertam para situações vivenciadas pelas mulheres inseridas nas instituições policiais e os eventos aos quais corriqueiramente enfrentam relacionados à sua condição de gênero, como ausência de banheiros ou alojamentos próprios, equipamentos inadequados ao seu porte físico, necessidade constante de provar sua competência, ausência de tempo com os filhos e família, entre outros (LEITE, 2013; LOBATO, 2017; BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013).

Pesquisas sobre o estresse ocupacional em policiais militares, de ambos os sexos e que utilizaram tal variável para análise, entre outros resultados, apontaram tendência de mulheres policiais desenvolverem estresse ocupacional de maneira mais significativa do que os homens (BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013; DANTAS et al., 2011; OLIVEIRA; BARDAGI, 2010).

As mulheres adentraram aos serviços policiais no país, inicialmente nas policiais militares na década de 1950, intensificando-se durante os anos posteriores. À época, a participação das mulheres era restrita a determinadas funções e objetivava a modernização das corporações (CALAZANS, 2004; LEITE, 2013; RIBEIRO, 2018). Apesar de permanecerem em menor quantidade em relação aos homens (proporcional a cerca de 10% dos efetivos), as mulheres estão presentes na totalidade de polícias militares do Brasil, porém debates particularmente voltados às suas vivências ainda são recentes e existem em pouca quantidade (CALAZANS, 2004).

Frente à constatação de que altos níveis de estresse podem causar impactos negativos tanto nas atividades e no desempenho laboral, quanto nas relações interpessoais e vida pessoal dos indivíduos (ALMALE et al., 2014; KAUR; CHODAGIRI; REDDI, 2013; BERNARDINO; BERNARDINO, 2018; DANTAS et al., 2010), é justificada a relevância de investigações que deem visibilidade ao assunto em questão.

Com essa concepção, é válido salientar que o material humano, ou seja, os policiais, são um importante e caro recurso para as instituições policiais (LAMBERT et al., 2016). Assim, à parte de investimentos em equipamentos adequados e novas tecnologias, o fator humano permanece sendo o cerne das corporações policiais; e bem por isso, fazem jus à cuidados e atenção à sua qualidade de vida e saúde biopsicossocial.

Nesse sentido, o presente artigo objetivou verificar de que maneira o estresse ocupacional é percebido por mulheres policiais militares do estado do Pará e identificar quais são os principais elementos geradores de estresse em seu trabalho.

## 2 MÉTODO

A pesquisa realizada é de cunho descritivo, definida pelo estudo e descrição de um determinado fenômeno, envolvendo a utilização de métodos padronizados de coleta de dados, sem que haja a interferência do pesquisador (PRODANOV; FREITAS, 2013). A abordagem empregada foi quantitativa, por meio da qual as informações obtidas são transformadas em dados quantificáveis, permitindo análise por meio de recursos estatísticos (PRODANOV; FREITAS, 2013).

As participantes da pesquisa foram policiais militares pertencentes ao efetivo feminino do Departamento Geral de Pessoal (DGP), unidade administrativa da Polícia Militar do Pará localizada na Região Metropolitana de Belém. O departamento em questão é responsável pela gestão de pessoal da instituição em atividades de identificação, movimentação, promoção, pagamento, assistências, entre outros (PARÁ, 2020). Optou-se pela realização da pesquisa com as policiais da unidade em questão, buscando salientar a atividade administrativa dentro da corporação policial e considerando sua relevância no que diz respeito à gestão da polícia militar.

Na ocasião, o efetivo feminino da unidade em questão era ao todo composto por 49 policiais, das quais 28 estavam dentro dos critérios de inclusão e aceitaram participar da pesquisa. Os critérios de inclusão foram: serem mulheres policiais militares do serviço Ativo ou da Reserva Remunerada na condição de convocadas, estarem a pelo menos dois anos na instituição, pertencerem ao efetivo do Departamento Geral de Pessoal na ocasião da coleta de dados, não estarem de licença ou férias durante o período de levantamento de dados e terem interesse em participar da pesquisa.

Para a coleta de dados foi aplicado questionário constituído por 22 perguntas, divididas em cinco eixos temáticos: I) Dados de Identificação, II) Dados Profissionais, III) Percepção de Estresse no Trabalho e Consequências, IV) Percepção de Sintomas Recentes e V) Estratégias de Enfrentamento. A ferramenta utilizada foi elaborada para a pesquisa visando adequação ao contexto policial militar e fundamentou-se em instrumentos já existentes e utilizados em avaliações psicológicas relacionadas ao estresse, com o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp – ISSL (LIPP, 2002) e a Escala de Vulnerabilidade de Estresse no Trabalho – EVENT (SISTO et al., 2012).

Para a construção do presente artigo, foram utilizadas as informações obtidas pelos eixos I, II e III do questionário. A primeira seção era composta de cinco questões de múltipla escolha com perguntas sobre a caracterização sociodemográfica das participantes (raça auto atribuída, estado civil, número de filhos, escolaridade, faixa etária). A segunda seção continha três

questões de múltipla escolha sobre sua caracterização funcional (posto ou graduação, tempo de serviço ativo, tempo de serviço na atual unidade). A terceira seção foi constituída de cinco questões de múltipla escolha de gradação de intensidade, “*Nunca*”, “*Raramente*”, “*Às Vezes*”, “*Muitas Vezes*” e “*Sempre*”, sobre as percepções acerca do estresse ocupacional (considera sua função estressante, com que frequência se sente estressada ao longo de um mês, o estresse influencia no desempenho profissional, o estresse influencia no convívio com colegas, o estresse influencia na vida particular) e uma questão onde poderiam ser marcadas mais de uma alternativa em uma lista de quatorze itens (quais os principais elementos que tornam o trabalho estressante).

Após aprovação do projeto de pesquisa pelo Comitê de Ética em Pesquisas em Seres Humanos, vinculado ao Instituto de Ciências da Saúde da Universidade Federal do Pará (CEP-ICS/UFGA) (CAAE 36042919.7.0000.0018) e autorização do Comando da Polícia Militar do Pará para o levantamento de dados, os objetivos da pesquisa foram esclarecidos para o chefe da referida unidade escolhida como lócus da pesquisa, e demais chefes imediatos de cada uma das participantes. Todo o procedimento de coleta de dados ocorreu durante os meses de outubro e novembro de 2020.

Em função do elevado fluxo de trabalho das participantes, a distribuição dos questionários ocorreu de maneira individualizada. Cada participante foi convidada a participar voluntariamente recebendo pessoalmente, em seu local de trabalho, uma cópia do questionário e do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). No momento de entrega dos questionários, foram lidos o título da pesquisa e seus objetivos e dirimidas dúvidas em relação às instruções de preenchimento do instrumento.

Para garantir o anonimato das participantes, após preenchidos os questionários foram numerados e armazenados em envelopes. A análise subsequente dos dados obtidos foi realizada mediante aplicação de estatística descritiva e os resultados foram correlacionados ao levantamento bibliográfico pesquisado.

### **3 RESULTADOS**

As participantes da pesquisa eram predominantemente de raça parda (78,57%), casadas ou em união estável (50%), com dois filhos (32,15%) e com ensino superior completo (42,85%) e Pós-Graduação/Especialização (14,29%) (Tabela 1.)

Em sua maioria encontravam-se na faixa etária indicada de 30 e 34 anos (32,14%), porém, conforme apresentado pela tabela, nota-se que a somatória dos percentuais de participantes acima dos 40 anos chega à 53,58%, superando a faixa etária proeminente.

Tabela 1. Percentual das mulheres policiais militares do estado do Pará do efetivo do Departamento Geral de Pessoal segundo os dados sociodemográficos em 2020.

<b>VARIÁVEIS</b>	<b>%</b>
<b>Raça Autodeclarada</b>	
Preta	14,29
Parda	78,57
Amarela	0,00
Branca	7,14
Indígena	0,00
<b>Faixa Etária</b>	
de 25 a 29 anos	7,14
de 30 a 34 anos	32,14
de 35 a 39 anos	7,14
de 40 a 44 anos	17,86
de 45 a 49 anos	17,86
de 50 a 54 anos	17,86
<b>Escolaridade</b>	
Ensino Fundamental	3,57
Ensino Médio	39,29
Ensino Superior	42,85
Pós-graduação	14,29
<b>Estado Civil</b>	
Solteira	35,71
Casada/União Estável	50,00
Divorciada/Separada	14,29
<b>Quantidade de Filhos</b>	
Nenhum	28,57
1 filho	28,57
2 filhos	32,15
3 filhos	7,14
4 filhos	3,57

Fonte: Elaborado pelos autores a partir dos dados obtidos por meio do levantamento de dados, 2020.

Foi constatado que 100% da amostra foram de Praças da instituição, pertencendo principalmente à graduação de Cabo (50%) e 3º Sargento (21,43%). Conforme o Estatuto dos Policiais Militares da Polícia Militar do Estado do Pará, entende-se por graduação o grau hierárquico de Praças. Cabos e Soldados são considerados elementos de execução, enquanto Subtenentes e Sargentos assessoram os Oficiais em atividades operacionais, de instrução e/ou administração (PARÁ, 1985).

Verificou-se também que 53,57% das participantes contavam com menos de 15 anos de serviço ativo na corporação, a maioria delas contando de 5 a 10 anos (32,14%) de trabalho na polícia.

Conforme a Tabela 2, no que diz respeito ao estresse ocupacional percebido e sua frequência de manifestação, o maior número das participantes afirmou considerar sua atual função no serviço administrativo, estressante *ÀS VEZES* (53,58%) e menor quantidade considerou sua função como *NUNCA* (7,14%) estressante (Tabela 2).

Por conseguinte, as policiais afirmaram que, durante o período de um mês, costumam sentir o estresse *ÀS VEZES* (57,14%), e poucas afirmando sentirem-se estressadas *SEMPRE* (3,57%). Vale destacar que, apesar de disponível, nesse quesito nenhuma das participantes assinalou a opção de *NUNCA* sentir estresse (Tabela 3).

Tabela 2. Percentual de mulheres policiais militares do estado do Pará, do efetivo do Departamento Geral de Pessoal, em 2020, por frequência em que se sentem estressadas pelo trabalho.

VARIÁVEIS	%
<b>Considera a atual função estressante</b>	
Nunca	7,14
Raramente	7,14
Às vezes	53,58
Muitas vezes	21,43
Sempre	10,71
<b>Frequência em que se sente estressada</b>	
Nunca	0,00
Raramente	14,29
Às vezes	57,14
Muitas vezes	25,00
Sempre	3,57

Fonte: Elaborado pelos autores a partir dos dados obtidos por meio do levantamento de dados, 2020.

Em relação às possíveis consequências percebidas e atribuídas ao estresse, a maioria das participantes considerou que o estresse *MUITAS VEZES* (35,72%) gera influências nas atividades e desempenho profissional. Já na questão que trata sobre o relacionamento interpessoal no trabalho, a principal categoria assinalada foi de que o estresse ocupacional pode *ÀS VEZES* (35,72%) influenciar no convívio diário com colegas de trabalho. Por outro lado, no que tange à vida pessoal a maior parte da amostra considerou que o estresse vivido no trabalho pode *MUITAS VEZES* (28,57%) trazer consequências para suas vidas particulares (Tabela 3).

Tabela 3. Percentual de mulheres policiais militares do estado do Pará, do efetivo do Departamento Geral de Pessoal, em 2020, por consequência do estresse ocupacional percebido

VARIÁVEIS	%
<b>Considera que o estresse pode influenciar nas atividades e desempenho profissional</b>	
Nunca	0,00
Raramente	10,71
As vezes	32,14
Muitas vezes	35,72
Sempre	21,43
<b>O estresse ocupacional influencia no convívio diário com colegas de trabalho</b>	
Nunca	7,14
Raramente	28,57
As vezes	35,72
Muitas vezes	21,43
Sempre	7,14
<b>O estresse ocupacional influência na vida particular</b>	
Nunca	10,71
Raramente	21,43
As vezes	25,00
Muitas vezes	28,57
Sempre	14,29

Fonte: Elaborado pelos autores a partir dos dados obtidos por meio do levantamento de dados, 2020.

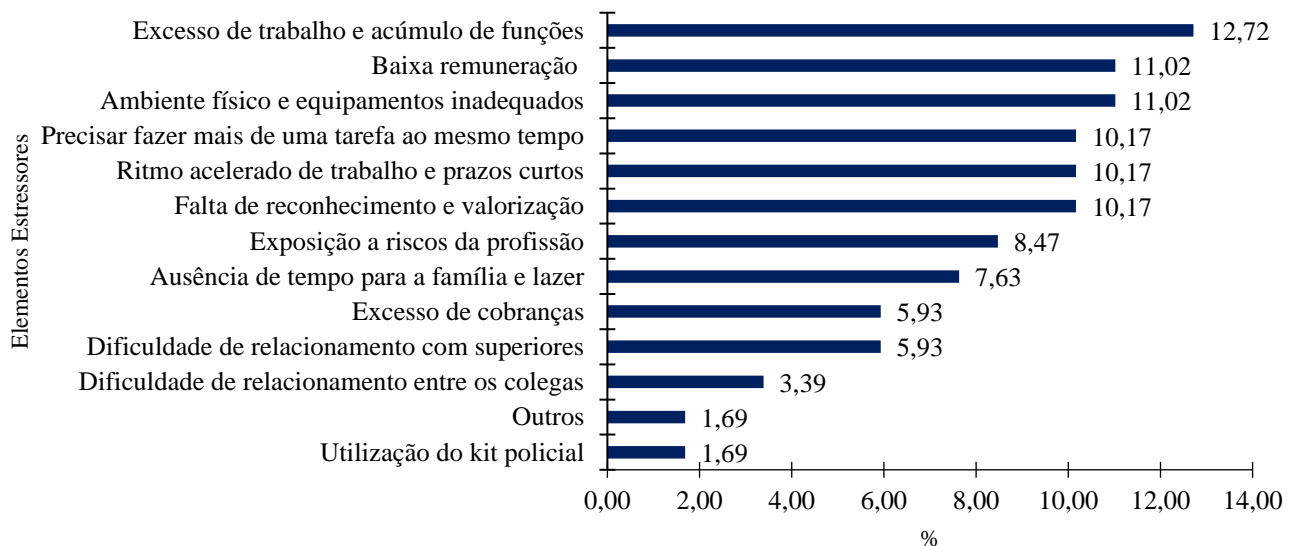
A Figura 1 apresenta quais os principais elementos percebidos como estressores para as policiais militares da amostra. O *Excesso de trabalho e acúmulo de funções* (12,72%) foi considerado o elemento estressor mais prevalente entre as respostas, seguido pela *Baixa remuneração* (11,02%), *Ambiente físico e equipamentos inadequados* (11,02%), *Precisar fazer mais de uma tarefa ao mesmo tempo* (10,17%), *Ritmo acelerado de trabalho e prazos curtos* (10,17%) e *Falta de reconhecimento e valorização* (10,17%).

Diante dos resultados alcançados, vale ressaltar que número reduzido das participantes considerou a *Utilização do kit policial* (1,69%) um elemento gerador de estresse. De acordo com a Portaria N° 006/2013 do Gabinete do Comando, o Kit de Segurança policial consiste no conjunto formado por uma pistola, dois carregadores com dez munições e um colete balístico de uso pessoal. Ressalta-se, inclusive, que é vedado o uso e porte do kit em atividades alheias ao serviço policial (PARÁ, 2013).

Na categoria *Outros* (1,69%), na qual a participante poderia escrever que outro fator ausente da lista apresentada consideraria como causador de estresse, foram registradas apenas duas respostas: uma relacionada à maneira como seu superior faria exigências e cobranças e outra sobre falta de respeito e desdém com Praças e o “acochambramento” de outras pessoas.

Sobre a expressão utilizada, segundo definições do Dicionário Informal online, o termo Acochambar é muito utilizado como gíria no âmbito militar, usado para designar indivíduos que seriam preguiçosos e fugiriam do serviço (DICIONÁRIO INFORMAL, 2020).

Figura 1. Percentual de elementos considerados estressores na percepção das mulheres policiais militares do estado do Pará do efetivo do Departamento Geral de Pessoal em 2020.



Fonte: Elaborado pelos autores a partir dos dados obtidos por meio do levantamento de dados, 2020.

#### 4 DISCUSSÃO

A pesquisa realizada revelou que, na ocasião da coleta de dados, todas as mulheres do efetivo feminino do Departamento Geral de Pessoal (DGP) da Polícia Militar do Pará eram Praças com pelo menos 15 anos de tempo total de serviço na instituição. Além disso, as participantes em sua maioria eram pardas, com mais de 40 anos de idade, ensino superior completo, casadas ou em união estável e com pelo menos dois filhos.

Diante dos resultados alcançados, consideração em relação à idade das policiais exige atenção. Apesar da faixa etária mais proeminente de participantes apresentar-se entre 30 e 34 anos, indicando a presença de um perfil jovem de policiais no efetivo do Departamento, pertencentes aos concursos mais recentes que visaram a renovação e ampliação do quantitativo de policiais do estado; a somatória das faixas etárias que abarcam as policiais com mais de 40 anos de idade, corresponde a mais da metade das participantes.



Sua escolaridade também chama a atenção, diferindo de outras pesquisas, onde a maioria dos policiais brasileiros teria apenas o ensino médio completo (COSTA et al., 2017; FERREIRA; BONFIM; AUGUSTO, 2011; SOUZA et al., 2012)

Em conformidade com outras pesquisas, não foram encontradas correlações significativas entre as variáveis sociodemográficas e a percepção do estresse ocupacional, (KAUR; CHODAGIRI; REDDI, 2013; LUCEÑO-MORENO; TALAVERA-VELASCO; MARTÍN-GARCÍA, 2016).

Sobre o estresse ocupacional percebido, pôde-se constatar que as participantes consideram suas funções estressantes, mesmo que apenas ocasionalmente (às vezes). Cabe destacar também o fato de que nenhuma das participantes respondeu nunca se sentir estressada devido ao trabalho. Resultado semelhante pode ser encontrado em pesquisa realizada com policiais militares de Portugal, na qual todos os participantes exibiram algum nível de estresse percebido (GOMES; AFONSO, 2016).

Pesquisas realizadas no Brasil revelaram também altas porcentagens de policiais com determinado grau de estresse (OLIVEIRA; BARDAGI, 2010; DANTAS et al., 2011; LIPP; COSTA; NUNES, 2017). Em estudo com policiais militares de ambos os sexos do estado de Minas Gerais, foram identificados 44,7% dos participantes com estresse. Pela perspectiva da variável de gênero, a mesma pesquisa apontou que de todas as mulheres investigadas, 60% exibiam quadro de estresse (DANTAS et al., 2011). O mesmo resultado foi observado em pesquisa realizada com policiais militares de uma cidade do Rio Grande do Sul, onde 57,3% dos participantes apresentavam algum nível de estresse. Além disso, do total de mulheres da amostra, cerca de 72,7% afirmaram perceber a vivência de estresse no trabalho (OLIVEIRA; BARDAGI, 2010).

As altas taxas de porcentagem exibidas nessas pesquisas, refletiriam a realidade de outros profissionais pertencentes à área da segurança pública, conforme observado em análise realizada com servidores da Secretaria de Segurança Pública do Estado do Mato Grosso. Entre policiais militares, policiais civis, bombeiros militares e peritos criminais, 52% dos participantes exibiram níveis de estresse; tal índice alcançado seria, inclusive, maior do que a média nacional, de 35%. Ainda segundo a pesquisa, policiais militares seriam os profissionais com níveis mais altos de estresse (LIPP; COSTA; NUNES, 2017).

No atual estudo, em relação aos possíveis efeitos do estresse ocupacional, as participantes em sua maioria consideraram que o fenômeno é muitas vezes capaz de influenciar em seu desempenho profissional, mas com menor frequência influenciam nas relações interpessoais com colegas de trabalho.

Por outro lado, os resultados sugerem que para a maioria das mulheres investigadas, o estresse no trabalho pode muitas vezes gerar consequências em sua vida pessoal, como por exemplo nas relações e convívio com familiares e amigos. Observações semelhantes puderam ser encontrados em estudos anteriores (BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013; LOBATO, 2017).

As dificuldades enfrentadas pelas mulheres que optam pela profissão policial não seriam muito claras para a maioria do público externo, tão pouco as consequências em sua vida familiar. Apesar de buscarem poupar os familiares dos problemas enfrentados no cotidiano, esse seria um grande desafio tendo em vista os obstáculos de conciliação entre as atividades laborais e domésticas. As constantes tensões e desgastes físicos e mentais vividos no trabalho culminariam em problemas no ambiente familiar e desestruturação de relações afetivas (LOBATO, 2017).

Em pesquisa realizada no Rio de Janeiro com mulheres do efetivo da polícia militar do referido estado, afirmaram ter dificuldades de, mesmo em casa, “se desligar” de problemas vividos no trabalho, resultando em uma tendência de afastamento das questões familiares. Assim, é evidente que correlacionam o dia a dia do serviço ao estresse percebido e que esse gera consequências negativas a sua saúde e relações familiares (BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013).

Nesse sentido, cabe destacar que as dimensões de trabalho e casa são as principais esferas presentes na vida da maioria dos adultos, existindo uma relação bidirecional entre família e trabalho. Por essa perspectiva, afirma-se que problemas vivenciados em um desses domínios podem gerar conflitos no outro, sendo, portanto, irrealista esperar que problemas recorrentes no trabalho não afetem a vida familiar e vice e versa (LAMBERT et al., 2016).

É importante realçar que no questionário elaborado para a pesquisa, todos os elementos sugeridos como capazes de provocar estresse ocupacional foram marcados e estiveram presentes entre os resultados obtidos; ou seja, nenhum dos elementos estressores deixou de ser assinalado por pelo menos uma das participantes. Além disso, no campo Outros do questionário, as participantes poderiam acrescentar outros elementos que consideravam como geradores de estresse em seu trabalho.

Assim, os principais elementos estressores apontados pelas policiais investigadas foram: excesso de trabalho e acúmulo de funções; baixa remuneração; ambiente físico e equipamentos inadequados; precisar fazer mais de uma tarefa ao mesmo tempo; ritmo acelerado de trabalho e prazos curtos; e falta de reconhecimento e valorização. Percebe-se que os principais elementos estressores estão relacionados a questões laborais encontradas também em outras profissões.

Nota-se, ainda, que os itens sobre as relações interpessoais entre superiores e colegas de trabalho (5,93% e 3,39% respectivamente) estiveram entre os menos frequentemente apontados como elementos causadores de estresse no trabalho. Tal resultado contraria pesquisas anteriores em que os relacionamentos interpessoais assumiram papel importante na percepção dos indivíduos sobre fatores causadores de estresse (GOMES; AFONSO, 2016; BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013; LOBATO, 2017).

Uma investigação realizada com policiais dos EUA, revelou que para as mulheres a falta de apoio de colegas e da própria instituição são importantes fontes de estresse no trabalho, como por exemplo as relações com superiores e os equipamentos inadequados ou de má qualidade. A pesquisa ressalta diferenças entre essas percepções levando-se em consideração o sexo dos participantes, uma vez que, os policiais homens apontariam outros elementos como estressores, principalmente eventos que tomam seu tempo fora do trabalho (VIOLANTI et al., 2016).

Fatores como infraestrutura, equipamentos e materiais inadequados para as funções que precisam desempenhar, grande demanda de trabalho e baixa remuneração, também estiveram presentes em outras pesquisas (BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013; LIPP; COSTA; NUNES, 2017; BERNARDINO; BERNARDINO, 2018). Assim como elementos relacionados a características próprias da profissão, como: riscos da profissão, turnos de trabalho, questões da estrutura organizacional e a opinião pública em relação ao trabalho policial (GOMES; AFONSO, 2016; LIPP; COSTA; NUNES, 2017; BERNARDINO; BERNARDINO, 2018).

Em contrapartida, dentre os atuais resultados, a utilização de armamento e outros elementos relacionados diretamente ao serviço policial não foram significativamente considerados como estressores para a amostra investigada. Essa constatação é possivelmente explicada devido ao fato de que todas as participantes trabalharem essencialmente em serviços de cunho administrativo, implicando em menos exposição a riscos durante o horário de trabalho. Outro ponto que fica evidente é de que, apesar de teoricamente ser menos arriscado e perigoso, o serviço de policiais em unidades internas de serviço administrativo também pode conter aspectos que o tornam difíceis, cansativos e estressantes (BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013).

Pesquisas anteriores realizadas exclusivamente com mulheres policiais destacaram tópicos relacionados ao gênero e ao assédio como elementos geradores de estresse (BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013; LOBATO, 2017). Tais temáticas, porém, não estiveram presentes nas respostas das participantes da atual pesquisa.

Nesse sentido, são apontados como fatores causadores de estresse as discriminações relacionadas às mulheres, que seriam alvo de desconfiança de seus colegas homens quanto à sua capacidade e bom desempenho no serviço (BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013; LOBATO, 2017). Em pesquisa realizada com mulheres da Rondas Ostensivas Táticas Metropolitanas (ROTAM) da Polícia Militar do Pará foi destacada a sua vulnerabilidade frente a ocorrência de assédio moral e sexual frente aos quais buscam maneiras de lidar para evitá-los ou contorná-los. Os resultados sugeriram também que essas mulheres acumulariam altos níveis de estresse devido aos múltiplos papéis que desempenham na esfera familiar e laboral não havendo separação clara entre uma e outra (LOBATO, 2017).

Ocorreria, assim, o entrelaçamento entre as funções e cenários que percorrem, em um processo complexo de exposição de si mesmo e de familiares aos riscos inerentes à função. Frente a esse contexto, apesar das dificuldades, evidencia-se o estabelecimento das mulheres como agentes de segurança pública e seres múltiplos, desempenhando papéis de esposas, mães, filhas, provedoras da família e profissionais (SCHNEIDER; SIGNORELLI; PEREIRA, 2017).

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A pesquisa revelou que mulheres do efetivo de policiais militares do Departamento Geral de Pessoal da Polícia Militar do Pará, percebem seu trabalho como estressante e composto por fatores que contribuem para o desenvolvimento do fenômeno. Além disso, as participantes percebem de maneira significativa os efeitos do estresse ocupacional em seu cotidiano, sobretudo nas relações familiares.

Assim, os resultados obtidos na pesquisa revelam a necessidade de reflexões acerca dos processos organizacionais da instituição, como aumento de efetivo para melhor distribuição de funções e serviços, aumento salarial e investimentos em equipamentos e estrutura física dos locais de trabalho. Tais medidas constituem-se em ações de valorização profissional, podendo provocar melhorias na satisfação e qualidade de vida no trabalho, importantes para a manutenção da saúde, bem estar e bom desempenho profissional.

Conforme verificado, as repercussões do estresse ocupacional na vida familiar dos policiais são pontos cruciais a serem observados nesse processo, com a implementação de projetos que visem o fortalecimento dos vínculos familiares.

Apesar dos objetivos da pesquisa ter sido alcançado, é imprescindível considerar as suas limitações. Pode-se afirmar que os resultados obtidos não são generalizáveis para toda a

corporação, tendo em vista o tamanho da amostra e as particularidades da unidade a qual as participantes fazem parte. Apesar disso, os dados apresentam importantes indicativos que permitem a aproximação ao tema e desencadeamento de discussões pertinentes.

Para pesquisas futuras, recomenda-se que sejam feitos estudos semelhantes em outras unidades da instituição, inclusive àqueles cujos serviços são essencialmente operacionais para futuras comparações, bem como em unidades de outras regiões do estado do Pará. Além disso, investigar a percepção do estresse ocupacional dos policiais homens, maioria da instituição, é necessário para a ampliação do debate.

Sugere-se também, a realização de pesquisas que objetivem investigar quais as principais queixas e sintomas desses trabalhadores relacionados ao desenvolvimento de estresse no trabalho, verificando quais as estratégias que utilizam para seu enfrentamento.

Por fim, entende-se que o reconhecimento do fenômeno do estresse no trabalho, dos fatores que o desencadeiam e as possíveis implicações, são fundamentais para o planejamento e adoção de estratégias de intervenção que sejam adequadas para evitar e/ou minimizar os riscos de estresse ocupacional em policiais e refletir positivamente em suas condições de saúde e prestação de serviço à população.

## REFERÊNCIAS

ADEGOKE, T. G. Effects of occupational stress on psychological well-being of police employees in Ibadan Metropolis, Nigeria. **African Research Review**, v. 8, n. 1, p. 302-320, 2014.

ALMALE, B. D.; VANKUDRE, A. J.; BANSODE-GOKHEL, S. S.; PAWAR, V. K. An epidemiologic study of occupational stress factors in Mumbai police personnel. **Indian journal of occupational and environmental medicine**, v. 18, n. 3, p. 109, 2014.

BALASSIANO, M.; TAVARES, E.; PIMENTA, R. C. Estresse ocupacional na administração pública brasileira: quais os fatores impactantes?. **Revista de Administração Pública**, v. 45, n. 3, p. 751-774, 2011.

BERNARDINO, R. C.; BERNARDINO, A. Vasconcelos da Silva. Fatores estressores que influenciam na qualidade de vida, gerando danos à saúde do policial militar. **Revista Mosaico**, v. 9, n. 2, p. 02-09, jul/dez, 2018.

BEZERRA, C. M.; MINAYO, M. C. S.; CONSTANTINO, P. Estresse Ocupacional em Mulheres Policiais. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, n. 3, p. 657-666, 2013.

CALAZANS, M. E. Mulheres no policiamento ostensivo e a perspectiva de uma segurança cidadã. **São Paulo em perspectiva**, v. 18, n. 1, p. 142-150, 2004.

COSTA, M.; ACCIOLY JÚNIOR, H.; OLIVEIRA, J.; MAIA, E. Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. **Revista Panamericana de Salud Publica**, v. 21, n. 4, p. 217-222, 2007.

DANTAS, M. A.; BRITO, D. V. C.; RODRIGUES, P. B.; MACIENTE, T. S. Avaliação de Estresse em Policiais Militares. **Psicologia: Teoria e Prática**, v. 12, n. 3, p. 66-77, jun, 2011.

FERREIRA, D. K. S.; BONFIM, C.; AUGUSTO, L. G. S. Fatores associados ao estilo de vida de policiais militares. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 16, p. 3403-3412, 2011.

GOMES, A. R.; AFONSO, J. M. P. Occupational Stress and Coping among Portuguese Military Police Officers. **Avances en Psicología Latinoamericana**, v. 34, n. 1, p. 47-65, 2016.

INFORMAL, Dicionário. Disponível em:< <http://www.dicionarioinformal.com.br/>>. Acesso em: 16 dez. 2020.

KAUR, R.; CHODAGIRI, V. K.; REDDI, N. K. A psychological study of stress, personality and coping in police personnel. **Indian journal of psychological medicine**, v. 35, n. 2, p. 141, 2013.

LAMBERT, E. G.; FRANK, J.; KEENA, L. D.; HOGAN, N. L. The relationship of work-family conflict with job stress among Indian police officers: A research note. **Police Practice and Research**, v. 18, n. 1, p. 37-48, 2016.

LEITE, M. M. **Origens Sociais e Trajetórias Profissionais das Primeiras Mulheres Policiais pertencentes ao círculo de Oficiais da Polícia Militar do Pará**. 2013, Dissertação, 80p. (Mestrado em Segurança Pública). Universidade Federal do Pará – UFPA, Instituto de Filosofia e Ciências Humanas. Belém, PA, Brasil. 2013.

LIPP, M. N. **Manual do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL)**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

LIPP, M. E. N.; COSTA, K. R. S.; NUNES, V. O. Estresse, qualidade de vida e estressores ocupacionais de policiais: Sintomas mais frequentes. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, v. 17, n. 1, p. 46-53, 2017.

LOBATO, R. F. **Mulheres nas Forças Especiais: Batalhas Profissionais e Dramas Pessoais**. 2017, Dissertação, 82p. (Mestrado em Segurança Pública). Universidade Federal do Pará – UFPA, Instituto de Filosofia e Ciências Humanas. Belém, PA, Brasil. 2017.

LUCEÑO-MORENO, L. TALAVERA-VELASCO, B.; MARTÍN-GARCÍA, J. Stress in Spanish police force depending on occupational rank, sex, age and work-shift. **Psicothema**, v. 28, n. 4, p. 389-393, 2016.

MCCREARY, D. R.; FONG, I.; GROLL, D. L. Measuring policing stress meaningfully: establishing norms and cut-off values for the Operational and Organizational Police Stress Questionnaires. **Police Practice and Research**, v. 18, n. 6, p. 612-623, 2017.

OLIVEIRA, P. L. M.; BARDAGI, M. P. Estresse e Comprometimento com a carreira em Policiais Militares. **Boletim De Psicologia**, v. LIX, n. 131, p. 153-166, 2010.

PARÁ. Governo do Estado do Pará. Secretaria de Estado de Segurança Pública e Defesa Social. Polícia Militar do Pará. Lei Nº 5.251 de 31 de julho de 1985. **Dispõe sobre o Estatuto dos Policiais-Militares da Polícia Militar do Estado do Pará e dá outras providências**. 1985.

PARÁ. Governo do Estado do Pará. Secretaria de Estado de Segurança Pública e Defesa Social. Polícia Militar do Pará. Lei Complementar Nº. 126, de 13 de janeiro de 2020. **Altera a Lei Complementar Nº 053, de 7 de fevereiro de 2006, que “Dispõe sobre a Organização Básica e fixa o efetivo da Polícia Militar do Pará (PMPA)”**. 2020.

PARÁ. Governo do Estado do Pará. Secretaria de Estado de Segurança Pública e Defesa Social. Polícia Militar do Pará. Aditamento ao Boletim Geral – nº 019 – 28 JAN 2013. **Portaria nº 006/2013 – GABINETE DO COMANDO. Regula a concessão do Kit Segurança aos Policiais Militares da Polícia Militar do Pará**. 2013.

PRODANOV, Cleber Cristiano; DE FREITAS, Ernani Cesar. **Metodologia do trabalho científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico**. 2. ed. Editora Feevale, 2013.

RIBEIRO, L. Polícia Militar é lugar de mulher?. **Revista Estudos Feministas**, v. 26, n. 1, 2018.

SCHNEIDER, D.; SIGNORELLI, M. C.; PEREIRA, P. P. G. Mulheres da segurança pública do litoral do Paraná, Brasil: intersecções entre gênero, trabalho, violência(s) e saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, n. 9, p. 3003-3011, 2017.

SILVA, L. C.; SALLES, T. L. A. O estresse ocupacional e as formas alternativas de tratamento. **Revista de Carreiras e Pessoas São Paulo**, v. VI, n. 02, p. 234-247, 2016.

SISTO, F. F.; BAPTISTA, M. N.; NORONHA, A. P. P.; SANTOS, A. A. A. **Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho (EVENT)**. São Paulo: Vetor, 2012.

SOUZA, E. R.; MINAYO, M. C. S.; SILVA, J. G.; PIRES, T. O. Fatores associados ao sofrimento psíquico de policiais militares da cidade do Rio de Janeiro, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 28, n. 7, p. 1297-1311, 2012.

VIOLANTI, J. M.; SLAVEN, J. E.; CHARLES, L. E.; BURCHFIEL, C. M.; ANDREW, M. E.; HOMISH, G. G. Police and alcohol use: A descriptive analysis and associations with stress outcomes. **American Journal of Criminal Justice**, v. 36, n. 4, p. 344-356, 2011.

VIOLANTI, J. M.; FEKEDULEGN, D.; HARTLEY, T. A.; CHARLES, L. E.; ANDREW, M. E.; MA, C. C.; BURCHFIEL, C. M. Highly rated and most frequent stressors among police officers: gender differences. **American journal of criminal justice**, v. 41, n. 4, p. 645-662, 2016.

### 2.3 Artigo Científico 3

## **ESTRESSE OCUPACIONAL: PRINCIPAIS SINTOMAS E ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO DE MULHERES POLICIAIS MILITARES DO PARÁ<sup>2</sup>**

### **OCCUPATIONAL STRESS: MAIN SYMPTOMS AND COPING STRATEGIES OF MILITARY POLICE WOMEN OF PARÁ**

Nathália Ferreira de Almeida  
Andrea Bittencourt Pires Chaves

#### **RESUMO**

O artigo investigou as principais queixas e sintomas correlacionados ao estresse ocupacional de mulheres policiais militares e as suas estratégias de enfrentamento. Foi realizada uma pesquisa descritiva de abordagem quantitativa, com levantamento de dados realizado por meio de questionário objetivo, contendo vinte e duas perguntas, cujas participantes foram policiais componentes do efetivo feminino de uma unidade administrativa da Polícia Militar do Pará. A análise foi realizada utilizando-se estatística descritiva e nuvem de palavras. Os resultados indicaram que as policiais percebem a ocorrência de sintomas em seu cotidiano, principalmente sensações de cansaço e desgaste físico constantes, irritabilidade, dores de cabeça, tensão muscular e ansiedade. Apesar disso, mantem hábitos saudáveis para lidar com o estresse ocupacional, praticando atividades físicas e religiosas e buscando pelo suporte familiar. Os resultados confirmaram a necessidade da atenção à saúde física

---

<sup>2</sup> Artigo aceito para publicação na International Journal of Development Research (ISSN: 2230-9926), Qualis Interdisciplinar A2. Redigido em conformidade às normas de publicação do referido periódico (ANEXO V).



e mental das policiais e de estratégias de prevenção e intervenção destinadas à redução do estresse no trabalho.

**PALAVRAS-CHAVE:** Polícia. Trabalho. Saúde. Coping.

## **ABSTRACT**

The article investigated the main complaints and symptoms related to occupational stress among female military police officers and their coping strategies. A descriptive research with a quantitative approach was carried out, with data collection carried out through an objective questionnaire, containing twenty-two questions, whose participants were female police officers from an administrative unit of the Pará Military Police. The analysis was performed using descriptive statistics and word cloud. The results indicated that the police perceive the occurrence of symptoms in their daily lives, especially feelings of constant tiredness and physical exhaustion, irritability, headaches, muscle tension and anxiety. Despite this, they maintain healthy habits to deal with occupational stress, practicing physical and religious activities and seeking family support. The results confirmed the need for attention to the physical and mental health of police officers and prevention and intervention strategies aimed at reducing stress at work.

**KEYWORDS:** Police. Health. Work. Coping.

## **INTRODUÇÃO**

A satisfação de algumas necessidades humanas está intimamente ligada ao trabalho, no sentido de promover a sobrevivência, sentimentos de autorrealização e preservação das relações interpessoais. Porém, quando o trabalho acarreta riscos à saúde do trabalhador, apresenta faceta negativa ao dar origem a prejuízos e adoecimentos (MURTA; TRÓCCOLI, 2004). Nesse cenário, o estresse vivido no

ambiente laboral representa uma das dimensões que podem tornar o trabalho adoecedor.

É de consenso entre os autores que a utilização do termo estresse, direcionado às questões envolvendo a área da saúde, teria sido propagado inicialmente pelo médico austríaco Hans Selye, em estudos durante a década de 1930 (SISTO et al., 2012; ALMEIDA et al, 2015; FRIEDRICH; MACEDO; REIS, 2015; SALVADOR; SILVA; LISBOA, 2013; SILVA; SALES, 2016; VICENTE et al, 2013).

Com a popularização do termo, questões relativas ao estresse têm sido abordadas em diferentes contextos, tanto entre pesquisadores e profissionais como pela mídia e população em geral (SISTO et al., 2012). Em parte, a difusão do termo retrataria o quanto tal fenômeno é partilhado por várias pessoas e em múltiplas circunstâncias. Assim, todas as pessoas estão sujeitas ao desenvolvimento do estresse quando na presença de estressores em demasia e em situação para a qual carecem de recursos físicos e psicológicos para exercer resistência a eles (LIPP, 2002; MURTA; TRÓCCOLI, 2004).

Nessa perspectiva, é apontado a existência de relação direta entre o estresse e a saúde física e mental dos indivíduos, na qual o primeiro seria responsável por provocar efeitos no segundo (SISTO et al., 2012). Acredita-se, ainda, que na condição de tensão constante o estresse pode ocasionar efeitos no sistema imunológico dos organismos, acarretando a redução de suas defesas e consequente adoecimento (LIPP, 2002).

Em relação ao estresse vivido no ambiente de trabalho, o contato com elementos estressores, ou seja, elementos capazes de gerar estresse, pode provocar respostas orgânicas na saúde dos indivíduos (SISTO et al., 2012). Fica evidente, portanto, que o estresse ocupacional é capaz de reverberar efeitos que ao atingirem

a saúde do trabalhador, atingem também a execução de seus serviços e desempenho profissional.

Em estágios mais avançados e prolongados de estresse, poderiam surgir o desenvolvimento de doenças como gastrite, úlcera, problemas dermatológicos, hipertensão arterial, depressão, ansiedade, envelhecimento precoce e disfunções sexuais (LIPP, 2002). Entretanto, salienta-se que a natureza dos sintomas desencadeados dependerá da vulnerabilidade de cada indivíduo. Logo, determinadas pessoas podem desenvolver queixas relativas a questões emocionais e psicológicas, enquanto outras pessoas podem desenvolver sintomas prioritariamente de ordem fisiológica (LIPP, 2002).

É válido atentar para o fato de que a manifestação isolada e pontual de sintomas que se enquadram dentre aqueles relacionados ao estresse, não quer dizer que necessariamente são causados por ele. Assim, o suporte necessário para que se possa afirmar que determinados sintomas estão relacionados ao desenvolvimento de estresse reside na frequência com que quadro sintomatológico ocorre e na duração em que se perpetua (LIPP, 2002).

Considera-se absolutamente viável que a pessoa possa em certo momento de sua vida ter um ou outro sintoma característico de stress sem realmente tê-lo. Isto porque o sintoma do momento pode estar ligado a outra patologia ou pode ser devido a algo momentâneo, como uma refeição pesada que gere azia (LIPP, 2002, p.20).

Caso as fontes geradoras de estresse desapareçam e o indivíduo adquira formas adequadas de lidar com o estresse, os sintomas percebidos tendem a cessar (LIPP, 2002). Assim, a maneira como um indivíduo se posiciona frente ao estresse regula sua magnitude e possíveis repercussões em sua saúde (MURTA; TRÓCCOLI, 2004).

Portanto, apesar do ambiente em que o estresse é vivido exercer papel fundamental no desenvolvimento do estresse, a atitude do indivíduo frente a ele também contribui para sua perpetuação ou controle. Cabendo salientar que o estresse ocupacional pode ser agravado por métodos incorretos de enfrentamento (KAUR; CHODAGIRI; REDDI, 2013).

As ditas estratégias de enfrentamento correspondem à maneira de se adaptar a situações difíceis e no caso do estresse se situam entre os elementos estressores e as suas consequências (LORIOLO, 2016). Alguns autores, mesmo brasileiros, utilizam a expressão em inglês *Coping* como sinônimo para estratégias de enfrentamento ao problema (AARON, 2000; COLETA; COLETA, 2008; SOUSA et al., 2009; KAUR; CHODAGIRI; REDDI, 2013).

Tais estratégias podem se diferenciar conforme o viés com que são adotadas. Assim, chorar poderia ser um exemplo de enfrentamento focado na emoção; a evitação ou esquecimento seriam um enfrentamento focado na fuga; e atuar na tentativa de mudar as circunstâncias que geram o estresse, seria um exemplo de enfrentamento focado na ação (LORIOLO, 2016).

Apenas essa compreensão, porém, seria muito simplista para abarcar a complexidade de fatores que podem condicionar os tipos de enfrentamento adotados por cada indivíduo, como o papel exercido pelo meio social. Além disso, é dito que indivíduos em baixas posições hierárquicas teriam maiores limitações em adotar reações focadas na ação, tendendo então à emoção ou à fuga. Evidencia-se assim, que a organização do trabalho também pode favorecer ou dificultar os meios e recursos para superar tais problemas (LORIOLO, 2016).

Faz-se necessário auxiliar e educar os indivíduos a reconhecerem as estratégias de enfrentamento negativas que utilizam e incentivá-los a aderir a àquelas

que sejam mais saudáveis. Estilos de enfrentamento negativos envolvem estratégias inadequadas, pouco criativas e variadas ou que geram efeitos colaterais como consequência, como por exemplo o uso abusivo de álcool. Dessa maneira, esses enfrentamentos deficitários contribuem para a manutenção das fontes de estresse e consecutivas repercussões fisiológicas (MURTA; TRÓCCOLI, 2004).

São consideradas estratégias de enfrentamento positivas a busca pelo apoio de familiares ou amigos, a prática de meditação e exercícios físicos, a religião e a resolução de problemas de forma realista. Essas estratégias positivas poderiam contribuir para a redução do estresse vivido (KAUR; CHODAGIRI; REDDI, 2013).

Além disso, alguns cuidados são apontados como importantes estratégias no que tange ao enfrentamento ao estresse, tais como alimentação adequada e saudável, práticas de relaxamento (meditação, yoga, relaxamento muscular) que podem incluir também atividades como ouvir música, ver filmes, conversar e atividades físicas. Essas estratégias são importantes para a promoção de qualidade de vida e estabilidade física e emocional (LIPP, 2002).

Diferentemente de outras classes profissionais, policiais vivenciam em seu fazer experiências de perigo de ameaça e morte, sendo também expostos a outros estressores organizacionais, como a percepção pública negativa em relação à polícia e a ausência de apoio institucional (AARON, 2000). Diante desse cotidiano permeado por situações extremas e constantes exigências a respeito de sua competência, honestidade e profissionalismo, tais profissionais necessitam de atenção quanto às suas condições de saúde biopsicossocial (COSTA et al., 2007).

Afirma-se que o âmbito policial é marcado pela estigmatização acerca de adoecimentos, resultando na acentuação de aflições e receios referentes ao reconhecimento das doenças e dificuldades enfrentadas pelos indivíduos. Nesse

sentido, alguns policiais optariam por continuar trabalhando mesmo doentes, escondendo e suportando sintomas, por sentirem-se envergonhados e para não alterar suas rotinas de trabalho (CARDOSO; NUMMER, 2018). Além disso, as rotulações a respeito de policiais que adoecem podem refletir de maneira negativa em sua carreira, tanto na ascensão profissional quanto nas relações interpessoais, pois esses passam a ser preteridos em escalas de serviço, participação de cursos e conceituação em avaliações para promoção (CARDOSO; NUMMER, 2018).

Diante do exposto, compreende-se ser necessário que sejam estudadas maneiras de reduzir o estresse em policiais para assegurar que estarão fisicamente e mentalmente aptos para cumprir suas funções da melhor maneira possível (KAUR; CHODAGIRI; REDDI, 2013). Para tanto, o presente artigo objetivou investigar as principais queixas e sintomas correlacionados à manifestação de estresse ocupacional de policiais militares e as suas estratégias de enfrentamento ao problema.

## **MÉTODO**

A presente pesquisa é definida como descritiva, cujo propósito visa a descrição e exposição de uma população ou fenômeno por meio de técnicas padronizadas de coleta de dados, como por exemplo, aplicação de questionário (GIL, 2002). Os resultados alcançados foram transformados em dados mensuráveis de qualidade quantificável, caracterizando a abordagem quantitativa da pesquisa (PRODANOV; FREITAS, 2013).

Em estudos anteriores, apesar da amostra de mulheres policiais sempre ser menor do que de homens, resultados sugerem que o sexo é uma importante variável nas pesquisas sobre o estresse e seus efeitos. Mulheres seriam mais vulneráveis a sua ocorrência e apresentariam a tendência de exibir maiores níveis de estresse se comparadas aos colegas homens, relatando sintomas mais significativos (CALAIS;

ANDRADE, LIPP, 2003; COLLINS; GIBBS, 2003; COSTA et al., 2007; DANTAS et al., 2010; OLIVEIRA; BARDAGI, 2010; SELOKAR et al., 2011; ACQUANDRO MARAN, 2015).

A explicação para o fenômeno consistiria na presença de convenções sociais que ainda atribuem a mulher funções domésticas que somadas à profissão geram uma dupla jornada de trabalho, dentro e fora de casa. Além disso, a inserção em um ambiente masculinizado, contribuiria para o aumento de exigências em relação à qualidade de seu desempenho profissional (COSTA et al., 2007; DANTAS et al., 2010).

As polícias militares do Brasil, apesar de terem sido pioneiras na inclusão de mulheres em seu efetivo (se comparadas à outras instituições policiais) atualmente são as que contam com menor participação de mulheres no efetivo, estando abaixo da média nacional e internacional (RIBEIRO, 2018). Apesar disso, tais mulheres são parte integrante das corporações policiais de todos os estados brasileiros (CALAZANS, 2004) e são mais frequentemente lotadas em funções administrativas (LEITE, 2013; RIBEIRO, 2018).

Nessa perspectiva, participaram da pesquisa mulheres policiais militares componentes do efetivo do Departamento Geral de Pessoal (DGP), unidade administrativa da Polícia Militar do Pará encarregada pela gestão de pessoal da corporação. Dentre as atribuições do departamento estão os procedimentos de identificação, movimentação, promoção, pagamento, assistências, entre outros (PARÁ, 2020).

A escolha da realização da pesquisa com o efetivo feminino desse órgão foi embasada levando-se em consideração sua importância na gestão e organização

interna da Corporação, além de objetivar evidenciar o trabalho administrativo da polícia militar.

Durante o levantamento de dados, o efetivo do departamento era formado por 49 mulheres. Desse total, apenas 28 delas concordaram em participar e atenderam aos critérios de inclusão da pesquisa. Os critérios de inclusão considerados foram: serem mulheres policiais militares do serviço Ativo ou da Reserva Remunerada na condição de convocadas, estarem a pelo menos dois anos na instituição, pertencerem ao efetivo do Departamento Geral de Pessoal na ocasião da coleta de dados, não estarem de licença ou férias durante o período de levantamento de dados e terem interesse em participar da pesquisa.

A coleta de dados foi realizada por meio da aplicação de um questionário formado por 22 perguntas divididas em cinco tópicos principais: I) Dados de Identificação, II) Dados Profissionais, III) Percepção de Estresse no Trabalho e Consequências, IV) Percepção de Sintomas Recentes e V) Estratégias de Enfrentamento.

O instrumento em questão, desenvolvido para a pesquisa levando-se em conta o contexto policial militar, foi construído pautado em testes psicológicos consolidados e amplamente utilizados em avaliações sobre o estresse, sendo eles a Escala de Vulnerabilidade de Estresse no Trabalho – EVENT (SISTO et al., 2012) e o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp – ISSL (LIPP, 2002).

O presente artigo discorre sobre os dados referentes a Percepção de Sintomas Recentes e Estratégias de Enfrentamento, tópicos IV e V respectivamente. O eixo sobre a sintomatologia percebida era composto de apenas uma questão na qual poderiam ser marcadas mais de uma alternativa em uma lista de vinte e seis itens (assinalar se nos últimos 30 dias sentiu algum dos sintomas elencados). Já a seção



sobre estratégias de enfrentamento continha seis questões de múltipla escolha, com alternativas entre “Sim” e “Não” (já buscou auxílio profissional para lidar com o estresse; conhece o setor da PMPA que oferece assistência psicossocial à saúde mental aos policiais; já utilizou seus serviços; consome bebida alcoólica; pratica atividade física; desenvolve atividade religiosa/espiritual) e uma questão discursiva que permitia resposta breve (de que formas procura aliviar o estresse vivido no trabalho).

O levantamento de dados foi realizado durante os meses de outubro e novembro de 2020, após autorização do Comando da Polícia Militar do Pará e aprovação do projeto de pesquisa pelo Comitê de Ética em Pesquisas em Seres Humanos, vinculado ao Instituto de Ciências da Saúde da Universidade Federal do Pará (CEP-ICS/UFGPA) (CAAE 36042919.7.0000.0018). Posteriormente os objetivos e detalhes da pesquisa foram esclarecidos para o Chefe do Departamento Geral de Pessoal (DGP), lócus da pesquisa, e demais responsáveis por cada seção do departamento em que havia participantes em potencial.

Os questionários foram distribuídos individualmente a cada uma das mulheres convidadas a participar voluntariamente da pesquisa. Devido ao seu intenso ritmo de trabalho, as participantes foram abordadas em seu local de trabalho, onde receberam uma cópia do questionário e do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), durante esse procedimento explicou-se sobre o estudo, título, importância, objetivos, sendo dadas orientações sobre o preenchimento do material. Prezando pelo anonimato das participantes, após sua entrega os questionários foram numerados de 01 a 28 e depositados em envelopes para armazenamento.

A análise subsequente dos dados obtidos foi realizada pela estatística descritiva e os resultados foram comparados ao levantamento bibliográfico

pesquisado. Além disso, para ilustração das breves respostas discursivas das participantes em relação à maneira como lidam com o estresse, foi utilizada nuvem de palavras, composta e analisada pela frequência com que os termos foram empregados.

A Nuvem de Palavras consiste em uma estratégia de representação gráfica da frequência com que palavras são utilizadas em um texto. Assim, em sua estruturação, a proporção de cada termo representa a sua frequência de aplicação e relevância dentre os demais, ou seja, o tamanho de cada palavra sugere sua importância sobre a temática abordada. Além disso, as Nuvens de Palavras são importante recurso para análises textuais e divulgação de resultados de pesquisa (VASCONCELLOS-SILVA; ARAUJO-JORGE, 2019).

## **RESULTADOS**

Todas as participantes compunham o quadro de Praças da instituição, com representantes de todas as graduações: Soldado (3,57%), Cabo (50%), 3º Sargento (21,43%), 2º Sargento (3,57%), 1º Sargento (17,86%) e Subtenente (3,57%). As graduações correspondem aos graus hierárquicos das Praças, nos quais Cabos e Soldados são elementos de execução e Subtenentes e Sargentos auxiliam a gestão em funções operacionais e administrativas (PARÁ, 1985).

O tempo de efetivo serviço é contado dia a dia a partir da data de inclusão do indivíduo na instituição (PARÁ, 1985). Entre as participantes, pode-se perceber que a maioria computava de 5 a 10 anos de serviço (32,14%). Além disso, houve percentual significativo de mulheres próximas de completar a carreira, contando entre 21 e 25 anos (25%) na corporação.

Ao questionamento sobre a frequência com que se sentem estressadas pelo trabalho, durante o período de um mês, as respostas indicam que 57,14% sentem o

estresse ÀS VEZES, 25% o sentem MUITAS VEZES, 14,29% RARAMENTE e 3,57% SEMPRE; sugerindo, portanto, que todas elas sentem o estresse em algum nível, mesmo que esporadicamente (Figura 1).

Figura 1. Percentual de mulheres policiais militares do estado do Pará, do efetivo do Departamento Geral de Pessoal, em 2020, por frequência em que se sentem estressadas pelo trabalho.

VARIÁVEIS	%
<b>Frequência em que se sente estressada pelo trabalho</b>	
Nunca	0,00
Raramente	14,29
As vezes	57,14
Muitas vezes	25,00
Sempre	3,57

Fonte: Elaborado pelos autores a partir dos dados obtidos por meio do levantamento de dados, 2020.

Em relação à percepção de sintomas recentes, percebidos nos últimos 30 dias anteriores à pesquisa, a listagem apresentada no questionário continha 24 sintomas dispostos de maneira aleatória. Do total de sintomas, 12 eram predominantemente de ordem fisiológica (*Tensão Muscular; Sensação de cansaço e desgaste físico constante; Taquicardia; Dor no Estômago; Tremores; Tonturas; Náuseas; Problemas dermatológicos; Diarreias frequentes; Desmaios; Dor de cabeça frequente; Hipertensão arterial*) e 12 predominantemente psicológicos (*Apatia; Irritabilidade; Dificuldade de Concentração; Ansiedade; Mudança de apetite; Perdas ou falhas de*

*memória; Diminuição do desejo sexual; Diminuição do senso de humor; Queda de produtividade; Pesadelos frequentes; Medo exagerado sem motivo aparente; Insônia).* Além disso, havia uma opção na qual a participante poderia escrever outros sintomas que tenha percebido (*Outros*) e opção que indicava ausência de sintomas (*Nenhum*).

Dentre as respostas obtidas, 53,97% dos sintomas assinalados pelas mulheres foram de cunho psicológico e emocional, enquanto 40,06% deles foram de manifestação proeminentemente física.

É importante salientar, porém, que a divisão das esferas de manifestação dos sintomas se dá apenas em caráter didático e para análise, posto que no processo saúde e doença se parte da concepção de que o ser humano é dotado de um organismo integrado. Logo, compreende-se que não há separação objetiva entre mente e corpo, e sim ambos são interligados, uma vez que os processos emocionais e cognitivos podem ser acompanhados por alterações fisiológicas e vice e versa (30).

Foi uma observada uma média de aproximadamente 8 sintomas relacionados ao estresse por participante (DP=5,87), com uma delas assinalando um total de 23 sintomas percebidos. Os cinco sintomas mais significativos foram: *Sensação de cansaço e desgaste físico constante* (9,27%), *Irritabilidade* (8,37%), *Dor de cabeça frequente* (7,44%), *Tensão Muscular* (6,98%) e *Ansiedade* (6,98%) (Figura 2).

Figura 2. Percentual sinais e sintomas percebidos pelas mulheres policiais militares do estado do Pará, do efetivo do Departamento Geral de Pessoal, em 2020.

<b>SINAIS E SINTOMAS</b>	<b>%</b>
Sensação de cansaço e desgaste físico constante	9,27
Irritabilidade	8,37
Dor de cabeça frequente	7,44

<b>SINAIS E SINTOMAS</b>	<b>%</b>
Tensão Muscular	6,98
Ansiedade	6,98
Perdas ou falhas de memória	6,51
Insônia	6,51
Dificuldade de Concentração	6,05
Diminuição do desejo sexual	5,58
Problemas dermatológicos (Acne, alergias, entre outros)	5,58
Dor de Estômago	4,19
Tonturas	3,72
Mudança de apetite	3,26
Diminuição do senso de humor	3,26
Taquicardia	2,79
Apatia	2,33
Diarreias frequentes	2,33
Queda de produtividade	2,33
Náuseas	1,86
Pesadelos frequentes	1,86
Hipertensão arterial (Pressão alta)	1,4
Medo exagerado sem motivo aparente	0,93
Tremores	0,47

Fonte: Elaborado pelos autores a partir dos dados obtidos por meio do levantamento de dados, 2020.

Conforme observado, dentre os sintomas elencados no questionário, apenas a opção *Desmaios* não foi assinalada por nenhuma das participantes. Na opção *Outros*, foram registradas duas respostas: “*Ranger de Dentes (Bruxismo)*” e “*Dor muscular e sensação de desmaio*”.

Apesar do número significativo de sintomas percebidos pelas participantes, em relação à auxílio profissional, 85,71% afirmou nunca ter buscado assistência técnica, interna ou externa à instituição, para lidar com o estresse vivido no trabalho.

Na Polícia Militar do Pará, o Centro Integrado de Atenção Psicossocial (CIAP), é responsável pela atenção à saúde psicossocial de todos os policiais militares do estado e seus dependentes, funcionando por meio de demandas espontâneas ou encaminhamentos. O Centro é composto por policiais do Quadro Complementar de Oficiais formados na área da Psicologia e Serviço Social. As atuações visam ações preventivas, interventivas e emergenciais; com realização de atendimentos, avaliações especializadas, entre outros (PARÁ, 2020). Foi constatado, porém, que apesar de 82,14% das participantes da pesquisa afirmarem conhecer o referido centro, apenas 19,23% delas já utilizou seus serviços em algum momento.

No que diz respeito a hábitos comumente associados às estratégias de enfrentamento ao estresse, a maioria das participantes afirmou não consumir bebida alcoólica (81,48%). Em contrapartida, indicaram praticar atividade física (51,85%) e dedicar-se a atividades de cunho espiritual ou religioso (67,86%) (Figura 3).

Figura 3. Percentual de mulheres policiais militares do estado do Pará, do efetivo do Departamento Geral de Pessoal, em 2020, por hábitos relacionados ao enfrentamento do estresse.

<b>VARIÁVEIS</b>	<b>%</b>
<b>Consome bebida alcoólica</b>	
Não	81,48
Sim	18,52
<b>Pratica atividade física</b>	
Não	48,15
Sim	51,85
<b>Pratica atividade espiritual/religiosa</b>	
Não	32,14
Sim	67,86

Fonte: Elaborado pelos autores a partir dos dados obtidos por meio do levantamento de dados, 2020.

A última pergunta do questionário fornecia a possibilidade de as participantes escreverem de que maneira lidam com o estresse vivido no trabalho. As respostas obtidas foram transcritas integralmente e por meio de análise de frequência dos termos utilizados, foram consideradas as quantidades de vezes em que cada palavra foi utilizada nas respostas. Os resultados foram representados pelo recurso da nuvem de palavras (Figura 4).

Para sua composição foram desconsiderados termos conectores, pronomes possessivos e o emprego de artigos, por considerá-los desnecessários para a análise. A interpretação da nuvem de palavras avalia os termos que aparecem em maior

destaque, os quais correspondem àqueles que obtiveram maior ocorrência nas respostas das participantes.

Assim, a palavra com frequência mais significativa entre as respostas foi “Família” (f=7), seguida de “Atividade Física” (f=6), destacadas como mais relevantes no que tange às estratégias de enfrentamento ao estresse dessas profissionais.

Figura 4. Nuvem de Palavras sobre as estratégias de enfrentamento ao estresse ocupacional adotadas pelas mulheres policiais militares do estado do Pará, do efetivo do Departamento Geral de Pessoal, em 2021.



Fonte: Elaborado pelos autores a partir dos dados obtidos por meio do levantamento de dados, 2020.



## DISCUSSÃO

A pesquisa revelou que as policiais do efetivo feminino do Departamento Geral de Pessoal (DGP) da Polícia Militar do Pará percebem a ocorrência de uma série de sintomas com os quais convivem em seu dia a dia. Os resultados sugerem que as participantes percebem em maior quantidade a presença de sintomas psicológicos e emocionais em detrimento aos fisiológicos, resultado semelhante ao encontrado em estudos realizados anteriormente (CALAIS; ANDRADE; LIPP, 2003; COSTA et al., 2007, BALASSIANO; TAVARES; PIMENTA, 2011, BEZERRA, MINAYO; CONSTANTINO, 2013; LIPP; COSTA; NUNES, 2017; OLIVEIRA; BARDAGI, 2010).

O fato dessas mulheres permanecerem trabalhando mesmo vivenciando quadros sintomatológicos recentes, compreendidos como possíveis indicativos de adoecimento, assemelha-se aos achados de uma pesquisa realizada com policiais de um batalhão da Polícia Militar do Pará. O estudo discutiu o estigma do adoecimento na corporação e foram apontados fatores que contribuem para que esses policiais prefiram trabalhar doentes, a serem afastados do serviço; como o receio de sofrerem com a exclusão e o menosprezo advindo de colegas e superiores, bem como receios envolvendo possíveis prejuízos à suas carreiras (CARDOSO; NUMMER, 2018).

As policiais investigadas no presente estudo, apontaram como principais sintomas percebidos a sensação de cansaço e desgaste físico constante, irritabilidade, dor de cabeça frequente, tensão muscular e ansiedade. Resultados semelhantes foram encontrados em outras pesquisas, nas quais sensações de cansaço físico e mental, dores de cabeça frequente, irritabilidade, dor e/ou tensão muscular, dores de estômago, insônia e problemas de memória são mencionados como sintomas frequentes em profissionais que vivem sob estresse no trabalho (CALAIS; ANDRADE; LIPP, 2003; COSTA et al., 2007; OLIVEIRA; BARDAGI, 2010;

BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013; LIPP; COSTA; NUNES, 2017; ALVIM, et al., 2019).

Uma vez que essas sintomatologias podem gerar repercussões no desempenho profissional de quem por elas é acometido, encontra-se um cenário preocupante ao apresentarem-se no contexto do trabalho policial, pois podem acarretar a prejuízos para a sociedade (OLIVEIRA; BARDAGI, 2010). A preocupação exposta deve abarcar a toda a classe de policiais, mesmo aqueles que momentaneamente não estão alocados em funções operacionais. No âmbito da atual investigação, apesar de todas as policiais na ocasião estarem empregadas em funções de cunho administrativo, em que não estabelecem contato direto com a população diariamente, ainda assim permanecem sujeitas a escalas especiais de policiamento extraordinário em operações de rua; bem como a dinâmica do serviço militar pode ocasionar inesperadas mudanças de função e transferências de unidade de trabalho.

Foi possível perceber que apesar do efetivo feminino investigado possuir à sua disposição uma unidade técnica da instituição destinada à atenção psicossocial com o fornecimento de atendimentos com profissionais da área, a maioria delas nunca utilizou seus serviços. Essa constatação reflete o quanto a cultura policial pode influenciar na resistência de indivíduos em buscar ajuda profissional para lidar com o estresse e com conflitos, ao estigmatizá-los como fracos ou totalmente incapazes de desempenhar seu trabalho. Sendo ressaltado que para que haja a mudança de cultura é necessário que a gestão esteja envolvida no processo, atuando como facilitadora para disseminação dos novos valores ao restante da instituição (LAMBERT et al., 2016).

Atividades físicas, religiosas e a convivência familiar, bem como outras atividades de lazer, são apontadas como importantes hábitos e estratégias positivas frequentemente utilizadas para o enfrentamento ao estresse ocupacional (COLETA; COLETA, 2008; BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013).

A família é base fundamental para o desenvolvimento da vida psíquica dos seres humanos. Seus pilares são suporte para o aprendizado de modos de se relacionar com o mundo, servindo de modelo para todas as relações, inclusive as de trabalho. Em relação ao suporte familiar, é apontado que a percepção de estresse psicológico é maior em indivíduos com menor percepção de afeto, cuidado e carinho advindos da família (SOUZA; BAPTISTA; ALVES, 2008).

Estudos indicam que tanto a existência de conflitos familiares, quanto a ausência de tempo livre com a família atuam como elementos causadores de estresse. Em contrapartida, observa-se também que o estresse é capaz gerar repercussões na vida familiar (LAMBERT et al., 2016; GOMES; AFONSO, 2016; NISAR; RASHEED; QIANG, 2018). Nessa perspectiva, fundamentam-se os resultados obtidos ao indicarem que o apoio e convívio familiares são a principal estratégia de enfrentamento ao estresse utilizada pelas participantes.

Além disso, os atuais resultados sugerem que a maioria das mulheres investigadas praticam algum tipo de atividade física e religiosa e/ou espiritual. A prática de exercícios está intimamente ligada à qualidade de vida e consiste em um importante recurso de tratamento alternativo ao estresse. Em estudo com trabalhadores de áreas administrativas, foi observado que entre os indivíduos que praticavam algum exercício físico, 85% perceberam significativa redução no estresse (SILVA; SALES, 2016).

Ainda sob essa perspectiva, em pesquisa com mulheres do efetivo da Polícia Militar do Rio de Janeiro, a prática de exercícios físicos foi considerada a estratégia de enfrentamento mais eficaz para a prevenção dos efeitos do estresse no trabalho (BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013).

No que diz respeito à espiritualidade, a maioria das policiais afirmou desenvolver alguma atividade nesse âmbito. As estratégias que envolvem questões religiosas são apontadas como eficazes mecanismos de enfrentamento ao estresse, porém o tema é pouco explorado, principalmente entre policiais. Afirma-se que indivíduos que praticam atividades de cunho religioso tem menos propensão a recorrer ao consumo de álcool como recurso para lidar com o estresse (ZAVALA; CURRY, 2017). Essa relação é percebida nos resultados obtidos.

Existem comportamentos que podem acarretar mais prejuízos ao invés de contribuírem para o equilíbrio necessário de enfrentamento ao estresse. Os policiais são expostos a elementos que podem se atuar como fatores de risco para o uso abusivo de álcool, como o estresse, pressão, isolamento e uma cultura que legitima o consumo de bebidas alcoólicas, sendo comum que se reúnam para beber juntos em momentos de folga, reforçando esse comportamento entre si (VIOLANTI et al., 2011).

A alta taxa de consumo de bebidas alcoólicas foi observada em pesquisa realizada com policiais militares do Rio Grande do Norte, em que apenas 35,6% dos participantes afirmaram que não as consumiam. Daqueles que a consumiam, 0,8% o faziam diariamente e 2,3% em momentos que estavam enfrentando problemas (COSTA et al., 2007).

Em contrapartida, os resultados obtidos na presente pesquisa indicaram que a maioria das mulheres investigadas não faz uso de bebida alcoólica. O dado corrobora estudo que relacionou o estresse com o uso de álcool, identificando que a maioria dos

policiais que recorrem ao uso abusivo de álcool são do sexo masculino. No que diz respeito ao sexo feminino, é apontado que as mulheres classificadas na faixa de risco de consumo de álcool seriam apenas as mais jovens (VIOLANTI et al., 2011).

A pesquisa revelou que as policiais militares do efetivo feminino do Departamento Geral de Pessoal da Polícia Militar do Pará percebem a ocorrência de sintomatologias frequentemente correlacionadas ao estresse ocupacional. Apesar disso, procuram manter hábitos saudáveis para lidar com o estresse, praticando atividades físicas e religiosas e, principalmente, buscando pelo convívio e suporte da família.

Os resultados obtidos contribuíram para confirmar a necessidade de se depreender maior atenção à saúde biopsicossocial das policiais, uma vez que ainda existe estigmatização em torno de adoecimentos e busca de ajuda profissional. A instituição fornece aos policiais a possibilidade de acompanhamento profissional destinado à saúde mental e demandas relacionadas, porém, mesmo havendo a necessidade, a maioria das policiais investigadas nunca utilizou esse serviço.

Compreende-se, portanto, que a constatação da ocorrência de estresse no trabalho de mulheres policiais militares do Pará, assim como das principais queixas por elas apresentadas, pauta a necessidade da elaboração de ferramentas e recursos direcionados ao problema e demais consequências. Nota-se que as estratégias empregadas por elas se apresentam como positivas, porém podem não ser suficientes diante de possíveis casos em que o elevado grau de estresse é capaz de gerar repercussões físicas e psicológicas, culminando em adoecimentos.

Diante dos achados é imprescindível que haja reflexão acerca de projetos de prevenção e intervenção destinados à identificação e redução de estressores no trabalho cujas consequências contribuem para o surgimento de sintomas e doenças.

Por meio da implementação de programas de atenção em saúde voltados ao combate ao estresse, executados por equipes de profissionais da área da saúde da instituição, é possível promover ações educativas sobre os perigos do estresse e práticas para sua redução e controle.

Tais iniciativas elaboradas pela própria corporação e destinadas aos policiais, podem auxiliar em maior divulgação e conhecimento sobre o do tema, suscitando discussões necessárias para que a mudança de cultura, identificada como necessária, seja iniciada. Assim, ressalta-se que o enfrentamento ao estresse ocupacional deve envolver atitudes colaborativas entre as condutas desenvolvidas pela organização em que ocorre e os comportamentos dos indivíduos afetados.

Julga-se necessário ressaltar que o estudo possui limitações. Apesar de apresentarem relevantes indicativos que possibilitaram a aproximação ao fenômeno abordado, os resultados alcançados podem não ser generalizáveis para toda a instituição, considerando o tamanho da amostra e especificidade da unidade escolhida como lócus para o levantamento de dados. Assim, é necessário que pesquisas futuras sejam desenvolvidas em outras unidades da Polícia Militar do Pará, inclusive aquelas destinadas aos serviços operacionais; bem como que sejam realizados estudos de abordagem qualitativa para compreensão dos sentidos e significados atribuídos ao que esses policiais percebem como estresse.

## **REFERÊNCIAS**

Aaron JDK (2000). Stress and Coping in police officers. *Police Quarterly*. 3 (4): 438-450.

Acquadro Maran D et Al (2015). Occupational Stress, Anxiety and Coping Strategies in Police Officers. *Occupational Medicine*. 65 (6): 466-473.

Almeida DM, Ibdaiwi TKR, Lopes LFD, Costa VMF, Possamai LO (2015). Estresse Ocupacional na Perspectiva dos Bombeiros da cidade de Santa Maria/Rs. *Revista de Carreiras e Pessoas (Recape)*. 5 (1).

Alvim AL, Ferrarezi JAS, Silva LM, Floriano LF, Rocha LRP (2019). O Estresse em docentes de Ensino Superior. *Brazilian Journal Of Development*. 5 (12): 32547-32558.

Bezerra CM, Minayo MCS, Constantino P (2013). Estresse Ocupacional em Mulheres Policiais. *Ciência & Saúde Coletiva*. 18 (3): 657-666.

Balassiano M, Tavares E, Pimenta RC (2011). Estresse Ocupacional na Administração Pública brasileira: Quais os Fatores Impactantes? *Revista De Administração Pública*. 45 (3): 751-774.

Calais SL, Andrade LMB, Lipp ME (2003). Diferenças de Sexo e Escolaridade na manifestação de Stress em adultos jovens. *Psicologia: Reflexão E Crítica*. 257-263

Calazans ME (2004). Mulheres no Policiamento Ostensivo e a Perspectiva de uma segurança cidadã. *São Paulo em Perspectiva*. 18 (1): 142-150.

Cardoso I, Nummer F (2018). Estigma do Adoecimento na Polícia Militar do Pará. *Política & Trabalho*. 49: 227-245.

Coleta ASMD, Coleta MFD (2008). Fatores de Estresse Ocupacional e Coping entre policiais civis. *Psico-USf*. 13 (1): 59-68.

Collins PA, Gibbs ACC (2003). Stress in Police Officers: a study of the origins, Prevalence and Severity of Stress-Related Symptoms within a County Police Force. *Occupational Medicine*. 53 (4): 256-264.

Costa M, Accioly Júnior H, Oliveira J, Maia E (2007). Estresse: Diagnóstico dos Policiais Militares em uma cidade brasileira. *Revista Panamericana De Salud Publica*. 21 (4): 217-222.

Cruz MZ, Pereira Júnior A (2011). Corpo, mente e emoções: Referenciais Teóricos da Psicossomática. *Simbio-Logias*. 4 (6): 46-66.

Dantas MA, Brito DVC, Rodrigues PB, Maciente TS (2010). Avaliação de Estresse em Policiais Militares. *Psicologia: Teoria E Prática*. 2010; 12 (3): 66-77.

Friedrich ACD, Macedo F, Reis AH (2015). Vulnerabilidade ao Stress em Adultos Jovens. *Revista Psicologia Organizações E Trabalho*. 15 (1): 59-70.

Gil AC (2002). *Como Elaborar Projetos de Pesquisa*. São Paulo: Atlas.

Gomes AG, Afonso JMP (2016). Occupational Stress and Coping among Portuguese Military Police Officers. 34 (1): 47-65.

Kaur R, Chodagiri VK, Reddi NK (2013). A Psychological Study of Stress, Personality and Coping in police personnel. *Indian Journal Of Psychological Medicine*; 35 (2).

Lambert EG, Frank J, Keena LD, Hogan NL (2016). The Relationship Of Work-Family Conflict With Job Stress Among Indian Police Officers: A Research Note. *Police Practice And Research*. 18 (1): 37-48.

Leite MM (2013). *Origens Sociais e Trajetórias Profissionais das Primeiras Mulheres Policiais Pertencentes ao Círculo de Oficiais da Polícia Militar do Pará*. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal do Pará.

Lipp MN (2002). *Manual do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL)*. São Paulo: Casa Do Psicólogo.

Lipp MEN, Costa KRS, Nunes VO (2017). Estresse, qualidade de vida e Estressores Ocupacionais de Policiais: Sintomas Mais Frequentes. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*. 17 (1): 46-53.



Loriol M (2016). Collective forms of Coping and the Social Construction of Work Stress among industrial workers and police officers in France. *Theory & Psychology*. 26 (1): 112-129.

Murta SG, Tróccoli BT (2004). Avaliação de Intervenção em Estresse Ocupacional. *Psicologia: Teoria E Pesquisa*. 20 (1): 39-47.

Nisar SK, Rasheed MI, Qiang W (2018). They Can't Safeguard You When They Are Under Stress: An Exploratory Study On Issues And Problems Of Job Stress In Police. *International Journal Of Police Science & Management*. 20 (2): 124-133.

Oliveira PLM, Bardagi MP (2010). Estresse e Comprometimento com a carreira em Policiais Militares. *Boletim De Psicologia*. 2010. LIX (131): 153-166.

Pará (2020). Governo Do Estado Do Pará. Secretaria De Estado De Segurança Pública E Defesa Social. Polícia Militar do Pará. Lei Complementar Nº. 126, De 13 De Janeiro De 2020. Altera A Lei Complementar Nº 053, De 7 De Fevereiro De 2006, Que "Dispõe Sobre A Organização Básica E Fixa O Efetivo Da Polícia Militar do Pará (PMPA)".

Pará (1985). Governo Do Estado Do Pará. Secretaria De Estado De Segurança Pública E Defesa Social. Polícia Militar do Pará. Lei Nº 5.251 De 31 De Julho De 1985. Dispõe Sobre O Estatuto Dos Policiais-Militares Da Polícia Militar Do Estado Do Pará E Dá Outras Providências.

Prodanov CC, De Freitas EC (2013). *Metodologia do Trabalho Científico: Métodos e Técnicas da Pesquisa e do Trabalho Acadêmico*. 2. Ed. Editora Feevale.

Ribeiro L (2018). Polícia Militar é lugar de mulher? *Revista Estudos Feministas*. 26 (1).

Salvador RSP, Silva BASA, Lisboa MTL (2013). Estresse da Equipe de Enfermagem do Corpo de Bombeiros no Atendimento Pré-Hospitalar Móvel. *Escola Anna Nery*. 17 (2): 361-368.

Selokar D et al (2011). Occupational Stress among Police Personnel of Wardha City, India. *The Australasian Medical Journal*. 4 (3).

Silva LC, Salles TLA (2016). O Estresse Ocupacional e as formas alternativas de tratamento. *Revista de Carreiras e Pessoas São Paulo*. 5 (2): 234-247.

Sisto FF, Baptista MN, Noronha APP, Santos AAA (2012). Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho (Event). São Paulo: Vetor.

Sousa IF, Mendonça H, Zanini DS, Nazareno E (2009). Estresse Ocupacional, Coping e Burnout. *Revista Evs-Revista De Ciências Ambientais E Saúde*. 36 (1): 57-74.

Souza MS, Baptista MN, Alves GAS (2008). Suporte Familiar e Saúde Mental: Evidência de validade baseada na relação entre variáveis. *Aletheia*. 28: 45-59.

Vasconcellos-Silva P, Araujo-Jorge T (2019). Análise de Conteúdo por meio de Nuvem de Palavras de postagens em comunidades virtuais: Novas Perspectivas e Resultados Preliminares. In: *Congresso Ibero-Americano De Investigação Qualitativa*, 8., 2019. *Atas Do 8º Congresso Ibero-Americano Em Investigação Qualitativa*. 2: 41-48.

Vicente NG, Ferreira LA, Rezende MP, Cardoso RJ, Zuffi FB (2013). Perception of Occupational Stress by Military Firefighters from a city in the countryside of Minas Gerais. *Revista De Pesquisa: Cuidado É Fundamental Online*. 5 (3): 75-84.

Violanti JM, Slaven JE, Charles LE, Burchfiel CM, Andrew ME, Homish GG (2001). Police And Alcohol Use: A Descriptive Analysis And Associations With Stress Outcomes. *American Journal Of Criminal Justice*. 36 (4): 344-356.

Zavala E, Curry TR (2018). The Role of Religious Coping On Problematic Alcohol Consumption By Police Officers. *Police Practice And Research*. 19 (1): 31-45.

## CAPÍTULO 3 – PRODUTOS E PROPOSTAS DE INTERVENÇÃO

### 3.1 Produto

A pesquisa realizada evidenciou a percepção de uma amostra de mulheres policiais da Polícia Militar do Pará, em relação ao estresse ocupacional, suas fontes, efeitos e estratégias empregadas para seu enfrentamento. Os resultados apontaram para a necessidade de estruturação de um programa institucional voltado à prevenção e intervenção do estresse vivido por policiais.

Nesse sentido, é proposto a efetivação do “Programa PM Sem Stress”, voltado à identificação do estresse no trabalho, elaboração de ações estratégicas voltadas à discussão do tema a nível institucional e atividades interventivas que visem minimizar seus efeitos. Para tanto, buscou-se a realização de um planejamento de baixo custo para a corporação, utilizando como recurso estratégico para sua implementação inicial a parceria com outro programa já consolidado na Polícia Militar do Pará.

Assim, a introdução do Programa PM Sem Stress, em etapa que consiste no levantamento inicial de dados com amostra significativa de policiais, será realizada durante a execução do Programa Multidisciplinar Itinerante de Atenção à Saúde do Policial Militar do Pará (PASPM) ao longo de suas ações de ciclo anual desenvolvidas em unidades da capital e interior do estado.

Instituído desde 2017, o PASPM promove ações destinadas ao auxílio biopsicossocial e assistência religiosa e espiritual à tropa, contando com a participação de equipe multidisciplinar pertencente à corporação. Suas atividades disponibilizam suporte à saúde dos policiais militares da capital e interiores do estado, o fortalecimento da imagem institucional e a valorização do policial militar (PARÁ, 2017).

A cada execução do PASPM, distribuídas ao longo do ano conforme planejamento prévio, um Oficial Psicólogo e um Oficial Assistente Social do Centro Integrado de Atenção Psicossocial (CIAP) são escalados para participar das atividades realizadas nas localidades selecionadas, com a realização de palestras e atendimentos individuais. Assim, o levantamento de dados necessário para a implementação do Programa PM Sem Stress será oportunizado pela atuação desses profissionais já escalados, os quais serão responsáveis pela aplicação de questionário referente ao tema.

A ferramenta para o levantamento de dados, denominada Questionário de Percepção de Estresse Ocupacional, foi inicialmente construída para a presente pesquisa, embasada em

instrumentos já consolidados de uso privativo de psicólogos em avaliações de estresse, como o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp – ISSL (LIPP, 2002) e a Escala de Vulnerabilidade de Estresse no Trabalho – EVENT (SISTO et al., 2012). Optou-se pela elaboração de um instrumento próprio para o programa, visando a possibilidade de futuras modificações e adaptações ao contexto do trabalho policial, bem como ao baixo custo para sua utilização por meio da instituição.

As principais alterações do questionário entre sua versão original utilizada na pesquisa, e a versão apresentada como produto a ser operado na proposta de intervenção, foram sua configuração estrutural e o emprego, em sua primeira seção, de uma escala do tipo Likert de respostas.

As escalas de verificação Likert pretendem a mensuração de condutas e posicionamentos no âmbito das ciências comportamentais. Em sua composição, são destacadas afirmações relacionadas ao objeto de investigação, para as quais são atribuídas respostas conforme os graus de concordância a elas atribuídos. Por meio da mensuração objetiva dos dados, é facilitado o seu processo de análise e manejo das informações obtidas (JÚNIOR; COSTA, 2014).

Por fim, após as etapas iniciais do programa, propõe-se a implementação de ações interventivas, elaboradas conforme os dados alcançados. A proposta de intervenção e o produto elaborados, serão apresentados à chefia do Centro Integrado de Atenção Psicossocial (CIAP) para apreciação e deliberações que julgarem necessárias.



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ  
INSTITUTO DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM SEGURANÇA PÚBLICA**

**PROGRAMA PM SEM STRESS:**

Programa destinado ao combate do estresse ocupacional dos policiais da  
Polícia Militar do Pará.

Autores:

Nathália Ferreira de Almeida

Andrea Bittencourt Pires Chaves

## **INTRODUÇÃO**

Segundo a Organização Internacional do Trabalho (2016), o estresse é considerado como uma das doenças mais comuns do século XXI, principalmente o estresse vivido no trabalho. Nessa perspectiva, conforme Silva e Salles (2016), o estresse ocupacional afeta aproximadamente 70% da população, motivado pelo excesso de trabalho, pressões e cobranças constantes e aumento da competitividade no mercado de trabalho.

Pela perspectiva da saúde, Selye (1951) definiu o estresse como uma relação entre um dano causado e a resposta consequente a esse dano. Assim, Silva e Salles (2016) apontam que o desgaste provocado pelo estresse pode gerar esgotamento físico e mental, contribuindo para o desenvolvimento de sintomas como dor de cabeça, insônia, fadiga, alterações intestinais, entre outras.

Para Almeida et al. (2015) o estresse ocupacional pode ser desenvolvido como resultado de elementos físicos e psicossociais que atuam sobre um indivíduo em seu ambiente profissional. Além disso, segundo Silva e Salles (2016), algumas profissões que exigem contato direto e frequente com o público tendem a apresentar índices mais elevado de estresse entre seus trabalhadores; entre esses profissionais estão os agentes de segurança pública, sobretudo os policiais.

## **JUSTIFICATIVA**

O estresse no trabalho é foco recorrente de discussão em meio acadêmico e entre a população geral. Aspectos relacionados à vida profissional e ao ambiente de trabalho são atualmente alguns dos principais fatores geradores de estresse nos indivíduos. No caso de policiais, esses fatores se apresentariam de maneira mais significativa devido às particularidades envolvendo a profissão.

Diante desse cenário, busca-se a promoção de um programa de combate ao estresse ocupacional em policiais, visando ações preventivas e interventivas, oferecendo orientações e acompanhamento técnico adequado para minimizar seus efeitos. O referido programa pretende alcançar parcela significativa de policiais militares do estado, lotados nos quartéis da região metropolitana de Belém e interiores (por meio das ações itinerantes do PASPM).

Além dos objetivos traçados, considera-se que o programa auxilia no incentivo à satisfação e bem estar dos policiais a nível pessoal e profissional; contribuindo para que seu desempenho quanto agentes de segurança pública não seja afetado negativamente pelo estresse na prática de suas atribuições diárias junto à sociedade.

## **OBJETIVOS:**

**OBJETIVO GERAL:** Prevenir e minimizar agravos relacionados ao desenvolvimento de estresse ocupacional em Policiais Militares.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

1. Investigar de que maneira o estresse ocupacional é percebido pelos policiais militares do Estado, identificando quais são os principais elementos estressores, consequências, sinais e sintomas percebidos e estratégias de enfrentamento utilizadas;
2. Identificar, no âmbito da Polícia Militar do Pará, quais as unidades mais vulneráveis ao desenvolvimento ao estresse ocupacional, às quais terão prioridade durante a implementação das ações interventivas propostas;
3. Promover ações informativas e educativas sobre o tema, por meio de folders e palestras expositivas contendo orientações sobre os efeitos do estresse e sugestões de estratégias positivas para seu combate;
4. Implementar ações interdisciplinares de parceria entre os serviços de saúde existentes na instituição, destinadas à atenção biopsicossocial da tropa com foco no controle e redução dos efeitos do estresse ocupacional; com fornecimento de atendimento com médicos, psicólogos, nutricionistas e educadores físicos.

### **ESTRUTURAÇÃO DO PROGRAMA**

- 1º ETAPA:** Identificação e levantamento de dados;
- 2º ETAPA:** Análise das informações obtidas e elaboração do planejamento das atividades de intervenção;
- 3º ETAPA:** Desenvolvimento as atividades propostas;
- 4º ETAPA:** Avaliação dos resultados alcançados e apresentação dos dados à gestão.

### **METODOLOGIA**

A **1º etapa** do projeto será concretizada mediante o ciclo anual de realização do *Programa Multidisciplinar Itinerante de Atenção à Saúde do Policial Militar do Pará (PASPM)* (instituído pela Portaria Nº 022/2017, de 16 de novembro de 2017), desenvolvido nos Comandos Operacionais Intermediários do Interior e da Capital/ Região Metropolitana de Belém. Durante a realização dessa etapa, os policiais militares

das OPMs visitadas pelo referido programa preencherão o **Questionário de Percepção de Estresse Ocupacional** (APÊNDICE).

O Oficial QOCPM Psicólogo escalado para o PASPM, ficará responsável pela distribuição e recolhimento dos questionários, além de apresentar palestra informativa sobre o estresse ocupacional no contexto policial.

Para a realização da **2º etapa**, os questionários respondidos pelos policiais militares serão analisados por meio de estatística descritiva. Assim, ao término do ciclo anual do PASPM e com base nos resultados obtidos, as atividades de intervenção serão planejadas por equipe multiprofissional a ser designada.

Durante a **3º etapa** do programa serão desenvolvidas as ações interventivas propostas com base nos resultados observados por meio do levantamento de dados realizado, levando-se em consideração as vulnerabilidades identificadas. O Coordenador do projeto ficará responsável por supervisionar as atividades de preparação e execução do projeto e confeccionará o relatório sobre as atividades desenvolvidas.

Além disso, ficará a cargo do Chefia do CIAP, providenciar os meios logísticos para o desenvolvimento das atividades, como: ambiente para palestras e atividades em grupo, salas reservadas para atendimento individual, confecção e impressão dos documentos oriundos das ações e divulgação das atividades oferecidas.

Durante a **4º e última etapa**, o projeto será avaliado conforme o Relatório de Ações e Resultados apresentado, a partir do qual serão realizadas deliberações sobre possíveis modificações e aperfeiçoamentos.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Por fim, considera-se que o programa apresentado é alicerçado no princípio de valorização do profissional de segurança pública, e na facilitação de seu acesso à meios adequados de manutenção de sua saúde biopsicossocial. Almeja-se que obtenha resultado no aumento de conhecimento sobre a temática e sobre os recursos positivos para lidar com o problema. Assim como, espera-se alcançar efeitos secundários como a melhoria na satisfação e desempenho profissional dos policiais militares do estado.



## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, D. M. et al. O. Estresse Ocupacional na Perspectiva dos Bombeiros da Cidade de Santa Maria/Rs. **Revista de Carreiras e Pessoas São Paulo**, v. V, n. 01. p. 156-171, jan/fev/mar/abr, 2015. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/index.php/ReCaPe/article/view/23322>>. Acesso em: 03 dez. 2019.

OIT. **Workplace stress: A collective challenge**. Turin, Itália, 2016. Disponível em: <[https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms\\_466547.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms_466547.pdf)>. Acesso em: 09 abr. 2020.

PARÁ. Governo do Estado do Pará. Secretaria de Estado de Segurança Pública e Defesa Social. Polícia Militar do Pará. Boletim Geral nº 213 – 16 NOV 2017. **Portaria nº 022/2017, de 16 de novembro de 2017 – EMG/PMPA. Institui o Programa multidisciplinar itinerante de atenção à saúde do policial militar do Pará (PASPM)**. 2017.

SELYE, Hans. The General-Adaptation-Syndrome. **Annual Review of Medicine**, v. 2, p. 327-342, 1951.

SILVA, L. C.; SALLES, T. L. A. O estresse ocupacional e as formas alternativas de tratamento. **Revista de Carreiras e Pessoas São Paulo**, v. VI, n. 02, p. 234-247, 2016.

APÊNDICE  
**QUESTIONÁRIO DE PERCEPÇÃO DE ESTRESSE OCUPACIONAL**

**IDENTIFICAÇÃO**

Sexo: ( ) M ( ) F	Idade:	Escolaridade:
Cor/Raça: ( ) Preta ( ) Parda ( ) Amarela ( ) Branca ( ) Indígena		
Estado Civil: ( ) Casado(a)/União Estável ( ) Divorciado(a)/Separado(a) ( ) Viúvo(a) ( ) Solteiro(a)		
Filhos: ( ) Não ( ) Sim. Quantos:		

**DADOS PROFISSIONAIS**

Posto/Graduação:	OPM:	Tempo de Serviço:
Já foi afastado(a) do serviço por algum problema de saúde: ( ) Não ( ) Sim. Qual motivo?		

**ORIENTAÇÕES GERAIS**

Você acabou de receber um questionário sobre estresse no trabalho, suas consequências e estratégias de enfrentamento. Responda cada item conforme suas próprias percepções sobre o tema. Lembre-se que não existem respostas certas ou erradas. Seja sincero em suas respostas.

**I – PERCEPÇÃO DE ESTRESSE NO TRABALHO**

Leia atentamente cada uma das afirmações apresentadas abaixo e marque com um X o quanto concorda com elas em uma escala de 1 a 5. Se sua resposta for *NUNCA* marque o número 1, se for *RARAMENTE* marque o número 2, se for *ÀS VEZES* marque o número 3; se for *MUITAS VEZES* marque o número 4 e se sua resposta for *SEMPRE* marque o número 5.

1 = NUNCA	2 = RARAMENTE	3 = ÀS VEZES	4 = MUITAS VEZES	5 = SEMPRE
-----------	---------------	--------------	------------------	------------

De modo geral considero minha atual função estressante.	1	2	3	4	5
Durante o mês sinto-me estressado(a) no trabalho com frequência	1	2	3	4	5
Considero que o estresse pode influenciar em minhas atividades diárias e desempenho profissional.	1	2	3	4	5
Considero que o estresse vivido no trabalho influencia em meu convívio com os colegas de trabalho e superiores.	1	2	3	4	5
Considero que o estresse vivido no trabalho influencia em minha vida particular, na convivência e nas relações com familiares e amigos	1	2	3	4	5

## II – ELEMENTOS ESTRESSORES

Assinale com um X quais das opções abaixo você considera que tornam sua atual função estressante.

**(Você pode marcar mais de uma alternativa)**

**Caso não considere sua atual função estressante, assinale apenas a última opção.**

<input type="checkbox"/>	Excesso de trabalho e acúmulo de responsabilidades e funções
<input type="checkbox"/>	Ambiente físico e equipamentos inadequados
<input type="checkbox"/>	Dificuldade de relacionamento entre os colegas
<input type="checkbox"/>	Dificuldade de relacionamento com superiores
<input type="checkbox"/>	Falta de reconhecimento e valorização
<input type="checkbox"/>	Exposição a riscos da profissão
<input type="checkbox"/>	Utilização do kit policial
<input type="checkbox"/>	Ritmo acelerado de trabalho e prazos curtos a serem cumpridos
<input type="checkbox"/>	Excesso de cobranças
<input type="checkbox"/>	Precisar fazer mais de uma tarefa ao mesmo tempo
<input type="checkbox"/>	Baixa remuneração
<input type="checkbox"/>	Ausência de tempo para a família e lazer
<input type="checkbox"/>	Outros. Qual (quais)?
<input type="checkbox"/>	Não considero minha atual função estressante

## III – PERCEPÇÃO DE SINTOMAS RECENTES

Assinale com um X, se nos últimos 30 dias você sentiu algum dos seguintes sintomas:

**(Você pode marcar mais de uma alternativa)**

**Caso não tenha percebido nenhum sintoma, assinale apenas a última opção.**

<input type="checkbox"/>	Apatia	<input type="checkbox"/>	Tonturas
<input type="checkbox"/>	Irritabilidade	<input type="checkbox"/>	Náuseas
<input type="checkbox"/>	Tensão Muscular	<input type="checkbox"/>	Problemas dermatológicos (Acne, alergias, etc)
<input type="checkbox"/>	Dificuldade de concentração	<input type="checkbox"/>	Diarreias frequentes
<input type="checkbox"/>	Ansiedade	<input type="checkbox"/>	Desmaios
<input type="checkbox"/>	Sensação de cansaço e desgaste físico constante	<input type="checkbox"/>	Queda de produtividade
<input type="checkbox"/>	Mudança de apetite	<input type="checkbox"/>	Dor de cabeça frequente
<input type="checkbox"/>	Perdas ou falhas de memória	<input type="checkbox"/>	Pesadelos frequentes
<input type="checkbox"/>	Diminuição do desejo sexual	<input type="checkbox"/>	Hipertensão arterial (Pressão alta)
<input type="checkbox"/>	Taquicardia	<input type="checkbox"/>	Medo exagerado sem motivo aparente
<input type="checkbox"/>	Dor de Estômago	<input type="checkbox"/>	Insônia
<input type="checkbox"/>	Diminuição do senso de humor	<input type="checkbox"/>	Outros. Qual (quais)?
<input type="checkbox"/>	Tremores	<input type="checkbox"/>	Nenhum.

#### IV – ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO

Você consome bebida alcoólica? ( ) Não. ( ) Sim. Com que frequência?
Você pratica atividade física regularmente? ( ) Não. ( ) Sim. Qual?
Você desenvolve alguma atividade religiosa/espiritual? ( ) Não. ( ) Sim. Qual?

Você já buscou auxílio profissional para lidar com o estresse? ( ) Não. ( ) Sim.
Você conhece o setor da PMPA que oferece assistência psicossocial aos policiais militares e seus dependentes? ( ) Não. ( ) Sim.
Você já utilizou algum dos seus serviços? ( ) Não. ( ) Sim. Qual foi o motivo?

De que maneira você procura aliviar o estresse vivido no trabalho?
( ) Não considero minha função atual estressante.

---

<b>Questionário N°:</b> _____ <b>Data de Aplicação:</b> ____/____/____ <b>Município de Aplicação:</b> _____
---

<b><u>I – Percepção de Estresse no Trabalho</u></b> Pontuação: _____ Classificação: _____	<b><u>II – Percepção de Sintomas Recentes:</u></b> Pontuação: _____ Classificação: _____ Predominância: ( ) Físicos ( ) Psicológicos
---	---

# QUESTIONÁRIO DE PERCEPÇÃO DE ESTRESSE OCUPACIONAL

## GUIA DE AVALIAÇÃO DOS RESULTADOS QUANTITATIVOS

### I – PERCEPÇÃO DE ESTRESSE NO TRABALHO

Realizar somatória simples do total de pontos assinalados em cada afirmação.

OBS: Pontuação mínima = 5  
Pontuação máxima = 25

PONTUAÇÃO	CLASSIFICAÇÃO
5	Muito Baixa
6 – 10	Baixa
11 – 15	Média
16 – 20	Alta
21 – 25	Muito Alta

### III – PERCEPÇÃO DE SINTOMAS RECENTES

1. Realizar somatória simples do total de sintomas assinalados.

OBS: Pontuação mínima = 0  
Pontuação máxima = 25

PONTUAÇÃO	CLASSIFICAÇÃO
0	Sem presença de sintomatologia
1 – 5	Presença moderada de sintomatologia
6 – 25	Presença significativa de sintomatologia

2. Verificar qual é a predominância de sintomas assinalados quanto à sua natureza, conforme a distribuição abaixo:

<b>SINTOMAS FÍSICOS</b>	Sensação de cansaço e desgaste físico constante. Tonturas. Náuseas. Problemas dermatológicos (Acne, alergias, etc.). Diarreias frequentes. Desmaios. Dor de cabeça frequente. Taquicardia. Dor de estômago. Hipertensão arterial (Pressão alta). Tremores. Tensão muscular.
<b>SINTOMAS PSICOLÓGICOS</b>	Apatia, Irritabilidade. Dificuldade de concentração. Ansiedade. Mudança de apetite. Perdas ou falhas de memória. Queda de produtividade. Pesadelos frequentes. Diminuição do desejo sexual. Diminuição do senso de humor. Medo exagerado sem motivo aparente. Insônia.

### 3.2 Propostas de intervenção

1) **Título da proposta:** Promover palestras informativas sobre estresse ocupacional direcionadas aos Comandantes, Diretores e Chefes da instituição.

**Objetivo:** Esclarecer e conscientizar os gestores da corporação quanto aos riscos do estresse ocupacional na tropa e possíveis consequências para a atividade policial.

**Quem pode executar a proposta:** Equipe multiprofissional do Corpo Militar de Saúde (CMS) e Centro Integrado de Atenção Psicossocial (CIAP) da Polícia Militar do Pará.

**Resultados esperados:** Proporcionar reflexões sobre mudança de cultura institucional e necessidade de suporte técnico para futuras decisões organizacionais que visem a preservação da saúde física e mental dos policiais militares do estado.

2) **Título da proposta:** Promover ações recreativas ao ar livre, com atividades físicas coordenadas e práticas de relaxamento em grupo, destinadas ao relaxamento da sobrecarga física e mental correlacionadas ao estresse ocupacional.

**Objetivo:** Promover a prática de exercícios físicos e a reeducação de hábitos saudáveis.

**Quem pode executar a proposta:** Policiais militares com formação em Educação Física e Fisioterapia e outros profissionais externos à corporação com o conhecimento técnico adequado, com apoio da Departamento Geral de Ensino e Cultura (DGEC) da Polícia Militar do Pará.

**Resultados esperados:** Redução da ansiedade e tensão, com a promoção da saúde física e mental, interação social e bons hábitos.

3) **Título da proposta:** Promover workshops, com participação de policiais militares e familiares, destinados ao ensino de práticas positivas e eficazes de redução do estresse no cotidiano.

**Objetivo:** Realizar atividades educativas de identificação de elementos estressores e de estratégias de enfrentamento e manejo adequadas para prevenção e redução do estresse.

**Quem pode executar a proposta:** Equipe multiprofissional do Corpo Militar de Saúde (CMS) e Centro Integrado de Atenção Psicossocial (CIAP) da Polícia Militar do Pará.

**Resultados esperados:** Oportunizar maior comunicação, integração e confiança entre policiais e seus familiares, através do fortalecimento dos laços familiares importantes para o enfrentamento ao estresse ocupacional.

## **CAPÍTULO 4 – CONSIDERAÇÕES FINAIS E RECOMENDAÇÕES PARA TRABALHOS FUTUROS**

### **4.1 Considerações Finais**

A presente pesquisa pretendeu investigar de que maneira o estresse ocupacional é percebido por mulheres da Polícia Militar do Pará, e quais suas estratégias de enfrentamento ao problema. Para alcançar tal objetivo, foi necessário verificar quais as implicações do estresse no âmbito profissional e familiar; identificar quais os elementos geradores de estresse no trabalho; investigar quais os sintomas físicos e psicológicos percebidos e correlatos ao desenvolvimento de quadros de estresse ocupacional; e, por fim, analisar quais as principais estratégias de enfrentamento por elas utilizadas.

Ao concluir o estudo, compreende-se que o objetivo proposto foi alcançado, uma vez que o levantamento de dados permitiu o acesso a informações pertinentes à temática em questão. No que tange ao estresse ocupacional em policiais, as evidências identificadas apontaram para um campo de conhecimento que é foco de pesquisas científicas no mundo todo, sendo um fenômeno presente em instituições policiais de diferentes países. Torna-se evidente, portanto, que a atividade policial envolve eventos e elementos capazes de desencadear o surgimento do estresse, seja em atividades próprias da profissão ou não.

A pesquisa permitiu verificar que mesmo executando serviços de cunho administrativo, uma amostra de mulheres policiais militares do Pará considera seu trabalho estressante e composto por elementos capazes de produzir repercussões em seus relacionamentos familiares. Em sua opinião, os principais fatores geradores de estresse seriam o excesso de trabalho, a baixa remuneração, ambientes físicos e equipamentos inadequados; características encontradas em outras categorias profissionais. Por outro lado, a utilização do Kit Policial (armamento e colete balístico) não foi significativamente considerado como gerador de estresse, posto que suas funções implicam em menos exposição a riscos durante o turno de trabalho.

Outro importante achado do estudo foi a constatação de que as policiais convivem com sinais e sintomas frequentemente correlacionados ao estresse segundo a literatura pesquisada, como sensações de cansaço e desgaste constante, irritabilidade e dores de cabeça frequentes. Cabe salientar, porém, que a mera observação desses quadros sintomatológicos não significa necessariamente que estão relacionados ao estresse ocupacional; podendo ser indicativos de outros tipos de adoecimento. Ainda assim, demonstram prejuízos na saúde física e mental dessas policiais.

Além disso, mesmo na presença desses sintomas, não há a busca por auxílio profissional junto aos técnicos da instituição. Em contrapartida, tendem a manter hábitos saudáveis de enfrentamento ao estresse, por meio de atividades físicas, religiosas e/ou espirituais e suporte da família. Apesar de positivos, tais recursos podem não ser suficientes frente a níveis mais elevados de estresse que resultam em adoecimentos e requerem acompanhamento especializado.

Diante das informações obtidas, pode-se considerar como favorável a capacidade das policiais militares em reconhecer e admitir que se sentem estressadas, porém necessitam sobrepor os estigmas ainda existentes em torno do adoecimento, principalmente psíquico, na instituição. Torna-se evidente que os efeitos do estresse podem influenciar na qualidade do desempenho profissional dos policiais ao precisarem trabalhar doentes ou indispostos.

Para tanto é proposta a elaboração de um programa de combate ao estresse, capaz de promover orientações e atendimentos profissionais, impulsionados após um levantamento de dados a ser realizado com uma parcela significativa de policiais militares do estado.

Por fim, apreende-se que a presente pesquisa possibilitou maior divulgação e conhecimento sobre o tema e proporcionou a discussão de ações direcionadas à valorização profissional dos policiais militares. Nessa perspectiva, o reconhecimento do fenômeno do estresse ocupacional na tropa, é de fundamental importância para a adoção de estratégias adequadas de prevenção e diminuição dos riscos envolvidos, e para a preservação de condições de saúde favoráveis à sua prestação de serviço à população.

## **4.2 Recomendações para trabalhos futuros**

Mesmo diante dos objetivos alcançados, o estudo sobre o estresse ocupacional em policiais militares do Pará não deve se encerrar ao final deste trabalho. Destaca-se como limitação da pesquisa o tamanho da amostra selecionada para o levantamento de dados, fator que gera implicações na generalização dos resultados para toda a corporação. Portanto, recomenda-se para trabalhos futuros:

- 1) Desenvolver estudos que correlacionem aspectos como carga horária, tempo de serviço e nível hierárquico ao estresse ocupacional e promover reflexões sobre a processos organizacionais relativos à necessidade de aumento de efetivo, distribuição igualitária de funções e investimento em equipamentos e estrutura patrimonial adequados.
- 2) Expandir a investigação a outras unidades da instituição e regiões do estado do Pará, visando traçar comparativos entre a percepção de estresse ocupacional de policiais militares de unidades de serviço operacional e unidades de serviço administrativo.



- 3) Investigar o efetivo masculino, visando a ampliação do debate proposto e verificação de possíveis diferenças relativas à variável do gênero em relação ao desenvolvimento do estresse ocupacional.
- 4) Realizar estudos de abordagem qualitativa que enriqueçam a discussão ora apresentada e evidenciem os sentidos e significados que os policiais atribuem ao estresse ocupacional percebido.

## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, D. M.; IBDAIWI, T. K. R.; LOPES, L. F. D.; COSTA, V. M. F.; POSSAMAI, L. O. O. Estresse Ocupacional na Perspectiva dos Bombeiros da Cidade de Santa Maria/Rs. **Revista de Carreiras e Pessoas São Paulo**, v. V, n. 01. p. 156-171, 2015.
- ANDREW, M. E.; VIOLANTI, J. M.; GU, J. K.; FEKEDULEGN, D; LI, S.; HARTLEY, T. A.; CHARLES, L. E.; MNATSAKANOVA, A.; MILLER, D. B.; BURCHFIEL, C. M. Police work stressors and cardiac vagal control. **American Journal of Human Biology**, v. 29, p. 01-10, 2017.
- BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília, DF: Senado Federal, 1988.
- BRASIL. Decreto-Lei Nº. 667, de 2 de julho de 1969. **Reorganiza as Polícias Militares e os Corpos de Bombeiros Militares dos Estados, dos Territórios e do Distrito Federal, e dá outras providências**. 1969.
- BRASIL. Lei Nº. 8.080, de 19 de setembro de 1990. **Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências**. 1990.
- BRASIL. Ministério da Saúde do Brasil. Organização Pan-Americana da Saúde/Brasil. **Doenças relacionadas ao trabalho. Manual de procedimentos para os serviços de saúde**. Série A, Normas e manuais técnicos, 114, Brasília, 2001.
- BERNARDINO, R. C.; BERNARDINO, A. Vasconcelos da Silva. Fatores estressores que influenciam na qualidade de vida, gerando danos à saúde do policial militar. **Revista Mosaico**, v. 09, n. 2, p. 02-09, jul/dez, 2018.
- BEZERRA, C. M.; MINAYO, M. C. S.; CONSTANTINO, P. Estresse Ocupacional em Mulheres Policiais. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, n. 3, p. 657-666, 2013.
- CHUEH, K.; YEN, C.; LU, L; YANG, M. Association between psychosomatic symptoms and work stress among Taiwan police officers. **Kaohsiung Journal of Medical Sciences**, v. 27, p. 144-149, 2011.
- CRESWELL, John W. **Projeto de pesquisa métodos qualitativo, quantitativo e misto**. 2 ed. Editora Artmed, 2007.
- COSTA, M.; ACCIOLY JÚNIOR, H.; OLIVEIRA, J.; MAIA, E. Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. **Revista Panamericana de Salud Publica**, v. 21, n. 4, p. 217-222, 2007.
- DANTAS, M. A.; BRITO, D. V. C.; RODRIGUES, P. B.; MACIENTE, T. S. Avaliação de Estresse em Policiais Militares. **Psicologia: Teoria e Prática**, v. 12, n. 3, p. 66-77, jun, 2010.
- DIAS, R. P.; PEREIRA, A.; LANGARO, F.; CORREA, R. N.; DE SOUZA, N.; LACERDA, L. L. V. Riscos psicossociais e estresse ocupacional, parceiros numa relação presumida com o burnout: um estudo de estressores que envolvem as atividades dos peritos criminais. **Revista Brasileira de Criminalística**, v. 2, n. 1, p. 42-50, 2013.

FRIEDRICH, A. C.; MACEDO, F.; REIS, A. H. Vulnerabilidade ao stress em adultos jovens. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, v. 15, n. 1, p. 59-70, jan-mar, 2015.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2002.

GOMES, A. R.; AFONSO, J. M. P. Occupational Stress and Coping among Portuguese Military Police Officers. **Avances en Psicología Latinoamericana**, v. 34, n. 1, p. 47-65, 2016.

JÚNIOR, S. D. S.; COSTA, F. J. Mensuração e escalas de verificação: uma análise comparativa das escalas de Likert e Phrase Completion. **PMKT–Revista Brasileira de Pesquisas de Marketing, Opinião e Mídia**, v. 15, n. 1-16, p. 61, 2014.

LEITE, M. M. **Origens Sociais e Trajetórias Profissionais das Primeiras Mulheres Policiais pertencentes ao círculo de Oficiais da Polícia Militar do Pará**. 2013, Dissertação, 80p. (Mestrado em Segurança Pública). Universidade Federal do Pará – UFPA, Instituto de Filosofia e Ciências Humanas. Belém, PA, Brasil. 2013.

LEKA, S.; JAIN, A. *Health Impact of Psychosocial hazards at work*. **WHO Library Cataloguing in Publication**, 2010.

LIPP, M. N. **Manual do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL)**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

LIPP, M. E. N.; COSTA, K. R. S.; NUNES, V. O. Estresse, qualidade de vida e estressores ocupacionais de policiais: Sintomas mais frequentes. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, v. 17, n. 1, p. 46-53, 2017.

LOBATO, R. F. **Mulheres nas Forças Especiais: Batalhas Profissionais e Dramas Pessoais**. 2017, Dissertação, 82p. (Mestrado em Segurança Pública). Universidade Federal do Pará – UFPA, Instituto de Filosofia e Ciências Humanas. Belém, PA, Brasil. 2017.

LOUZEIRO, A. G. C. **A Percepção do Stress sob o Olhar dos Bombeiros Militares**. 2016, Dissertação, 58p. (Mestrado em Segurança Pública). Universidade Federal do Pará – UFPA, Instituto de Filosofia e Ciências Humanas. Belém, PA, Brasil. 2016.

LUZ, E. S. **Estudo do Estresse Ocupacional em Mulheres Policiais Militares da Cidade do Rio de Janeiro**. 2011. 110 f. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva) - Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro, 2011.

MAGNAVITA, N.; GARBARINO, S. Is Absence Related to Work Stress? A Repeated Cross-Sectional Study on a Special Police Force. **American Journal of Industrial Medicine**, v. 56, p. 765–775, 2013.

MCGUIGAN, F. J. An abbreviated history of the International Stress Management Association (ISMA), **International Journal of Stress Management**, v. 1, n 1, 1994.

OIT. **Workplace stress: A collective challenge**. Turin, Itália, 2016. Disponível em: <[https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms\\_466547.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms_466547.pdf)>. Acesso em: 09 abr. 2020.

OLIVEIRA, P. L. M.; BARDAGI, M. P. Estresse e Comprometimento com a carreira em Policiais Militares. **Boletim De Psicologia**, v. LIX, n. 131, p. 153-166, 2010.

OMS. Second Meeting of the WHO Collaborating Centres in Occupational Health. **Global strategy on occupational health for all - The Way to Health at Work**. Geneva, 1995. Disponível em: <[http://www.who.int/occupational\\_health/en/oehstrategy.pdf](http://www.who.int/occupational_health/en/oehstrategy.pdf)>. Acesso em: 14 abr. 2019.

PARÁ. Governo do Estado do Pará. Secretaria de Estado de Segurança Pública e Defesa Social. Polícia Militar do Pará. **Lei Complementar Nº. 126, de 13 de janeiro de 2020. Altera a Lei Complementar Nº 053, de 7 de fevereiro de 2006, que “Dispõe sobre a Organização Básica e fixa o efetivo da Polícia Militar do Pará. (PMPA)”**. 2020.

PARÁ. Governo do Estado do Pará. Secretaria de Estado de Segurança Pública e Defesa Social. Polícia Militar do Pará. Boletim Geral nº 213 – 16 NOV 2017. **Portaria nº 022/2017, de 16 de novembro de 2017 – EMG/PMPA. Institui o Programa multidisciplinar itinerante de atenção à saúde do policial militar do Pará (PASPM)**. 2017.

PARANHOS, R.; FIGUEIREDO FILHO, D. B.; ROCHA, E. C.; SILVA JÚNIOR, J. A.; FREITAS, D. Uma introdução aos métodos mistos. **Sociologias**, v. 18, n. 42, p. 384-411, 2016.

PRODANOV, Cleber Cristiano; DE FREITAS, Ernani Cesar. **Metodologia do trabalho científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico**. 2. ed. Editora Feevale, 2013.

RIVERA-VAZQUEZ, O. Police Stress. **The Encyclopedia of Criminology and Criminal Justice**, First Edition, p. 01-05, 2014.

ROBERTS, N. A.; LEONARD, R. C.; BUTLER, E. A., LEVENSON, R. W.; KANTER, J. W. Job Stress and Dyadic Synchrony in Police Marriages: A Preliminary Investigation. **Family Process**, v. 52, n. 2, p. 271-283, 2013.

SALVADOR, R. S. P.; SILVA B. A. S. A.; LISBOA, M. T. L. Estresse da Equipe de Enfermagem do Corpo de Bombeiros no Atendimento Pré-Hospitalar Móvel. **Escola Anna Nery**, v. 17, n. 2, p. 361-368, abr/jun, 2013.

SCHNEIDER, D.; SIGNORELLI, M. C.; PEREIRA, P. P. G. Mulheres da segurança pública do litoral do Paraná, Brasil: intersecções entre gênero, trabalho, violência(s) e saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 22, n. 9, p. 3003-3011, 2017.

SELYE, Hans. The General-Adaptation-Syndrome. **Annual Review of Medicine**, v. 2, p. 327-342, 1951.

SILVA, L. C.; SALLES, T. L. A. O estresse ocupacional e as formas alternativas de tratamento. **Revista de Carreiras e Pessoas São Paulo**, v. VI, n. 02, p. 234-247, 2016.

SISTO, F. F.; BAPTISTA, M. N.; NORONHA, A. P. P.; SANTOS, A. A. A. **Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho (EVENT)**. São Paulo: Vetor, 2012.

SOUZA, E. R.; FRANCO, L. G.; MEIRELES, C. C.; FERREIRA, V. T.; SANTOS, N. C. Sofrimento psíquico entre policiais civis: uma análise sob a ótica de gênero. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 1, p. 105-114, jan, 2007.

VICENTE, N. G.; FERREIRA, L. A.; REZENDE, M. P.; CARDOSO, R. J.; ZUFFI, F. B. Percepção do Estresse Ocupacional por Bombeiros Militares de uma cidade do interior de Minas Gerais. **Journal Of Research Fundamental Care Online**, v. 5, n. 3, p. 75-84, jul/set, 2013.

VILELA, R. B.; RIBEIRO, A.; BATISTA, N. A. Nuvem de palavras como ferramenta de análise de conteúdo: Uma aplicação aos desafios do mestrado profissional em ensino na saúde. **Millenium**, v. 2, n. 11, p. 29-36, 2020.

YATES, S.; RIACH, K.; JOHANSSON, M. Stress at Work, Gendered Dys-appearance and the Broken Body in Policing. **Gender, Work and Organization**, v. 25, n. 1, jan, 2018.

## APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE ESCLARECIDO

**O ESTRESSE OCUPACIONAL DE MULHERES POLICIAIS MILITARES DO PARÁ**

Prezada Senhora, V.S.<sup>a</sup> está sendo convidada a participar da pesquisa acima citada, que tem por objetivo *investigar de que maneira o estresse ocupacional é percebido e quais as estratégias de enfrentamento das mulheres policiais militares da Polícia Militar do Pará*. O documento abaixo contém todas as informações necessárias sobre a pesquisa realizada. Sua colaboração neste estudo será de muita importância para nós, mas se desistir a qualquer momento, isso não causará nenhum prejuízo a você.

Essa pesquisa será realizada com as policiais militares que exercem suas funções no Departamento Geral de Pessoal (DGP), do serviço Ativo ou da Reserva Remunerada na condição de reconvocada, com pelo menos dois anos na instituição, que não estejam de licença ou férias durante o período de coleta de dados e que tenham interesse em participar da pesquisa.

Sua participação no estudo consistirá em responder ao Questionário de Percepção de Estresse Ocupacional elaborado para essa pesquisa com perguntas relativas ao tema. O preenchimento do questionário não tem tempo estipulado de duração máximo ou mínimo.

Eu \_\_\_\_\_, residente e domiciliada em \_\_\_\_\_ (município), portadora da cédula de identidade RG nº \_\_\_\_\_ e inscrita no CPF \_\_\_\_\_, nascida em \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_, abaixo assinado, concordo de livre e espontânea vontade em participar como voluntária do estudo “O Estresse Ocupacional de Mulheres Policiais Militares do Pará.”.

Estou ciente que:

- I) O presente estudo tem como objetivo: Verificar de que maneira o estresse ocupacional é percebido e as possíveis implicações no âmbito profissional e familiar; Identificar quais são os elementos geradores de estresse no trabalho; Investigar qual é a percepção de sintomas físicos e psicológicos correlacionados à manifestação de estresse ocupacional; Analisar quais as estratégias de enfrentamento utilizadas frente ao estresse ocupacional percebido;
- II) O estudo pretende ter abordagem quantitativa e qualitativa. A coleta de dados será realizada através da aplicação do Questionário de Percepção de Estresse Ocupacional, composto de 22 perguntas, divididas em cinco eixos temáticos, sendo eles: Dados de Identificação, Dados Profissionais, Percepção de Estresse no Trabalho e Consequências, Percepção de Sintomas Recentes e Estratégias de Enfrentamento. As informações serão analisadas através da estatística descritiva e os resultados serão correlacionados ao referencial teórico pesquisado e citado na pesquisa.
- III) Não sou obrigada a responder as perguntas contidas no instrumento de coleta de dados da pesquisa;
- IV) Minha participação neste projeto não pretende me submeter a um tratamento, bem como não me causará nenhum custo;
- V) Tenho a liberdade de desistir ou de interromper a colaboração neste estudo no momento em que desejar, sem necessidade de qualquer explicação, sem penalização nenhuma e sem prejuízo à minha sua saúde ou bem-estar físico
- VI) A minha participação nesta pesquisa contribuirá para acrescentar à literatura dados referentes ao tema. A pesquisa pretende a valorização dos agentes de segurança pública no que diz respeito à sua saúde biopsicossocial, uma vez que esses profissionais são fundamentais na segurança da população. Um dos benefícios previstos para a pesquisa é a construção de conhecimento científico acerca do estresse ocupacional na população de policiais militares do Pará, uma vez que não há no estado não há estudo anterior sobre o tema;
- VII) Os riscos previstos nesta pesquisa são mínimos com relação a quebra de sigilo de meus dados pessoais. A realização da pesquisa apresenta o possível risco transitório de interferir na

minha rotina. A pesquisa não envolverá riscos físicos, sociais e/ou econômicos e será suspensa imediatamente ao ser percebido risco ou dano à integridade física e à saúde das participantes;

VIII) Não receberei nenhum tipo de remuneração e nenhum tipo de recompensa nesta pesquisa, sendo minha participação voluntária;

IX) A pesquisadora assume o compromisso ético com as participantes quanto ao **sigilo da pesquisa**, privacidade e proteção de sua imagem, assim como a não estigmatização, garantindo que todas as informações obtidas não serão utilizadas em prejuízo das pessoas e/ou das comunidades, inclusive em termos de autoestima, de prestígio e/ou de aspectos econômico-financeiros;

X) Ao assinar este termo, concordo que os resultados sejam divulgados em publicações científicas, desde que meus dados pessoais não sejam mencionados;

XI) Caso desejar, poderei pessoalmente, ou por meio de telefone ou e-mail entrar em contato com a pesquisadora responsável para tomar conhecimento dos resultados parciais e finais da pesquisa.

( ) Desejo conhecer os resultados desta pesquisa, pelo e-mail \_\_\_\_\_.

( ) Não desejo conhecer os resultados desta pesquisa.

\_\_\_\_\_ -PA, \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

Declaro ter conhecimento das informações contidas neste documento e ter recebido respostas claras sobre as dúvidas por mim apresentadas a propósito da minha participação direta na pesquisa e, adicionalmente, declaro ter compreendido o objetivo, a natureza, os riscos e benefícios desse estudo.

Após reflexão e um tempo razoável, eu decidi, de livre e espontânea vontade, participar deste estudo, permitindo que o pesquisador relacionado neste documento utilize as minhas informações para fins de pesquisa científica/educacional, podendo ainda, publicá-las em aulas, congressos, eventos científicos, palestras ou periódicos científicos. Porém não devo ser identificado por nome ou qualquer outra forma.



---

Assinatura da participante da pesquisa

Testemunha 1: \_\_\_\_\_

Testemunha 2: \_\_\_\_\_

Pesquisadoras:

---

**Profa. Dra. Andrea Bittencourt Pires Chaves.**

Contato: (91) 981118492

E-mail: andreachaves@ufpa.br

---

**Nathália Ferreira de Almeida**

Contato: (91) 983062502

E-mail: ferreira.nathalia@gmail.com



**II – DADOS PROFISSIONAIS**

6) Qual é o seu Posto ou Graduação:

- |                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Subtenente  | <input type="checkbox"/> Coronel         |
| <input type="checkbox"/> 1º Sargento | <input type="checkbox"/> Tenente-Coronel |
| <input type="checkbox"/> 2º Sargento | <input type="checkbox"/> Major           |
| <input type="checkbox"/> 3º Sargento | <input type="checkbox"/> Capitão         |
| <input type="checkbox"/> Cabo        | <input type="checkbox"/> 1º Tenente      |
| <input type="checkbox"/> Soldado     | <input type="checkbox"/> 2º Tenente      |

7) Você tem quantos anos de Serviço Ativo na instituição?

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> menos de 5 anos | <input type="checkbox"/> de 16 e 20 anos |
| <input type="checkbox"/> de 5 e 10 anos  | <input type="checkbox"/> de 21 e 25 anos |
| <input type="checkbox"/> de 11 e 15 anos | <input type="checkbox"/> de 26 e 30 anos |

8) Há quanto tempo você está trabalhando em sua atual unidade? \_\_\_\_\_

### III – PERCEPÇÃO DE ESTRESSE NO TRABALHO E CONSEQUÊNCIAS

9) De maneira geral, você considera sua atual função estressante?

- Nunca
- Raramente
- Às vezes
- Muitas Vezes
- Sempre

10) Durante o período de um mês, com que frequência você se sente estressada no trabalho?

- Nunca
- Raramente
- Às vezes
- Muitas Vezes
- Sempre

11) Em sua opinião, o estresse pode causar influências em suas atividades e desempenho profissional?

- Nunca
- Raramente
- Às vezes
- Muitas Vezes
- Sempre

12) Em sua opinião, o estresse vivido no ambiente de trabalho pode influenciar no convívio diário com os colegas de trabalho?

- Nunca
- Raramente
- Às vezes
- Muitas Vezes
- Sempre

13) Para você, o estresse vivido no trabalho influência na sua vida particular?

(Como por exemplo na convivência e nas relações com familiares e amigos).

- Nunca
- Raramente
- Às vezes
- Muitas Vezes
- Sempre

14) Em sua opinião, quais das opções abaixo tornam sua atual função estressante?

**(Nessa questão você pode marcar mais de uma alternativa)**

- Excesso de trabalho e acúmulo de responsabilidades e funções
- Ambiente físico e equipamentos inadequados
- Dificuldade de relacionamento entre os colegas
- Dificuldade de relacionamento com superiores
- Falta de reconhecimento e valorização
- Exposição a riscos da profissão
- Utilização do kit policial
- Ritmo acelerado de trabalho e prazos curtos a serem cumpridos
- Excesso de cobranças
- Precisar fazer mais de uma tarefa ao mesmo tempo
- Baixa remuneração
- Ausência de tempo para a família e lazer
- Outros. Qual (quais)? \_\_\_\_\_

---

Não considero minha atual função estressante

#### IV – PERCEPÇÃO DE SINTOMAS RECENTES

15) Assinale com um X, se nos últimos 30 dias você sentiu algum dos seguintes sintomas a seguir:

**(Nessa questão você pode marcar mais de uma alternativa)**

- Apatia
- Irritabilidade
- Tensão Muscular
- Dificuldade de Concentração
- Ansiedade
- Sensação de cansaço e desgaste físico constante
- Mudança de apetite
- Perdas ou falhas de memória
- Diminuição do desejo sexual
- Taquicardia
- Dor de Estômago
- Diminuição do senso de humor
- Tremores
- Tonturas
- Náuseas
- Problemas dermatológicos (Acne, alergias, entre outros)
- Diarreias frequentes
- Desmaios
- Queda de produtividade
- Dor de cabeça frequente
- Pesadelos frequentes
- Hipertensão arterial (Pressão alta)
- Medo exagerado sem motivo aparente
- Insônia
- Outros. Qual (quais)? \_\_\_\_\_

---

Nenhum. Não percebi a manifestação desses sintomas nos últimos 30 dias.

**V – ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO**

16) Você já buscou auxílio profissional para lidar com o estresse?

Não  Sim

17) Você conhece o setor da PMPA que oferece assistência psicossocial à saúde mental de policiais militares e seus dependentes?

Não  Sim

18) Se sim, você já utilizou seus serviços?

Não.

Sim. Qual foi o motivo? \_\_\_\_\_

19) Você consome bebida alcoólica?

Não.  Sim. Com que frequência? \_\_\_\_\_

20) Você pratica alguma atividade física regularmente?

Não.  Sim. Qual? \_\_\_\_\_

21) Você desenvolve alguma atividade religiosa/espiritual?

Não.  Sim. Qual? \_\_\_\_\_

22) De que formas você procura aliviar o estresse vivido no trabalho?

---

---

---

---

Não considero minha função atual estressante.

ANEXO I – PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

**PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP**

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** O ESTRESSE OCUPACIONAL SOB A PERSPECTIVA DAS MULHERES POLICIAIS MILITARES NO ESTADO DO PARÁ

**Pesquisador:** Nathália Ferreira de Almeida

Área Temática:

**Versão:** 3

**CAAE:** 36042919.7.0000.0018

**Instituição Proponente:** Instituto de Filosofia e Ciências Humanas

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

**Número do Parecer:** 4.437.725

**Apresentação do Projeto:**

Os agentes de segurança pública, profissionais responsáveis diariamente pela prevenção e promoção de segurança, constituem um dos elementos cruciais do combate à criminalidade. Compreende-se que o trabalho, atividade essencialmente humana, é capaz de propiciar tanto saúde, quanto adoecimento. Por sua vez, a necessidade de afirmação no trabalho, conflitos familiares e os diversos papéis exercidos pela mulher na vida profissional e pessoal, podem levar a uma sobrecarga de responsabilidades que podem contribuir para o surgimento de doenças de manifestação física e psicológica. Nesse contexto, ao considerarmos que a qualidade de vida e saúde desses agentes pode repercutir diretamente em sua atuação diária junto à sociedade; o presente estudo pretende investigar como as mulheres pertencentes à Polícia Militar do Pará percebem o estresse no seu dia a dia de trabalho, as possíveis consequências na sua função e em sua vida familiar, bem como suas estratégias de enfrentamento.

**Objetivo da Pesquisa:**

**Objetivo Primário:** Investigar a percepção das mulheres policiais militares do Pará, pertencentes à Diretoria de Pessoal, sobre o estresse ocupacional e o impacto deste em suas atividades diárias e vida familiar.

**Objetivo Secundário:** 1.Descrever de que maneira o estresse é percebido pelas policiais militares e quais suas consequências em seu dia-a-dia;2.Identificar os elementos geradores de estresse no ambiente de trabalho das policiais militares;3.Identificar os principais sintomas físicos e/ou psicológicos



relatados; 4. Analisar as possíveis estratégias de enfrentamento do estresse dos policiais militares dentro e fora da instituição.

#### **Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

**Riscos:** A realização da pesquisa apresenta o possível risco transitório de interferir na rotina das participantes, bem como de abordar assuntos sensíveis e de cunho pessoal, que podem suscitar emoções vinculadas ao tema. Para tanto, serão levados em consideração sinais verbais e não verbais de desconforto e as participantes terão liberdade em interromper sua participação a qualquer momento. Além disso, será garantido que o acesso ao local da entrevista seja restrito à confidencialidade e privacidade do pesquisador e participantes, bem como não serão divulgadas informações que possam prejudicar os sujeitos. A pesquisa não envolverá riscos físicos, sociais e/ou econômicos aos participantes, e será suspensa imediatamente ao ser percebido risco ou dano à integridade física e à saúde das participantes.

**Benefícios:** O projeto de pesquisa pretende a valorização dos agentes de segurança pública no que diz respeito à sua saúde biopsicossocial, uma vez que esses profissionais são fundamentais na segurança da população. Um dos benefícios previstos para a pesquisa é a construção de conhecimento científico acerca do estresse ocupacional na população de policiais militares do Pará, uma vez que não há no estado não há estudo anterior sobre o tema. A contribuição estende-se à saúde das mulheres policiais, tema também pouco explorado no meio científico do estado. Além disso, em parceria com o Centro Integrado de Psicologia e Assistência Especial da Polícia Militar do Pará a dissertação proveniente do projeto de pesquisa terá como objetivo a elaboração e operacionalização de uma ação concreta (produto final) que ofereça auxílio e orientação aos policiais que necessitarem.

#### **Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

O protocolo encaminhado dispõe de metodologia e critérios definidos conforme resolução 466/12 do CNS/MS. Trata ainda em resolver pendências citadas no parecer nº4.316.503, que depois de analisado por este colegiado entende-se como satisfatório e aceito.

#### **Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:**

Os termos apresentados, nesta versão, contemplam os sugeridos pelo sistema CEP/CONEP.

#### **Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

Diante do exposto somos pela aprovação do protocolo. Este é nosso parecer, SMJ.

**Considerações Finais a critério do CEP:**

**Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:**

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1454258.pdf	27/10/2020 20:38:54		Aceito
Folha de Rosto	Folha_de_Rosto.pdf	27/10/2020 20:38:10	Nathália Ferreira de Almeida	Aceito
Outros	Isencao_de_onus.pdf	31/07/2020 18:56:39	Nathália Ferre	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto.docx	07/11/2019 22:06:13	Nathália Ferre	Aceito
Outros	Termo_Orientador.pdf	07/11/2019 22:04:39	Nathália Ferre	Aceito
Outros	Termo_Compromisso.pdf	07/11/2019 22:03:18	Nathália Ferre	Aceito
Outros	Encaminhamento.pdf	07/11/2019 22:01:53	Nathália Ferre	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TERMO_DE_CONSENTIMENTO_LIVRE_ESCLARECIDO.docx	07/11/2019 21:59:47	Nathália Ferre	Aceito

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

BELEM, 03 de Dezembro de 2020

---

**Assinado por:**  
Wallace Raimundo Araujo dos  
Santos (Coordenador(a))

ANEXO II – APROVAÇÃO DA PESQUISA PELA POLÍCIA MILITAR DO PARÁ



**FOLHA DE DESPACHO**

GOVERNO DO ESTADO DO PARÁ  
SECRETARIA DE ESTADO DE SEGURANÇA PÚBLICA E DEFESA  
SOCIAL  
POLÍCIA MILITAR DO PARÁ  
**GABINETE DO COMANDO**

DE ORDEM DO EXMº. SR COMANDANTE GERAL DA PMPA  
AO SENHOR CHEFE DO DGP, PARA SUPERIOR PROVIDÊNCIAS.

UBIRAJARA **MAGELA** DE SOUSA FALCÃO – TEN CEL QOPM RG 16842.  
Chefe de Gabinete do Comando Geral.

ASSINADO ELETRONICAMENTE PELO USUÁRIO: UBIRAJARA MAGELA DE SOUSA FALCÃO (Lei 11.419/2006)  
EM 11/08/2020 15:34 (Hora Local) - Aut. Assinatura: A787AE1B2B88E93B.20B2C762971E2273.EC0F3A908BA520E.2A078A855DDFFFA12



## FOLHA DE DESPACHO

DE ORDEM DO SR. CHEFE DO DEPARTAMENTO GERAL DE PESSOAL, INFORMO QUE A 2º TEN QCOPM RG 40.893 NATHÁLIA FERREIRA DE ALMEIDA, PERTENCENTE AO EFETIVO DESSE CENTRO, ESTÁ AUTORIZADA A REALIZAR OOLETA DE DADOS PARA PESQUISA CIENTÍFICA JUNTO AS POLICIAIS MILITARES DO DGP, CONFORME SOLICITADO.

ANEXO III – DECLARAÇÃO DE PUBLICAÇÃO DO ARTIGO 1:



**Brazilian Journal of  
Development**

**DECLARAÇÃO**

A Revista Brazilian Journal of Development, ISSN 2525-8761 avaliada pela CAPES como Qualis B2, declara para os devidos fins, que o artigo intitulado “Estresse policial: uma revisão integrativa sobre o estresse ocupacional em policiais” de autoria de, *Nathália Ferreira de Almeida e Andrea Bittencourt Pires Chaves*, foi publicado no v. 6, n. 7, p. 52693-52706.

A revista é on-line, e os artigos podem ser encontrados ao acessar o link:

<http://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/issue/view/96>  
**DOI:** <https://doi.org/10.34117/bjdv6n7-788>

Por ser a expressão da verdade, firmamos a presente declaração.

São José dos Pinhais, 29 de julho de 2020.



Prof. Dr. Edilson Antonio Catapan  
Editor Chefe

ANEXO IV – NORMAS DE SUBMISSÃO E COMPROVANTE DE SUBMISSÃO DO  
ARTIGO 2:

**REVISTA POLÍTICA E TRABALHO**

**Diretrizes para Autores**

Os manuscritos devem destinar-se exclusivamente à Revista Política & Trabalho, isto é, não poderão ser submetidos simultaneamente a outro(s) periódico(s). O envio espontâneo de qualquer colaboração implica automaticamente a cessão integral dos direitos autorais à Revista. Podem ser submetidos artigos e resenhas nos idiomas português, espanhol, inglês e francês que, se aprovados, serão publicados na língua original. Os custos com revisão de artigos em língua estrangeira deverão ser cobertos pelo(a)s autor(e/a)s. A revisão em língua estrangeira deve ser feita por profissional autorizado(a) e/ou reconhecido(a) pela Revista. Os pareceres de artigos submetidos em língua estrangeira serão elaborados em uma das línguas, conforme a disponibilidade dos (as) pareceristas da Revista. O recebimento dos artigos para avaliação prevê, também, as seguintes normas: **SEÇÕES Artigos para dossiê** – textos resultantes de estudos e pesquisas originais, por chamada pública ou convite dos (as) editores (as), de 15 a 20 páginas, com no máximo 7500 palavras e tendo até 4 coautores (as). **Artigos livres** – textos analíticos ou de revisão resultantes de pesquisas originais teóricas ou empíricas referentes a temas de interesse para a revista, de 15 a 20 páginas, com no máximo 7500 palavras **Entrevistas** – depoimentos de pessoas cujas histórias de vida ou realizações profissionais sejam relevantes para as áreas de abrangência da revista, de 15 a 20 páginas, com no máximo 7500 palavras **Resenhas** – publicações lançadas no Brasil ou exterior há no máximo 5 anos, sob a forma de resenhas críticas, de 7 a 10 páginas, com no máximo 3750 palavras. **Traduções** – de textos clássicos e contemporâneos que já tenham sido publicados no idioma original da obra. Caso o texto não se encontre em domínio público, é obrigatório que o tradutor disponha de documento do detentor dos direitos sobre a obra traduzida, autorizando a tradução e sua publicação em nossa revista. Os custos de revisão da tradução, realizada por tradutores credenciados, serão arcados pelos proponentes. **REGRAS 1** - Só serão aceitos os trabalhos submetidos on-line pelo sistema da Revista Política & Trabalho, no seguinte endereço: <http://periodicos.ufpb.br/index.php/politicaetrabalho/index> (Menu esquerdo: SOBRE; item: SUBMISSÕES; subitem: SUBMISSÕES ON LINE) **2** – Todos os trabalhos devem ser escritos na fonte Times New Roman, em espaço 1,5, fonte tamanho 12, margem superior e esquerda de 3 cm e inferior e direita de 2 cm. **3** – Os artigos para dossiê e os artigos livres devem obedecer à seguinte ordem: a) Artigos submetidos em português: título, resumo, palavras-chave em português e inglês; b) Artigos submetidos em inglês: título, resumo, palavras-chave em inglês e português; c) Artigos

submetidos em espanhol e francês: título, resumo, palavras-chave na língua do artigo e em inglês; Os resumos em todas as línguas devem ter até **250 palavras**, seguidos de **4 palavras-chave** separadas entre si por ponto e finalizadas também por ponto. **4** – As resenhas bibliográficas deverão ser de livros publicados no Brasil ou exterior há no máximo 5 anos; devem obedecer a seguinte ordem: a) Resenhas submetidas em português: título, resumo, palavras-chave em português e inglês; b) Resenhas submetidas em inglês: título, resumo, palavras-chave em inglês e português; c) Resenhas submetidas em espanhol e francês: título, resumo, palavras-chave na língua do artigo e em inglês; Os resumos em todas as línguas devem ter até **250 palavras**, seguidos de **4 palavras-chave** separadas entre si por ponto e finalizadas também por ponto. **5** – As entrevistas deverão ser precedidas por uma apresentação biográfica de até uma página, em Times New Roman, tamanho 12, espaçamento simples. Deverão ser apresentadas em formato ping-pong (perguntas e respostas), com identificação do entrevistado e do entrevistador em negrito, e a pergunta em itálico. **6** – As traduções devem apresentar uma nota de rodapé em seu título com a referência completa da publicação original e a anuência do(a) autor(a). Opcionalmente poderá constar, na mesma nota, uma breve introdução sobre a relevância da publicação da tradução. O nome do(a) tradutor(a) deverá figurar na linha abaixo do nome do(a) autor(a) do texto traduzido, com a indicação: “tradução de”. **7** – Os artigos, as entrevistas, as resenhas e as traduções só serão encaminhados para avaliação se um(a) dos(as) autores(as) for pelo menos doutorando(a).

### **Declaração de Direito Autoral**

**DIREITOS DE AUTOR:** O autor retém, sem restrições dos direitos sobre sua obra. **DIREITOS DE REUTILIZAÇÃO:** A Revista de Ciências Sociais - Política & Trabalho adota a Licença Creative Commons, CC BY-NC atribuição não comercial conforme a Política de Acesso Aberto ao conhecimento adotado pelo Portal de Periódicos da UFPB. Com essa licença é permitido acessar, baixar (download), copiar, imprimir, compartilhar, reutilizar e distribuir os artigos, desde que para uso não comercial e com a citação da fonte, conferindo os devidos créditos de autoria e menção à Revista de Ciências Sociais - Política & Trabalho. Nesses casos, nenhuma permissão é necessária por parte dos autores ou dos editores. **DIREITOS DE DEPÓSITO DOS AUTORES/AUTOARQUIVAMENTO:** Os autores são estimulados a realizarem o depósito em repositórios institucionais da versão publicada com o link do seu artigo na Revista de Ciências Sociais - Política & Trabalho.

### **Política de Privacidade**

Os nomes e endereços informados nesta revista serão usados exclusivamente para os serviços prestados por esta publicação, não sendo disponibilizados para outras finalidades ou a terceiros.



Nathalia Ferreira <ferreira.nathalia@gmail.com>

---

## [P&T] Agradecimento pela Submissão

1 mensagem

---

periodicos@avisos.ufpb.br <periodicos@avisos.ufpb.br>

13 de março de 2021 19:44

Responder a: Roberto Vêras de Oliveira e/ou Miqueli Michetti <politicaetrabalho@gmail.com>

Para: Nathália Ferreira de Almeida <ferreira.nathalia@gmail.com>

Nathália Ferreira de Almeida,

Agradecemos a submissão do seu manuscrito "Estresse Ocupacional e Elementos Estressores: A Percepção de uma unidade administrativa da Polícia Militar do Pará " para REVISTA DE CIÊNCIAS SOCIAIS - POLÍTICA & TRABALHO. Através da interface de administração do sistema, utilizado para a submissão, será possível acompanhar o progresso do documento dentro do processo editorial, bastando logar no sistema localizado em:

URL do Manuscrito: <https://periodicos.ufpb.br/ojs/index.php/politicaetrabalho/authorDashboard/submission/58140>

Login: nathyal

Em caso de dúvidas, envie suas questões para este email. Agradecemos mais uma vez considerar nossa revista como meio de transmitir ao público seu trabalho.

Roberto Vêras de Oliveira e/ou Miqueli Michetti

REVISTA DE CIÊNCIAS SOCIAIS - POLÍTICA & TRABALHO

<http://www.cchla.ufpb.br/politicaetrabalho/>



ANEXO V – NORMAS DE SUBMISSÃO E COMPROVANTE DE SUBMISSÃO DO  
ARTIGO 3:

**International Journal of Development Research**

O International Journal of Development Research (IJDR) (ISSN 2230-9926) publica artigos solicitados e não solicitados de alta qualidade, em inglês, em todas as áreas do assunto. A revista acolhe a submissão de manuscritos que atendam aos critérios gerais de significância e excelência acadêmica. Todos os artigos publicados no IJDR serão revisados por pares. Os artigos serão publicados no próximo número da revista após aceitação.

O International Journal of Development Research (IJDR) (ISSN 2230-9926) será publicado mensalmente (um volume; 12 edições por ano) por Academe Research Journals.

A submissão eletrônica de manuscritos é fortemente encorajada, desde que o texto, tabelas e figuras estejam incluídos em um único arquivo Microsoft Word (de preferência em fonte Arial).

Envie manuscritos como anexo de e-mail para o Escritório Editorial em:

**journalijdr.editor@gmail.com, researchijdr@yahoo.com**

O número do manuscrito será enviado por e-mail ao autor correspondente no mesmo dia ou em até 72 horas.

A carta de apresentação deve incluir o endereço completo do autor correspondente e números de telefone e deve estar em mensagem de e-mail enviada ao Editor, junto com o arquivo, cujo nome deve iniciar com o sobrenome do primeiro autor, em anexo. Os autores também podem sugerir de dois a cinco revisores para o manuscrito (IJDR) pode designar outros revisores).

O International Journal of Development Research (IJDR) (ISSN 2230-9926) só aceitará manuscritos enviados como anexos de e-mail.

Tipos de artigos Três tipos de manuscritos podem ser submetidos:

Artigos regulares: devem descrever descobertas novas e cuidadosamente confirmadas, e procedimentos experimentais devem ser fornecidos com detalhes suficientes para que outros possam verificar o trabalho. O comprimento de um artigo completo deve ser o mínimo necessário para descrever e interpretar o trabalho com clareza.

Artigos regulares

Todas as partes do manuscrito devem ser digitadas em espaço duplo e todas as páginas numeradas a partir da página do título.

O Título deve ser uma frase breve que descreve o conteúdo do artigo. A página de rosto deve incluir os nomes completos e afiliações dos autores, o nome do autor correspondente junto com

informações de telefone, fax e e-mail. Os endereços atuais dos autores devem aparecer em nota de rodapé.

O Resumo deve ser informativo e totalmente autoexplicativo, apresentar sucintamente o tema, indicar o escopo dos experimentos, indicar dados significativos e apontar os principais achados e conclusões. O Resumo deve ter de 100 a 200 palavras. Frases completas, verbos ativos e a terceira pessoa devem ser usados, e o resumo deve ser escrito no pretérito. A nomenclatura padrão deve ser usada e abreviações devem ser evitadas. Nenhuma literatura deve ser citada.

Após o resumo, devem ser listadas cerca de 3 a 10 palavras-chave que fornecerão referências de indexação. Uma lista de abreviações não padronizadas deve ser adicionada. Em geral, abreviações não padronizadas devem ser usadas apenas quando o termo completo é muito longo e usado com frequência. Cada abreviatura deve ser escrita por extenso e introduzida entre parênteses na primeira vez que for usada no texto. Apenas unidades SI recomendadas devem ser usadas.

A Introdução deve fornecer uma declaração clara do problema, a literatura relevante sobre o assunto e a abordagem ou solução proposta. Deve ser compreensível para colegas de uma ampla gama de disciplinas científicas.

Os materiais e métodos devem ser completos o suficiente para permitir a reprodução dos experimentos. No entanto, apenas procedimentos verdadeiramente novos devem ser descritos em detalhes; procedimentos publicados anteriormente devem ser citados, e modificações importantes de procedimentos publicados devem ser brevemente mencionadas. Coloque nomes comerciais em letras maiúsculas e inclua o nome e o endereço do fabricante. Subtítulos devem ser usados. Os métodos de uso geral não precisam ser descritos em detalhes.

Os resultados devem ser apresentados com clareza e precisão. Os resultados devem ser escritos no pretérito ao descrever as descobertas nos experimentos dos autores. As descobertas publicadas anteriormente devem ser escritas no tempo presente. Os resultados devem ser explicados, mas em grande parte sem referência à literatura. Discussão, especulação e interpretação detalhada dos dados não devem ser incluídas nos resultados, mas devem ser colocadas na seção de discussão.

A Discussão deve interpretar os achados tendo em vista os resultados obtidos neste e em estudos anteriores sobre o tema. Declare as conclusões em algumas frases no final do artigo. As seções Resultados e Discussão podem incluir subtítulos e, quando apropriado, as duas seções podem ser combinadas.

Os agradecimentos a pessoas, bolsas, fundos, etc. devem ser breves.

As tabelas devem ser reduzidas ao mínimo e projetadas para serem o mais simples possível. As tabelas devem ser digitadas em espaço duplo, incluindo cabeçalhos e notas de rodapé. Cada tabela deve estar em uma página separada, numerada consecutivamente em algarismos arábicos e fornecida com um título e uma legenda. As tabelas devem ser autoexplicativas, sem referência ao

texto. Os detalhes dos métodos usados nos experimentos devem ser preferencialmente descritos na legenda e não no texto. Os mesmos dados não devem ser apresentados em forma de tabela e gráfico ou repetidos no texto.

As legendas das figuras devem ser digitadas em ordem numérica em folha separada. Os gráficos devem ser preparados usando aplicativos capazes de gerar GIF, TIFF, JPEG ou PowerPoint de alta resolução antes de serem colados no arquivo manuscrito do Microsoft Word. As tabelas devem ser preparadas em Microsoft Word. Use algarismos arábicos para designar figuras e letras maiúsculas para suas partes (Figura 1). Comece cada legenda com um título e inclua uma descrição suficiente para que a figura seja compreensível sem ler o texto do manuscrito. As informações fornecidas nas legendas não devem ser repetidas no texto.

Referências: No texto, uma referência identificada por meio do nome de um autor deve ser seguida da data da referência entre parênteses. Quando houver mais de dois autores, apenas o nome do primeiro autor deve ser mencionado, seguido de 'et al.'. No caso de um autor citado ter dois ou mais trabalhos publicados no mesmo ano, a referência, tanto no texto quanto na lista de referências, deve ser identificada por uma letra minúscula como 'a' e 'b' após o data para distinguir as obras.

Exemplos:

Abayomi (2000), Agindotan et al. (2003), (Kelebeni, 1983), (Usman e Smith, 1992), (Chege, 1998; Chukwura, 1987a, b; Tijani, 1993, 1995), (Kumasi et al., 2001)

As referências devem ser listadas no final do artigo em ordem alfabética. Artigos em preparação ou submetidos para publicação, observações não publicadas, comunicações pessoais, etc. não devem ser incluídos na lista de referências, mas devem ser mencionados apenas no texto do artigo (por exemplo, A. Kingori, Universidade de Nairobi, Quênia, comunicação pessoal) . Os nomes dos periódicos são abreviados de acordo com o Chemical Abstracts. Os autores são totalmente responsáveis pela exatidão das referências.

Exemplos:

Ogunseitan OA (1998). Método de proteína para investigar a expressão do gene da redutase mercúrica em ambientes aquáticos. *Appl. Environ. Microbiol.* 64: 695–702.

Gueye M, Ndoye I, Dianda M, Danso SKA, Dreyfus B (1997). Fixação ativa de N<sub>2</sub> em várias procedências de *Faidherbia albida*. *Ar. Soil Res. Rehabil.* 11: 63-70.

Charnley AK (1992). Mecanismos de patogênese fúngica em insetos, com referência particular a gafanhotos. In: Lomer CJ, Prior C (eds) *Biological Controls of Locusts and Grasshoppers: Anais de um workshop internacional realizado em Cotonou, Benin*. Oxford: CAB International, pp 181-190.

Mundree SG, Farrant JM (2000). Alguns insights fisiológicos e moleculares sobre os mecanismos de tolerância à dessecação na planta de ressurreição *Xerophyta viscasa* Baker. Em Cherry et al.

(eds) Plant tolerance to abiotic stress in Agriculture: Role of Genetic Engineering, Kluwer Academic Publishers, Netherlands, pp 201-222.

Babalola OO (2002). Interações entre *Striga hermonthica* (Del.) Benth. e bactérias fluorescentes da rizosfera de *Zea mays*, L. e *Sorghum bicolor* L. Moench para germinação suicida de *Striga* em *Vigna unguiculata*. Dissertação de doutorado, Universidade de Ibadan, Ibadan, Nigéria.



Nathalia Ferreira <ferreira.nathalia@gmail.com>

---

**Manuscript Number: 21381**

1 mensagem

International Journal of Development Research <finance.journalidr@gmail.com>

15 de março de 2021 11:03

Para: ferreira.nathalia@gmail.com, Andrea Bittencourt Pires Chaves <andreachaves@ufpa.br>

## **International Journal of Development Research**

**ISSN No: 2230-9926**

### **Manuscript Acceptance Letter**

Dated: 15/03/2021

**Dear Authors,**

Based on the recommendations from the Editorial Board, I am delighted to inform you that your following manuscript has been **accepted** for possible publication in "International Journal of Development Research (ISSN No: 2230-9926), **Impact Factor : 7.012**, in the current Issue, Vol. 11, Issue, 03, March, 2021

**Title:** ESTRESSE OCUPACIONAL: PRINCIPAIS SINTOMAS E ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO DE MULHERES POLICIAIS MILITARES DO PARÁ

**Authors:** Nathália Ferreira de Almeida

**Paper Id:** 21381

**Status:** Accepted

Kindly send us the copyright form and transfer the requisite processing charges asap. Your paper will be **published soon** after your payment confirmation by the Accounts department. The uploading of manuscripts has been started in the current issue. Kindly respond **within 3 days for preference** in publication. Your paper will be **published soon** after your payment submission/confirmation.

Note: Only Authors are responsible for their research work carried out & result obtained.

Best Regards,  
Managing Editor,