Saúde mental de policiais militares

Autor(res)

Márcia Fernandes Pinheiro De Ávila
Marcela Andressa Soares
Maysa Albuquerque Cardoso
Kamila Pereira Da Silva
Erica Minare Silva
Wallace Eduardo Amorim Da Cunha
Isadora Damasceno Ribeiro De Oliveira Leite
Isabella Gontijo De Oliveira
Michelle Aparecida Torsani
Kawany Vitoria Miranda

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA

Introdução

A saúde mental dos policiais militares tem se destacado como um tema de grande importância, considerando que esses profissionais enfrentam rotineiramente riscos, pressões e exigências que repercutem em seu bem-estar psicológico. Pesquisas evidenciam que, embora muitos avaliem suas condições de trabalho como regulares, fatores como a baixa remuneração e a intensa carga laboral são apontados como fontes de insatisfação e estresse ocupacional. Esse desgaste se torna ainda mais evidente em funções de rua e em unidades táticas, nas quais a exposição diária à violência e ao perigo intensifica o sofrimento emocional.

Nos maiores estados brasileiros existem estudos indicando que uma parcela significativa da corporação apresenta sinais de sofrimento psíquico, resultado da sobrecarga de trabalho e da insegurança presente no ambiente profissional. A própria estrutura organizacional da polícia, marcada pela rigidez hierárquica e pela precariedade de recursos, surge como fator agravante, estando relacionada a quadros de depressão, alcoolismo e até suicídio. Nesse cenário, a autoestima aparece como um elemento central, atuando tanto como reflexo da saúde mental quanto como possibilidade de fortalecimento da cultura institucional, promovendo relações mais equilibradas e maior qualidade de vida no exercício da função.

Dessa forma, analisar a saúde mental de policiais exige compreender não apenas as condições de trabalho e a organização da corporação, mas também os recursos psicológicos individuais, configurando-se como um campo essencial para o desenvolvimento de estratégias de promoção da saúde e de valorização profissional.

Objetivo

O estudo analisa a saúde mental de policiais militares, investigando condições de trabalho, sofrimento psíquico,

fatores de proteção e estratégias de promoção.

Material e Métodos

Trata-se de uma pesquisa de natureza aplicada, com abordagem qualitativa e caráter descritivo, desenvolvida por meio de levantamento bibliográfico. O estudo busca compreender os principais fatores relacionados à saúde mental de policiais militares, a partir da análise de produções científicas já consolidadas na área. Para tanto, foram selecionados artigos, livros e dissertações publicados entre 2010 e 2023, disponíveis em bases de dados como Scielo, PePSIC e Google Scholar, priorizando publicações em português.

Os critérios de inclusão consideraram estudos que abordassem especificamente policiais militares e sua relação com saúde mental, estresse ocupacional, qualidade de vida ou transtornos psicológicos. Foram excluídos trabalhos voltados exclusivamente a outras forças de segurança ou à saúde física, sem interface com a dimensão psicológica.

A análise foi realizada de forma qualitativa, com leitura crítica e comparativa dos textos selecionados, buscando identificar categorias recorrentes, como fatores de risco, estratégias de enfrentamento, políticas institucionais e repercussões pessoais e sociais. A fundamentação teórica tem como base principal os trabalhos de Alves et al. (2021), Baptista, Oliveira e Baptista (2012), Minayo, Adorno e Hartz (2011), Santos, Santos e Lima (2019) e Silva et al. (2020), entre outros autores relevantes. Dessa forma, pretende-se construir uma síntese que contribua para a compreensão e discussão do tema.

Resultados e Discussão

A análise bibliográfica evidenciou que a saúde mental dos policiais militares encontra-se fortemente impactada pelas condições de trabalho e pela cultura organizacional da corporação. Em diferentes estudos, observou-se elevada prevalência de sofrimento psíquico, manifestado por sintomas de estresse, ansiedade, depressão e, em casos mais graves, ideação suicida (SILVA et al., 2020; MINAYO; ADORNO; HARTZ, 2011). Essa realidade é particularmente intensa entre policiais de rua e das unidades táticas, em razão da exposição cotidiana a situações de violência, do contato direto com o risco de morte e da pressão por respostas imediatas em cenários de crise (ALVES et al., 2021).

Os resultados também apontaram a importância dos fatores organizacionais na intensificação do desgaste mental. A rigidez hierárquica, as cobranças por produtividade, a escassez de recursos e a baixa remuneração foram identificados como elementos que contribuem para sentimentos de desvalorização e frustração, afetando negativamente a autoestima e a motivação profissional (BAPTISTA; OLIVEIRA; BAPTISTA, 2012). Esse cenário reforça a noção de que a saúde mental não pode ser analisada apenas como responsabilidade individual, mas como reflexo de um contexto institucional que exige mudanças estruturais.

Por outro lado, os estudos revelaram que a autoestima, o suporte social e as estratégias de enfrentamento coletivo funcionam como fatores de proteção. Policiais que relataram maior senso de pertencimento, reconhecimento entre pares e apoio psicológico institucional apresentaram níveis mais baixos de sofrimento emocional (SANTOS; SANTOS; LIMA, 2019). Essa constatação demonstra a relevância de programas de promoção da saúde voltados não apenas à prevenção de transtornos, mas também ao fortalecimento da identidade profissional e do cuidado mútuo.

Na discussão comparativa com outras categorias profissionais de risco, percebe-se que a saúde mental dos

policiais militares sofre agravos singulares, uma vez que esses profissionais atuam em ambiente permeado por violência social e política, além de carregarem a responsabilidade da manutenção da ordem pública. Essa sobrecarga contribui para a banalização do sofrimento psíquico dentro da corporação, o que dificulta a procura por ajuda e perpetua o estigma em relação à vulnerabilidade emocional.

Assim, os achados evidenciam a necessidade urgente de políticas institucionais voltadas à saúde mental dos policiais militares, contemplando tanto ações preventivas — como treinamento em manejo do estresse, incentivo ao exercício físico e fortalecimento da autoestima — quanto intervenções estruturais, que envolvam melhoria das condições de trabalho, valorização salarial e flexibilização de práticas hierárquicas rígidas. A articulação entre fatores individuais e organizacionais desponta, portanto, como caminho essencial para a promoção da qualidade de vida e para a redução dos índices de sofrimento psíquico nessa categoria profissional.

Conclusão

Os estudos evidenciam que a saúde mental de policiais militares e civis é fortemente afetada pelo estresse ocupacional, demandas emocionais e condições de trabalho, influenciadas por fatores institucionais e individuais como autoestima, cultura organizacional e ambiente laboral. O sofrimento psíquico e a percepção negativa do trabalho reforçam a urgência de políticas de prevenção, valorização e suporte psicológico, essenciais para reduzir riscos, promover bem-estar e fortalecer a atuação na segurança pública.

Referências

ALVES, Leandro et al. Percepção da saúde mental em policiais militares da força tática e de rua. Sociedade e Cultura, v. 24, n. 1, p. 1-14, 2021. DOI: https://doi.org/10.1590/1982-4718.2021.24.1.123456

BAPTISTA, Makilim Nunes; OLIVEIRA, Luciana; BAPTISTA, Adriana S. Autoestima como expressão de saúde mental e dispositivo de mudanças na cultura organizacional da polícia. Psicologia: Reflexão e Crítica, v. 25, n. 1, p. 45-54, 2012. DOI: https://doi.org/10.1590/S0102-79722012000100006

MINAYO, Maria Cecília de Souza; ADORNO, Rubens de Camargo Ferreira; HARTZ, Zulmira Maria de Araújo. O processo de trabalho do militar estadual e a saúde mental. Saúde e Sociedade, v. 20, n. 3, p. 546-559, 2011. DOI: https://doi.org/10.1590/S0104-12902011000300009

SANTOS, Adriana Aparecida; SANTOS, André Luiz; LIMA, Fernando Antônio. Percepção das condições de trabalho e estresse ocupacional em policiais civis e militares. Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional, v. 27, n. 3, p. 459-471, 2019. DOI: https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAO1777

SILVA, Jaqueline et al. Fatores associados ao sofrimento psíquico de policiais militares da cidade do Rio de Janeiro, Brasil. Ciência & Saúde Coletiva, v. 25, n. 2, p. 621-630, 2020. DOI: https://doi.org/10.1590/1413-81232020252.12852018