

CUIDADO É FUNDAMENTAL

Escola de Enfermagem Alfredo Pinto – UNIRIO

PESQUISA

DOI: 10.9789/2175-5361.rpcfo.v15.12225

PREVALÊNCIA DE SINTOMAS DE DEPRESSÃO, ANSIEDADE E ESTRESSE EM POLICIAIS MILITARES

*Prevalence of symptoms of depression, anxiety and stress in military police**Prevalencia de síntomas de depresión, ansiedad y estrés en la policía militar***Alexciana Santos da Silva**¹ **Alanna Silva dos Santos**² **Priscilla Maria Castro Silva**³ **Ana Claudia Torres de Medeiros**⁴ **Gigliola Marcos Bernardo de Lima**⁵ 

RESUMO

Objetivo: avaliar a prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse que podem afetar a vida profissional e pessoal de Policiais Militares. **Método:** trata-se de uma pesquisa quantitativa e transversal, desenvolvido no 2º Batalhão da Polícia Militar do município de Campina Grande-Paraíba. Foi utilizado um questionário com características sociodemográficas, Inventário de Depressão de Beck, Escala de Ansiedade de Beck e Inventário de Stress para adultos de Lipp. Os dados obtidos foram transcritos na planilha e em seguida, analisados através do programa R. **Resultados:** a maior parte dos profissionais não apresentaram níveis elevados de sintomas de depressão, ansiedade e estresse. As mulheres apresentaram maior tendência a desenvolver depressão e ansiedade. **Conclusão:** evidencia-se a importância do desenvolvimento de políticas públicas e projetos que visem trabalhar essas questões, buscando diminuir os riscos do desenvolvimento de ansiedade, depressão e estresse em Policiais Militares.

DESCRITORES: Saúde mental; Polícia; Estresse ocupacional.

¹ Universidade Federal de Campina Grande, Paraíba, Campina Grande, Brasil.

² Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Rio Grande do Norte, Natal, Brasil.

^{3,4} Universidade Federal da Paraíba, Paraíba, João Pessoa, Brasil.

⁵ Oswaldo Cruz Foundation, Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil.

Recebido em: 05/12/2023; Aceito em: 28/07/2023; Publicado em: 30/11/2023

Autor correspondente: Alexciana Santos da Silva alexcianasantoss@gmail.com

Como citar este artigo: Silva AS, Santos AS, Silva PMC, Medeiros ACT, Lima GMB. Prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse em policiais militares. R Pesq Cuid Fundam [Internet]. 2023 [acesso ano mês dia];15:e12225 Disponível em:

<https://doi.org/10.9789/2175-5361.rpcfo.v15.12225>



ABSTRACT

Objective: to evaluate the prevalence of symptoms of depression, anxiety and stress that can affect the professional and personal lives of Military Police. **Method:** this is a quantitative and cross-sectional research, developed in the 2nd Battalion of the Military Police in the city of Campina Grande-Paraíba. A questionnaire with sociodemographic characteristics, the Beck Depression Inventory, the Beck Anxiety Scale and the Lipp Stress Inventory for Adults were used. The data obtained were transcribed into a spreadsheet and then analyzed using the R program. **Results:** most professionals did not show high levels of symptoms of depression, anxiety and stress. Women were more likely to develop depression and anxiety. **Conclusion:** the importance of developing public policies and projects aimed at working on these issues is highlighted, seeking to reduce the risks of developing anxiety, depression and stress in Military Police.

DESCRIPTORS: Mental health; Police; Occupational stress.

RESUMEN

Objetivos: evaluar la prevalencia de síntomas de depresión, ansiedad y estrés que pueden afectar la vida profesional y personal de los Policías Militares. **Método:** se trata de una investigación cuantitativa y transversal, desarrollada en el 2º Batallón de la Policía Militar de la ciudad de Campina Grande-Paraíba. Se utilizó un cuestionario con características sociodemográficas, el Inventario de Depresión de Beck, la Escala de Ansiedad de Beck y el Inventario de Estrés de Lipp para Adultos. Los datos obtenidos fueron transcritos en una hoja de cálculo y luego analizados con el programa R. **Resultados:** la mayoría de los profesionales no presentaron niveles elevados de síntomas de depresión, ansiedad y estrés. Las mujeres eran más propensas a desarrollar depresión y ansiedad. **Conclusión:** se destaca la importancia de desarrollar políticas públicas y proyectos dirigidos a trabajar estos temas, buscando reducir los riesgos de desarrollar ansiedad, depresión y estrés en la Policía Militar.

DESCRIPTORES: Salud mental; Policía; Estrés ocupacional.

INTRODUÇÃO

A função do policial militar refere-se ao policiamento ostensivo, este é desenvolvido de forma intencional para a preservação da ordem pública.¹ Destaca-se que os Policiais Militares (PMs) lidam no seu dia a dia, com a violência e a criminalidade, além dos problemas humanos de conflito e tensão, assim, fazem parte de um grupo especial na sociedade, pois é uma profissão de alto risco. Diante de tais responsabilidades essa classe de profissionais fica exposta a um elevado nível de estresse, engendrando, na maioria das vezes, desgaste físico e mental.²

Esses profissionais estão frequentemente vivendo jornadas de trabalho extenuantes, nos quais destacam-se a exposição a diversos horários de acionamento, riscos iminentes de acidentes de trabalho, ferimentos e possível morte em confrontos com criminosos, além dos equipamentos específicos da profissão que causam sobrecarga de peso. Enfrentam dificuldades como falta de equipamentos e segurança adequados e baixa remuneração, acarretando desordens como desequilíbrio nas horas de sono e cansaço emocional. Esses fatores são considerados estressores ocupacionais e o estresse decorrente deles interfere diretamente na produtividade e eficiência dos profissionais.³

Nessa perspectiva, o estresse está diretamente relacionado aos transtornos mentais e essa relação pode apresentar-se de forma direta ou indireta. Alguns fatores de risco inerentes à função de policial militar contribuem para o seu adoecimento como, por exemplo, a insalubridade, perigos ambientais, rotinas administrativas e operacionais, além da dedicação exigida do policial, pois, exige que o mesmo esteja em estado de alerta vinte e quatro

horas por dia, até no período de folga, acarretando mudanças consideráveis na sua vida pessoal.⁴

Desse modo, os PMs apresentam comportamentos que resultam em maior atenção e estado de vigilância nos ambientes que frequentam, além do aumento da desconfiança nas suas relações interpessoais. O policial vive em uma situação de controvérsias, ou seja, a do policial trabalhador com a função de conter a violência, mas que corre o risco de produzi-la ou até mesmo ser vítima dela.⁵

O que leva o profissional ao processo de adoecimento não é o trabalho, mas a forma que o trabalho está estruturado, como também, as condições para que seja realizado. Esses fatores são considerados mais estressores do que a exposição iminente ao risco que o policial está exposto.¹

Estudo evidenciou que o número de policiais mortos no Brasil é significativamente maior em comparação com países desenvolvidos e não violentos, portanto, diante desses dados, surge como hipótese desta pesquisa que a profissão de policial militar coloca esses sujeitos numa situação de vulnerabilidade para o adoecimento psíquico, já que os expõem a um elevado nível de estresse, riscos e insalubridades.⁶

Levando em consideração que a profissão de policial militar exige grande responsabilidade nas tarefas diárias além do enfrentamento de inúmeras situações de risco e exposição à violência, antes mesmo de se tornar policial militar, tendo em vista que o indivíduo sofre pressões psicológicas e físicas durante o período de treinamento, bem como a elevada pressão que enfrentam por parte da sociedade. Destarte, esses fatores podem engendrar altos níveis de estresse, transtornos psicológicos, aparecimento de doenças crônicas, cansaço físico e mental nesse grupo de indivíduos. Portanto, esse estudo tem como principal objetivo avaliar

a prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse que podem afetar a vida profissional e pessoal de policiais militares no município de Campina Grande- PB.

MÉTODO

Trata-se de um estudo de campo do tipo descritivo de abordagem quantitativa, no qual foi desenvolvido no 2º Batalhão da Polícia Militar (2º BPM) do município de Campina Grande, PB. Considerando o total de PMs do 2º BPM (200), calculou-se uma amostra de 111 PMs, com nível de confiança de 95% e margem de erro de 5%. No entanto, as perdas, recusas amostrais e levando em consideração o tempo disponível dos PMs que dificultou a execução da coleta, participaram no total do estudo 82 PMs que fazem parte do 2º BPM.

A amostra foi definida por conveniência e livre adesão, através do procedimento bola de neve, sendo solicitada à coordenação do 2º BPM a divulgação da referida pesquisa, através do encaminhamento de mensagem aos PMs, em que constava um texto com o objetivo da pesquisa juntamente com o link de acesso ao questionário.

O acesso ao questionário online, por meio da plataforma do Google Forms, foi liberado após clicar no botão de aceite de participação da pesquisa, em seguida era encaminhado para concordância do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), no qual estavam expostas informações sobre o caráter anônimo e voluntário da participação. No que se refere à coleta presencial, os instrumentos foram aplicados de acordo com a disponibilidade do participante da pesquisa. A pesquisa só foi iniciada após a aceitação do participante e assinatura do TCLE.

A coleta de dados foi realizada entre os meses de setembro e dezembro de 2021. Como critérios de inclusão, foram selecionados os PMs, de ambos os gêneros, sem limite de idade. Foram considerados critérios de exclusão: os PMs que estavam em período de afastamento, licença ou férias, não foram localizados depois de duas tentativas.

Para a coleta de dados, foi utilizado o instrumento/questionário, dividido em duas partes, elaborado para o estudo: I – referente às características sociodemográficas e questões que envolvem o trabalho e vida pessoal do policial; II – composta por escalas específicas das temáticas do estudo: inventário de depressão de Beck (BDI),⁷ escala de ansiedade de Beck (BAI),⁸ inventário de stress para adultos de Lipp (ISSL).⁹

O BDI e BAI são escalas de autorrelato, compostas por 21 itens que determinam sintomas relacionados, respectivamente, à depressão e à ansiedade, cada item é pontuado de 0 a 3, e quanto mais alta a pontuação, mais severos os sintomas.¹⁰

O Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL) é composto por três quadros referentes às quatro fases do estresse: alerta, resistência, quase-exaustão e exaustão.⁹

Os dados coletados foram codificados e transcritos para uma planilha do Microsoft Excel® versão 2016, para análise por meio do programa R versão 4.1. Os dados sociodemográficos foram analisados descritivamente e os escores dos instrumentos de avaliação tiveram a análise conforme o cruzamento de variáveis com apresentação de diferenças mencionadas com significância estatística de $p < 0,05$.

Tabela 1- Caracterização do perfil sociodemográfico dos policiais militares do 2º BPM. Campina Grande, PB, Brasil, 2021, 2021.

Variáveis	n	% do Total	Cumulativo %
GÊNERO			
Feminino	7	8,5	8,5
Masculino	75	91,5	100,0
ETNIA			
Amarelo (a)	2	2,4	2,4
Branco (a)	25	30,5	32,9
Indígena	2	2,4	35,4
Não especificou	8	9,8	45,1
Pardo (a)	36	43,9	89,0
Preto (a)	9	11,0	100,0
RELIGIÃO			
Católica	25	30,5	30,5
Cristã	26	31,7	62,2
Deísta	1	1,2	63,4
Espírita	2	2,4	65,9
Evangélica	10	12,2	78,0
Não especificou	12	14,6	92,7

Prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse em policiais militares

Protestante	6	7,3	100,0
RENDA			
2 salários mínimos	7	8,5	76,8
3 salários mínimos	17	20,7	100,0
>3 salários mínimos	56	68,3	68,3
Não especificou	2	2,4	79,3
ESTADO CIVIL			
Casado	51	62,2	62,2
Divorciado	5	6,1	68,3
União Estável	8	9,8	98,8
Solteiro	17	20,7	89,0
Viúvo	1	1,2	100,0
ESCOLARIDADE			
Ensino Fundamental Completo	2	2,4	2,4
Ensino Fundamental Incompleto	4	4,9	7,3
Ensino Médio Completo	14	17,1	24,4
Ensino Médio Incompleto	3	3,7	28,0
Ensino Superior Completo	42	51,2	79,3
Ensino Superior Incompleto	17	20,7	100,0
MORADIA			
Alugada	14	17,1	17,1
Financiada	3	3,7	20,7
Própria	65	79,3	100,0
FILHOS			
Sim	60	73,2	100,0
Não	22	26,8	26,8
PATENTE			
2° Sargento	9	11,0	11,0
2° Tenente	3	3,7	14,6
3° Sargento	1	1,2	15,9
Cabo	28	34,1	50,0
Capitão	1	1,2	51,2
Sargento	15	18,3	69,5
Soldado	15	18,3	87,8
Subtenente	1	1,2	89,0
Tenente	9	11,0	100,0
ATIVIDADE FÍSICA			
Pratica	76	92,7	82,7
Não pratica	6	7,3	7,3
ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO			
Não	70	85,4	85,4
Sim	12	14,6	100,0
TOTAL	82	100	

Fonte: Elaboração própria.

A pesquisa seguiu os aspectos éticos, em concordância com a Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde e respeitou o código de Ética de Enfermagem. O projeto foi aprovado no Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Universitário Alcides Carneiro - HUAC/UFCG, com o parecer 4.944.578

RESULTADOS

Foi possível verificar que a amostra se constituiu, principalmente, por indivíduos do sexo masculino 75 (91,5%), com idade variando entre 25 e 63 anos. Destaca-se que a idade média do sexo feminino foi 34 anos, enquanto a do masculino é de 41 anos. A maioria dos participantes se classificou como pardos 36 (43,9%), cristãos 26 (31,6%), casados 50 (61%), com filhos 60 (73,2%), renda mensal de mais de três salários mínimos 56 (68,3%), casa própria 65 (79,3%), com ensino superior completo 42 (51,2%), patente policial de Cabo 28 (34,1%), que praticam algum tipo de atividade física 76 (92,7%) e que não fazem acompanhamento em saúde mental 70 (85,4%), como podemos verificar na Tabela 1.

Ao caracterizar os sintomas depressivos e ansiogênicos em policiais militares da cidade de Campina Grande-PB, obteve-se a Tabela 2.

Tabela 2- Média, moda e mediana do BAI e BDI. Campina Grande, PB, Brasil, 2021.

	BAI	BDI
N	82	82
Média	8,50	6,56
Mediana	4,50	5,50
Desvio padrão	9,38	5,03

Fonte: Elaboração própria.

Foi possível observar que os resultados encontrados com o inventário de ansiedade de Beck (BAI) obtiveram uma maior média (8,50).

Com o intuito de testar se as diferenças encontradas foram significativas estatisticamente, realizou-se, inicialmente, o teste de normalidade para identificar se os dados eram normalmente distribuídos. Após verificar que estes não seguiam a normalidade, utilizou-se o teste de Mann-Whitney para amostras independentes, que se encontra abaixo na Tabela 3.

Os dados do BDI e BAI não apresentaram normalidade sendo utilizado o teste de Wilcoxon, com $p=0,39$ e $p=0,75$, respectivamente, indicando que não existe diferença estatisticamente significativa entre depressão e ansiedade considerando o gênero, pois o p-valor foi maior que 0,05.

Tabela 3- Teste de Wilcoxon W para BAI e BDI. Campina Grande, PB, Brasil, 2021.

Teste Estatístico	BAI	BDI
Wilcoxon W	282	314.5
Significância Sig	0.7515	0.3913

Fonte: Elaboração própria.

Para verificar se existe diferença nos sintomas depressivos e ansiosos em relação à escolaridade dos profissionais foi utilizado o teste de Kruskal-Wallis, o resultado pode ser verificado na Tabela 4

Tabela 4- Teste de Wilcoxon W para BAI e BDI. Campina Grande, PB, Brasil, 2021.

Statistical Test	BAI	BDI
Kruskal-Wallis	12.664	8.2919
df	5	5
Significância Sig	0.02674	0.1409

Source: Own elaboration.

Quanto à escolaridade, verifica-se que existe diferença estatística significativa ($P=0.02$), no qual profissionais que possuem ensino superior apresentavam maior índice no BAI. Por outro lado, não foi verificada diferença estatisticamente significativa em relação à escolaridade e os sintomas depressivos ($p=0,14$).

Foi possível observar que não houve diferença estatisticamente significativa de acordo com a etnia, pois o p-valor foi de 0.495. Apesar de não haver diferença significativa no teste de qui-quadrado, de acordo com o ISSL foi identificado que a maior parte da amostra 60 (76%) não apresenta sintomas de estresse.

Os resultados demonstraram que em relação ao estresse e a etnia, a maioria dos policiais que se autodeclararam pardos não apresentavam sintomas de estresse 26 (72,3%), sendo que cinco (14%) se encontram na fase de resistência, um (2,7%) na fase de quase-exaustão e quatro (11%) na fase de exaustão.

No que se refere a religião, grande parte dos policiais se declararam cristãos 20 (76%) não apresentam sinais e sintomas de estresse, outros estão na fase de resistência quatro (20%), quase-exaustão um (5%) e na fase de exaustão um (5%). A religião católica foi a segunda mais declarada 25 (76%), sendo 19 (76%) sem sinais e sintomas de estresse, três (12%) na fase de resistência e três (12%) na fase de exaustão.

Com relação à variável do estado civil foi encontrado uma diferença estatística significativa ($p=0.001$). Entre os policiais casados, a maior parte não apresentava sinais e sintomas de estresse 37 (74%),

enquanto outros se encontravam na fase de resistência nove (18%), quase-exaustão um (2%) e exaustão 4 (8%).

A seguir são descritos os dados relacionados à variável de gênero e a frequência de sinais e sintomas de estresse dos profissionais.

Tabela 5- Frequência das fases do estresse nos policiais relacionadas ao gênero. Campina Grande, PB, Brasil, 2021.

Gênero	ISSL				Total
	Exaustão	Quase exaustão	Resistência	Sem sinais de estresse	
F	2	1	1	3	7
M	5	0	13	57	75
Total	7	1	14	60	82

Fonte: Elaboração própria.

A variante relacionada ao gênero apontou que grande parte dos policiais de ambos os sexos não apresentam sinais e sintomas de estresse 60 (76%), entretanto os que apresentavam sinais e sintomas estavam em maior frequência na fase de resistência 14 (17,1%) e em segundo na fase de exaustão sete (8,5%), apenas um (1,2%) participante, sendo este do gênero feminino, encontrava-se na fase de quase-exaustão.

Para saber se houve diferença estatisticamente significativa entre o gênero e os sinais e sintomas de estresse foi utilizado o teste de qui-quadrado, foi encontrada uma diferença estatística significativa ($p=0.002$) entre os sinais e sintomas de estresse nos diferentes gêneros, sendo as policiais femininas as mais afetadas, apesar de compor a menor parcela da amostra.

Em relação a frequência dos sinais e sintomas de estresse dos profissionais e suas fases de acordo com a variável escolaridade, os policiais com ensino superior completo e incompleto não apresentavam, em sua maioria 40 (67,8%), sinais e sintomas de estresse, com 12 (20,4%) na fase de resistência, um (1,6%) quase-exaustão e seis (10,2%) exaustão.

Foi possível observar que apesar da maior parte dos policiais não apresentaram sintomas de estresse, contudo, as fases de resistência e exaustão apareceram com maior frequência nos policiais com Ensino Superior.

O resultado do qui-quadrado para verificar a existência de diferença estatística entre o ISSL e a patente policial apontou que não há diferença estatística significativa entre a hierarquia do trabalho policial e o estresse ($p=0.969$), contudo, a patente que mais apresentou sinais e sintomas de estresse foi a de cabo em nove (41%) deles. O teste de qui-quadrado demonstrou que não há diferença significativa entre a variável exercícios e o ISSL ($p=0.643$). Entretanto, a relação da prática de exercícios físicos com o estresse apontou que do número de policiais que praticam atividade física 76, (92,7%) apenas 20 (26,4%) apresentam sinais e sintomas de estresse, de acordo com as

fases a grande maioria encontra-se na fase de resistência 12 (60%) e sete (35%) na fase de exaustão, ficando apenas um (5%) na fase de quase-exaustão.

DISCUSSÃO

Quando se comparam os policiais com outros profissionais, parecem existir diferenças significativas particularmente no que diz respeito ao estresse ocupacional, eventos de vida estressantes, síndrome de burnout, depressão e ansiedade.¹¹

Pesquisa recente demonstrou que as exigências profissionais (elevada carga laboral e assaltos por cidadãos) predizem elevados níveis de depressão e ansiedade nos policiais, permeado através da exaustão emocional.¹²

Os dados sociodemográficos dos sujeitos da pesquisa ($n=82$) mostraram uma prevalência do gênero masculino 75 (91,5%), esse dado corrobora com estudo¹³ a qual mostrou que atualmente, as mulheres representam 12,3% do efetivo da Polícia Militar (PM), às policiais brasileiras estão abaixo da média mundial e mesmo da média nacional, na qual as mulheres somam 18,5% do total do efetivo policial.

No Brasil, a PM apresenta o menor percentual de mulheres, inferior até quando comparada aos Corpos de Bombeiros, que também são forças auxiliares do Exército, contando com 15,6% de mulheres. As polícias militares foram as primeiras a inserir as mulheres e atualmente parecem ser as menos abertas ao sexo feminino, tendo em vista que se comparada às Polícias Civis, a participação feminina alcança quase 1/3 do efetivo.¹³

Em relação à escolaridade e o estresse, verificou-se que não houve diferença estatisticamente significativa ($p=0.878$), contudo, foi observado que profissionais com ensino superior apresentaram índices mais elevados de estresse. Esse dado reforça a pesquisa¹⁴ ao qual identificou que apesar do maior nível de escolaridade, geralmente, fornecer salários mais elevados aos policiais, o fato de ter nível superior não é considerado um fator de proteção ao estresse, mostrando que a maioria dos participantes da pesquisa com ensino superior tinham níveis elevados de estresse.

Não houve diferença estatística significativa no que diz respeito aos níveis de sinais e sintomas depressivos ($P=0,39$) relacionados ao gênero. Corroborando com os dados, pesquisa¹⁵ a qual demonstrou que não foram encontradas diferenças significativas em função do gênero no que diz respeito à depressão.

Destaca-se que apesar do dado da presente pesquisa não verificar diferença estatisticamente significativa, a análise apontou que o gênero feminino apresenta uma tendência 19,75% maior a ter alto valor de BDI. Essa maior tendência vai de acordo com o estudo¹⁶ no qual os autores realizaram uma comparação entre as médias de estresse psicológico e depressão por gênero e constatou diferenças significativas ($p<0,05$), em que policiais mulheres relataram maiores níveis de estresse e depressão do que os homens.

Um levantamento representativo constatou que os principais transtornos encontrados dentre os funcionários da polícia são à depressão, sendo o mais predominante, (9,8%), seguido pelo transtorno de ansiedade (8,5%).¹⁷

Foi observado em estudo,¹⁸ através de investigações que focaram nos fatores associados com a ansiedade, uma maior prevalência de sinais e sintomas de ansiedade, em policiais femininas, não corroborando com essa pesquisa, que demonstrou não haver diferença estatística entre os gêneros referente a ansiedade ($P=0,75$). Contudo, a análise realizada por Silva (2018) vai de encontro a este, pois não encontrou diferenças significativas em relação à ansiedade e gênero.¹⁵

Quanto à relação do estresse, os resultados mostraram uma diferença estatisticamente significativa entre os gêneros ($P=0.0015$), evidenciando que as policiais mulheres apresentam um maior nível de estresse quando comparado aos policiais homens. Esse dado é similar aos encontrados na literatura que indicam a existência de diferenças estatísticas no que se prende com o estresse, pois as policiais do gênero feminino foram identificadas como mais vulneráveis e apresentaram maior prevalência de estresse do que os policiais masculinos.^{15,19}

Policiais femininas são expostas a mais estressores, sendo explicado em parte por suas tentativas de conseguir aceitação e conquistar a estima de colegas e superiores dentro do que historicamente tem sido uma profissão dominada por homens.²⁰ Além disso, algumas situações vivenciadas pelas mulheres inseridas nas instituições policiais e os eventos aos quais corriqueiramente enfrentam também são fatores para aumento do estresse, em razão da 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.²¹

Com relação a variável do estado civil desses profissionais, estudo que investigou a prevalência de risco para síndrome de burnout em policiais militares, vai de encontro ao dado da presente pesquisa encontrando associação significativa entre o estado civil e o nível de estresse entre os policiais.²²

No que se refere a patente policial, a presente pesquisa não identificou diferença estatística significativa entre a hierarquia policial e o estresse ($p=0.969$), entretanto, a patente que mais apresentou sinais e sintomas de estresse foi a de cabo nove (41%) deles, sendo sete (78%) na fase de resistência. O policial que desempenha função operacional apresenta atividades mais intensas e desgastantes, levando ao estresse relacionado ao trabalho, especialmente entre os policiais de baixa patente. Apesar dos policiais conviverem e lidarem com as relações assimétricas de poder, a hierarquia do trabalho policial acaba por causar danos, tendo em vista que contribui, também, para a humilhação e desvalorização do profissional, usando o nível da patente para constranger e oprimir subordinados, fortalecendo os estados de estresse e baixa estima.²³

A atividade física é outro ponto a ser considerado, pois os resultados demonstraram que a maior parte dos policiais 76 (92,7%) que praticam atividade física apenas uma pequena parcela elencou níveis de estresse 22 (26,4%).

Em estudo com 56 policiais militares, com o objetivo de analisar a associação entre o nível de atividade física, aptidão física e estresse em policiais militares foi identificado no teste de Lipp que a maior parte dos indivíduos (39,3%) não apresentou

nenhum tipo de sintomas relevantes para o teste, 32,1% indivíduos apresentaram um baixo nível ao estresse, 21,4% apresentaram um índice médio para o estresse e apenas 7,1% apresentou risco alto para o estresse, concluindo que altos níveis de aptidão física contribuem para diminuição dos níveis mais altos de estresse, corroborando com esta pesquisa.²⁴

CONCLUSÃO

The research showed that most of the sample had minimal anxiety. A pesquisa demonstrou que a maior parte da amostra apresentou grau mínimo de ansiedade e sem sinais e sintomas de estresse e depressão, contudo, foi possível observar que as policiais do gênero feminino eram as mais afetadas e tinham maior tendência a apresentar depressão, ansiedade e estresse quando comparadas ao gênero masculino. Uma atenção especial deve ser dada a essas profissionais que lutam diariamente contra vários fatores, não só do ambiente de trabalho como, também, pessoal. Dessa forma, será possível evitar o adoecimento psíquico, promover saúde e evitar doenças.

A maior parte dos policiais que praticam algum tipo de atividade física não apresentou sinais e sintomas de depressão, ansiedade e estresse, reafirmando que a prática de atividade física traz benefícios tanto para a saúde física, quanto psíquica. Contudo, grande parte dos policiais não fazia acompanhamento psicológico, fato esse que pode ser explicado pelo possível preconceito existente na profissão de militar, onde procurar por apoio pode ser visto como sinal de fraqueza, desse modo, muitos profissionais sofrem calados por medo de julgamentos.

Por outro lado, as menores patentes tiveram maiores níveis de estresse, tendo em vista que esses profissionais, muito provavelmente, acumulam mais carga de trabalho, recebem menores salários e sofrem maior pressão na posição que se encontram na hierarquia profissional, conseqüentemente levando a um maior sofrimento psíquico e estresse ocupacional.

Por fim, evidencia-se, portanto, a importância do desenvolvimento de políticas públicas e projetos que visem trabalhar essas questões, buscando diminuir os riscos do desenvolvimento de ansiedade, depressão e estresse, através de incentivo à prática regular de atividade física, acompanhamento psicológico, grupos de apoio, momentos de distração e lazer, buscando, dessa forma, uma promoção na saúde desses profissionais.

Como limitação do estudo destaca-se a dificuldade referente a disponibilidade dos PMs para participarem da entrevista, em razão disso optou-se, também, em realizar o questionário online que auxiliou na adesão dos PMs, tendo em vista que eles respondiam quando estivessem disponíveis, mesmo assim a amostra esperada da pesquisa não foi atingida, apesar de ter sido alcançado um valor significativo de participantes.

Espera-se que este estudo possa contribuir para que os profissionais da área da saúde possam estabelecer e apoiar ações para promoção da saúde, além da prevenção de agravos e melhora na qualidade de vida com ações direcionadas ao cuidado e bem-estar psíquico dos PMs.

REFERÊNCIAS

1. Castro MCA, Cruz RM. Prevalência de transtornos mentais e percepção de suporte familiar em policiais civis. *Psicol. ciênc. prof.* [Internet]. 2015 [acesso em 20 de janeiro 2022];35(2). Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-370300702013>.
2. Chaves MSRS, Shimizu I. Síndrome de burnout e qualidade do sono de policiais militares do Piauí. *Rev. bras. med. trab.* [Internet]. 2018 [acesso em 20 de janeiro 2022];16(4). Disponível em: <https://doi.org/10.5327/Z1679443520180286>.
3. Pelegrini A, Cardoso TE, Claumann G, Pinto AA, Felden EPG. Percepção das condições de trabalho e estresse ocupacional em policiais civis e militares de unidades de operações especiais. *Cad. Bras. Ter. Ocup.* [Internet]. 2018 [acesso em 20 de janeiro 2022];26(2). Disponível em: <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAO1160>.
4. Lima FP, Blank VLG, Menegon FA. Prevalência de Transtorno Mental e Comportamental em Policiais Militares/SC, em Licença para Tratamento de Saúde. *Psicol. ciênc. prof.* [Internet]. 2015 [acesso em 22 de janeiro 2022];35(3). Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-3703002242013>.
5. Machado CE, Traesel ES, Merlo ARC. Profissionais da Brigada Militar: vivências do cotidiano e subjetividade. *Psicologia Argumento.* [Internet]. 2015 [acesso em 24 de janeiro 2022];33(81). Disponível em: <https://doi.org/10.7213/psicol.argum.33.081.AO02>.
6. Urbani G, Jesus LF, Silva ENC. Síndrome da disfunção da articulação Temporomandibular e o estresse presente no trabalho policial: revisão integrativa. *Ciênc. saúde coletiva.* [Internet]. 2019 [acesso em 24 de janeiro 2022];24(5). Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018245.16162017>.
7. Beck AT, Ward CH, Mendelson M, Mock J, Erbaugh J. An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry.* [Internet]. 1961 [cited 2022 Jan 27];4. Available from: <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1961.01710120031004>.
8. Beck AT, Epstein N, Brown G, Steer RA. An inventory for measuring clinical anxiety. Psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology.* [Internet]. 1988 [cited 2022 Jan 27];56. Available from: <https://doi.org/10.1037//0022-006x.56.6.893>.
9. Lipp MEN. Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL). São Paulo: Casa do Psicólogo; 2000.
10. Nobre IDN, Lemo C, Pardini AGC, Carvalho J, Salles LCD. Ansiedade, depressão e desesperança no cuidador familiar de pacientes com alterações neuropsicológicas. *Acta Fisiatr* [Internet]. 2015 [cited 2022 Jan 27];22(4). Available from: <https://www.revistas.usp.br/actafisiatr/article/view/122342/119074>.
11. Roz HB, Raval DT. A study of occupational stress, burnout, presumptive life events, depression and anxiety among Ahmedabad city police officers. *Indian Journal of Health and Well-being* [Internet]. 2017 [cited 2022 Feb 10];8(12). Available from: <https://www.proquest.com/openview/4cc2b6d636b3bdaf6a90bc8d62cccc93/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2032134>.
12. Santa Maria A, Worfel F, Wolter C, Gusy B, Rotter M, Stark S, Kleiber D, Renneberg B. The Role of Job Demands and Job Development of Emotional Exhaustion, Depression, and Anxiety Among Police Officers. *Police Quarterly.* [Internet]. 2018 [cited 2022 Feb 10];21(1). Available from: <https://doi.org/10.1177/1098611117743957>.
13. Ribeiro L. Polícia Militar é lugar de mulher?. *Rev. Estud. Fem.* [Internet]. 2018 [cited 2022 Feb 12];26(1). Available from: <https://doi.org/10.1590/1806-9584.2018v26n143413>.
14. Luz JES. Análise da correlação entre condições de trabalho, condições de saúde e estresse ocupacional entre mulheres policiais militares da cidade do Rio de Janeiro [Doutorado em Saúde da Criança e da Mulher]. Rio de Janeiro (Brasil): Instituto Nacional de Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente Fernandes Figueira; 2016. [acesso em 20 de fevereiro 2022]. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/25241>.

15. Silva R. Coping Resiliente, Ansiedade, Depressão e Stress em Polícias [Mestrado Integrado em Psicologia]. Porto (Portugal): Universidade do Porto; 2018. [acesso em 25 de fevereiro 2022]. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/116823?locale=pt>.
16. Nascimento MFC, Feitosa FB, Rodríguez TDM. Psychological stress, depression and social skills of military police. *Research, Society and Development*. [Internet]. 2020 [cited 2022 Feb 25];9(10). Available from: <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i10.8789>.
17. Stevelink SAM, Opie E, Perrnet D, Gao E, Elliot P, Weley S, et al. Probable PTSD, depression and anxiety in 40,299 UK police officers and staff: prevalence, risk factors and associations with blood pressure. *Plos One*. [Internet]. 2020 [cited 2022 Feb 26];15(11). Available from: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0240902>.
18. Andrew ME, Howsare JL, Charles LE, McCanlies EC, Mnatsakanova A, Hartley TA, et al. Associations Between Protective Factors and Psychological Di stress Vary by Gender: The Buffalo Cardio-Metabolic Occupational Police stress Study. *Int J Emerg Ment Health* [Internet]. 2013 [cited 2022 Feb 1]; 15(4). Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4680955/>.
19. Benedetti CM, Silva FC, Santos PD, Gutierrez PJB, Bernardo VM, Silva R. Physical activity and health conditions of military police in attendance or health treatment. *Revista Cubana de Medicina Militar* [Internet]. 2014 [cited 2022 Feb 8];43(3). Available from: https://www.researchgate.net/publication/287296245_Physical_activity_and_health_conditions_of_military_police_in_attendance_or_health_treatment.
20. Maran DA, Varetto U, Zedda M, Leraci V. Occupational stress, anxiety and coping strategies in police officers. *Occupational medicine*. [Internet]. 2015 [cited 2022 Feb 8];65(6). Available from: <https://10.1093/occmed/kqv060>.
21. Lobato RF. Mulheres nas Forças Especiais: Batalhas Profissionais e Dramas Pessoais [Mestrado em Segurança Pública]. Belém (Brasil): Universidade Federal do Pará; 2017. [acesso em 6 de março 2022]. Disponível em: https://ppgsp.propesp.ufpa.br/ARQUIVOS/teses_e_dissertacoes/dissertacoes/2016/201614%20-%20LOBATO.pdf.
22. Dumke M, Dacol PM, Junior SM, Ascari RA, Sá CA, Lautert L. Prevalência de risco para síndrome de burnout em policiais militares. *Cogitare Enfermagem* [Internet]. 2016 [acesso em 6 de março 2022];21(2). Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/4836/483653650025/html/>.
23. Santos FB, Lourenção LG, Vieira E, Neto FRGX, Oliveira AMN, Oliveira JF, et al. Estresse ocupacional e engajamento no trabalho entre militares. *Ciênc. saúde coletiva*. [Internet]. 2021 [acesso em 8 de março 2022];26(12). Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320212612.14782021>.
24. Souza DM. Associação entre o nível de atividade física, aptidão física e estresse em policiais militares [Graduação em Educação Física]. Curitiba (Brasil): Universidade Tecnológica Federal do Paraná; 2019. [acesso em 10 de março de 2022]. Disponível em: <http://repositorio.utfpr.edu.br/jspui/handle/1/24265>