



25º Congresso de Stress da ISMA-BR
(International Stress Management Association)
27º Fórum Internacional de Qualidade
de Vida no Trabalho

17º Encontro Nacional de Qualidade
de Vida na Segurança Pública
17º Encontro Nacional de Qualidade
de Vida no Serviço Público



REPERCUSSÕES CARDIOVASCULARES DO TRABALHO EM TURNOS NA POLÍCIA RODOVIÁRIA FEDERAL

Joelson Medeiros Dantas, Policial Rodoviário Federal; Marcone Nunes Dos Santos, Policial Rodoviário Federal; Ruelso Gálatas Campelo Brandão, Policial Rodoviário Federal

Introdução: O presente estudo analisa os impactos do trabalho em turnos na saúde cardiovascular de policiais rodoviários federais (PRFs). A rotina desses profissionais, marcada por jornadas irregulares, está associada a alterações do ritmo circadiano, privação do sono e estresse ocupacional crônico. O objetivo é correlacionar achados científicos com os dados do Relatório de Atendimento da Central de Acolhimento e Acompanhamento em Saúde (CAAS), destacando as repercussões cardiovasculares do regime de turnos entre os PRFs.

Método: Trata-se de uma pesquisa exploratória e correlacional, baseada em revisão bibliográfica e análise documental dos registros da CAAS entre novembro de 2022 e dezembro de 2023. O universo abrange os atendimentos realizados no período, totalizando 9.600. A amostra analisada corresponde aos registros ligados a queixas físicas e psíquicas, tratados por meio de análise descritiva e comparativa com estudos científicos.

Marco conceitual: Fundamenta-se em pesquisas que evidenciam os efeitos fisiológicos do trabalho em turnos, como aumento da atividade simpática, resistência à insulina, hipertensão arterial e inflamação crônica, fatores que elevam o risco cardiovascular (Wang et al., 2018; Ramey et al., 2012). Estão incluídos também estudos que relacionam turnos noturnos com distúrbios do sono, fadiga e elevação da pressão arterial (Elliott & Lal, 2016; Jankowiak et al., 2024).

Discussão: O regime de trabalho em turnos compromete a homeostase do ciclo sono-vigília, gerando alterações hormonais (cortisol e melatonina), ativação simpática sustentada e desregulação metabólica. Associados ao estresse ocupacional, presente em 11,5% dos servidores da Polícia Rodoviária Federal (PRF), esses fatores contribuem para hipertensão, dislipidemias e inflamação subclínica — precursores de doenças cardiovasculares.

A prevalência de distúrbios do sono e fadiga persistente entre os policiais evidencia que os efeitos dos turnos ultrapassam a exaustão física, induzindo disfunções orgânicas silenciosas, mas progressivas. A literatura científica, nacional e internacional, confirma essa relação, especialmente em efetivos mais envelhecidos, onde há maior incidência de eventos cardiovasculares, como demonstrado por Wang et al. (2018).

São necessárias políticas institucionais para mitigar esses riscos, com programas de manejo do estresse, suporte psicológico, reeducação e higiene do sono, além de monitoramento clínico periódico. Essas ações são estratégicas para preservar a saúde e a capacidade funcional dos policiais.

Considerações finais: A adoção de escalas que reduzam a interrupção do ritmo circadiano e o monitoramento contínuo dos fatores de risco são medidas essenciais. Programas de promoção da saúde física e mental são igualmente necessários, envolvendo profissionais de saúde, gestores e os policiais. Investir na saúde desses profissionais fortalece a eficiência operacional e a segurança da instituição.

Bibliografia:



Mini CV dos Autores

