



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



## ATIVIDADE POLICIAL: RISCO DE ESTRESSE CRÔNICO E BURNOUT

Márcio Roberto Spíndola e Silva, Policial Rodoviário Federal; Daniel Washington Evangelista, Policial Rodoviário Federal; Gabriela Mendes Batista Moreno, Policial Rodoviário Federal; Marcone Nunes Dos Santos, Policial Rodoviário Federal; Ruelso Gálatas Campelo Brandão, Policial Rodoviário Federal; Charlston Marcelo Moreira, Policial Rodoviário Federal; Thais Rodrigues Caetano da Silva, Policial Rodoviário Federal; Fabiano Bezerra Pinheiro, Policial Rodoviário Federal; Cristina Kuster Valentim, Policial Rodoviário Federal; Daniel Cavalcanti de Amorim, Policial Rodoviário Federal; Joelson Medeiros Dantas, Policial Rodoviário Federal.

**Introdução:** Policiais enfrentam altos níveis de estresse, intensificados por aumento da violência urbana, déficit de recursos, sobrecarga de trabalho, ausência de apoio familiar e da sociedade (QUEIRÓS, C. et al. 2020). Tais condições favorecem o desenvolvimento de estresse crônico e a Síndrome de Burnout (SB), esta última definida por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal. Destaca-se a importância de avaliações específicas para os policiais, pois instrumentos para a população geral podem não capturar os distintos desafios psicológicos (TELES, Davi Oliveira et al. 2024). Este estudo visa analisar o impacto do estresse ocupacional prolongado na saúde mental de policiais rodoviários federais, buscando identificar as principais fontes de sofrimento psíquico, seus efeitos no desempenho profissional e a importância da identificação precoce com instrumentos personalizados para intervenções eficazes. **Metodologia:** Trata-se de uma pesquisa bibliográfica e exploratória, com abordagem qualitativa, baseada em artigos científicos, revisões sistemáticas e relatórios institucionais, especialmente os dados do Painel do Sistema Frequência, plataforma interna que avalia a satisfação no ambiente de trabalho. A análise foi realizada de forma descritiva e crítica, com foco na realidade dos servidores da Polícia Rodoviária Federal. **Marco conceitual:** A fundamentação teórica está centrada nas teorias

do estresse ocupacional e da SB, com destaque para os conceitos de resiliência, suporte social e saúde mental no trabalho. Estudos nacionais e internacionais indicam que a exposição contínua a situações de risco, exigências emocionais elevadas e ausência de apoio institucional contribuem significativamente para o sofrimento psíquico entre policiais (Queirós et al., 2020; Torres-Vences et al., 2022). **Resultados:** A análise evidencia que o ambiente de trabalho policial, marcado por pressões externas e internas, propicia o surgimento de estresse crônico e burnout, com impactos diretos na saúde mental, na produtividade e nas relações interpessoais. A ausência de estratégias de enfrentamento e suporte psicológico agrava o quadro. Programas de promoção da saúde mental e acompanhamento psicossocial demonstram-se eficazes na mitigação dos efeitos desses transtornos. **Considerações finais:** Conclui-se que a atividade policial demanda ações institucionais urgentes voltadas ao cuidado com a saúde mental dos servidores, com políticas de prevenção ao estresse ocupacional e à SB, promoção de ambientes de trabalho saudáveis e fortalecimento de redes de apoio emocional. Garantir o bem-estar psicológico dos policiais é fundamental não apenas para a segurança individual desses profissionais, mas também para a efetividade da segurança pública.

Bibliografia:



Mini CV dos Autores

