



24° Congresso de Stress da ISMA-BR
(International Stress Management Association)

26° Fórum Internacional de Qualidade
de Vida no Trabalho

16° Encontro Nacional de Qualidade
de Vida na Segurança Pública

16° Encontro Nacional de Qualidade
de Vida no Serviço Público



AVALIAÇÃO DOS EFEITOS PSICOLÓGICOS DO ESTRESSE EM POLICIAIS MILITARES NO BRASIL

Autores: Achley Ravena de Mattos, Alberto Pereira da Silva, Gabriel Grain Lemos Gonçalves, Mario de Oliveira, Samara Soares Santos, Adriana Madeira Álvares da Silva, Suzanny Oliveira Mendes, Pedro Luiz Ferro

Instituição: Universidade Federal do Espírito Santo – Programa de Pós Graduação em Saúde, Direitos Humanos e Segurança Pública

INTRODUÇÃO



O trabalho policial é estressante e traumático, impactando a saúde mental.

Logo, é necessária uma análise das estratégias de enfrentamento eficazes para melhorar o serviço policial.

OBJETIVOS

Ampliar a discussão sobre o estresse ocupacional em policiais militares, identificando lacunas no conhecimento e áreas que necessitam de intervenções adicionais.

METODOLOGIA



1) Bases de Dados Utilizadas: SciELO Brasil e Google Acadêmico devido ao seu escopo e relevância para a pesquisa acadêmica.

2) Seleção de Palavras-Chave: incluiu termos como “polícia militar”, “estresse”, “saúde mental”, “saúde física” e “bem-estar psicológico”.

3) Critérios de inclusão: fator de impacto superior a 1 e publicação a partir de 2019.

4) Análise dos Artigos: Após a análise minuciosa, foram selecionados artigos com mais relevância sobre o tema.

MARCO CONCEITUAL

O estresse ocupacional em policiais militares tem impactos significativos na saúde física e mental dos profissionais, com fatores estressores como dificuldades hierárquicas, carga horária e questões salariais.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foi percebida a correlação entre estresse e bruxismo, além de uma alta prevalência de estresse entre os policiais, exacerbada por preconceitos de gênero. Intervenções sugeridas incluem exercícios físicos, terapias preventivas e acompanhamento psicológico. A necessidade de mais pesquisas abrangentes é enfatizada para compreender melhor os fatores de estresse e desenvolver estratégias eficazes de intervenção.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estresse ocupacional entre policiais militares é influenciado por fatores humanos, organizacionais, estruturais e sociais. As principais causas são alta carga de trabalho, exposição a riscos, conflitos interpessoais e desafios diversos, levando a problemas como ansiedade, depressão e burnout. As intervenções recomendadas incluem programas de saúde mental, treinamento em resiliência e gestão do estresse, melhorias nas condições de trabalho e políticas de diversidade e inclusão.

REFERÊNCIAS



Apoio: