

UNIVERSIDADE ESTADUAL DO MARANHÃO
CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS
CURSO DE FORMAÇÃO DE OFICIAIS PM

JÁREDE DE JESUS SILVA SOUZA JACINTO

**IMPACTOS DO ESTRESSE NA SAÚDE MENTAL DOS ALUNOS DO CURSO DE
FORMAÇÃO DE OFICIAIS DA PMMA SOB A ÓTICA DO TRABALHO POLICIAL
MILITAR**

São Luís

2022

JÁREDE DE JESUS SILVA SOUZA JACINTO

**IMPACTOS DO ESTRESSE NA SAÚDE MENTAL DOS ALUNOS DO CURSO DE
FORMAÇÃO DE OFICIAIS DA PMMA SOB A ÓTICA DO TRABALHO POLICIAL
MILITAR**

Monografia apresentada ao Curso de ao Curso de Formação de Oficiais PMMA da Universidade Estadual do Maranhão (UEMA) como requisito para obtenção do grau de Bacharel em Segurança Pública.

Orientadora: Maj QOPM **Nathália** Batista da Silva

São Luís

2022

Jacinto, Járede de Jesus Silva Souza.

Impactos do estresse na saúde mental dos alunos do curso de Formação de Oficiais PMMA sob a ótica do trabalho policial militar / Járede de Jesus Silva Souza Jacinto. – São Luís, 2022.

75 f.

Monografia (Graduação) – Curso de Formação de Oficiais Polícia Militar, Universidade Estadual do Maranhão, 2022.

Orientador: Prof. Maj. QOPM Nathália Batista da Silva.

1.Polícia Militar. 2.Estresse. 3.Trabalho policial. 4.Cadetes. I.Título.

CDU: 159.944.4:355.23-051(812.1)

JÁREDE DE JESUS SILVA SOUZA JACINTO

**IMPACTOS DO ESTRESSE NA SAÚDE MENTAL DOS ALUNOS DO CURSO DE
FORMAÇÃO DE OFICIAIS DA PMMA SOB A ÓTICA DO TRABALHO POLICIAL
MILITAR**

Monografia apresentada ao Curso de ao Curso de Formação de Oficiais PMMA da Universidade Estadual do Maranhão (UEMA) como requisito para obtenção do grau de Bacharel em Segurança Pública.

Aprovado em: ___/___/___.

BANCA EXAMINADORA

Maj QOPM Nathália Batista da Silva (Orientadora)

Polícia Militar do Maranhão

Cap QOSPM Jadson Ramos e Sousa Santos

Polícia Militar do Maranhão

Prof^a. Me. Maria de Fátima Ribeiro dos Santos

Universidade Estadual do Maranhão

À Deus que sempre me guiou e me fortaleceu.

À minha família e amigos por todo amor.

AGRADECIMENTOS

Minha eterna gratidão a Deus, pelo Seu amor incondicional e por estar presente em todos os momentos de minha vida. Obrigado Pai!

Agradeço aos meus avós, já falecidos, Wilson e Zélia, que me educaram, orientaram, transmitiram valores e deram-me sábios conselhos de valor inestimável. Saudades!

Agradeço ao meu pai Alex, minha mãe Palmira, meus irmãos Calebe, Josué, Sabrina e Ismael, e aos outros familiares pelo incentivo, apoio e por todo amor. Obrigado!

Agradeço ao meu tio, o Cel QOCBM Marco Antônio Rocha Silva por ter sido o primeiro a acreditar em mim, e me incentivar a ingressar no CFO PM. Sem o senhor eu não chegaria onde cheguei. Agradeço também ao meu primo e amigo, o 2º Ten QOCBM Lucas Lopes Rocha Silva, pelas dicas e apoio nas etapas para o ingresso e durante o CFO. Assim estendo o meu agradecimento a toda a sua família. Obrigado!

Agradeço à minha orientadora, a Maj QOPM Nathalia Batista da Silva, que aceitou trabalhar este tema comigo. Agradeço todas as dicas e direcionamentos, por toda dedicação e paciência. Obrigado por acreditar na realização deste trabalho, pois sem a sua ajuda esse trabalho não se realizaria. Muito obrigado!

Agradeço aos membros da minha igreja, por terem me apoiado e motivado antes e durante o CFO. Obrigado!

Agradeço ao meu amigo de turma e parceiro de pesquisa, Clemilson Silva Barros, por me auxiliado quanto às dúvidas e direcionamentos quanto a este trabalho. Obrigado!

Agradeço ao Cristian Henrique Ribeiro Silva, um amigo e irmão que encontrei no CFO. Agradeço por toda hospitalidade e carinho da sua família ao longo desses anos. Obrigado!

Agradeço aos meus amigos e irmãos que fiz durante o CFO, em especial aos que sempre me acompanharam nos trabalhos e estudos: Aleff Youri, Adiel Marcos e Filipe Leite. E também fica o meu agradecimento à Fernanda, Raírllyson e João Hemerson.

Agradeço à 25ª Turma do Curso de Formação de Oficiais da PMMA, "Cães de Guerra" por terem feito parte da minha vida durante esse percurso. Sou grato com o que aprendi com cada um de vocês. Fico muito feliz por fazer parte dessa turma. Guerra!!

Agradeço aos oficiais e instrutores da Academia de Polícia Militar Gonçalves Dias e aos professores da Universidade Estadual do Maranhão, por contribuírem para o meu desenvolvimento acadêmico, profissional e pessoal, em especial os comandantes de pelotão: Ten Tágora, Ten João Alves e Ten Vilar.

Agradeço a todos os cadetes que participaram desta pesquisa. Vocês foram fundamentais.

E por fim, novamente minha gratidão a todos, e aos que mesmo por não serem nominalmente citados, nem por isso deixaram de ser importantes durante esse percurso de mais de três anos. Portanto, obrigado!

Mais um degrau foi alcançado! Ainda faltam muitos...

“Ora, não te ordenei: Sê forte e corajoso? Não temas e não te apavores, porquanto Yahweh, o SENHOR teu Deus, está contigo por onde quer que andes!”

Josué, 1:9

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Quadro 1 – Rotina Diária dos Cadetes do CFO PMMA	20
Quadro 2 – Círculos Hierárquicos da PMMA	24
Gráfico 1 – Distribuição da atividade física dos cadetes do CFO/PMMA com matrícula ativa. São Luís-MA – 2022. N:117	39
Gráfico 2 – Distribuição da classificação do Inventário de Sintomas de <i>Stress</i> para Adultos de LIPP (ISSL) dos cadetes do CFO/PMMA com matrícula ativa. São Luís-MA – 2022. N: 117.	42
Gráfico 3 – Distribuição dos tipos de sintomas do Inventário de Sintomas de <i>Stress</i> para Adultos de LIPP (ISSL) dos cadetes do CFO/PMMA com matrícula ativa. São Luís-MA – 2022. N: 106	43

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Caracterização do perfil sociodemográfico dos cadetes do CFO/PMMA com matrícula ativa. São Luís-MA - 2022. N:117	37
Tabela 2 – Caracterização dos hábitos de vida dos cadetes do CFO/PMMA com matrícula ativa. São Luís-MA – 2022. N:117	38
Tabela 3 – Caracterização dos dados de saúde dos cadetes do CFO/PMMA com matrícula ativa. São Luís-MA – 2022. N:117	40
Tabela 4 – Distribuição geral das respostas e classificação do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de LIPP (ISSL) dos cadetes do CFO/PMMA com matrícula ativa. São Luís-MA – 2022. N:117	42
Tabela 5 – Distribuição segundo o sexo das respostas e classificação do Inventário de Sintomas de <i>Stress</i> para Adultos de LIPP (ISSL) dos cadetes do CFO/PMMA com matrícula ativa. São Luís-MA – 2022. N: 117	43
Tabela 6 – Análise de associação entre o perfil sociodemográfico e a classificação do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de LIPP (ISSL) dos cadetes do CFO/PMMA com matrícula ativa. São Luís-MA – 2022. N:117	44
Tabela 7 – Análise de associação entre o hábito de vida, dados de saúde e a classificação do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de LIPP (ISSL) dos cadetes do CFO/PMMA com matrícula ativa. São Luís-MA – 2022. N:117	46

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

APMBB	–	Academia de Polícia Militar Barro Branco
APMGD	–	Academia de Polícia Militar Gonçalves Dias
CAPS	–	Centro de Atenção Psicossocial
CBM	–	Corpo de Bombeiros Militar
CBMMA	–	Corpo de Bombeiro Militar do Maranhão
CEE	–	Conselho Estadual de Educação
CFO	–	Curso de Formação de Oficiais
CFP	–	Conselho Federal de Psicologia
CRP	–	Conselho Regional de Psicologia
DP	–	Desvio Padrão
ERE	–	Enfrentamento Religioso/Espiritual
ISSL	–	Inventário de Sintomas de <i>Stress</i> de Lipp
LEPS	–	Laboratório de Estudos Psicológicos do Stress
MEC	–	Ministério da Educação
O.R	–	<i>Odds Ratio</i>
OMS	–	Organização Mundial da Saúde
PM	–	Polícia Militar
PMMA	–	Polícia Militar do Maranhão
PNSPDS	–	Política Nacional de Segurança Pública e Defesa Social
PUC	–	Pontifícia Universidade Católica
SPSS	–	<i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
SUSP	–	Sistema Único de Segurança Pública
TCLE	–	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
UEMA	–	Universidade Estadual do Maranhão

RESUMO

A profissão policial militar é uma profissão onde os profissionais são altamente vulneráveis ao estresse devido à natureza da atividade ser de risco, onde o profissional, diariamente, pode vir a deparar-se com situações adversas exigindo soluções rápidas, e dentro da legalidade. E os alunos do CFO da PMMA, compartilham das mesmas vulnerabilidades ao estresse e, conseqüentemente, ao adoecimento físico, quanto o mental, como a depressão, transtorno de ansiedade, síndrome de burnout e o alcoolismo, podendo culminar até ao suicídio. Este estudo teve como objetivo geral, analisar os impactos do estresse no ambiente laboral dos cadetes do CFO da PMMA. E como objetivos específicos: ; e descrever as possíveis conseqüências derivadas do estresse no contexto laboral dos alunos do CFO; avaliar os níveis de estresse dos alunos do CFO; identificar a sintomatologia do estresse presente nos cadetes avaliados; comparar o nível de estresse com as variáveis sociodemográficas, de saúde, e hábitos de vida, e detectar possível correlação entre essas variáveis e os níveis de estresse encontrados. Trata-se de uma pesquisa de campo quantitativa. A metodologia delineada para produção do trabalho foi uma revisão bibliográfica, para elaboração da fundamentação teórica, e uma pesquisa de campo com os cadetes da APMGD. Sendo aplicado um questionário online, disponibilizado para as três turmas do CFO, para obter informações sociodemográficas, de hábitos de vida e de saúde dos cadetes, além de um instrumento psicológico: o Instrumento de Sintomas de *stress* de Lipp (ISSL). A amostra foi de 117 participantes, 105 do sexo masculino e 12 do sexo feminino. Para a análise de dados, foram utilizadas análises estatísticas descritivas e inferenciais para os resultados das variáveis. Os resultados apontaram que os níveis de estresse dos cadetes são maiores do que a população em geral, quando comparado com a literatura consultada. Tendo mais prevalência nas cadetes do sexo feminino, encontrando-se, predominantemente com sintomas da fase mais nociva do estresse: a fase de exaustão. Os objetivos supracitados foram alcançados com o uso da metodologia descrita acima. Desse modo, as investigações do estresse no contexto laboral, poderão auxiliar a antecipar situações que comprometam a saúde mental dos futuros oficiais da PMMA, proporcionando a melhoria da qualidade de vida dos cadetes.

Palavras-chave: polícia militar; estresse; trabalho policial; cadetes.

ABSTRACT

The military police profession is a profession where professionals are highly vulnerable to stress due to the nature of the activity being risky, where the professional, daily, may come across adverse situations requiring quick solutions, and within the law. And PMMA CFO students share the same vulnerabilities to stress and, consequently, to physical and mental illness, such as depression, anxiety disorder, burnout syndrome and alcoholism, which can even culminate in suicide. This study aimed to analyze the impacts of stress on the work environment of PMMA CFO cadets. And as specific objectives: ;describe the possible consequences derived from stress in the work context of CFO students; assess the stress levels of CFO students; to identify the symptoms of stress present in the evaluated cadets; to compare the level of stress with sociodemographic, health and lifestyle variables; and to detect a possible correlation between these variables and the levels of stress found. This is a quantitative field research. The methodology outlined for the production of the work was a bibliographic review, for the elaboration of the theoretical foundation, and a field research with the cadets of APMGD. An online questionnaire was applied, made available to the three CFO groups, to obtain sociodemographic information, life habits and health of the cadets, in addition to a psychological instrument: the Lipp Stress Symptoms Instrument (ISSL). The sample consisted of 117 participants, 105 males and 12 females. For data analysis, descriptive and inferential statistical analyzes were used for the results of the variables. The results showed that the cadets' stress levels are higher than the general population, when compared to the consulted literature. Having more prevalence in female cadets, finding themselves predominantly with symptoms of the most harmful phase of stress: the exhaustion phase. The aforementioned objectives were achieved using the methodology described above. In this way, investigations of stress in the work context may help to anticipate situations that compromise the mental health of future PMMA officers, providing an improvement in the cadets' quality of life.

Keywords: military police; stress; police work; cadets.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	15
2	A POLÍCIA MILITAR DO MARANHÃO E O CURSO DE FORMAÇÃO DE OFICIAIS	18
2.1	Polícia Militar do Maranhão	18
2.2	O Curso de Formação de Oficiais	19
3	TRABALHO POLICIAL MILITAR	21
3.1	Histórico e significado do trabalho	21
3.2	O trabalho policial militar	23
4	ESTRESSE	26
4.1	Conceitos gerais	26
4.2	Fases do estresse	27
4.3	Estresse policial e os impactos na saúde mental	29
4.4	Possíveis impactos do estresse na saúde mental dos cadetes	32
5	METODOLOGIA	33
5.1	Aspectos éticos	34
5.2	Local, universo e amostra	34
5.3	Instrumentos	34
5.3.1	Questionário de sociodemográfico	34
5.3.2	Inventário de Sintomas de <i>Stress</i> de Lipp (ISSL)	35
5.4	Procedimentos de coleta e tratamento de dados da pesquisa	35
6	RESULTADOS E DISCUSSÃO	37
6.1	Resultados da pesquisa	37
6.2	Discussão de resultados da pesquisa	47
7	CONSIDERAÇÕES FINAIS	54
	REFERÊNCIAS	56
	APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)	65
	APÊNDICE B – QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO, DE HÁBITOS DE VIDA E DE SAÚDE	67

ANEXO A – INVENTÁRIO DE SINTOMAS DE <i>STRESS</i> DE LIPP (ISSL)	71
ANEXO B – OFÍCIO PARA AUTORIZAÇÃO DE PESQUISA	75

1 INTRODUÇÃO

O foco principal do trabalho policial militar é a preservação da ordem pública por meio do policiamento ostensivo. Este deve ser de natureza preventiva, onde a própria ação de presença da polícia pode inibir comportamentos ilegais. No entanto, acaba por entregar uma forma de policiamento repressivo e reativo, devido a fatores como baixo número de policiais, más condições de trabalho e baixos salários. A intervenção da Polícia Militar ocorre apenas quando ocorre a deflagração do ilícito, divergindo, por sua vez, da atividade preventiva primordial da Polícia Militar.

Ao ingressar na Polícia Militar é realizado um rito onde é prestado um juramento de comprometimento para exercer o serviço policial com o respeito ao compromisso, à disciplina e com as obrigações e deveres dos militares, conforme o que preceitua o Artigo 44 do Estatuto dos Militares da PMMA. No artigo 43.º do mesmo documento, enumeram-se as responsabilidades da profissão, e no §1º é firmado o comprometimento com a dedicação integral ao serviço policial com fidelidade, mesmo com o sacrifício da própria vida (MARANHÃO, 2010).

Este trabalho abordou em sua investigação, os impactos do estresse na saúde mental dos cadetes do CFO PMMA, pela ótica do trabalho policial militar. Aborda-se que o policial militar exerce uma atividade onde os profissionais são altamente vulneráveis ao estresse devido à natureza da atividade ser de risco elevado, onde o profissional, diariamente, pode vir a deparar-se com situações adversas exigindo soluções rápidas, e dentro da legalidade. Assim, percebe-se a importância de abordar essa temática, principalmente no âmbito do Curso de Formação de Oficiais (CFO) da Polícia Militar do Maranhão (PMMA). Portanto, como os impactos do estresse afetam a saúde mental dos cadetes do CFO da PMMA?

A vulnerabilidade da atividade policial ao estresse já foi mencionada em literatura anterior, como o trabalho de Oliveira e Bardagi (2009). Esses autores ressaltam a importância do desenvolvimento de estratégias preventivas e de enfrentamento para lidar com esses estressores, pois o agravamento do quadro de estresse ocupacional pode levar ao surgimento de doenças graves, além da impossibilidade de trabalhar. Outros fatores indicados como estressores, em estudos realizados com policiais militares envolvendo o ambiente laboral,

cita-se: ambiente autoritário, centralização de decisões, carga horária excessiva de trabalho, dentre outros (OLIVEIRA; BARDAGI, 2009).

Alguns estudos, ao longo dos anos, vem apontando que o estresse pode ser um fator agravante no desenvolvimento das mais diversas patologias em militares, considerando as características únicas que a carreira exige do profissional, exigindo destes muito preparo psicológico (BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013; ESTEVES; GOMES, 2013; CARVALHO *et al.*, 2008; COSTA *et al.*, 2015; PINHEIRO; FARIKOSKI, 2016; TAVARES *et al.*, 2017; UMANN, 2017; TOMAZELI, 2021).

No que se refere à saúde mental no âmbito da Polícia Militar, cita-se a PL nº 4815/2019, de autoria do senador Alessandro Vieira (Cidadania), que institui a política de prevenção ao suicídio no âmbito do Pró-vida, programa criado para oferecer atenção psicossocial e de saúde aos profissionais de segurança pública e defesa social, proporcionado assim, qualidade de vida e reconhecendo as vulnerabilidades psicológicas (depressão, transtornos de ansiedade, transtornos de estresse suicídio e outros) derivadas da natureza do trabalho em segurança pública.

O projeto de lei, anteriormente mencionado, altera a Lei nº 13.675, de 11 de junho de 2018, que além de instituir o Sistema Único de Segurança Pública (SUSP), cria a Política Nacional de Segurança Pública e Defesa Social (PNSPDS). Portanto, percebe-se a relevância da temática abordada, como consta no art. 42 da já referida lei, que tem por objetivo elaborar, implementar, apoiar, monitorar e avaliar, entre outros, os projetos de programas de atenção psicossocial e de saúde no trabalho dos profissionais de segurança pública e defesa social, bem como a integração sistêmica das unidades de saúde dos órgãos que compõem o SUSP (BRASIL, 2018).

Portanto, os cadetes do CFO da PMMA, assim como qualquer outro policial militar, além das atividades acadêmicas em tempo integral, desempenham funções tanto no âmbito interno da APMGD, quanto o policiamento ostensivo em atividades operacionais. E, da mesma forma que qualquer outro policial militar, o cadete compartilha das mesmas vulnerabilidades ao estresse e, conseqüentemente, ao adoecimento físico, quanto o mental, como a depressão, transtorno de ansiedade, síndrome de burnout e o alcoolismo, podendo culminar até ao suicídio.

A escolha por esse público-alvo, se deu principalmente devido às peculiaridades que o cadete vivencia diariamente. O objetivo principal deste estudo foi analisar os impactos

do estresse no ambiente laboral dos cadetes do Curso de Formação de Oficiais da Polícia Militar do Maranhão (CFO/PMMA). Como objetivos específicos foram: descrever as possíveis consequências derivadas do estresse no contexto laboral dos alunos do CFO, considerando os principais transtornos mentais que podem se desenvolver ao longo das atividades policiais militares; avaliar os níveis de estresse dos alunos do CFO PM; identificar a sintomatologia do estresse presente nos cadetes avaliados; comparar o nível de estresse com as variáveis sociodemográficas, de saúde, e hábitos de vida; e detectar possível correlação entre essas variáveis e os níveis de estresse encontrados.

Este trabalho divide-se em cinco capítulos. O primeiro apresenta um apanhado histórico da PMMA, e aborda a rotina dos cadetes do CFO. O segundo capítulo aborda o tema do trabalho policial militar; primeiramente de forma geral, apresentando conceitos e fatos históricos sobre o trabalho de forma geral, até chegar no trabalho policial militar e suas peculiaridades e desafios. O terceiro capítulo aborda o tema do estresse. Primeiramente trazendo conceitos gerais e um percurso histórico das concepções de estresse até a atualidade, para em seguida, abordar as fases de estresse, a abordagem quadrifásica do estresse, o estresse policial e por último, os estresse no cadetes do CFO. O quarto capítulo aborda a metodologia utilizada neste trabalho, participantes, aspectos éticos, instrumentos de avaliação e a forma como os dados foram analisados e tratados. O quinto e último capítulo, descreve os resultados da pesquisa, e os discute com base nos autores e pesquisas que já abordaram a mesma temática. Por fim, encerra-se o presente trabalho com as considerações finais, apresentando o que de mais relevante foi obtido, aspectos positivos e perspectivas futuras.

2 A POLÍCIA MILITAR DO MARANHÃO E O CURSO DE FORMAÇÃO DE OFICIAIS

Neste capítulo será abordado um breve histórico da Polícia Militar do Maranhão, desde a sua criação até os dias atuais, e introduzir o ambiente onde este estudo debruçou-se, que é a Academia de Polícia Militar Gonçalves Dias, abordando a rotina e as peculiaridades do Curso de Formação de Oficiais da PMMA.

2.1 A Polícia Militar do Maranhão

A criação da Polícia Militar do Maranhão remonta à época imperial. Através da Lei nº 21, de 17 de junho de 1836, é criada o "Corpo de Polícia da Província do Maranhão", pelo então Presidente da Província, Antônio Pedro da Costa Ferreira que em sua totalidade era constituído por um efetivo com 412 policiais, sob o comando do um Major (comandante) na ocasião foi nomeado o então Capitão de Exército Feliciano Antônio Falcão, futuramente Brigadeiro Falcão (FARIA, 2007).

Segundo Vieira Filho (1975), o governador Paulo Ramos, em 1936, implementou melhorias na estrutura da tropa, mudando as condições de trabalho e de vida da corporação. Nos anos 50, durante o governo do Coronel Sebastião Archer da Silva, houve uma modificação na denominação da corporação, através da Lei Estadual nº 508, de 30 de dezembro de 1950, passando a chamar-se "Polícia Militar do Estado" (BEZERRA, 2013). E através da Lei nº 3.119, passa a ser denominada de "Polícia Militar do Maranhão" (FARIA, 2007).

Como uma instituição centenária, datada da época imperial da nação, e no cumprimento do dever de salvaguardar a população maranhense e a preservação da ordem pública e a garantia dos direitos humanos e da segurança pública, a Polícia Militar do Maranhão está presente em todos os 217 municípios do Estado. Portanto, se faz necessário a constante capacitação de seus profissionais, principalmente dos seus oficiais em funções de comando, administrativas e operacionais. Nesse sentido, em vistas da formação dos futuros oficiais, atua a Academia de Polícia Militar Gonçalves Dias (APMGD) em parceria com a Universidade Estadual do Maranhão (UEMA).

2.2 O Curso de Formação de Oficiais

O Curso de Formação de Oficiais é um curso superior regular oferecido pela Universidade Federal do Maranhão (UEMA), funcionando em período integral, as disciplinas são ministradas no período matutino na APMGD e no período vespertino na UEMA. O Curso é reconhecido pelo Ministério da Educação (MEC), através da Resolução nº 195/2000-CEE, de 25 de maio de 2000, fruto do convênio UEMA/PMMA/CBM, formando e capacitando os oficiais da PMMA, que exercerão funções na gestão, coordenação e direção deste órgão de segurança pública (ACADEMIA DE POLÍCIA MILITAR GONÇALVES DIAS, 2018).

Souza (2013) em sua tese de doutorado ao avaliar o papel da autoeficácia na saúde mental de e no *Burnout* de cadetes da PM e do Corpo de Bombeiros Militar (CBM) no estado da Paraíba, afirma que ao mesmo tempo que estão inseridos num ambiente acadêmico, ao longo do curso, realizam atividades operacionais e prestação de serviço à sociedade. Ou seja, os cadetes estão sujeitos às exigências do ambiente acadêmico, e profissional, expostos a várias situações e intempéries advindas do ambiente externo, além de ter que sobreviver aos desafios impostos pela organização à qual estão inseridos (SOUZA, 2013).

Loiola Júnior (2018, p. 34) destaca a importância da discussão do estresse policial no âmbito do CFO PM, pois

[...] há fatores que são estabelecidos pela Polícia Militar como o treinamento, as escalas de serviços e horários de trabalhos que são bastante irregulares e que podem ser causadores de estresse. No âmbito do CFO/PM a irregularidade de escalas de serviço entra em contraste com a rotina de aulas no quartel e na Universidade Estadual do Maranhão.

Em outras palavras, além da esfera de vida particular do indivíduo, o cadete ainda tem responsabilidades em atingir índices acadêmicos suficientes para a sua aprovação, provas, seminários, práticas desportivas e demais atividades práticas relacionadas à atividade policial militar. A fim de exemplificar a rotina diária dos cadetes do CFO PM, o quadro a seguir resume de forma geral a rotina diária dos cadetes do 1º ano do CFO, e com pequenas alterações, das demais turmas do curso.

Quadro 1 – Rotina Diária dos Cadetes do CFO PMMA

ATIVIDADE/HORÁRIO			
Alvorada	05h30	Almoço/UEMA	12h30 às 13h25
Café da manhã	06h00	Início do primeiro tempo de instrução/UEMA	13h30
Passagem de serviço	06h30	Arriamento do Pavilhão Nacional/APMGD	18h00
Hasteamento do Pavilhão Nacional	06h50	Término do último tempo de instrução/UEMA	18h30
Parada Matinal	07h00	Embarque para APMGD	18h35
Início do primeiro tempo de instrução/APMGD	07h30	Jantar/APMGD	19h00
Término do tempo de instrução/APMGD	11h35	Revista do recolher	21h00
Formatura para embarque à UEMA	11h50	Silêncio	22h00
Embarque para UEMA	12h00		

Fonte: Academia de Polícia Militar Gonçalves Dias (2018)

É possível perceber que os cadetes do CFO/PM convivem com horários controlados, e atividades programadas e uma rotina rígida ao longo do dia. Os cadetes que estão escalados nas funções de serviço interno da APMGD, vivem essa rotina integralmente, enquanto os demais cadetes tem a rotina começando antes das 7h da manhã e encerrando às 18h30, na UEMA. Ou seja, é possível que os alunos vivenciem aproximadamente 12 horas diárias de rotina acadêmica, além do tempo dedicado a deslocamento e estudos individuais, sobrando pouco tempo para a socialização e o descanso noturno. Ademais, os cadetes esforçam-se ao máximo para conquistarem as melhores notas, podendo conduzir a uma verdadeira competição interpessoal, pois os resultados acadêmicos poderão influenciar na escolha dos batalhões onde os Aspirantes a Oficiais atuarão após a formatura, e posteriormente, na prioridade das promoções ao longo da carreira.

3 TRABALHO POLICIAL MILITAR

Neste capítulo será abordado um breve histórico do trabalho, além do seu significado desde a antiguidade até as perspectivas atuais. Em seguida, abordar-se-á sobre o trabalho policial militar, suas peculiaridades, hierarquia, disciplina, e apresentando algumas reflexões sobre os desafios do trabalho policial militar.

3.1 Histórico e significado do trabalho

Ao longo da história da humanidade, a maneira como o trabalho era concebido e realizado sofreu mudanças significativas, contudo, é possível afirmar que ele é tão antigo quanto o homem. Na pré-história, o principal objetivo do homem era garantir a sobrevivência, primeiramente através da caça, pesca e coleta, e posteriormente com a criação de animais e a agricultura (LOBATO, 2004).

Na Antiguidade, o trabalho era entendido como a atividade daqueles que haviam perdido a liberdade, com o seu significado intimamente relacionado ao sofrimento e infortúnio. Na tradição judaico-cristã, o trabalho associa-se à noção de punição, de maldição, como está registrado no Antigo Testamento (punição do pecado original) (WOLECK, 2002).

Essa noção de trabalho como sofrimento e punição atravessou a história da civilização, refletindo na origem etimológica da palavra. Bonzatto (1998) esclarece que a palavra trabalho vem do latim, *tripalium*, que era um aparelho utilizado para tortura. Woleck (2002) afirma que associa-se a palavra ao verbo do latim vulgar, *tripaliare*, que significa "torturar sobre o *trepalium*", suplício que substituiu a cruz como tortura no mundo cristão. Ou seja, a palavra foi associada ao sofrimento da mesma forma que o instrumento também era.

Já os gregos utilizavam dois termos distintos para o trabalho: *ponos*, no sentido de esforço e penalidade, e *ergon*, no sentido de criação, obra de arte. Esta contradição do trabalho no sentido de penar, *ponein*, e trabalhar no sentido de criar, continua central na concepção moderna de trabalho até a atualidade (WOLECK, 2002).

Lobato (2004) explana que após o feudalismo, e com a evolução e diversificação dos meios de produção, o comércio surgiu como uma alternativa às demandas da época. A nova organização das forças produtivas, o mercantilismo, a urbanização e a ascensão do

capitalismo moderno na Europa, no século XVI, transformaram as relações de trabalho, ocorrendo a valorização do trabalhador, que passou a vender a sua força produtiva em troca de um salário.

Contudo, o sofrimento não deixou de estar presente nas relações laborais. O capitalismo trouxe profundas mudanças que causaram um gradativo esvaziamento do significado do trabalho, pois com a especialização das tarefas do processo produtivo, o trabalhador perdeu a noção do todo, ocasionando, por conseguinte, desgaste e sofrimento (LOBATO, 2004).

Lobato (2004, p. 48) esclarece que o trabalho na atualidade:

[...] deixou de ser uma atividade de realização individual e que satisfaz, para transformar-se em mercadoria no mercado universal criado pelo capitalismo vigente. Passou a ser, assim, um processo intensivo de desgaste físico-moral, que levou os trabalhadores à perda de sua independência e à necessidade de produzir fora de casa, sob rigorosa supervisão, já que não possuíam a matéria-prima e os instrumentos de trabalho.

Para Lobato (2004) o trabalho tem um caráter objetivo e subjetivo que se complementam. Para o autor, ele possui papel fundamental como produtor e estruturador da identidade social do homem. Consequentemente, o sentido do trabalho está, assim, relacionado à compreensão das relações sociais e à mensuração do impacto desse sentido na subjetividade do trabalhador.

O significado atual do trabalho é um reflexo da sociedade do século XXI, um contexto dominado por uma lógica de aceleração e imediatismo, grandes avanços nas tecnologias de informação e comunicação e desintegração dos direitos laborais. Em detrimento do bem coletivo, dominou o individualismo, acabando por criar um clima de incerteza e vulnerabilidade para os trabalhadores (GOULART, 2009).

Impactado e influenciado pelas mesmas variáveis históricas e sociais, o trabalho policial militar não está desassociado das transformações que atingiram as demais classes laborais. Inseridos na nova dinâmica laboral da modernidade, assim como os demais trabalhadores, o policial militar sofre até mais pressões, cobranças, incertezas, vulnerabilidade, exposição a violência e sofrimento do que grande parte dos trabalhadores comuns devido à natureza bem particular do seu trabalho. Nesse sentido, Souza *et al.* (2012) reafirmam essas informações, ressaltando que os policiais militares estão entre os servidores que mais sofrem de estresse, devido ao excesso da exposição aos riscos, a violência, as cobranças da população e as condições fragilizadas de trabalho.

3. 2 O trabalho Policial Militar

Todas as profissões têm certas características distintas, e especificamente o trabalho do policial é um desafio único diante do peso do significado que a sociedade deu a essa classe profissional. A profissão policial tem diversas características para o contexto econômico, político e social do país, que podem ter múltiplos efeitos na qualidade de vida, motivação, satisfação no trabalho e saúde mental do agente de segurança pública, conforme afirma Poncioni (2003, p. 69):

[...] a atividade policial é exercida por um grupo social específico, que compartilha um sentimento de pertencimento e identificação com sua atividade, partilhando ideias, valores e crenças comuns baseados numa concepção do que é ser policial. Considera-se, ainda, a polícia como uma ‘profissão’ pelos conhecimentos produzidos por este grupo ocupacional sobre o trabalho policial – o conjunto de atividades atribuídas pelo Estado à organização policial para a aplicação da lei e a manutenção da ordem pública –, como também os meios utilizados por este grupo ocupacional para validar o trabalho da polícia como ‘profissão’.

Esse compartilhamento de ideias, valores e crenças ajuda a fortalecer as conexões entre os indivíduos nas organizações, e entre instituições. Ao abordar sobre cultura organizacional, Chiavenato (2004) a define como as características que cada organização apresenta, sejam elas físicas ou concretas, visíveis ou mensuráveis. Porque cada organização tem o seu jeito de ser, estilo de vida, mentalidade, presença, etc. E quando se trata das características dos órgãos militares e policiais, também há aspectos muito específicos.

No caso dos policiais, pode afetar diversas esferas da vida deste indivíduo, na área profissional e privada, não só porque estão em um regime de dedicação exclusiva, e precisam estar à disposição do Estado 24 horas por dia, mas também porque os regimentos internos exigem que os funcionários sejam disciplinados, se comportando de forma específica. Mesmo fora do ambiente de trabalho, os policiais não trabalham da mesma forma que os cidadãos comuns devido aos riscos ocupacionais.

Segundo a Constituição Federal de 1988, em seu art. 144, trata da competência da Polícia Militar, cabendo a ela o dever do policiamento ostensivo visando a preservação da ordem pública, da incolumidade das pessoas e do patrimônio, além de secundariamente atuar de forma repressiva. Atuando também como mediadora de conflitos, na captura de infratores e controle de tumultos (BRASIL, 2011, p. 59).

A segurança pública, dever do Estado, direito e responsabilidade de todos, é

exercida para a preservação da ordem pública e da incolumidade das pessoas e do patrimônio, através dos seguintes órgãos: I – polícia federal; II – polícia rodoviária federal; III – polícia rodoviária federal; IV – polícias civis; V – polícias militares e corpos de bombeiros militares. § 5º - às polícias militares cabem a polícia ostensiva e a preservação da ordem pública; aos corpos de bombeiros militares, além das atribuições definidas em Lei, incumbe a execução da atividade de defesa civil.

Outra característica da Polícia Militar (PM) é a hierarquização, a divisão ocorre da seguinte maneira: oficiais (tenentes, capitães, majores, tenentes-coronéis e coronéis), praças especiais (cadetes e aspirantes a oficiais) e praças (soldados, cabos, sargentos e subtenentes). O Quadro 1 detalha a distribuição dos círculos hierárquicos:

Quadro 2 – Círculos Hierárquicos da PMMA

CÍRCULO DE OFICIAIS	Círculo de Oficiais Superiores	Coronel Tenente – Coronel Major
	Círculo de Oficiais Intermediários	Capitão
	Círculo de Oficiais Subalternos	Primeiro – Tenente Segundo – Tenente
CÍRCULO DE PRAÇAS ESPECIAIS	Frequentam o Círculo de Oficiais Subalternos	Aspirante - a - Oficial
	Excepcionalmente ou em reuniões sociais, têm acesso ao Círculo de Oficiais	Cadete
CÍRCULO DE PRAÇAS	Círculo de Subtenentes e Sargentos	Subtenente Primeiro - Sargento Segundo - Sargento Terceiro – Sargento
	Círculo de Cabos e Soldados	Cabos e Soldados
	Excepcionalmente ou em reuniões, têm acesso ao Círculo de Subtenentes e Sargentos	Aluno de Cursos de Formação de Sargentos
	Frequentam o Círculo de Cabos e Soldados	Aluno do Curso de Formação de Cabos e Soldados

Fonte: Maranhão (2010)

Hierarquia e disciplina são características extremamente importantes para o PM, sendo a base institucional do militarismo (BRASIL, 1980; MARANHÃO, 2010). A carreira militar exige que o indivíduo se exponha a diversas demandas internas e externas à corporação, começando pelas exigências de ingresso, físicas, psicológicas e intelectuais, e depois pela etapa de formação e habilitação do policial para enfrentar os desafios e exigências da sociedade e da segurança pública, para o combate à criminalidade crescente (SOUZA, 2002; DIAS; ANDRADE, 2021).

É inerente à atividade policial a execução, quase que rotineiramente, de atividades de alta periculosidade. Situações de confronto direto com a criminalidade e emergências além de os expor suas próprias vidas a riscos, expõe também a de terceiros. Logo, pode-se pressupor que é uma profissão que está exposta a diversas situações desencadeadoras de estresse.

Devido a todo o cenário político, econômico e social que estamos vivendo no Brasil, ser policial não se constitui em uma atividade que possui grande prestígio social. Como, por exemplo, a atividade do médico, advogado ou bombeiro. A profissão do policial carrega vários estigmas, além de ser uma profissão de grande risco, mal remunerada e que constantemente passa da figura de herói para bandido recebendo duras críticas da sociedade e do governo.

4 ESTRESSE

Neste capítulo serão abordados alguns conceitos iniciais sobre estresse, apresentando um apanhado histórico, demonstrando a construção do conceito de estresse até a atualidade. Além de apresentar o modelo quadrifásico de estresse, e as suas quatro fases: alerta, resistência, quase-exaustão e exaustão. Também serão apresentados conceitos relativos ao estresse policial e seus impactos na saúde mental dos policiais militares e dos cadetes da PMMA.

4.1 Conceitos gerais

As primeiras menções sobre estresse na história não são recentes. O interesse pelo estresse remonta à Grécia Antiga com Hipócrates, que viveu entre 470-377 a.C (OLIVEIRA, 2006; MYERS, 2015). Outras menções do termo, de acordo com Lipp (2004), datam do século XVII, com o significado de “aflição” e “adversidade”. Segundo Pafaro e Martino (2004), por volta do século XVII, o termo em latim passou a ser utilizado na língua inglesa como um conceito técnico da engenharia, referente ao desgaste físico que um determinado material pode suportar mantendo a sua integridade

Como conceito de interesse da área médica, o estresse foi mencionado pela primeira vez em 1929 através dos trabalhos de Cannon, médico fisiologista que, ao estudar casos de pacientes atendidos em ambulatórios, descobriu que embora fossem diagnosticados com patologias físicas diversas, muitos apresentavam sintomas em comum, como fadiga, hipertensão, desânimo e falta de apetite (PAFARO; MARTINO, 2004; OLIVEIRA, 2006).

No entanto, foi através do trabalho de Hans Selye, endocrinologista canadense, que introduziu o termo “*stress*” para definir como sendo uma síndrome causada por diversas fontes danosas, denominando-a de “síndrome geral de adaptação” ou “síndrome do estresse biológico” (LIPP, 2004; PAFARO; MARTINO, 2004; OLIVEIRA, 2006). Fundamentando os seus estudos no conceito de Bernard, de 1879, que afirma que o ambiente interno de um indivíduo deve permanecer estável apesar das mudanças ambientais; e no conceito de Cannon, de 1929, que formulou o conceito de homeostase “[...] para designar o esforço dos processos fisiológicos para manter um estado de equilíbrio interno do organismo” (LIPP, 2004, p. 18).

Assim, em 1952, Selye apresentou a sua teoria defendendo que o estresse seria uma quebra desse equilíbrio. Ele fundamenta os seus estudos no conceito de Bernard, de 1879, que afirma que o ambiente interno de um indivíduo deve permanecer estável apesar das mudanças ambientais; e no conceito de Cannon, de 1929, que formulou o conceito de homeostase “[...] para designar o esforço dos processos fisiológicos para manter um estado de equilíbrio interno do organismo” (LIPP, 2004, p. 18). Assim, em 1952, apresenta a sua teoria defendendo que o estresse seria uma quebra desse equilíbrio.

No entendimento de Weinberg e Gould (2008) o estresse surge quando existe um desequilíbrio considerável entre as exigências físicas e psicológicas impostas a um indivíduo e a sua incapacidade de elaborar respostas que atendam a essas demandas, onde o fracasso tem consequências importantes. Para Lipp (2004, p. 20),

[...] *stress* é definido como uma reação do organismo, com componentes físicos e/ou psicológicos, causada pelas alterações psicofisiológicas que ocorrem quando a pessoa se confronta com uma situação que, de um modo ou outro, a irrite, a amedronte, excite ou confunda, ou mesmo que a faça imensamente feliz.

Contudo, para Lipp (2004), o estresse não se configura como uma reação única, mas é um processo. Como tal, é uma reação generalizada que mobiliza diversos aspectos do organismo humano, envolvendo componentes físicos, psicológicos e hormonais, com influências de hábitos de vida, doenças, acidentes e eventos traumáticos.

4.2 Fases do estresse

De acordo com o modelo de Selye, o estresse ocorre em três momentos: a fase de alarme ou alerta, onde ocorre a mobilização de recursos; a fase de resistência, onde o indivíduo passa a lidar com o estressor; e a fase de exaustão, onde as reservas são exauridas (MYERS, 2015). No entanto, partindo da teoria elaborada por Selye, a Dra. Marilda Novaes Lipp, após 15 anos de pesquisas no Laboratório de Estudos Psicológicos do *Stress* (LEPS) da PUC-Campinas, apontou a existência da fase da “quase-exaustão”, etapa intermediária entre a resistência e a exaustão.

Lipp (2004) observa que a fase de alerta, que é considerada a fase positiva do estresse, ocorre quando os seres humanos são confrontados com um estressor. O corpo humano é energizado através da produção de adrenalina e da aceleração do sistema nervoso simpático. Em seguida, acontece um rompimento da homeostase e uma preparação para as

respostas de "luta ou fuga", ou seja, há uma resposta automática de manutenção para a defesa e preservação do organismo, “[...] uma vez que leva o organismo a um estado de prontidão, de alerta, a fim de que possa lidar com situações em que tenha que atuar com urgência” (LIPP, 2004, p. 23).

Permanecendo os estressores, neste momento o organismo do indivíduo involuntariamente tenta restabelecer o equilíbrio resistindo a eles, entrando no segundo estágio do estresse: a resistência (LIPP, 2000). Para tanto, o processo utiliza as reservas de energia adaptativas de um indivíduo, e nesse caso, quando a energia despendida é suficiente, o processo é interrompido, o processo é interrompido, e a homeostase é restaurada, todavia, “[...] se os fatores estressantes persistirem em frequência ou intensidade, há uma quebra na resistência da pessoa e ela passa à fase de quase-exaustão” (LIPP, 2000, p. 11).

A terceira fase compreende a etapa em que o organismo do indivíduo fica mais suscetível a patologias diversas. Na quase-exaustão, os órgãos mais propensos a desenvolver doenças tornam-se alvos mais fáceis e começam a se deteriorar devido à carga genética ou vulnerabilidade adquirida (LIPP, 2000).

A última fase do estresse – a fase de exaustão – ocorre quando o estressor permanece continuamente, ou se vários estressores agem simultaneamente. Nesse caso, caso o indivíduo não tiver desenvolvido estratégias de lidar com o estressor, o organismo esgota sua reserva energética adaptativa e doenças graves do sistema cardiovascular, como infarto, ou gastrointestinais, podem ocorrer, assim como depressão e outros transtornos psicológicos graves (LIPP, 2000; LIPP, 2004).

Nem sempre, o estresse se configura como um fator relacionado para o desgaste emocional e físico, mas, é um mecanismo de adaptação natural e de defesa do organismo. Nesse sentido, Selye (1976) distingue dois termos diferentes: o *eustresse*, correspondendo ao estresse positivo e o *distresse*, correspondendo ao estresse negativo. O *eustresse* refere-se a situações e experiências em que o estresse produz resultados e consequências positivas para o indivíduo, contribuindo para que o indivíduo alcance seus objetivos, induzindo a estimulação e produtividade, em tarefas pessoais e no trabalho. O *distresse* refere-se à exposição a situações entendidas pelo indivíduo como ameaçadoras e que se tornam desgastantes, o que conduz a uma redução da produtividade, bem como a sentimentos de insegurança e de inadequação, contribuindo para consequências nocivas à saúde o ao adoecimento físico e psicológico (SELYE, 1976; SIMÕES; SANTOS, 2021).

4.3 Estresse policial e os impactos na saúde mental

Para Costa (2017), a Organização Mundial de Saúde (OMS), define saúde como o estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas ausência de moléstia e enfermidades. Partindo dessa compreensão, o autor afirma que as pessoas que, diante um determinado evento estressante, não desenvolvem nenhum problema psicológico ou físico, podendo até mesmo considerar o evento como desafiador e interessante no momento em que vivenciaram os eventos estressores, têm estado de saúde enquanto as que desenvolvem sérios problemas psicológicos ou físicos, como ter um surto psicótico, por exemplo, têm estado de enfermidade.

Nesse sentido, o impacto do trabalho na saúde do trabalhador tem ocupado diversas áreas de pesquisa, e devido à alta carga psíquica do trabalho, este torna-se fonte de adoecimento, ansiedade e sofrimento, levando ao cansaço, estresse e outras patologias (DANTAS *et al.*, 2010). E essas possíveis patologias decorrentes da atividade laboral, são por vezes detectadas tardiamente, sendo que os sinais e sintomas de outras diversas doenças ocorrem concomitantemente e dificultam o diagnóstico de forma precoce (ASCARI *et al.*, 2016; DIAS; ANDRADE, 2021).

Assim, ao longo do tempo, os policiais têm maior propensão a desenvolver sintomas de adoecimento devido ao trabalho por diversos motivos, como sobrecarga de trabalho, relacionamento interpessoal, relações internas próprias da corporação, como assédio moral e rigidez hierárquica e natureza das atividades que exercem (SOUZA *et al.*, 2012; DIAS; ANDRADE, 2021).

O policial militar é o profissional de segurança pública que está na linha de frente no combate à criminalidade, atuando na resolução de problemas diários de interesse da sociedade. Em suas atividades diárias, o agente é exposto a situações de risco e desgastes físicos e/ou psicológicos, que podem gerar repercussão em sua atuação profissional junto à sociedade, e justamente por isso, precisam de um cuidado especial em sua saúde física e mental (ALMEIDA; CHAVES, 2020).

O serviço policial militar necessita que o profissional fique alerta a possíveis situações adversas, perigosas e preparado para dar uma resposta à situação. O estímulo constante à produção de adrenalina pode aumentar o esgotamento mental e físico, sem contar

a alimentação e o sono descontrolados, que afetam diretamente os profissionais de saúde física e mental (MINAYO; ASSIS; OLIVEIRA, 2011).

Segundo Costa *et al.* (2007) e Marinho *et al.* (2018) o trabalho policial está intrinsecamente vinculado a fatores causadores de estresse, sob a ameaça constante de violência, o trabalho monótono que exige constante concentração e em zonas de conflito.

Outros fatores que podem estar atuando no fenômeno do adoecimento policial podem incluir, desde as diversas críticas que são feitas a respeito da segurança pública, principalmente no que se refere à atuação do PM no combate à criminalidade, a desconfiança da população, aliado a frustração em relação à instituição militar e ao militarismo, baixos salários, falta de segurança dentre outros (DIAS; ANDRADE, 2021; VIANA, 2018). Esses fatores podem estar relacionados à baixa autoestima e motivação para o trabalho, e comprometimento laboral, bem como pode proporcionar maior vulnerabilidade ao adoecimento pelo estresse (OLIVEIRA; BARDAGI, 2009).

Evidências epidemiológicas sobre o tema, indicam que policiais militares têm mais risco de apresentar quadros de hipertensão arterial, úlcera gastroduodenal, obesidade, câncer, psoríase e outras patologias relacionadas ao estresse do que a população em geral, exemplificando, em grande medida, os efeitos nocivos do estresse (BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013).

Em pesquisa realizada por Pinheiro e Farikoski (2016) que buscou avaliar os níveis de estresse de policiais militares em um batalhão localizado no estado do Rio Grande do Sul, com a utilização do Inventário de Sintomas de Estresse de Lipp (ISSL), verificou-se que 39% dos policiais apresentaram sintomas de estresse, e destes 90% dos indivíduos encontravam-se na fase de Resistência. Ressaltando que, embora o número de homens sendo a maioria, constatou-se que apresentaram um menor nível de estresse quando comparado à mulheres, com os homens apresentando 28,6% com estresse, enquanto as mulheres com 71% (PINHEIRO; FARIKOSKI, 2016).

Lipp, Costa e Nunes (2017) também realizaram pesquisa na mesma temática, com profissionais de segurança pública, incluindo policiais militares, no estado de Mato Grosso do Sul, verificou-se que 52% dos participantes apresentaram sintomas significativos de estresse (a PM apresentou 50,2%), o que ultrapassa significativamente a média nacional, que é 35% (LIPP, 2016). Dentre os participantes estes, verifica-se que 3% estavam na fase inicial (alerta), 75,5% se encontravam na fase intermediária (resistência), 6,12% já apresentavam

sintomatologia típica da fase grave de quase exaustão e 9,5% estavam na mais grave e física e psicologicamente comprometedora, que é fase de exaustão. Em média, foram detectados 12 sintomas de estresse por servidor, com casos de policiais apresentando até 60 sintomas significativos relacionados ao estresse ocupacional (LIPP; COSTA; NUNES, 2017).

Com base nesses estudos, fica evidente a grande relevância de cuidar da saúde física e mental do policial militar, e nesse sentido Mesquita (2008, p. 16) relata que:

[...] cuidar da saúde física e mental do policial militar também é cuidar da Segurança Pública e isto é algo que deve estar claro para todos na Corporação, pois à medida que os policiais se sentem bem e motivados no exercício de sua profissão, seu trabalho terá mais qualidade e, conseqüentemente, a população estará mais segura. Ou seja, investir mais na qualidade de vida dos policiais, repensar a organização do trabalho é um benefício para todos.

Sendo importante ressaltar o cuidado da saúde da mulher, que assim como Pinheiro e Farikoski (2016) destacou resultados mais elevados de estresse, Loiola (2019) traz uma reflexão sobre como as oficiais femininas são mais afetadas por cargos de chefia e gerenciamento. Loiola (2019, p. 31) afirma, ainda, que o aspecto laboral pode extrapolar a esfera militar e somar-se às responsabilidades do ambiente familiar, onde muitas não têm ajuda, “[...] pesando-lhes também as responsabilidades de esposas e de mães. Nesse aspecto surge a expressão ‘dupla jornada de trabalho’, onde é atribuída às mulheres a conciliação da atividade laboral com a doméstica”.

Por outro lado, um outro aspecto relevante relacionado ao estresse, principalmente em indivíduos que apresentam elevados níveis de estresse (fase de exaustão), submetido a diversos estressores, é o fenômeno do suicídio policial. A Ouvidoria da Polícia do Estado de São Paulo, em parceria com o Conselho Federal de Psicologia (CFP) e o Conselho Regional de Psicologia de São Paulo (CRP-06/SP), realizou um estudo intitulado “Uma análise crítica sobre suicídio policial”, livro que reúne pesquisas e dados sobre a vitimização policial por suicídio. Nesse livro é abordado como o estresse ocupacional é um dos cinco principais fatores motivadores para o suicídio. Além do mais, observou-se que, embora muitas vezes as situações de conflito sejam vistas como não diretamente relacionadas à atividade policial, quando analisadas de forma abrangente, compreendendo as condições individuais do profissional e os desafios da profissão, além do processo de adoecimento, também afetam a esfera das relações sociais e familiares dos policiais devido o estresse na profissão (SÃO PAULO, 2019).

4.4 Possíveis impactos do estresse na saúde mental dos cadetes

Os altos níveis de estresse em militares, estão relacionados principalmente ao tipo de serviço prestado (AFONSO; GOMES, 2009). Durante a formação, os cadetes precisam lidar, desenvolver estratégias de convivência ou aprender a superar condições adversas que podem vir a ser causadoras de estresse, como o distanciamento dos familiares, possíveis punições, privação do convívio social, privação de sono, treinamento em alta intensidade, excesso de horas de serviço, etc. Nesse sentido, Afonso e Gomes (2009, p. 294) citam os efeitos deletérios do estresse no contexto policial:

[...] a exposição a estas potenciais fontes de tensão têm sido associada a múltiplos problemas, desde a componente mais física (ex: doenças cardiovasculares, elevado colesterol, problemas de estômago, etc.), até uma dimensão mais psicológica, relacionada vulgarmente a desordens mentais e ao estresse pós-traumático.

Costa (2017) ao abordar o estresse no contexto militar, afirma que nenhuma doença ou fenômeno tem a capacidade de produzir efeitos tão variados e que geram tamanha interação entre o corpo e a mente como o estresse. O autor divide os efeitos basicamente em dois grandes conjuntos: no âmbito emocional e no físico. Na área emocional pode produzir: apatia, depressão, desânimo, sensação de desalento e hipersensibilidade emotiva, até raiva, ira, irritabilidade e ansiedade. Na parte física pode produzir: hipertensão, maior risco de derrame; suscetibilidade a infecções, patologias gastrointestinais, dermatológicas, insônia, perda da libido e impotência sexual temporária, perda de peso, etc.

Em suma, as possíveis consequências decorrentes do estresse advindo da rotina no CFO, podem causar um significativo impacto negativo na vida do cadete, podendo ser físico ou mental. Entretanto, se não souberem lidar com o estresse, com as pressões acadêmicas diárias, ou se não conseguirem administrar os problemas típicos de um futuro oficial da PM, os cadetes podem vir a cometer até o suicídio. Episódios como este, têm impactos irreversíveis na vida do cadete, de seus familiares e de toda a comunidade, aconteceram com um aluno da Academia de Polícia Militar Barro Branco (APMBB/SP), em 2018, e mais recentemente com o suicídio de um cadete da Academia de Polícia Militar Gonçalves Dias, em 2021 (SÃO PAULO, 2019; CARDOSO, 2021).

5 METODOLOGIA

O método científico é um conjunto de processos que buscam legitimar, explicar uma determinada situação. Dessa forma, segue-se certas etapas para a sua validação a utilização de métodos científicos não é da alçada exclusiva da ciência, mas não há ciência sem o emprego de métodos científicos (MARCONI; LAKATOS, 2009).

Desse modo, o método científico é um grupo de regras que estão dispostas em um padrão, de forma a validar uma análise científica. Construir um objeto de pesquisa é reconstruir criticamente as concepções e percepções advindas do senso comum com rigor metodológico acentuado. Para tanto, a metodologia foi delineada da seguinte forma.

Quanto à natureza da pesquisa, é uma pesquisa básica, pois objetiva gerar conhecimentos novos úteis para o avanço científico, mas sem aplicação prática prevista.

Quanto à abordagem do problema, utilizou-se a abordagem quantitativa apoiada na necessidade de comparar os eventos por meio de instrumentos de medida. Desta forma, o estudo é prospectivo, de forma que não tenciona controlar variáveis.

Quanto aos objetivos, a pesquisa é descritiva e de campo, na qual foi analisada a intensidade dos sintomas de estresse que ocorrem entre os cadetes do CFO/PM, e acerca da situação de vulnerabilidade dos cadetes ao estresse em decorrência do ambiente profissional e das atividades inerentes ao cadete.

Quanto ao método científico para se chegar ao objetivo final, foi utilizado o método hipotético-dedutivo, pois foram analisados casos particulares em relação aos níveis de estresse avaliados nos cadetes da APMGD, relacionando-os à atividade policial militar. Este é um método de abordagem responsável por permitir que se faça generalizações. Isto é, parte-se de algo particular para uma questão mais ampla, ou seja, um aspecto geral. Assim, os resultados foram obtidos a partir da interpretação dos resultados do questionário sociodemográfico e do teste psicológico.

Quanto à hipótese de pesquisa pretendeu-se encontrar resultados que apontem maiores níveis de estresse nos cadetes do que a população em geral, com prevalência em cadetes com mais tempo de serviço, e em mulheres. Tratando-se portanto de uma hipótese, mas com aspectos relacionados.

5.1 Aspectos éticos

Seguindo os critérios relativos à pesquisa com seres humanos, conforme a Resolução nº 510 da Comissão Nacional de Saúde, foi disponibilizada para todos os participantes uma via do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Apêndice A). Fornecendo-lhes explicações sobre justificativas, objetivos, procedimentos, riscos e benefícios do estudo que estão sendo convidados a participar. Foi assegurado também que os dados pessoais serão mantidos sob sigilo, e que a participação na pesquisa será estritamente voluntária.

5.2 Local, universo e amostra

A pesquisa de campo foi realizada na Academia de Polícia Militar Gonçalves Dias, em São Luís, Maranhão

A amostra foi obtida por conveniência e foi composta por 117 participantes, de um universo de 147 cadetes atualmente matriculados no CFO/PM. Considerando o mínimo 30 participantes, número estabelecido por Ghasemi e Zahediasl (2012) como tamanho amostral a partir do qual normalidade pode ser inferida, o que permite a realização de análises estatísticas inferenciais paramétricas. A amostragem deste estudo é do tipo probabilístico.

Os participantes escolhidos foram os cadetes devidamente matriculados no CFO/PM, alunos das três turmas do curso.

5.3 Instrumentos

5.3.1 Questionário sociodemográfico

O questionário de caracterização da amostra (APÊNDICE B), construído pelo pesquisador, engloba itens sobre informações pessoais e de hábitos de vida do participante. Alguns dos itens avaliados são: sexo, idade, escolaridade, renda familiar, tempo de serviço, se o participante faz o uso de medicamento psiquiátrico, se faz psicoterapia, hábitos quanto a ingestão de álcool e tabaco, e a prática de atividade esportiva.

5.3.2 Inventário de Sintomas de *Stress* de Lipp (ISSL)

O inventário (ANEXO A) fundamenta-se em um modelo quadrifásico do estresse e tem por objetivo identificar se o indivíduo possui sintomas de estresse, o tipo de sintoma (somático ou psicológico) e em qual fase o sujeito se encontra (alerta, resistência e exaustão). O tempo de aplicação está estimado em aproximadamente 10 minutos, podendo ser realizada individualmente ou em grupo. Não é necessário que o indivíduo seja alfabetizado, pois os itens podem ser lidos pelo aplicador. Para avaliar a fase de alerta são listados 15 itens, quanto aos sintomas físicos ou psicológicos que a pessoa tenha experimentado nas últimas 24 horas (Fase de alerta). O segundo, composto de 15 itens (10 sintomas físicos e 5 psicológicos), está relacionado aos sintomas experimentados na última semana (Fase de alerta e de quase-exaustão). E o terceiro quadro, para avaliar a fase de exaustão, é composto por 23 itens (12 sintomas físicos e 11 psicológicos), refere-se a sintomas experimentados no último mês (LIPP, 2000; SILVA, 2020).

5.4 Procedimentos de coleta e tratamento de dados

A coleta de dados foi realizada através de meio eletrônico, por meio do *Google Forms*, com o *link* disponibilizado através do aplicativo de mensagens *WhatsApp*. O questionário iniciou no dia 1º de setembro e finalizou no dia 7 do mesmo mês.

Para o tratamento dos dados obtidos, foi realizada a análise descritiva exploratória. Para as variáveis quanti, ou as numéricas, que é o caso dos escores, realizou-se o exame da média que é a medida de posição, desvio-padrão (DP) que é medida de dispersão, e foi calculado o intervalo de confiança para média. Para as variáveis quali, que é o caso do sexo, faixa etária, e outras características sociodemográficas da amostra, foi utilizada a frequência absoluta e relativa. E realizou-se o intervalo de confiança para a frequência relativa. O nível de significância adotado foi de 95%.

Ressalta-se que o intervalo de confiança tem o intuito demonstrar a confiabilidade do estudo, ou seja, se o estudo fosse replicado 100 vezes, em 95% das vezes existirá uma probabilidade dos resultados se repetirem. A análise inferencial ficou a cargo de dois testes: o Teste Exato de Fisher e Razão de Chances. O Teste Exato de Fisher é útil para dados categóricos, que resultam de classificação de objetos em duas maneiras diferentes; ele é usado para examinar a significância da associação (contingência) entre os dois tipos de classificação.

A Razão de Chances ou razão de possibilidades (em inglês: *odds ratio*; abreviatura O.R.) é definida como a razão entre a chance de um evento ocorrer em um grupo e a chance de ocorrer em outro grupo. Chance ou possibilidade é a probabilidade de ocorrência deste evento dividida pela probabilidade da não ocorrência do mesmo evento.

Ademais, foi utilizado o software Microsoft Excel 2016, para a tabulação e organização dos dados, e o *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) Versão 26 para as análises estatísticas.

6 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Neste capítulo serão apresentados os principais resultados e em seguida, a análise dos dados mais relevantes para a pesquisa.

6.1 Resultados da pesquisa

Dentre os 147 cadetes matriculados no CFO da PM, a amostra (n) foi de 117 participantes. Após coleta e análise de dados, é possível descrever a amostra segundo alguns critérios principais. O primeiro aspecto é o perfil sociodemográfico dos cadetes do Curso de Formação de Oficiais. Quanto à idade dos participantes, estratificou-se a amostra em três principais faixas etárias, 13 participantes (11,1%) têm entre 18 e 21 anos, 40 participantes (34,2%) se encontram entre 22 e 25 anos, e 64 participantes (54,7%) tem 26 anos ou mais.

Dentre os 117 indivíduos da amostra, 105 (89,7%) são do sexo masculino, enquanto 12 (10,3%) são do sexo feminino, com 89 participantes (76,1%) sendo solteiros ou divorciados, e com 86 participantes (73,5%) com o Ensino Superior incompleto. Sendo que 40 (34,2%) são alunos do 1º ano do CFO, 36 participantes (30,8%) são alunos do 3º do CFO, e 41 participantes (35,0%) são alunos do 4º ano do CFO. Dentre os cadetes participantes, 91 (77,8%) vieram do mundo civil, ou seja, sem experiência militar ou policial progressiva, 98 participantes (83,8%) não têm filhos, e 40 participantes (34,2%) moram com os pais. Quanto à religião/crença espiritual, a maioria é composta por católicos, 50 participantes (42,7%), e protestantes, 43 participantes (36,8%). As informações acima destacadas e mais detalhes podem ser observadas na Tabela 1.

Tabela 1 – Caracterização do perfil sociodemográfico dos cadetes do CFO/PMMA com matrícula ativa. São Luís-MA - 2022. n:117

	N(%)	IC-95%
Perfil Sociodemográfico		
Faixa Etária		
18 a 21 anos	13(11,1)	(6,4-17,7)
22 a 25 anos	40(34,2)	(26,1-43,1)
≥26 anos	64(54,7)	(45,7-63,5)
Sexo		
Masculino	105(89,7)	(83,3-94,3)
Feminino	12(10,3)	(5,7-16,7)
Estado Civil		
Casado/União estável	28(23,9)	(16,9-32,2)
Solteiro/Divorciado	89(76,1)	(67,8-83,1)
Escolaridade		
Ensino Superior incompleto	86(73,5)	(65,0-80,9)
Ensino Superior Completo	22(18,8)	(12,5-26,6)

Especialização	7(6,0)	(2,7-11,4)
Mestrado	1(0,9)	(0,1-3,9)
Doutorado	1(0,9)	(0,1-3,9)
É cadete de qual ano?		
1º ano	40(34,2)	(26,1-43,1)
3º ano	36(30,8)	(23,0-39,5)
4º ano	41(35,0)	(26,8-44,0)
Atuou em algum órgão de Segurança Pública ou nas Forças Armadas antes de ser cadete?		
Não	91(77,8)	(69,6-84,6)
Sim	26(22,2)	(15,4-30,4)
Filhos		
Não	98(83,8)	(76,3-89,6)
Sim	19(16,2)	(10,4-23,7)
Mora com quem?		
Amigos	23(19,7)	(13,2-27,5)
Cônjuge/Companheiro	32(27,4)	(19,9-35,9)
Pais	40(34,2)	(26,1-43,1)
Parentes	8(6,8)	(3,3-12,5)
Sozinho	14(12,0)	(7,0-18,8)
Religião/Crença espiritual		
Catolicismo	50(42,7)	(34,0-51,8)
Espiritismo	2(1,7)	(0,4-5,4)
Outras	4(3,4)	(1,2-7,9)
Protestantismo	43(36,8)	(28,4-45,7)
Religiões de matriz africana	2(1,7)	(0,4-5,4)
Sem religião	16(13,7)	(8,4-20,8)

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

DP – Desvio Padrão.

Outro aspecto da amostra são os hábitos de vida dos cadetes do CFO. Dentre os participantes, a maioria, 41 participantes (35,0%) consomem álcool numa frequência de duas a quatro vezes por mês, 110 participantes (94%) não são fumantes, e 57 participantes (48,7%) dormem por apenas 5 horas por noite. Quanto ao tempo médio diário de dedicação dos cadetes, incluindo atividades acadêmicas (APMGD/UEMA) e no serviço (interno e externo), 38 participantes (32,5%) dedicam-se entre 11 e 13 horas, e 92 participantes (78,6%) praticam atividade física. Foi perguntado que os participantes classificassem de 0 até 10, você se sente estressado ou cansado com o ritmo diário de trabalho e estudo no CFO, a média foi de $\bar{x}=8,32$ (DP=1,61). As informações acima destacadas e mais detalhes podem ser observadas na Tabela 2.

Tabela 2 – Caracterização dos hábitos de vida dos cadetes do CFO/PMMA com matrícula ativa. São Luís-MA – 2022. n:117

	N(%)	IC-95%	Média (IC-95%)	DP
Hábitos de vida				
Com que frequência você consome bebidas alcoólicas?				
Duas a quatro vezes por mês	41(35,0)	(26,8-44,0)		
Duas a três vezes por semana	12(10,3)	(5,7-16,7)		
Nunca	33(28,2)	(20,7-36,8)		
Pelo menos uma vez por mês	1(0,9)	(0,1-3,9)		
Quatro vezes ou mais na semana	2(1,7)	(0,4-5,4)		

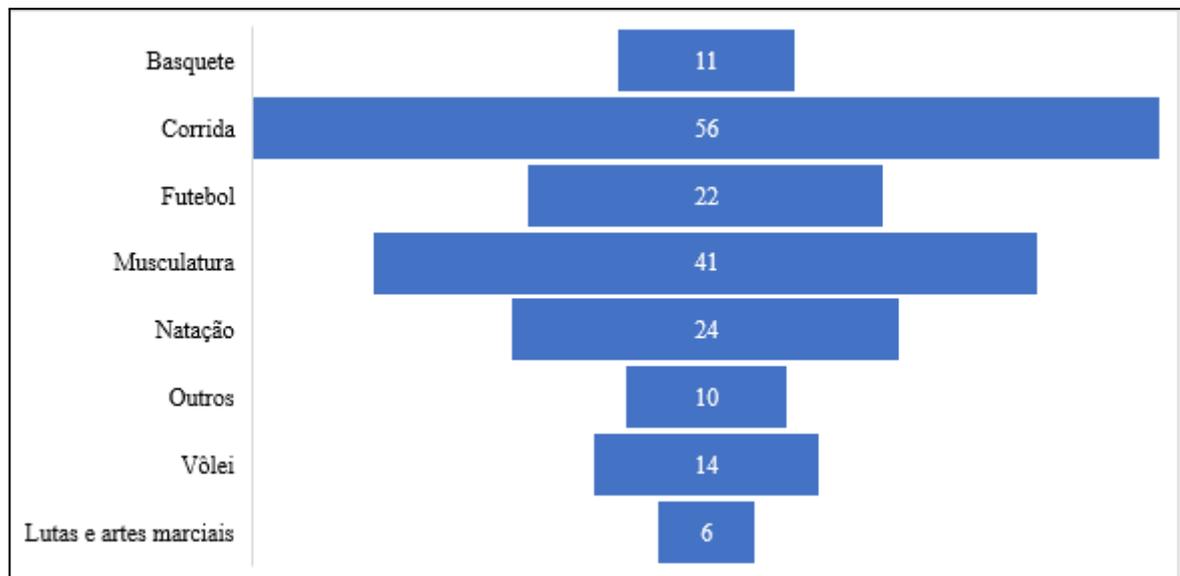
Uma vez por mês ou menos	28(23,9)	(16,9-32,2)		
Fumante				
Não	110(94,0)	(88,6-97,3)		
Sim	7(6,0)	(2,7-11,4)		
Quantidade de sono em média por noite?				
4 horas ou menos	27(23,1)	(16,2-31,3)		
5 horas	57(48,7)	(39,8-57,7)		
6 horas	26(22,2)	(15,4-30,4)		
7 horas	6(5,1)	(2,2-10,3)		
8 horas ou mais	1(0,9)	(0,1-3,9)		
Tempo médio de dedicação ao CFO-PMMA/UEMA				
11 a 13 horas	38(32,5)	(24,5-41,3)		
14 a 16 horas	36(30,8)	(23,0-39,5)		
17 horas ou mais	16(13,7)	(8,4-20,8)		
8 a 10 horas	27(23,1)	(16,2-31,3)		
Em uma escala de 0 até 10, você se sente estressado ou cansado com o ritmo diário de trabalho e estudo no CFO			8,32(8,03-8,62)	1,61
Pratica Atividade Física				
Não	25(21,4)	(14,7-29,4)		
Sim	92(78,6)	(70,6-85,3)		

Fonte: Dados da pesquisa (2022)

DP – Desvio Padrão

Dentre os 117 participantes, 92 (78,6%) praticam atividade física, e dentre esses a maioria, 56 praticam corrida, 41 praticam musculação e 24 praticam natação. Mais detalhes podem ser observados no Gráfico 1.

Gráfico 1 – Distribuição da atividade física dos cadetes do CFO/PMMA com matrícula ativa. São Luís-MA – 2022. n:117



Fonte: Dados da pesquisa (2022)

Outro aspecto da amostra são os hábitos de saúde dos cadetes do Curso de Formação de Oficiais. Dentre os participantes, 112 (95,7%) atualmente não fazem uso de

algum medicamento psiquiátrico, enquanto 11 participantes (9,4%) já fizeram uso alguma vez na vida de algum medicamento psiquiátrico. Foi perguntado se em algum momento da vida o participante já fez psicoterapia, e 95 participantes (81,2%) nunca fizeram. Atualmente 106 (90,6%) não fazem psicoterapia, 8 (6,8%) realizam na rede particular e 3 indivíduos (2,6%) fazem psicoterapia no CAPS/PMMA. Deve observar-se que dentre os 11 indivíduos que fazem psicoterapia, 4 são mulheres, ou seja 33,3% das participantes do sexo feminino. Também foi perguntado se enfrentaram recentemente ou atualmente enfrenta algum tipo de sofrimento psicológico, 65 participantes (55,6%) responderam “Não” e 52 participantes (44,4%) responderam “Sim”. As informações acima destacadas e mais detalhes podem ser observadas na Tabela 3.

Tabela 3 – Caracterização dos dados de saúde dos cadetes do CFO/PMMA com matrícula ativa. São Luís-MA – 2022. n:117

	N(%)	IC-95%	Média (IC-95%)	DP
Dados de Saúde				
Atualmente faz uso de algum medicamento psiquiátrico (psicofármaco)?				
Não	112(95,7)	(90,9-98,4)		
Sim	5(4,3)	(1,6-9,1)		
Antidepressivo				
Não	116(99,1)	(96,1-99,9)		
Sim	1(0,9)	(0,1-3,9)		
Ansiolítico				
Não	114(97,4)	(93,3-99,3)		
Sim	3(2,6)	(0,7-6,7)		
Outros				
Não	115(98,3)	(94,6-99,6)		
Sim	2(1,7)	(0,4-5,4)		
Já fez uso de medicamento psiquiátrico (psicofármaco)?				
Não	106(90,6)	(84,3-94,9)		
Sim	11(9,4)	(5,1-15,7)		
Antidepressivo				
Não	113(96,6)	(92,1-98,8)		
Sim	4(3,4)	(1,2-7,9)		
Ansiolítico				
Não	109(93,2)	(87,5-96,7)		
Sim	8(6,8)	(3,3-12,5)		
Outros				
Não	115(98,3)	(94,6-99,6)		
Sim	2(1,7)	(0,4-5,4)		
Em algum momento da vida você já fez psicoterapia?				
Não	95(81,2)	(73,4-87,5)		
Sim	22(18,8)	(12,5-26,6)		
Atualmente faz psicoterapia?				
Não	106(90,6)	(84,3-94,9)		
Na rede particular	8(6,8)	(3,3-12,5)		
No CAPS/PM	3(2,6)	(0,7-6,7)		
Enfrentou recentemente ou atualmente enfrenta algum tipo de sofrimento psicológico				
Não	65(55,6)	(46,5-64,3)		
Sim	52(44,4)	(35,7-53,5)		

Fonte: Dados da pesquisa (2022)

DP – Desvio Padrão

Quanto a distribuição do número de sintomas de estresse do Inventário de Sintoma de Estresse de Lipp (ISSL) a amostra apresentou nas últimas 24 horas a pontuação média de 2,37 sintomas (DP=2,42), na última semana a média de 3,31 sintomas (DP=3,01), e no último mês a média de 3,42 sintomas (DP=3,71).

Em análise de acordo com os pontos de corte que estabelecem critério de estresse, constatou-se que 56 cadetes (47,6%) não apresentam estresse, não estando em nenhuma das fases do estresse, enquanto 61 participantes (52,1%) estão em alguma das quatro fases do estresse; um participante (0,9%) para alerta; 39 participantes (33,3%) para resistência; um participante (0,9%) para quase-exaustão) e; 20 participantes (17,1%) para a fase de exaustão. As informações acima destacadas e mais detalhes podem ser observadas na Tabela 4 e no Gráfico 2.

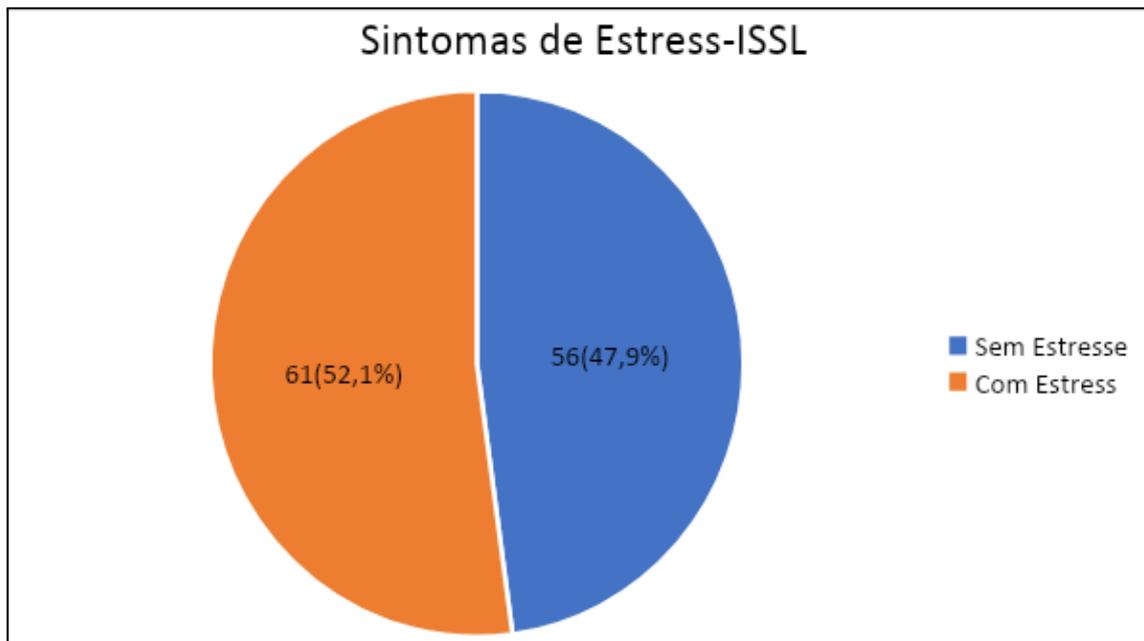
Tabela 4 – Distribuição geral das respostas e classificação do Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos de LIPP (ISSL) dos cadetes do CFO/PMMA com matrícula ativa. São Luís-MA – 2022. n:117

	N(%)	IC-95%	Média(IC-95%)	DP
Nº de sintomas nas 24h			2,37(1,92-2,81)	2,42
Nº de Sintomas na última semana			3,31(2,76-3,86)	3,01
Nº de sintomas no último mês			3,42(2,74-4,10)	3,71
Classificação de Fase-ISSL				
Sem Estresse	56(47,9)	(39,0-56,9)		
Resistência	39(33,3)	(25,3-42,2)		
Quase-exaustão	1(0,9)	(0,1-3,9)		
Exaustão	20(17,1)	(11,1-24,7)		
Alerta	1(0,9)	(0,1-3,9)		

Fonte: Dados da pesquisa (2022)

DP – Desvio Padrão

Gráfico 2 – Distribuição da classificação do Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos de LIPP (ISSL) dos cadetes do CFO/PMMA com matrícula ativa. São Luís-MA – 2022. n: 117.



Fonte: Dados da pesquisa (2022)

Quanto a diferença segundo o sexo, ressalta-se que 51,5% dos homens não apresentaram sintomas que os classificassem em alguma fase do estresse; 34,3% encontram-se na fase de resistência, e somente 12,4% na fase de exaustão. Enquanto a grande maioria das mulheres apresentaram sintomas positivos para a fase de exaustão (58,3%). Ressaltando que dentre o total de 20 participantes com resultado indicativo para o estágio de exaustão do ISSL, 7 são mulheres. As informações acima destacadas e mais detalhes podem ser observadas na Tabela 5.

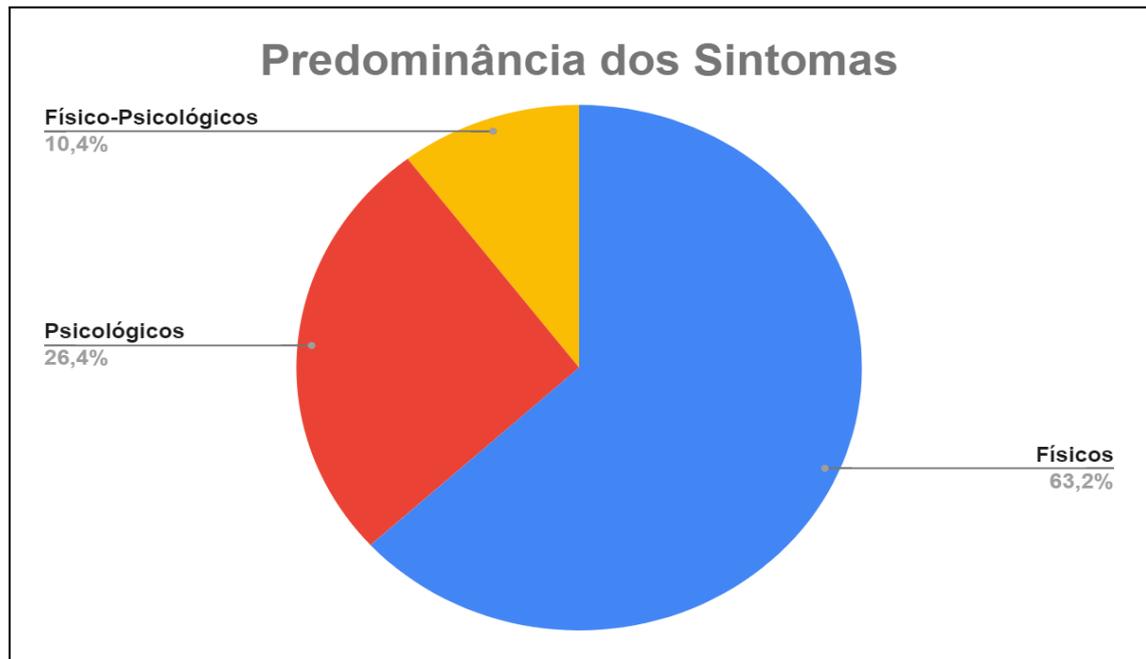
Tabela 5 – Distribuição segundo o sexo das respostas e classificação do Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos de LIPP (ISSL) dos cadetes do CFO/PMMA com matrícula ativa. São Luís-MA – 2022. n: 117

	Homens	Mulheres
	N (%)	N (%)
Sem estresse	54 (51,5%)	2 (16,7%)
Alerta	1 (0,9%)	0 (0%)
Resistência	36 (34,3%)	3 (25%)
Quase - exaustão	1 (0,9%)	0 (0%)
Exaustão	13 (12,4%)	7 (58,3)
TOTAL	105 (100%)	12 (100%)

Fonte: Dados da pesquisa (2022)

DP – Desvio Padrão

Gráfico 3 – Distribuição dos tipos de sintomas do Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos de LIPP (ISSL) dos cadetes do CFO/PMMA com matrícula ativa. São Luís-MA – 2022. n: 106



Fonte: Dados da pesquisa (2022)

Quanto ao gráfico anterior (Gráfico 3), percebe-se a distribuição desigual dos sintomas de estresse nos participantes. Dentre os 106 participantes que apresentaram pelo menos um sintoma de estresse, qualquer um dos estágios do estresse, 63,2% dos sintomas são de origem física, com reduzida predominância de sintomas psicológicos, ou a presença dos dois tipos.

Em relação à comparação entre as variáveis sociodemográficas e a classificação do ISSL, realizou-se a correlação estatística dos indivíduos com resultado positivo e negativo para estresse com as variáveis sociodemográficas observadas na Tabela 6.

Quanto ao perfil sociodemográfico observou-se que a variável “Sexo” tem correlação estatística com sintomas de estresse. Pode-se afirmar que mulheres têm 5,29 vezes mais chance de desenvolver sintomas de estresse do que homens. Apenas duas dentre as 12 participantes do sexo feminino apresentaram resultados negativos para estresse. a razão de chance (*OR*) dos Policiais Militares do sexo masculino apresentar transtornos mentais e comportamentais é de 3% ($OR= 1,03$ IC95%: 1,03-1,05)

Quanto à divisão dos participantes por turma do CFO, os resultados apresentaram uma distribuição homogênea quanto aos indivíduos que apresentaram resultados positivos para estresse. Quanto às demais variáveis os resultados não apresentaram correlações

existentes, ou seja, excetuando-se o “Sexo”, as demais variáveis sociodemográficas não apresentam razão de chance que demonstram que elas aumentem ou não a probabilidade do indivíduo de desenvolver sintomas de estresse. As informações acima destacadas e mais detalhes podem ser observadas na Tabela 6.

Tabela 6 – Análise de associação entre o perfil sociodemográfico e a classificação do Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos de LIPP (ISSL) dos cadetes do CFO/PMMA com matrícula ativa. São Luís-MA – 2022. n:117

	Sintomas de Estresse-ISSL		P-val or ¹	OR _{ajustado} ²
	Sem sintoma	Com Sintoma		
	N(%)	N(%)		
Perfil Sociodemográfico				
Faixa Etária			0,808	
18 a 21 anos	7(12,5)	6(9,8)		
22 a 25 anos	20(35,7)	20(32,8)		
≥26 anos	29(51,8)	35(57,4)		
Sexo			0,022	
Masculino	54(96,4)	51(83,6)		b
Feminino	2(3,6)	10(16,4)		5,294(1,106-25,337)
Estado Civil			0,298	
Casado/União estável	11(19,6)	17(27,9)		
Solteiro/Divorciado	45(80,4)	44(72,1)		
Escolaridade			0,616	
Ensino superior incompleto	43(76,8)	43(70,5)		
Ensino Superior Completo	9(16,1)	13(21,3)		
Especialização	3(5,4)	4(6,6)		
Mestrado	1(1,8)	0(0,0)		
Doutorado	0(0,0)	1(1,6)		
É cadete de qual ano?			0,666	
1º ano	20(35,7)	20(32,8)		
3º ano	15(26,8)	21(34,4)		
4º ano	21(37,5)	20(32,8)		
Atuou em algum órgão de Segurança Pública ou nas Forças Armadas antes de ser cadete.			0,520	
Não	45(80,4)	46(75,4)		
Sim	11(19,6)	15(24,6)		
Filhos			0,583	
Não	48(85,7)	50(82,0)		
Sim	8(14,3)	11(18,0)		
Mora com quem			0,737	
Amigos	13(23,2)	10(16,4)		
Cônjuge/Companheiro	13(23,2)	19(31,1)		
Pais	18(32,1)	22(36,1)		
Parentes	4(7,1)	4(6,6)		
Sozinho	8(14,3)	6(9,8)		
Religião/Crença espiritual			1,000	
Catolicismo	24(42,9)	26(42,6)		
Espiritismo	1(1,8)	1(1,6)		
Outras	2(3,6)	2(3,3)		
Protestantismo	20(35,7)	23(37,7)		
Religiões de matriz africana	1(1,8)	1(1,6)		
Sem religião	8(14,3)	8(13,1)		

Fonte: Dados da pesquisa (2022)

¹Teste exato de Fisher, ao nível de 5%

²OR_{ajustado}: Razão de Chance, ao nível de 5%

Quanto aos Hábitos de Vida e Dados de Saúde, ressalta-se as variáveis relacionadas à prática de atividade física, os praticantes de “Futebol”, “Atualmente faz o uso de algum medicamento psiquiátrico?”, e “Em algum momento da vida você já fez psicoterapia?” e “Atualmente faz psicoterapia?”, embora apresentassem resultados que apontassem associação (P-valor), os itens não apresentaram influência estatística (OR ajustado).

Sobre a pergunta “Atualmente faz o uso de algum medicamento psiquiátrico?”, a variável não tem influência estatística, mesmo apresentando associação, pois o intervalo de confiança vai de 0,3 a 21,8, ou seja, não apresentando razão de chance. Apesar disso, ressalta-se que dentre os indivíduos que responderam “Sim” para esta variável, 9 participantes estavam em alguma fase do estresse, enquanto apenas dois cadetes estavam “Sem estresse”.

Quanto à “Prática de atividade física”, opção “Futebol”, dentre os participantes que estavam “Sem estresse”, 39 participantes praticavam e 17 não praticavam o esporte. Enquanto dentre os cadetes que estavam “Com estresse”, 56 indivíduos não praticavam e 5 praticavam o esporte. Quanto à variável “Em algum momento da vida você já fez psicoterapia?”, dentre os indivíduos que já fizeram psicoterapia, 4 indivíduos não apresentaram sintomas de estresse, ao passo que 18 indivíduos estavam classificados “Com estresse”. Quanto ao item “Atualmente faz psicoterapia”, dentre os 11 participantes que responderam positivamente, 10 cadetes apresentaram sintomas de estresse.

Entretanto para a variável “Enfrentou recentemente ou atualmente enfrenta algum tipo de sofrimento psicológico?”, observou-se que pessoas que responderam “Sim”, têm 4,8 vezes mais chance de desenvolver sintomas de estresse do que pessoas que responderam que “Não”, podendo-se observar que o intervalo de confiança começa em 1,99 em diante, ou seja, demonstra razão de chance para acontecer.

Entre outras informações que podem ser destacadas, estão quanto ao número de participantes que se dedicam por 17 horas diárias ou mais, incluindo atividades acadêmicas e de serviço. Dentre os 16 indivíduos que se encontram nessa categoria, 11 participantes apresentaram resultados positivos para o estresse. As informações acima destacadas e mais detalhes podem ser observadas na Tabela 7.

Tabela 7 – Análise de associação entre o hábito de vida, dados de saúde e a classificação do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de LIPP (ISSL) dos cadetes do CFO/PMMA com matrícula ativa. São Luís-MA – 2022. n:117

	Sintomas de Estresse-ISSL		P-va Ior ¹	OR _{ajustado} ²
	Sem sintoma	Com Sintoma		
	N(%)	N(%)		
Hábitos de Vida e Dados de Saúde				
Com que frequência você consome bebidas alcoólicas?			0,599	
Duas a quatro vezes por mês	22(39,3)	19(31,1)		
Duas a três vezes por semana	4(7,1)	8(13,1)		
Nunca	17(30,4)	16(26,2)		
Quatro vezes ou mais na semana	1(1,8)	1(1,6)		
Uma vez por mês ou menos	12(21,4)	17(27,9)		
Fumante			0,785	
Não	53(94,6)	57(93,4)		
Sim	3(5,4)	4(6,6)		
Quantidade de sono em média por noite?			0,325	
4 horas ou menos	12(21,4)	15(24,6)		
5 horas	25(44,6)	32(52,5)		
6 horas	13(23,2)	13(21,3)		
7 horas	5(8,9)	1(1,6)		
8 horas ou mais	1(1,8)	0(0,0)		
Tempo médio de dedicação ao CFO-PMMA/UEMA			0,222	
11 a 13 horas	17(30,4)	21(34,4)		
14 a 16 horas	17(30,4)	19(31,1)		
17 horas ou mais	5(8,9)	11(18,0)		
8 a 10 horas	17(30,4)	10(16,4)		
Prática Atividade Física			0,375	
Não	10(17,9)	15(24,6)		
Sim	46(82,1)	46(75,4)		
Basquete			0,271	
Não	49(87,5)	57(93,4)		
Sim	7(12,5)	4(6,6)		
Corrida			0,942	
Não	29(51,8)	32(52,5)		
Sim	27(48,2)	29(47,5)		
Futebol			0,002	
Não	39(69,6)	56(91,8)		b
Sim	17(30,4)	5(8,2)		0,270(0,081-0,896)
Musculação			0,529	
Não	38(67,9)	38(62,3)		
Sim	18(32,1)	23(37,7)		
Natação			0,814	
Não	44(78,6)	49(80,3)		
Sim	12(21,4)	12(19,7)		
Nenhuma			0,375	
Não	46(82,1)	46(75,4)		
Sim	10(17,9)	15(24,6)		
Outros			0,237	
Não	53(94,6)	54(88,5)		
Sim	3(5,4)	7(11,5)		
Vôlei			0,865	
Não	49(87,5)	54(88,5)		
Sim	7(12,5)	7(11,5)		
Lutas e artes marciais			0,116	
Não	55(98,2)	56(91,8)		
Sim	1(1,8)	5(8,2)		
Atualmente faz uso de algum medicamento psiquiátrico (psicofármaco)?			0,719	
Não	54(96,4)	58(95,1)		
Sim	2(3,6)	3(4,9)		
Antidepressivo			0,336	

Não	56(100,0)	60(98,4)		
Sim	0(0,0)	1(1,6)		
Ansiolítico			0,093	
Não	56(100,0)	58(95,1)		
Sim	0(0,0)	3(4,9)		
Outros			0,137	
Não	54(96,4)	61(100,0)		
Sim	2(3,6)	0(0,0)		
Já fez uso de medicamento psiquiátrico (psicofármaco)?			0,038	
Não	54(96,4)	52(85,2)		b
Sim	2(3,6)	9(14,8)		2,937(0,394-21,870)
Antidepressivo			0,051	
Não	56(100,0)	57(93,4)		
Sim	0(0,0)	4(6,6)		
Ansiolítico			0,180	
Não	54(96,4)	55(90,2)		
Sim	2(3,6)	6(9,8)		
Outros			0,172	
Não	56(100,0)	59(96,7)		
Sim	0(0,0)	2(3,3)		
Em algum momento da vida você já fez psicoterapia?			0,002	
Não	52(92,9)	43(70,5)		b
Sim	4(7,1)	18(29,5)		1,366(0,233-8,013)
Atualmente faz psicoterapia?			0,024	
Não	55(98,2)	51(83,6)		b
Na rede particular	1(1,8)	7(11,5)		4,108(0,260-64,964)
No CAPS/PM	0(0,0)	3(4,9)		-
Enfrentou recentemente ou atualmente enfrenta algum tipo de sofrimento psicológico			<0,001	
Não	44(78,6)	21(34,4)		b
Sim	12(21,4)	40(65,6)		4,826(1,997-11,665)

Fonte: Dados da pesquisa (2022)

¹Teste exato de Fisher, ao nível de 5%

²OR_{ajustado}: Razão de Chance, ao nível de 5%

6.2 Discussão de resultados da pesquisa

A respeito das informações apresentadas pela tabela sobre o perfil sociodemográfico dos participantes, observa-se que os resultados da presença do sexo feminino são semelhantes aos encontrados por Sodré (2018), ao avaliar a Síndrome de Burnout em cadetes do CFO/CBM do Maranhão, e levemente inferior a média de 12% de mulheres no efetivo das institui es policiais militares, segundo dados da SENASP (2013) e Ribeiro (2018). Ressaltando que a inser o das mulheres nas polícias militares é um processo relativamente recente, e essa porcentagem baixa é um reflexo negativo dessa característica institucional das PM's, que estão aquém da média mundial e mesmo da m dia nacional dos órgãos de Segurança Pública, que somam 18,5% de mulheres no efetivo (RIBEIRO, 2018). E quanto à idade, diferentemente dos resultados de Sodré (2018), a faixa etária predominante é de 26 anos ou mais, demonstrando que os cadetes da PM têm uma média de idade superior aos do CBM.

Outra variável é quanto à convivência familiar, onde ficou observado que a maioria dos cadetes residem com os pais, companheiro(a) ou outros familiares. Todavia, devido a natureza do trabalho policial e do Curso de Formação de Oficiais, alguns dos cadetes convivem com o distanciamento do vínculo familiar, sendo oriundos de outros municípios do Maranhão e de outros estados. Esse distanciamento, redução do suporte familiar, aliado com a carga de trabalho e acadêmica pode ser um dos fatores para o surgimento de sintomas de estresse, e nem sempre as instituições policiais são sensíveis a esse aspecto da vida do policial (LIPP; COSTA; NUNES, 2017).

Outra variável, é quanto a espiritualidade, que pode desempenhar um papel importante na vida do indivíduo. Os resultados apontaram a predominância dos cadetes em ter uma religião/crença religiosa, e esta variável, através do Enfrentamento Religioso/Espiritual (ERE) pode ser utilizado como estratégia de manejo do estresse (LANCUNA *et al.*, 2021).

Para Lancuna *et al.* (2021), o fator espiritual encoraja um estilo de vida saudável e equilibrado na medida que estimula a adoção de hábitos saudáveis de alimentação, ingestão de bebidas alcoólicas, comportamento sexual, e restrição ao fumo e uso de drogas ilícitas.

A respeito dos hábitos de vida, com relação aos resultados que apontam que 71,8% dos participantes consomem álcool com alguma frequência, sendo que 10,3% de duas a quatro vezes na semana. Ressalta-se a crescente preocupação quanto ao consumo de bebidas alcoólicas pelos brasileiros, e com relação aos policiais militares, Souza *et al.* (2012) sugerem que os resultados encontrados sugerem que existe a correlação entre ingestão de bebida alcoólica em decorrência do estresse pela atividade policial. Enquanto Oliveira e Nascimento (2020) encontraram resultados semelhantes em seu estudo, de quase 54%, indicando o elevado consumo de álcool por policiais militares.

Desta forma, uma possível explicação para os resultados encontrados nesta pesquisa, podem indicar que exista uma relação de causalidade entre o consumo de álcool e os níveis de estresse vivenciados pelos cadetes, tanto para relaxamento, para socializar com amigos, quanto para afastar-se momentaneamente de problemas, entre outros objetivos. Estes resultados acendem uma luz de alerta quanto à saúde dos futuros oficiais da PMMA, uma vez o estresse pode influenciar no uso abusivo de álcool, que por sua vez, pode causar adoecimento e afastamento no trabalho (BARBOSA; ALMEIDA; AMARAL, 2017), uma vez que o alcoolismo é uma doença séria e também um transtorno psicológico (AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION, 2013).

A prevalência de fumantes no estudo foi 6%, pequena quando comparada aos PMs da Região Metropolitana de Belém (PA), que identificou 7,69% de fumantes (OLIVEIRA; NASCIMENTO, 2020), em Recife (PE), que identificou 12,4% de fumantes (FERREIRA; BONFIM; AUGUSTO, 2011), e menor ainda e menor ainda do que a quantidade verificada entre PMs do Rio de Janeiro (RJ) com 19,1% fumantes (SOUZA *et al.*, 2012). Todavia, se faz necessário citar os efeitos prejudiciais do uso do cigarro para a saúde, pois estão relacionados ao aumento de diversos tipos de câncer, doenças cardiovasculares e respiratórios (MIRANDA *et al.*, 2022).

Outro aspecto dos hábitos de vida dos participantes é o sono. Os resultados apontaram que a maioria dos cadetes dorme pouco, menos de 5 horas por dia. E essas alterações na qualidade do sono podem ter repercussão na qualidade de vida e na gênese de problemas de saúde, tais como: hipertensão, doenças cardiovasculares, depressão, entre outras (PINTO *et al.*, 2018). Essa característica do sono dos cadetes, pode ser resultado de vários fatores, desde a ansiedade ou ao estresse. Uma vez que a rotina dos alunos do CFO é exaustiva devido às atividades diárias, provas, escalas de serviço, é possível que o sono seja desregulado, impedindo que o cadete descanse efetivamente, podendo até prejudicar o desempenho tanto acadêmico quanto profissional.

Essas informações quanto a quantidade de horas de sono dos alunos relaciona-se com outra variável, que é a média diária de dedicação dos cadetes, incluindo atividades acadêmicas (APMGD/UEMA) e no serviço (interno e externo), 38 participantes (32,5%) dedicam-se entre 11 e 13 horas, destacando que 13,7% 17 horas ou mais, revelando excessiva carga de estudo e/ou trabalho diária ao longo da semana. Ressaltando que durante os finais de semana os cadetes são empregados nas mais diversas operações policiais, muitos dos quais, não possuindo folga nos finais de semana ao longo do mês. Estas informações convergem com os dados da pesquisa de Ferreira, Bonfim e Augusto (2011), sobre fatores associados ao estilo de vida de policiais militares, que revelam a ligação entre cargas excessivas de trabalho para a piora do estado de saúde e desempenho do profissional de segurança pública.

Quanto à autopercepção do estresse, a média obtida foi significativamente alta, considerando as variáveis já mencionadas. Ou seja, o resultado corrobora o conjunto de dados obtidos através dos demais itens relacionados aos hábitos de vida do cadete, nos quais podem interferir na percepção da condição estressora e contribuir para o surgimento de sintomas de outras psicopatologias e o adoecimento mental.

Evidencia-se a importância de que a maioria dos participantes praticam regularmente atividade esportiva fora das atividades físicas no âmbito acadêmico do CFO, ressaltando que ela é importante para o policial, e segundo Weinberg e Gould (2008) um dos benefícios psicológicos de uma atividade física é a melhora qualitativa e quantitativa de interações sociais positivas, além dos benefícios fisiológicos já bem conhecidos, conforme discutido por Vilela Júnior *et al.* (2022).

A respeito das variáveis relacionadas à saúde, os resultados dos cadetes que atualmente utilizam algum medicamento psiquiátrico (ansiolítico, antidepressivo, etc) são menores do que os encontrados na pesquisa de Souza *et al.* (2012) com policiais militares e civis do Rio de Janeiro, e inferiores aos resultados da utilização de ansiolíticos por bombeiros militares de Minas Gerais (AZEVEDO; LIMA; ASSUNÇÃO, 2019). Todavia o resultado converge com os encontrados literatura que indicam que cada vez mais o brasileiro tem utilizado medicamentos para esse fim, seja através de receita médica ou não, uma vez que a medicalização desenfreada mudança de modelo assistencial em saúde mental favoreceu a ampliação da epidemia do uso de psicotrópicos como uma saída mais rápida do que a realização de um acompanhamento psicológico (DIAS; MUHL, 2020).

Obteve-se o resultado de que quase 10% dos cadetes se encontram atualmente realizando acompanhamento psicológico. Deve observar-se que dentre os 11 indivíduos que fazem psicoterapia, 4 são mulheres, ou seja 33,3% das participantes do sexo feminino, o que pode sugerir que as mulheres cuidam mais da saúde tanto física quanto mental. Apesar da literatura apresentar resultados que indicam maior vulnerabilidade das mulheres ao estresse, elas tendem a procurar atendimento médico ou psicológico mais do que os homens, que por sua vez, apresentam maior vulnerabilidade a vitimização por suicídio, por exemplo (VAZ; SOUZA, 2018).

Ressalta-se que devido a natureza do trabalho policial e a dupla jornada do cadete policial e aluno, a psicoterapia pode ser uma grande aliada no desenvolvimento de estratégia para o manejo de situações estressoras e ressignificação de circunstâncias causadoras de estresse, alheias ao controle do indivíduo, entre outros benefícios, contudo o número foi inferior aos encontrados por Tomazeli (2021), significando a necessidade de acompanhamento psicológico, ao se considerar a natureza do trabalho policial militar e suas particularidades.

Obteve-se também resultados significativos que apontaram que os cadetes apresentaram sofrimento psicológico recentemente ou atualmente os estão enfrentando (cerca de 45%), que apresentam resultados um pouco inferiores aos encontrados por Tomazeli

(2021). Esse resultado pode estar associado a presença de sintomas de estresse, devido a morte de familiares, fim de um relacionamento, divórcio ou separação, adoecimento grave, dentre outros eventos.

A prevalência para o estresse encontrada foi de 52,1% nesta pesquisa, portanto, foi semelhante aos resultados já disponíveis na literatura, corroborado pelo estudo de Couto et al. (2012), utilizando o mesmo instrumento de coleta de dados em policiais do Sudeste do país, encontrou uma prevalência de 55,9%; e por Tomazeli (2021) com prevalência de 51%. Verificou-se que os resultados ultrapassam significativamente a média de prevalência de estresse no país, que é de 35% (LIPP, 2016).

Quanto à distribuição dos participantes com estresse, apenas um participante encontra-se na fase de “Alerta”, que é a fase relevante para a atividade policial, pois permite que o policial se prepare para a ação, alcance seus objetivos, estimulando a produtividade no trabalho, e sentimentos positivos. Na próxima fase, 1/3 do total de participantes experimentam a continuidade dos eventos estressores, e é na fase da resistência quando os participantes podem retornar ao equilíbrio fisiológico, resistindo à fonte estressora ou eliminando-a.

Deste modo, 33,3% dos cadetes, caso não encontrem estratégias para a redução do estresse, provavelmente apresentarão quebra na resistência e podem passar à fase de quase-exaustão, ou exaustão, assim como 17,1% dos cadetes que se encontram no último estágio do estresse. Estes últimos dois estágios necessitam de cuidados imediatos, pois é onde as patologias podem surgir trazendo graves prejuízos à saúde do indivíduo, pois o controle a estressores é inerente à manutenção da saúde física e psicológica do indivíduo, e à sua permanência na fase considerada positiva do estresse. Relacionada à fase de quase-exaustão e exaustão, Holmes (1997) cita que o estresse prolongado, pode causar: irritabilidade, depressão, problemas gastrointestinais, hipertensão, e cansaço intenso e prolongado. Isso leva à conclusão de que o resultado é preocupante, pois acende um sinal de alerta para possível adoecimento grave nos cadetes do CFO/PM.

Quanto à sintomatologia do estresse dentre os participantes, a análise dos sintomas detectados demonstrou que em geral a maioria dos cadetes têm mais sintomas de origem física do que de origem psicológica, divergindo dos resultados encontrados por pesquisas anteriores (LIPP; COSTA; NUNES, 2017; LOIOLA JÚNIOR, 2018).

Quanto às associações estatísticas entre as entre algumas variáveis de exposição sociodemográficas e o estresse, os homens apresentaram média menor que a do grupo de

mulheres, que têm quase 5,3 vezes mais chances de apresentar sintomas de estresse. Estes resultados convergem com os estudos de Rose Júnior *et al.* (2000), que embora investigassem sintomas de estresse relacionado ao esporte, encontraram resultados que apontam que as mulheres, em geral, apresentam mais sintomas de estresse do que os homens. Esses resultados são corroborados com os resultados descritivos quanto a distribuição dos sintomas de estresse segundo o sexo, que demonstraram que os homens apresentam maior prevalência para a fase de resistência, enquanto grande maioria das mulheres estão na fase mais nociva do estresse.

Já Bezerra, Minayo e Constantino (2013), ao realizarem pesquisa com mulheres policiais, encontraram que o estresse causado pela profissão policial militar pode causar impactos negativos para a saúde física e mental das mulheres. Além de todos os fatores já citados que podem levar ao sofrimento psíquico e ao estresse, ainda há preconceito e machismo associados quando se trata de mulheres na instituição policial militar. Ademais os resultados encontrados convergem com outros estudos semelhantes, na área policial ou não, indicando as mulheres se encontravam com maiores níveis de estresse (LIPP; TANGANELLI, 2002; LIPP, 2010; MAZARIOLLI; PAULA; SANTOS, 2022; OSWALDO, 2009; PINHEIRO; FARIKOSKI, 2016; SADIR; BIGNOTTO).

Sugere-se que os resultados encontrados podem estar relacionados a um conjunto de fatores, em diferenças biológicas, no ambiente de trabalho, nas percepções subjetivas de trabalho, gênero apresentados neste estudo podem estar relacionados a diferenças nas respostas biológicas, ambiente de trabalho, percepções subjetivas de gênero sobre o trabalho e uma dupla sobrecarga de trabalho, no acúmulo de papéis das mulheres no ambiente laboral e familiar.

Quanto às associações estatísticas entre as entre algumas variáveis de hábitos de vida e de dados de saúde e o estresse, a única variável que apresentou resultado estatisticamente significativo foi o relacionado aos indivíduos que atualmente estão enfrentando ou enfrentaram recentemente algum tipo de sofrimento psicológico. Tomazeli (2021) aborda essa questão, ressaltando que estudos que demonstram o lado humano destes profissionais são cruciais para a transformação da imagem deturpada que a mídia e a sociedade têm do policial militar. Para o autor, ainda subsiste a dificuldade de abordar temas relacionados à saúde mental, pois dentro de um estabelecimento militar, haja vista que, principalmente no campo da segurança pública, os trabalhadores estão condicionados a construir uma identidade profissional forte e corajosa (TOMAZELI, 2021).

Lima (2002) também aborda esse assunto, e tenta desmistificar a imagem do policial “herói”, ‘invencível”, o autor demonstra que eles são seres humanos como qualquer outro, suscetíveis a erros e acertos, feitos de “carne e osso”, e que sofrem e adoecem em prol da sociedade.

Os demais resultados abordados, principalmente os resultados de associação entre o estresse e os hábitos de vida e de saúde dos cadetes, pode-se observar que dentre os praticantes do futebol, existem menos indivíduos que estão em alguma fase do estresse, do que aqueles que estão sem sintomas de estresse.

Dentre os indivíduos que atualmente fazem uso de algum medicamento psiquiátrico, em algum momento já fizeram psicoterapia e os que atualmente estão fazendo psicoterapia, a maioria está em alguma das fases do estresse. Destaca-se, portanto, a importância do acompanhamento psicológico para os policiais militares em geral, e também para os cadetes da PMMA. Trabalho anteriores como o de Loiola Júnior (2018) ao abordar a prevalência de estresse em cadetes do primeiro ano do CFO/PMMA, o trabalho de Silva (2020) ao abordar a importância e a necessidade do acompanhamento psicológico para os militares do CBMMA, e Vale (2022) que abordou o adoecimento psicológico dos policiais militares devido às exigências da profissão, reforçam a importância dessa afirmação.

Quanto às demais variáveis os resultados, (Tabela 6 e Tabela 7) não apresentaram correlações existentes, ou seja, excetuando-se as já mencionadas, as demais variáveis sociodemográficas não apresentam razão de chance que demonstram que elas aumentem ou não a probabilidade do indivíduo de desenvolver sintomas de estresse, sendo que o estresse pode estar presente em qualquer faixa etária e escolaridade.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Resumidamente, é possível perceber como os policiais militares são mais vulneráveis a diversas doenças, originadas pelo trabalho ou não, a saber: transtornos mentais, risco de cardiopatias, patologias ortopédicas, e o desenvolvimento de deficiência auditiva, e outros diversos problemas.

No decorrer do estudo, tanto na literatura consultada quanto na obtenção dos resultados e análises destes, foi constatado que a profissão policial militar é estressante, e níveis de estresse nas atividades dos cadetes da PMMA também seguem os dados encontrados pelos autores de diversos estudos científicos citados nesta monografia. E no caso do Curso de Formação de Oficiais, os participantes, policiais militares e universitários, combinam duas classes que são fortemente atingidas pelo estresse.

A atenção voltada para a saúde mental para os policiais militares é um campo muito fértil para a discussão em segurança pública, uma vez que o policial é o “bem” mais valioso e importante para a instituição. A saúde mental do trabalhador está muito atrelada a organização que faz parte, e por isso desde os primórdios da carreira, durante a formação, o oficial da PM já convive com fatores deletérios para a sua saúde física e mental.

Sobre as dificuldades enfrentadas, os principais fatores foram a perda de sono devido às longas horas de rotina diária de estudo e trabalho do cadete, o que afeta diretamente o pouco tempo para o descanso.

Um dos resultados estatisticamente significativo foi que os cadetes que atualmente estão enfrentando ou enfrentaram recentemente, algum tipo de sofrimento psicológico apresentou níveis de estresse superiores aos demais.

Quanto às hipóteses de pesquisa, foram parcialmente confirmadas. Os resultados apontaram que os níveis de estresse dos cadetes são maiores do que a população em geral, quando comparado com a literatura consultada. Tendo mais prevalência nas cadetes do sexo feminino, que se encontram predominantemente com sintomas da fase mais nociva do estresse: a fase de exaustão. Todavia quanto a prevalência em cadetes com mais tempo de serviço, ou que já eram militares antes de ingressar no CFO, não mostraram resultados estatisticamente significativos.

Quanto aos objetivos geral e específicos, cumpriu-se cada um. Avaliou-se os níveis de estresse dos alunos do CFO/PMMA; identificou-se a sintomatologia dos estresses, indicando a prevalência do tipo de sintoma na amostra, se físico, psicológico ou ambos;

abordou-se as possíveis consequências do estresse no contexto laboral dos cadetes; e por fim, comparou-se estatisticamente e os níveis de estresse avaliados com as variáveis descritivas adotadas na pesquisa, com o objetivo de encontrar possível correlação entre essas variáveis e o estresse.

Não se pode negligenciar a reflexão sobre a saúde psicológica do policial, e principalmente do cadete, futuro oficial da PMMA. Contudo, somente apontar as deficiências quanto à natureza do trabalho policial, no ambiente da APMGD, ou quanto às lacunas no serviço de atenção à saúde do policial militar, não contribuem por si só para a mudança da realidade. Mas, refletir sobre as possibilidades para a solução da problemática pode ser o primeiro passo para oferecer um ambiente de trabalho mais saudável e menos estressante.

Nesse sentido, destaca-se a importantíssima atuação dos psicólogos do Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) dentro do Comando Geral da Polícia Militar, que estão atuando tanto preventivamente quanto no tratamento de doenças, ou questões pessoais de natureza não patológica, que podem estar acometendo os cadetes da PMMA.

As contribuições ao se investigar essas variáveis psicológicas em diferentes contextos poderão auxiliar a antecipar situações que comprometam a saúde mental dos profissionais envolvidos no ambiente policial militar. As investigações do estresse no contexto laboral, poderão auxiliar a antecipar situações que comprometam a saúde mental dos futuros oficiais da PMMA, proporcionando a melhoria da qualidade de vida dos cadetes.

Além de serem importantes para se pensar em uma prática que proporcione a melhoria no ambiente de trabalho da APMGD, e que conseqüentemente podem refletir na qualidade do serviço prestado à sociedade durante as atividades externas dos cadetes, durante a formação e após desta, como oficiais.

Espera-se que este trabalho, além de conscientizar os cadetes para que estejam atentos a si mesmos e a seus companheiros de turma, para que busquem psicoterapia quando precisarem e que instrua os policiais que estiverem sob seu comando, para a importância de cuidar da saúde mental.

Conclui-se que este trabalho proporcionou possibilidade de ampliação do tema e estudos futuros, e é relevante pois o estresse laboral pode ser a porta de entrada para o desenvolvimento de comorbidades, como transtornos de ansiedade, depressão, e até o suicídio.

REFERÊNCIAS

ACADEMIA DE POLÍCIA MILITAR GONÇALVES DIAS. **Manual do Cadete**: guia prático de normas e procedimentos regulamentares. 2 ed. São Luís: APMG, 2018.

AFONSO, J. M. P.; GOMES, A. R. Stress ocupacional em profissionais de segurança pública: um estudo com militares da Guarda Nacional Republicana. **Psicol. Reflex. Crit.**, v. 22, n. 2, p. 294-303, 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/prc/a/h6ZDkMPgqPCBGRwTzBCW8Sh/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 4 set. 2022.

ALMEIDA, N. F. de; CHAVES, A. B. P. Estresse policial: uma revisão integrativa sobre o estresse ocupacional em policiais. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 7, p. 52693-52706, 2020. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/14079>. Acesso em: 17 jun. 2022.

AMERICAN PSYCHIATRY ASSOCIATION. **DSM-5**: Diagnostic and statistical manual of mental disorders. 5. ed. Washington DC: American Psychiatry Association, 2013.

ASCARI, R. A. *et al.* Prevalência de risco para Síndrome de Burnout em Policiais Militares. **Cogitare Enfermagem**, Chapecó – SC, v. 21, n. 2, p. 1-10, abr./jun. 2016. Disponível em: https://www.redalyc.org/journal/4836/483653650025/html/#redalyc_483653650025_ref10. Acesso em: 3 set. 2022.

AZEVEDO, D. S. da S. de; LIMA, E. de P.; ASSUNÇÃO, A. Á. Fatores associados ao uso de medicamentos ansiolíticos entre bombeiros militares. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 22, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbepid/a/MJ3bh4tQc6PTBqq5Nr3CRjr/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 19 set. 2022.

BARBOSA, E.; ALMEIDA, S. D. S. de; AMARAL, W. N. do. Distúrbios do sono no policial militar. **Revista Brasileira Militar de Ciência**, n. 7, p. 46-50, 2017. Disponível em: <https://waldemarnavesdoamaral.com.br/wp-content/uploads/2019/01/revista-rbmc-novembro-2017.pdf#page=47>. Acesso em: 22 set. 2022.

BEZERRA, C. de M.; MINAYO, M. C. de S.; CONSTANTINO, P. Estresse ocupacional em mulheres policiais. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, p. 657-666, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/bs9zVccSn4c9rjxJbWL9Mfq/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 15 jun. 2022.

BEZERRA, O. **A polícia e a violência**: representações sobre a PMMA na década de 80 do século XX. 2013. 67 f. Monografia (Graduação) – Curso de História, Universidade Federal do Maranhão, São Luís, 2013. Disponível em: <http://www.historia.uema.br/wp-content/uploads/2015/09/9.-osni-bezerra.pdf>. Acesso em: 12 set. 2022.

BONZATTO, E. A. Tripalium: o trabalho como maldição, como crime e como punição.

Direito em foco, p. 1-37, 1998. Disponível em:

https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2018/06/Direito_em_foco_Tripalium.pdf. Acesso em: 08 jun. 2022.

BRASIL. Constituição (1988). Constituição da República Federativa do Brasil. *In*: **VADE Mecum**: acadêmico de direito. 12. ed. São Paulo: Rideel, 2011.

BRASIL. Lei nº 13.675, de 11 de junho de 2018. Disciplina a organização e o funcionamento dos órgãos responsáveis pela segurança pública, nos termos do § 7º do art. 144 da Constituição Federal; cria a Política Nacional de Segurança Pública e Defesa Social (PNSPDS); institui o Sistema Único de Segurança Pública (Susp); altera a Lei Complementar nº 79, de 7 de janeiro de 1994, a Lei nº 10.201, de 14 de fevereiro de 2001, e a Lei nº 11.530, de 24 de outubro de 2007; e revoga dispositivos da Lei nº 12.681, de 4 de julho de 2012.

Diário Oficial União, Poder Executivo, Brasília, DF, 12 jun. 2018. Disponível em:

http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2018/lei/L13675.htm. Acesso em: 30 ago. 2022.

BRASIL. Lei nº 6.880, de 9 de dezembro de 1980. Dispõe sobre o Estatuto dos Militares.

Diário Oficial da União, 11 dez. 1980. Disponível em:

http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l6880.htm. Acesso em: 2 set. 2022.

CARDOSO, L. Cadete da PM recorre ao suicídio em São Luís. **Luís Cardoso**: bastidores da notícia, 25 mar. 2021. Disponível em:

<https://luiscardoso.com.br/suicidio/2021/03/urgente-cadete-da-pm-recorre-ao-suicidio-em-sao-luis/>. Acesso em: 24 set. 2022.

CARVALHO, S. C. *et al.* Associação entre bruxismo e estresse em policiais militares. **Odonto Ciência**, v. 23, n. 2, p. 125-129, 2008.

CHIAVENATO, I. **Comportamento organizacional**: a dinâmica do sucesso das organizações. São Paulo: Thomson, 2004.

COSTA, M. *et al.* Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira.

Revista Panamericana de Salud Pública, v. 21, p. 217-222, 2007. Disponível em:

https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/rpsp/v21n4/04.pdf. Acesso em: 14 jun. 2022.

COSTA, S. H. N. *et al.* Prevalência do uso de drogas psicotrópicas em unidades da polícia militar. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, n. 6, p. 1843-1849, 2015. Disponível em:

<http://www.redalyc.org/pdf/630/63038653020.pdf>. Acesso em: 28 ago. 2022.

COSTA, S. **Psicologia militar**: sob tensão: estresse e emoção. 2. ed. Rio de Janeiro: Editora Silva Costa, 2017.

DANTAS, M. A. *et al.* Avaliação de estresse em policiais militares. **Psicologia**: teoria e prática, São Paulo, v. 12, n. 3, p. 66-77, jun. 2010. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872010000300006. Acesso em: 2 set. 2022.

DIAS, C. N.; ANDRADE, V. L. P. de. A relação entre a síndrome de Burnout e o policial militar brasileiro. **Cadernos de Psicologia**, v. 2, n. 4, 2021. Disponível em: <http://seer.uniacademia.edu.br/index.php/cadernospsicologia/article/view/2837/1913>. Acesso em: 29 ago. 2022.

DIAS, M. K.; MUHL, C. Agenciamentos da psiquiatria no Brasil: reforma psiquiátrica e a epidemia de psicotrópicos. **Argumentum**, v. 12, n. 2, p. 60-74, 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufes.br/argumentum/article/view/29114/21384>. Acesso em: 19 set. 2022.

ESTEVEVES, A.; GOMES, A. R. Stress ocupacional e avaliação cognitiva: um estudo com forças de segurança. **Saúde e Sociedade**, v. 22, n. 3, p. 701-713, 26 dez. 2012.

FARIA, R. H. M. de. **Em nome da ordem**: a constituição de aparatos policiais no universo luso-brasileiro (séculos XVIII e XIX). 2007. Tese (Doutorado em História) – Programa de Pós-graduação em História, Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2007. Disponível em: <https://repositorio.ufma.br/jspui/handle/1/449>. Acesso em: 12 set. 2022.

FERREIRA, D. K. da S.; BONFIM, C.; AUGUSTO, L. G. da S. Fatores associados ao estilo de vida de policiais militares. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 16, p. 3403-3412, 2011. Disponível em: https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/csc/v16n8/a07v16n8.pdf. Acesso em: 17 set. 2022.

GHASEMI, A.; ZAHEDIASL, S. Normality Tests for Statistical Analysis: A Guide for Non-Statisticians. **International Journal of Endocrinology and Metabolism**, v. 10, n. 2, p. 486-489, 2012. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3693611/>. Acesso em: 19 jun. 2022.

GOULART, P. M. O significado do trabalho: delimitações teóricas (1955-2006). **Cad. psicol. soc. trab.**, São Paulo, v. 12, n. 1, p. 47-55, jun. 2009. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/cpst/v12n1/a05v12n1.pdf>. Acesso em: 10 jun. 2022.

HOLMES, D. S. **Psicologia dos transtornos mentais**. 2. ed. Porto Alegre: ArtMed, 1997.

LANCUNA, A. C. *et al.* Religiosidade e Espiritualidade no enfrentamento da ansiedade, estresse e depressão. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 2, p. 5441-5453, 2021. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/ojs/index.php/BJHR/article/view/26330/20881>. Acesso em: 18 set. 2022.

LIMA, J. C. de. **Estresse policial**. Curitiba: AVM: 2012.

LIPP, M. E. N. COSTA, K. R. da S. N.; NUNES, V. de O. Estresse, qualidade de vida e estressores ocupacionais de policiais: Sintomas mais frequentes. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 17, n. 1, p. 46–53, 2017.

LIPP, M. E. N. **Manual do inventário de sintomas de stress para Lipp (ISSL)**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

LIPP, M. E. N. **O estresse do professor**. Campinas: Papyrus Editora, 2004.

LIPP, M. E. N. Terapia cognitivo-comportamental do stress. *In*: NEUFELD, C. B.; FALCONE, E. M. O.; RANGÉ, B. (Org.). **Procognitiva**. Porto Alegre: Secad, 2016. p. 101-152.

LIPP, M. E. N.; COSTA, K. R. da S. N.; NUNES, V. de O. Estresse, qualidade de vida e estressores ocupacionais de policiais: sintomas mais frequentes. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 17, n. 1, p. 46-53, 2017. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpot/v17n1/v17n1a06.pdf>. Acesso em: 06 set. 2022.

LIPP, M. E. N.; TANGANELLI, M. Stress e qualidade de vida em magistrados da justiça do trabalho: diferenças entre homens e mulheres. **Psicologia: reflexão e crítica**, v. 15, p. 537-548, 2002. Disponível em: http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/2010/veiculos_de_comunicacao/PRC/VOL15N3/A08V15N3.PDF. Acesso em: 20 set. 2022.

LOBATO, C. R. P. S. O significado do trabalho para o adulto jovem no mundo do provisório. **Revista de Psicologia da UNC**, v. 1, n. 2, p. 44-53, 2004.

LOIOLA JÚNIOR, E. do O. **Avaliação de estresse em cadetes do primeiro ano do CFO PM**. 2018. 58 f. Monografia (Curso de Formação de Oficiais) – Polícia Militar do Maranhão, Universidade Estadual do Maranhão, 2018. Disponível em: <https://drive.google.com/file/d/1VZsTfysXWGMnDyagzCbpXNF0D16chDX7/view>. Acesso em: 12 set. 2022.

LOIOLA, A. A. **Análise das condições de saúde dos policiais militares com incapacidade laboral no estado de Goiás**. 2019. 97 f. Dissertação (Mestrado em Políticas Públicas em Saúde) – Escola Fiocruz de Governo, Fundação Oswaldo Cruz, Brasília, 2019. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/49599>. Acesso em: 8 set. 2022.

MARANHÃO. Lei nº 6.513, de 30 de novembro de 1995. Dispõe sobre o estatuto dos policiais militares da Polícia Militar do Maranhão. *In*: SILVA, J. R. **Legislação Básica da Polícia Militar do Maranhão**. 5. ed. São Luís: Comercial Serigraf, 2010.

MARCONI, M. de A.; LAKATOS, E. M. **Fundamentos da metodologia científica**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2009. Disponível em: <http://www.ucs.br/etc/conferencias/index.php/mostraucsppga/xvmostrappga/paper/viewFile/4136/1361>. Acesso em: 19 jun. 2022.

MARINHO, M. T. *et al.* Fatores geradores de estresse em policiais militares: revisão sistemática. **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, v. 2, 2018. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=497956940013>. Acesso em: 28 ago. 2022.

MAZARIOLLI, A. da S.; PAULA, A. L. de S.; SANTOS, C. L. V. dos. O estresse e impacto na saúde mental de policiais militares trabalhadores do COPOM no interior de São Paulo. **Revista Brasileira de Estudos de Segurança Pública**, v. 15, n. 1, p. 161-185, 2022.

MESQUITA, A. Contextos e questões acerca do adoecimento psíquico numa instituição militar. **Revista Psicologia: Saúde Mental e Segurança Pública**, Belo Horizonte, v. 5, n. 5, p. 9-17, jan./dez. 2008

MINAYO, M. C. de S.; ASSIS, S. G. de; OLIVEIRA, R. V. C. de. Impacto das atividades profissionais na saúde física e mental dos policiais civis e militares do Rio de Janeiro (RJ, Brasil). **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 4, p. 2199-2209, abr. 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/x4dWvKpCDFhmvbY39ncfDHx/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 15 jun. 2022.

MIRANDA, I. A. *et al.* Efeitos adversos associados ao uso de cigarro eletrônico: uma revisão literária. **Revista Multidisciplinar em Saúde**, v. 3, n. 3, 2022. Disponível em: <https://editoraime.com.br/revistas/index.php/rem/s/article/view/3574/405>. Acesso em: 17 set. 2022.

MYERS, D. **Introdução à psicologia geral**. 9. ed. Rio de Janeiro: LTC, 2015.

OLIVEIRA, E. A. de. Delimitando o conceito de stress. **Ensaio e ciência**, v. 1, n. 1, p. 11-18, 2006. Disponível em: <http://www.medtrab.ufpr.br/arquivos%20para%20download%202011/saude%20mental/Delimitando%20o%20conceito%20de%20stress.pdf>. Acesso em: 15 maio 2022.

OLIVEIRA, M. L. C.; NASCIMENTO, R. G. do. Perfil sociodemográfico, clínico e antropométrico de policiais militares do serviço operacional da Região Metropolitana de Belém, Brasil. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 10, p. 83281-83296, 2020. Disponível em: <https://brazilianjournals.com/ojs/index.php/BRJD/article/view/19090/15333>. Acesso em: 17 set. 2022.

OLIVEIRA, P. L. M. de; BARDAGI, M. P. Estresse e comprometimento com a carreira em policiais militares. **Boletim de Psicologia**, São Paulo, v. 59, n. 131, p. 153-166, dez. 2009. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0006-59432009000200003&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 10 jun. 2022.

OSWALDO, Y. C. **Vulnerabilidade ao estresse no trabalho, coping, depressão e qualidade de vida**: evidências de validade. 2009. Tese (Doutorado em Psicologia) – Universidade São Francisco, Itatiba, 2009. Disponível em:

<https://www.usf.edu.br/galeria/getImage/427/6938492717704843.pdf>. Acesso em: 20 set. 2022.

PAFARO, R. C.; MARTINO, M. M. F. de. Estudo do estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de Campinas. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, Universidade de São Paulo, Escola de Enfermagem, v. 38, n. 2, p. 152-160, 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/ZSM38vT3bZPB4fLZPL7MQ9m/?format=pdf&lang=p>. Acesso em: 15 maio 2022.

PINHEIRO, L. R. S.; FARIKOSKI, C. Avaliação do nível de estresse de policiais militares. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 8, n. 1, p. 14-19, 2016. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5619251>. Acesso em: 2 set. 2022.

PINTO, J. N. *et al.* Avaliação do sono em um grupo de policiais militares de elite. **Acta Paulista de Enfermagem**, n. 31, p. 153-161, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/d7tm4JSyGgnpMmCMGLtXdMm/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 18 set. 2022.

PONCIONI, P. **Tornar-se policial**: a construção da identidade profissional do policial no Estado do Rio de Janeiro. 2003. Tese (Doutorado em Sociologia) – Programa de Pós-Graduação em Sociologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2003.

RIBEIRO, L. Polícia Militar é lugar de mulher?. **Revista Estudos Feministas**, v. 26, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ref/a/6339NZCVs47ykZjrkv6vPSJ/?lang=pt#>. Acesso em: 18 set. 2022.

ROSE JUNIOR, D. de *et al.* Síntomas de estrés recompetitivo en jóvenes deportistas brasilenos. **Revista de Psicología del Deporte**, v. 9, n. 1-2, p. 143-157, 2000. Disponível: <https://ddd.uab.cat/record/63385>. Acesso em: 19 set. 2022.

SADIR, M. A.; BIGNOTTO, M. M.; LIPP, M. E. N. Stress e qualidade de vida: influência de algumas variáveis pessoais. **Paidéia**, v. 20, p. 73-81, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/paideia/a/ctxdbWNVN6FFJCFvtGKXJ/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 12 set. 2022.

SÃO PAULO. Ouvidoria da Polícia do Estado de São Paulo. **Uma análise crítica sobre suicídio policial**. São Paulo: Governo de São Paulo, 2019. 87 p.

SELYE, H. Stress without Distress. *In*: SERBAN, G (Ed.). **Psychopathology of Human Adaptation**. Springer; Boston: MA, 1976. Disponível em: https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4684-2238-2_9. Acesso em: 17 jun. 2022.

SENASP. **Mulheres nas instituições de segurança pública**: estudo técnico nacional Brasília: Ministério da Justiça, Secretaria Nacional de Segurança Pública, 2013. Disponível em: <https://dspace.mj.gov.br/bitstream/1/2308/1/4mulheres-na-seguranca-publica.pdf>. Acesso em: 18 set. 2022.

- SILVA, L. L. R. **Atividades de trabalho dos militares do corpo de Bombeiros Militar do Maranhão: implicações e necessidades do psicólogo na corporação.** 2020. 66 f. Monografia (Graduação) – Curso de Formação de Oficiais Bombeiro Militares, Universidade Estadual do Maranhão, 2020.
- SIMÕES, M. dos S. G.; SANTOS, R. **O stresse organizacional e o seu impacto nos comportamentos de cidadania organizacional.** 2021. 53f. Dissertação (Mestrado em Gestão de Recursos) – Instituto Superior Miguel Torga, Coimbra, 2021. Disponível em: <https://repositorio.ismt.pt/handle/123456789/1293>. Acesso em: 17 jul. 2022.
- SODRÉ, A. **Síndrome de Burnout: avaliação em cadetes do curso de Formação de Oficiais Bombeiro Militar do Maranhão.** 2018. 56 f. Monografia (Graduação em Formação de Oficiais Bombeiro Militar) – Universidade Estadual do Maranhão, São Luís, 2018. Disponível em: <http://repositorio.uema.br/jspui/handle/123456789/843>. Acesso em: 19 set. 2022.
- SOUZA, E. L. de. Depressão em policiais masculinos: avaliação do perfil de usuários crônicos de bebida alcoólica na PMMG. **Psicologia: saúde mental e segurança pública**, v. 2, n. 2, 2002.
- SOUZA, E. R. de *et al.* Fatores associados ao sofrimento psíquico de policiais militares da cidade do Rio de Janeiro, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 28, p. 1297-1311, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/Mv8nPJ5DtPxMLNcJnwZ9rjq/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 14 jun. 2022.
- SOUZA, L. A. S. de. **O papel da autoeficácia na saúde mental e no Burnout de Cadetes Policiais e Bombeiros Militares.** 2013. 235 f. Tese (Doutorado em Psicologia Social) – Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2013. Disponível em: https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/tede/6909?locale=pt_BR. Acesso em: 14 jun. 2022.
- TAVARES, J. P. *et al.* Relação entre as dimensões do estresse psicossocial e o cortisol salivar em policiais militares. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, 2017.
- TOMAZELI, A. **Saúde mental dos policiais militares: uma análise quantitativa dos fatores associados.** 2021. 121 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Medicina) – Universidade Federal da Fronteira Sul, Passo Fundo, 2021. Disponível em: <https://rd.uffs.edu.br/bitstream/prefix/5024/1/ALESSANDRA%20TOMAZELI.pdf>. Acesso em: 19 set. 2022.
- UMANN, J. **Resiliência, estresse ocupacional, capacidade para o trabalho e presenteísmo em militares do exército brasileiro atuantes em uma corporação do Rio Grande do Sul.** 2017. 137 f. Tese (Doutorado em Enfermagem) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2017. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/159519>. Acesso em: 19 set. 2022.
- VALE, G. da S. **O adoecimento psicológico dos Policiais Militares em decorrência das exigências impostas pela prática profissional.** 2022. 49 f. Monografia (Graduação em

Psicologia) – Centro Universitário Unidade de Ensino Superior Dom Bosco, São Luís, 2022. Disponível em: <http://repositorio.undb.edu.br/jspui/handle/areas/790>. Acesso em: 26 set. 2022.

VAZ, S. R.; SOUZA, A. A. de. **Suicídio entre profissionais policiais militares no Brasil**. 15 f. 2018. Trabalho de Conclusão de Curso (Pós-Graduação em Segurança Pública) – Academia da Polícia Militar do Estado de Goiás, Goiânia, 2018. Disponível em: <http://dspace.pm.go.gov.br:8080/pmgo//handle/123456789/1371>. Acesso em: 27 set. 2022.

VIANA, D. W. **Entre a academia militar e a rua: um estudo sobre a formação e a prática de policiais militares na perspectiva da educação e da psicologia social comunitária**. 2018. 276 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2018. Disponível em: <https://www.prrpg.ufpr.br/siga/visitante/trabalhoConclusaoWS?idpessoal=38185&idpograma=40001016001P0&anobase=2018&idtc=1400>. Acesso em: 3 set. 2022.

VIEIRA FILHO, D. **A polícia militar do Maranhão: síntese histórica**. São Luís: C. Vieira Filho, 1975.

VILELA JÚNIOR, G. B. *et al.* Atividade física na promoção da saúde. **Revista CPAQV: Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**, v. 14, n. 1, p. 2, 2022. Disponível: https://scholar.google.com.br/citations?view_op=view_citation&hl=pt-BR&user=odUIHEgAAAAJ&cstart=20&pagesize=80&citation_for_view=odUIHEgAAAAJ:YnriW4MgZhwC. Acesso em: 22 set. 2022

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. 4. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.

WOLECK, A. O trabalho, a ocupação e o emprego: uma perspectiva histórica. **Revista de divulgação Técnico-científica do Instituto Catarinense de Pós-Graduação**, v. 1, p. 33-39, 2002. Disponível em: https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/1911865/mod_resource/content/1/trabalho%20e%20ocupa%C3%A7%C3%A3o.pdf. Acesso em: 10 jun. 2022.

APÊNDICES

APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Você está sendo convidado a participar de uma pesquisa intitulada: "**Os impactos do estresse na saúde mental dos alunos do curso de formação de oficiais da PMMA sob a ótica do trabalho policial militar**". Sob a responsabilidade do pesquisador Járede de Jesus Silva Souza Jacinto, cadete da Academia de Polícia Militar Gonçalves Dias, e aluno do curso de Formação de Oficiais PM da Universidade Estadual do Maranhão (UEMA). Sob a orientação da Maj QOPM Nathália Batista da Silva.

A pesquisa visa investigar os impactos do estresse no ambiente laboral dos cadetes do Curso de Formação de Oficiais da Polícia Militar do Maranhão (CFO/PMMA). Considerando de grande relevância científica o entendimento desse fenômeno nos cadetes, o que permitirá preencher lacunas do conhecimento, por tratar-se de um estudo relevante para a realidade da saúde mental dos policiais militares e futuros oficiais da PMMA.

Você está sendo convidado por ser cadete de uma das academias em estudo, ser maior de 18 anos de idade e estar regularmente matriculado.

Não haverá qualquer custo, remuneração ou gratificação para integrar a amostra deste estudo.

Aceitando participar, você deverá responder ao formulário que será fornecido a você via e-mail e/ou WhatsApp, com informações importantes para entender o fenômeno em estudo e produzir esse trabalho.

Os resultados deste estudo poderão ajudar a entender melhor o fenômeno do estresse no âmbito laboral dos cadetes, contribuir para o desenvolvimento do conhecimento sob a temática em estudo, por meio do fornecimento de elementos científicos para a compreensão das variáveis estudadas na pesquisa

O sigilo da sua identificação será preservado e em nenhum momento você será identificado. Todas as suas respostas serão analisadas em conjunto com as dos demais participantes.

Considerando estes termos, ao participar, você autoriza a divulgação dos dados coletados referentes à sua participação nos estudos.

Visto que o processo de consentimento será online, o participante da pesquisa pode imprimir essa página para guardar as informações para sua conveniência. Apesar disso, a qualquer momento o participante pode contatar os pesquisadores para solicitar uma cópia deste termo de consentimento.

Caso você, participante, sofra algum sofrimento psicológico decorrente dessa pesquisa, os pesquisadores garantem acompanhamento psicológico após a mesma.

Considerando estes termos, ao participar, você autoriza a divulgação dos dados coletados referentes à sua participação.

CONTATOS: Caso sejam necessários maiores esclarecimentos sobre este estudo e sua participação, entrar em contato com a equipe de pesquisa:

Járede de Jesus Silva Souza Jacinto, e-mail: jarede.jacinto@gmail.com

**APÊNDICE B – QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO, DE HÁBITOS DE VIDA
E DE SAÚDE**

DADOS SOCIOECONÔMICOS DO PARTICIPANTE: Por favor, assinale nos espaços indicados, aquela alternativa que corresponda a sua realidade de vida.

1. Faixa etária

18 a 21 anos 22 a 25 anos 26 anos ou mais

2. Sexo:

Masculino Feminino Outro

3. Estado civil

Solteiro Divorciado Casado/União estável

4. Escolaridade

Ensino Superior incompleto Ensino Superior completo

Especialização Mestrado Doutorado

5. É cadete de qual ano?

1º Ano 3º Ano 4º Ano

6. Caso já tenha atuado em algum órgão de Segurança Pública ou nas Forças Armadas antes de ser cadete, marque a opção

Sim Não

7. Filhos

Sim Não

8. Mora com quem?

Pais Cônjuge/companheiro Parentes

Amigos Sozinho

9. Religião/Crença espiritual?

Catolicismo Protestantismo Espiritismo

Religiões de matriz africana Outras (judaísmo, islamismo, budismo, etc)

Sem religião

INFORMAÇÕES SOBRE HÁBITOS DE VIDA DO PARTICIPANTE: Por favor, assinale nos espaços indicados, aquela alternativa que corresponda a sua realidade de vida

10. Frequência de ingestão de bebidas alcoólicas?

- Nunca Duas a três vezes na semana
 Uma vez por mês ou menos Quatro vezes ou mais na semana
 Duas a quatro vezes por mês

11. Fumante

- Sim Não

12. Quantidade de sono em média por noite

- 4 horas ou menos 5 horas 6 horas
 7 horas 8 horas ou mais

13. Média diária da quantidade de horas de estudo (APMGD, UEMA e em casa) e horas de trabalho (interno e externo)

- 8 a 10 horas 11 a 13 horas 14 a 16 horas 17 horas ou mais

14. Marque o quanto você se sente estressado ou cansado com o ritmo diário de trabalho e estudo no CFO:

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
 Pouco → Muito

15. Marque as atividades físicas realizadas regularmente (Fora do CFO)?

- Futebol Voleibol Corrida
 Musculação Natação Lutas e artes marciais
 Outras Nenhuma atividade

DADOS DE SAÚDE DO PARTICIPANTE: Por favor, assinale nos espaços indicados, aquela alternativa que corresponda a sua realidade de vida

16. Atualmente faz uso de algum medicamento psiquiátrico (psicofármaco)?

(Incluir os não prescritos pelo médico)

- Antidepressivos Antipsicótico
 Ansiolíticos Não faço uso atualmente

17. Já fez uso alguma vez na vida de algum medicamento psiquiátrico (psicofármaco)? (Incluir os não prescritos pelo médico)

- Antidepressivos Antipsicótico Outro
 Ansiolíticos Nunca utilizei

18. Em algum momento da vida já fez psicoterapia?

- Sim Não

ANEXOS

ANEXO A – INVENTÁRIO DE SINTOMAS DE STRESS DE LIPP (ISSL)

INVENTÁRIO DE SINTOMAS DE STRESS PARA ADULTOS DE LIPP (ISSL)

Marilda Novaes Lipp

CADEIRNO DE APLICAÇÃO



Quadro 1 - Assinalar com F1 ou P1, como indicado para sintomas que tenha experimentado nas últimas 24 horas.
Quadro 2 - Assinalar com F2 ou P2, como indicado para sintomas que tenha experimentado na última semana.
Quadro 3 - Assinalar com F3 ou P3, como indicado para sintomas que tenha experimentado no último mês.

Nome:

Sexo:

Data de nascimento:

Local de trabalho:

Função exercida:

Escolaridade:

Local e data:



Casa do Psicólogo[®]
Livraria e Editora

© 2000 Casa do Psicólogo[®] Livraria e Editora Ltda. Reservados os direitos de publicação em língua portuguesa à Casa do Psicólogo[®] Livraria e Editora Ltda. Rua Mourato Coelho 1059 - São Paulo - SP - Tel./fax: (11)3034.3600 casadopsicologo@casadopsicologo.com.br - www.casapsicologo.com.br. É proibida a reprodução total ou parcial desta publicação para qualquer finalidade, sem autorização por escrito dos editores. Impresso no Brasil/Printed in Brazil.

**QUADRO 1a**

a) Marque com um F1 os sintomas que tem experimentado nas últimas 24 horas.

- 1. MÃOS E PÉS FRIOS
- 2. BOCA SECA
- 3. NÓ NO ESTÔMAGO
- 4. AUMENTO DE SUDORESE
- 5. TENSÃO MUSCULAR
- 6. APERTO DA MANDÍBULA/
RANGER OS DENTES
- 7. DIARRÉIA PASSAGEIRA
- 8. INSÔNIA
- 9. TAQUICARDIA
- 10. HIPERVENTILAÇÃO
- 11. HIPERTENSÃO ARTERIAL
SÚBITA E PASSAGEIRA
- 12. MUDANÇA DE APETITE

QUADRO 1b

b) Marque com um P1 os sintomas que tem experimentado nas últimas 24 horas.

- 13. AUMENTO SÚBITO DE
MOTIVAÇÃO
- 14. ENTUSIASMO SÚBITO
- 15. VONTADE SÚBITA DE
INICIAR NOVOS
PROJETOS

**QUADRO 2a**

a) Marque com um F2 os sintomas que tem experimentado na última semana.

- 1. PROBLEMAS COM A MEMÓRIA
- 2. MAL-ESTAR GENERALIZADO, SEM CAUSA ESPECÍFICA
- 3. FORMIGAMENTO DAS EXTREMIDADES
- 4. SENSAÇÃO DE DESGASTE FÍSICO CONSTANTE
- 5. MUDANÇA DE APETITE
- 6. APARECIMENTO DE PROBLEMAS DERMATOLÓGICOS
- 7. HIPERTENSÃO ARTERIAL
- 8. CANSAÇO CONSTANTE
- 9. APARECIMENTO DE ÚLCERA
- 10. TONTURA/SENSAÇÃO DE ESTAR FLUTUANDO.

QUADRO 2b

b) Marque com um P2 os sintomas que tem experimentado na última semana.

- 11. SENSIBILIDADE EMOTIVA EXCESSIVA
- 12. DÚVIDA QUANTO A SI PRÓPRIO
- 13. PENSAR CONSTANTEMENTE EM UM SÓ ASSUNTO
- 14. IRRITABILIDADE EXCESSIVA
- 15. DIMINUIÇÃO DA LIBIDO



QUADRO 3a

a) Marque com um F3 os sintomas que tem experimentado no último mês.

- () 1. DIARRÉIA FREQUENTE
- () 2. DIFICULDADES SEXUAIS
- () 3. INSÔNIA
- () 4. NÁUSEA
- () 5. TIQUES
- () 6. HIPERTENSÃO ARTERIAL CONTINUADA
- () 7. PROBLEMAS DERMATOLÓGICOS PROLONGADOS
- () 8. MUDANÇA EXTREMA DE APETITE
- () 9. EXCESSO DE GASES
- () 10. TONTURA FREQUENTE
- () 11. ÚLCERA
- () 12. ENFARTE

QUADRO 3b

b) Marque com um P3 os sintomas que tem experimentado no último mês.

- () 13. IMPOSSIBILIDADE DE TRABALHAR
- () 14. PESADELOS
- () 15. SENSAÇÃO DE INCOMPETÊNCIA EM TODAS AS ÁREAS
- () 16. VONTADE DE FUGIR DE TUDO
- () 17. APATIA, DEPRESSÃO OU RAIVA PROLONGADA
- () 18. CANSAÇO EXCESSIVO
- () 19. PENSAR/FALAR CONSTANTEMENTE EM UM SÓ ASSUNTO
- () 20. IRRITABILIDADE SEM CAUSA APARENTE
- () 21. ANGÚSTIA/ANSIEDADE DIÁRIA
- () 22. HIPERSENSIBILIDADE EMOTIVA
- () 23. PERDA DO SENSO DE HUMOR

ANEXO B – OFÍCIO PARA AUTORIZAÇÃO DE PESQUISA

POLÍCIA MILITAR DO MARANHÃO
DIRETORIA DE ENSINO
RECEBIDO EM 02/09/2022
As 10 h. 46
Recebedor e Mai.



ESTADO DO MARANHÃO
SECRETARIA DE ESTADO DA SEGURANÇA PÚBLICA
POLÍCIA MILITAR DO MARANHÃO
DIRETORIA DE ENSINO
ACADEMIA DE POLÍCIA MILITAR "GONÇALVES DIAS"
Av. Jerônimo de Albuquerque, s/nº - Calhau, São Luís - MA, Cep: 65074-220. E-mail: apmgdma@gmail.com

São Luís – MA, 1º de setembro de 2022.

Ofício nº 305/2022 – P/1 APMGD

AUTORIZO
EM: 06/09/2022
COM. Ensino, Boazira da Silva
Comando Central da PMMA
C/F: 51.04.34330 Mai. 11644

Do: Ten Cel. QOPM Cmt. da APMGD.
Ao: Cel. QOPM Diretor de Ensino da PMMA
Assunto: Solicitação
Anexo: Quadro de temas das Monografias da 25ª Turma do CFO - PMMA

Senhor Diretor,

Considerando que a Academia de Polícia Militar possui a missão de formar os futuros Oficiais da Polícia Militar do Maranhão, com atividades voltadas para atender os Cadetes PM da PMMA, proporcionando com as diversas atividades melhor formação para Cadetes;

Considerando que se aproxima a formatura da 25ª Turma do Curso de Formação de Oficiais, com encerramento prevista para o último trimestre do corrente ano;

Considerando que todos os alunos devem apresentar um Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), no caso a Monografia, sendo escolhidos pelos mesmos variados temas, que beneficiam todos os Grandes Comandos da Corporação;

Considerando que todos necessitam de informações junto aos Grandes Comandos, Diretorias e até mesmo junto a diversas Unidade Policiais, sendo necessário o pedido formal dos alunos ao Gestor máximo para realizar pesquisa de campo; e

Considerando finalmente, a economia processual, redução de gasto de papel e ganho de tempo para os alunos e o Comando da PMMA.

Encaminho a Vossa Senhoria a relação em anexo, contendo a relação dos alunos da 25ª Turma do CFO – CFO IV, com seus temas e respectivos orientadores para conhecimento e solicito que faça gestão junto ao Senhor Cel QOPM Comandante Geral da Polícia Militar, para autorizar todos os Cadetes a realizarem pesquisa de campo, nas unidades policiais da PMMA.

Respeitosamente,

Ten Cel. QOPM Everardo dos Santos Pereira Mendes