



CENTRO UNIVERSITÁRIO VALE DO SALGADO  
BACHARELADO EM PSICOLOGIA

ANA MÍRYAM NOGUEIRA DE OLIVEIRA

**SERVIR E PROTEGER:** a prevalência da síndrome de burnout nas corporações militares

ANA MÍRYAM NOGUEIRA DE OLIVEIRA

**SERVIR E PROTEGER:** a prevalência da síndrome de burnout nas corporações militares

Artigo científico submetido à disciplina de TCC II, do Curso de graduação em Psicologia do Centro Universitário Vale do Salgado, como requisito para obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

**Orientadora:** Prof.<sup>a</sup> Me. Letícia Augusto Oliveira da Silva Paulino.

ANA MÍRYAM NOGUEIRA DE OLIVEIRA

**SERVIR E PROTEGER:** a prevalência da síndrome de burnout nas corporações militares

Artigo científico aprovado em \_\_/\_\_/\_\_, como requisito para a obtenção do título de Bacharel em Psicologia pelo Centro Universitário Vale do Salgado – UniVS.

BANCA EXAMINADORA

---

**Prof.<sup>a</sup> Ma. Leticia Augusto Oliveira da Silva Paulino**

*Orientadora*

---

**Prof.<sup>o</sup> Me. Lielton Maia Silva**

*Avaliador*

---

**Prof.<sup>o</sup> Esp. Maxwell Fontes Teixeira**

*Avaliador*

## **SERVIR E PROTEGER:** a prevalência da síndrome de burnout nas corporações militares

Ana Míryam Nogueira de Oliveira<sup>1</sup>

Letícia Augusto Oliveira da Silva Paulino<sup>2</sup>

### **RESUMO**

O trabalho policial militar é repleto de situações adversas que impactam no âmbito pessoal, social, econômico e emocional. Com isso, torna-se relevante investigar os fatores estressores que afetam a saúde mental dos militares, destacando que, toda tensão envolvida no desempenhar das atividades policiais possibilita o desencadeamento da síndrome de burnout. Diante disso, esse estudo teve como objetivo compreender as contribuições da psicologia nas corporações militares e suas possibilidades de intervenções, analisando o adoecimento psíquico entre os policiais e identificando as estratégias de cuidado para intervir nas corporações militares. Como método, foi realizada uma pesquisa bibliográfica do tipo exploratória com abordagem qualitativa, a partir de uma revisão integrativa da literatura. As buscas foram feitas nas bases de dados da *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), nos Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Google Acadêmico, com restrição de estudos em português no período de 2019 a 2024, utilizando os descritores “polícia militar” and “síndrome de burnout” and “psicologia”. Por fim, a amostra foi composta por 10 artigos a qual foram realizadas as discussões entre eles. A partir dos resultados analisados foi possível identificar que o ambiente laboral do policial militar é fonte para desencadeamento da síndrome de burnout, além de apontar os principais fatores que acarretam o seu surgimento em suas três dimensões - Exaustão Emocional, Realização Pessoal e Despersonalização - com índices que variam entre baixo, médio e alto, nos diferentes batalhões. Infere-se, portanto, a necessidade de estudos e políticas de promoção e prevenção da saúde física e mental para os policiais dentro das instituições militares, almejando a redução do número de afastamentos e a melhor prestação do serviço à sociedade.

**Palavras-chave:** Polícia Militar. Síndrome de Burnout. Psicologia.

### **ABSTRACT**

The military police work is fraught with adverse situations that impact one's personal, social, economic and emotional spheres. Therefore, it becomes relevant to investigate the stressors factors that affect mental health of the military, highlighting that all the pressure involved with the police activities' performance allows the triggering of the burnout syndrome. Hence, this study aimed to understand the contributions of psychology to the military corporations and its possibilities for interventions, by analyzing the psychic illness among the police officers and identifying care strategies to intervene in the military corporations. As method, it was carried out a bibliographic research of exploratory kind with qualitative approach, based on an integrative literature review. The searches were carried out in the database of Scientific Electronic Library Online (SciELO), in the Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), in the Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), as well as in the Google Scholar, restricted to studies in Portuguese from 2019 to 2024, using the descriptors “military police”, “burnout syndrome” and “psychology”. Finally, the sample was composed of 10 articles, furthermore were carried out discussions about them. Based on the results analyzed, it was possible to identify that the military police's work environment is source

of the triggering of the burnout syndrome, besides to highlighting the main factors that lead to its emergence in three dimensions - Emotional Exhaustion, Personal Fulfillment and Depersonalization - with index that vary between low, medium and high among many battalions. Thus, it is inferred that it is needed studies and policies inside the military institutions, aiming to reduce the number of absences and improve the service delivery to society.

**Keywords:** Military Police. Burnout Syndrome. Psychology

## 1 INTRODUÇÃO

O aparecimento das Corporações Militares no Brasil possui raízes no século XIX, após a chegada de Dom João VI. A chamada Divisão Militar da Guarda Real de Polícia do Rio de Janeiro assemelhava-se à Guarda Real de Polícia de Lisboa, tanto nos armamentos, como nas vestimentas e estrutura militarizada com a presença das companhias de infantaria e cavalaria. Nesse período, sua atuação estava associada ao impedimento da liberdade de expressão de grupos sociais que tivessem ideias contrárias ao poder vigente (Senado Federal, 2013).

No entanto, no Estado Novo, a Divisão Militar da Guarda Real de Polícia sofreu alteração em seu nome e passa a ser reconhecida como “Polícia Militar”. Hoje, conforme a Constituição de 1988, em seu artigo 144, § 5º, tal corporação é força auxiliar e reserva do exército, subordinado ao Governador do Estado, além de possuir como base institucional a hierarquia e disciplina. Sua atuação está pautada no policiamento ostensivo e na preservação da ordem pública (Senado Federal, 2013).

Considerando os estudos realizados pelo Raio-X das forças de Segurança Pública em 2023, dados fornecidos pelo Fórum de Segurança Pública e publicados no ano de 2024, no Brasil, o quantitativo de profissionais que compõe o quadro efetivo da segurança pública é de 796.180, assim distribuídos em 1.595 instituições, são elas: Polícias Militares, Polícias Cíveis, Corpos de Bombeiros Militares, Polícia Federal, Polícia Rodoviária Federal, Polícias Técnico-Científicas, Polícias Penais estaduais e federal, Polícias Legislativas e Guardas Cíveis Municipais. Logo, as diversas instituições se entrelaçam com objetivo de combater a criminalidade e contribuir para uma sociedade mais justa.

A missão destinada ao policial militar (PM) é servir e proteger a sociedade, porém os limites do “servir e proteger” têm gerado agravos à saúde mental dessa classe que se doa incansavelmente para combater o crime organizado. Segundo matéria publicada no Diário do Nordeste, no Ceará, 30% dos afastamentos estão relacionados à ansiedade e depressão; na Paraíba, segundo dados publicados pelo G1, entre os anos de 2019 a 2024 o número de afastamentos aumentaram 700%, destacando a ansiedade, síndrome de burnout e depressão

como motivadores. O número de pedidos de afastamento por transtornos mentais vêm aumentando e os motivos são diversos: hierarquia rígida, exposição a eventos traumáticos, baixa remuneração, carga horária excessiva, além dos conflitos familiares.

Segundo Dejours (1999), é preciso analisar o contexto do indivíduo por duas dimensões: o estilo de vida e o ambiente de trabalho. Na primeira, destacam-se as condutas e hábitos desenvolvidos que determinam a forma de viver, implicadas pela cultura e a sociedade; a segunda se evidencia na vida das pessoas em virtude da dedicação do tempo na realização das atividades, as quais provocam desgastes e exposição a situações de risco, que, para os policiais, esses fatores são intensificados devido à hostilidade do serviço.

Assim, a psicologia desempenha um papel crucial em meio ao contexto das organizações policiais, executando atividades desde a seleção dos agentes até intervenções em situações de crise, além de promover estratégias para o cuidado da saúde mental dos agentes, acolhendo-os de acordo com suas demandas, tal como ajustando os comportamentos frente à execução de suas funções (Borges et al., 2017).

Acresce que o estudo tem como foco responder à seguinte questão: Qual a contribuição do psicólogo dentro das corporações militares? Para isso, o objetivo geral desta pesquisa é compreender as contribuições da psicologia nas corporações militares e suas possibilidades de intervenções. Assim, outros levantamentos se tornam necessários, com os seguintes objetivos específicos: identificar o papel da psicologia nas corporações militares; analisar o adoecimento psíquico militar; como também, identificar as estratégias de cuidado com aqueles que se arriscam pela segurança da sociedade.

Levando em consideração o índice da síndrome de burnout em policiais militares, o interesse em realizar esse estudo surgiu mediante identificação e admiração pela carreira militar, como também vivência de estágio profissional presente na matriz curricular do curso de Psicologia, na Delegacia de Defesa da Mulher - DDM, na qual foram observadas exigências, demandas e exposições a situações que geram estresse extremo, pontos recorrentes e intensos para os militares, por estarem sujeitos a uma hierarquia e disciplina rígida. É notória a relevância do trabalho policial para a segurança pública, deixando explícita a necessidade de uma saúde mental de qualidade para desempenharem suas funções.

Além disso, estudar sobre o tema proposto reflete em uma sociedade mais segura e protegida, por aqueles que se dispuseram a enfrentar os perigos das ruas. Afinal, pensar na atuação do psicólogo como provedor de saúde mental para os policiais é reduzir os pedidos de afastamentos e, conseqüentemente, aumentar o quadro de efetivos ativos e as rondas diurnas e noturnas, além de auxiliá-los a enfrentar desafios, mudanças e conflitos familiares com

equilíbrio, assim como, fortalecer os vínculos com colegas dentro das guarnições.

Outrossim, a presente pesquisa se destaca das demais por tratar especificamente da Síndrome de Burnout nos policiais militares, ressaltando quais as contribuições da psicologia nesse meio como provedora de saúde mental. Ademais, este trabalho objetiva viabilizar aos pesquisadores conhecimento durante o desenvolvimento de novas pesquisas, identificando-se como uma possível intervenção para a redução da síndrome nos policiais, possibilitando a modificação do cenário atual.

## **2 REVISÃO DE LITERATURA**

### **2.1 ATUAÇÃO POLICIAL E ADOECIMENTO PSICOLÓGICO: SUAS LINHAS DE INTERSECÇÃO**

A atuação policial está prevista no artigo 144 da Constituição Federal de 1988 (Brasil, 1988), que dispõe no parágrafo 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 de atividades de defesa civil (BRASIL, 1988).

Ademais, a polícia militar desempenha funções específicas, e, por estarem à frente da sociedade, destaca-se o perigo iminente enfrentado por eles. Os indivíduos quando ingressam nas carreiras militares são atravessados por características como a estabilidade financeira, motivações subjetivas, metas pessoais, *status* derivado da profissão, assim como as promoções para ascensão nas patentes. Ao adentrarem na polícia, a maioria dos futuros policiais encontram-se saudáveis fisicamente e psicologicamente, em virtude do grau de exigência durante o trâmite do processo seletivo. Porém, com o desempenhar de suas funções e por vivenciarem certas situações, como a perda de colegas e o risco ao qual estão expostos, surge assim o sofrimento psíquico (Santos; Hauer; Furtado, 2019).

Segundo Viana (2018), a estrutura da polícia militar concentra-se em dois eixos, e são eles:

“A hierarquia e a disciplina são a base institucional das Forças Armadas [...] A hierarquia militar é a ordenação da autoridade, em níveis diferentes, dentro da estrutura das Forças Armadas. Disciplina é a rigorosa observância e o acatamento integral das leis, regulamentos, normas e disposições que fundamentam o organismo militar [...]” (BRASIL, 1980, cap. III, art. 14, § 1; § 2).

Além disso, Silvia Lira Staccioli Castro (2009, p. 39) destaca que, após o ingresso na polícia militar, o PM passa a ter uma responsabilidade maior em relação a suas atitudes e ações perante a corporação militar, a rígida disciplina instaurada nas instituições ultrapassa as linhas de poder profissional para o pessoal. O deslocamento para outro estado deve ser autorizado, as promoções de carreiras, estado civil, elogios, conclusão de curso dentro da instituição, punições e acontecimentos devem ser publicados, entregando-se total à carreira.

Dessa forma, segundo Winter e Alf (2019), o militarismo, por tradições históricas, possui um conjunto de valores, princípios e condutas rígidas que influenciam tanto no âmbito pessoal como laboral desse indivíduo. Ao tornar-se policial militar, as modificações quanto à forma de se comportar, as ações, pensamentos e personalidades são alterados, acarretando a consequência de, independente do espaço, esse indivíduo carregar consigo o “ser policial”.

Acresce que a crença do “ser policial” vincula-se com o estigma de serem vistos e taxados como heróis, carregando como obrigação sanar todos os conflitos existentes na sociedade, restrito ao policial falhar ou errar, o que o leva a assumir uma postura rígida, impedindo-o de reconhecer suas identidades sociais para além do “ser policial”, tais como a de marido, pai, filho e amigo (Santos; Hauer; Furtado, 2019).

Diante disso, os policiais vivenciam uma desvalorização que permeia no interior das organizações e da sociedade. A carreira militar, em relação às outras, é a mais propensa a desencadear adoecimento psicológico, por executar atividades ostensivas e de alta periculosidade (Souza et al., 2012). Por trás da farda, encontra-se um indivíduo com suas singularidades, individualidades, dificuldades, que tem família, amigos e que sabe sorrir e sentir. Usa-se a analogia de que a farda é uma boca cheia de dentes que esfarela o que chega (Natália, 2017, p. 69).

Outrossim, são considerados a classe com maior risco de vida e estresse, pela sobrecarga do trabalho e das relações estabelecidas dentro das corporações, as quais possuem estrutura hierarquizada e disciplina rígida. Por conservar uma estrutura centrada, a corporação torna-se resistente a mudanças, afetando a saúde física e psíquica dos servidores (Souza et al., 2012).

Segundo Basílio (2007, p. 24), “[...] a atuação da polícia não se dá como mediadora de conflitos, todavia, como autoridade intermediária em sua interpretação para promover sua extinção e punição, não sua resolução”. Para conseguir lidar com os perigos das ruas, violência, criminalidade e situações estressoras, o PM desenvolve estratégias de enfrentamento que afetam tanto a vida laboral quanto a pessoal de forma integral, o qual gera mudanças de comportamentos e postura adotada ao reunir-se socialmente (Assis; Rosa; Bernardino, 2020).

Ressalta-se que as condições extremas de saúde e trabalho a que os policiais estão expostos revelam o que eles lidam no dia a dia, como o enfrentamento a grupos armados pertencentes a organizações criminosas. Os militares, por estarem na linha de frente da sociedade, em função da sua profissão, estão em constante alerta durante e fora de serviço, por medo de serem torturados e mortos, de serem reconhecidos como agentes de segurança e pela vitimização. Todavia, o elevado desgaste e tensão, futuramente, desencadeiam o sofrimento psíquico, provocando prejuízos à saúde e à qualidade de vida desses servidores (Souza et al., 2012).

Minayo e colaboradores (2011, p. 2205) destacam que a intensa jornada de trabalho para os policiais é fortemente exaustiva, principalmente para os praças da polícia militar, por estarem efetivamente nas ruas. Acentua alguns fatores que são recorrentes no impacto da qualidade de vida desses servidores, como: a necessidade de ter dois empregos para o sustento familiar, a inflexibilidade de horários, longas horas sem se alimentar, desregulação do sono e hipervigilância, conseqüentemente, causando desgaste, irritabilidade e o desencadeamento de doenças físicas e psicológicas.

Segundo estudos realizados por Souza (2012, p. 1300), fatores como as escalas de trabalho, o excesso de hora extra para complementar a renda, baixos salários, sono desregulado, conflitos internos e externos à corporação e o estresse no desempenhar da função, influenciam no desenvolvimento do sofrimento psíquico, acarretando a diminuição da qualidade de vida dos policiais, o que, posteriormente, pode desencadear a síndrome de burnout, ansiedade, podendo chegar ao suicídio.

Dessa maneira, os transtornos mentais estão presentes nos manuais da psiquiatria, os quais orientam o profissional para um diagnóstico preciso, evidenciando o cuidado adequado mediante cada transtorno. O Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais (DSM-V) define os transtornos mentais como uma síndrome que afeta a cognição, alterando os pensamentos, as emoções, os comportamentos e as relações desse indivíduo (American Psychiatric Association, 2014).

A síndrome de burnout (SB) está relacionada a fatores ocupacionais, caracterizada como a perda do interesse em relação ao trabalho, a qual surge como resposta aos estressores deste ambiente. O trabalho passa a ser um local cansativo e o esforço ao desempenhar suas funções passa a ser inútil. O burnout não é o mesmo que estresse ocupacional, ele é o resultado de tentativas para lidar com esse estresse, após o seu acúmulo e a exaustão das funções (Soares; Rodrigues; Pimenta, 2021).

Com isso, as características do ambiente a qual o indivíduo está inserido e as funções

desempenhadas no trabalho possibilita o surgimento de fatores dimensionais da síndrome, são eles: exaustão emocional, que está relacionada com a exposição do indivíduo frente a fatores estressores tornando-os sobrecarregados; a despersonalização correlaciona-se com a distinção do eu, com o afastamento social e afetivo do indivíduo, mostrando-se apático; e a baixa realização no trabalho, refere-se ao desempenhar das funções a qual o sujeito passa a ter aversão ao ambiente laboral sinalizando as desvantagens e dificuldades (Carvalho; Porto; Sousa, 2020).

De acordo com Dejours (2007), quando o excesso de trabalho e as consequências deste afetam e sobrecarregam o psiquismo, torna-se causa de tensão que gera desgaste, ansiedade, síndrome de burnout e depressão, associados a fatores vivenciados pelos policiais no dia a dia como incertezas, ameaças e insatisfação com o trabalho.

A partir de estudos realizados por Souza (2019) com policiais de alguns estados, destaca-se que, na Bahia, com a participação de sessenta PMs, 35% apresentou prevalência do transtorno depressivo; Em Roraima, participaram 10 policiais, e 60% apresentou algumas patologias, como ansiedade, transtorno depressivo e distúrbio do sono; Em Porto Alegre analisou-se 23 prontuários os quais apresentaram uma taxa de 36% para depressão e 0,7% para ansiedade, aumentando as chances dos pedidos de afastamentos.

Segundo o portal do G1, estudos realizados pela Secretaria de Estado da Segurança Pública (Sesp) do Espírito Santo, no ano de 2023, com 1600 profissionais da segurança pública, mostraram que 70% apresentavam quadros com indicativos da síndrome de burnout. Segundo Ascari et al. (2016), outro estudo que pode-se destacar, realizado no Oeste de Santa Catarina com 127 policiais, constatou-se um processo de burnout em andamento.

Segundo Santos Junior e Cruz Junior (2022), a gravidade da síndrome de burnout dentro das organizações policiais é exponencial e a falta de informação intensifica esse cenário. A síndrome de burnout é um problema social, e os policiais, como linha da frente, recebem críticas da sociedade, além das exigências e regras rígidas estabelecidas.

## 2.2 A ATUAÇÃO DA PSICOLOGIA NAS CORPORações MILITARES

A implantação da psicologia em outros espaços além de laboratórios, clínicas (psicodiagnósticos e psicoterapias), e em recrutamento e seleção de indivíduos, começou há três décadas. A correlação entre ensino e atuação esboça uma psicologia ampla, visando para além das reflexões perante os movimentos sociais, políticos e em salas de aula. Em vista disso, a profissão começa a ganhar espaço nas diversas organizações/instituições da sociedade. Em São Paulo, no ano de 1982, surgiram vagas nos serviços públicos para psicólogos, o que colaborou

para a ampliação da profissão, mostrando-se importante nos diversos âmbitos (Guirado, 2009).

Além disso, a psicologia passa a ser também institucional, saindo dos limites estreitos e entendendo-se e proporcionando a produção de novos sentidos em espaços que antes não eram ocupados (Guirado, 2009). Segundo Bleger (1984, p. 32): “A psicologia institucional se insere tanto na história das necessidades sociais como na história da psicologia e, dentro desta última, não se trata só de um campo de aplicação, mas sim, fundamentalmente, de um campo de investigação”.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), saúde é “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de afecções e enfermidades”. À vista disso, a saúde mental dos policiais deve ser cuidada de forma preventiva para que a qualidade de vida seja mantida. Nas situações em que a saúde psíquica fica comprometida, originam-se consequências como o afastamento das atividades, o gasto com medicações, que implicam, assim, no sustento familiar (Barbosa; Menezes, 2017).

A atuação policial é base para a segurança da sociedade. Por serem vistos como heróis e por serem policiais, são designados a não se demonstrarem fracos, gerando no PMs o adoecimento psíquico. Barbosa e Menezes (2017), a partir de estudos realizados com policiais em tratamento, vislumbram a mudança que os atendimentos individuais e grupais provocam no dia a dia e nas relações laborais e familiares dos policiais. Nos grupos terapêuticos, as falas sobre a cobrança e o excesso de trabalho, a interação social, a rotulação e as humilhações são apontadas como causa do adoecimento psíquico.

Com isso, a atuação dos psicólogos nesse espaço contribui para a melhoria das relações sociais dentro das guarnições, além de promover mais segurança na execução das atividades desempenhadas pelo policial, compreendendo-o como um ser biopsicossocial, como um ser que carrega consigo inseguranças e medos (Pais, 2022).

Além disso, entre as possíveis intervenções a serem realizadas pelos psicólogos no ambiente militar estão as psicoterapias individuais e grupais que são primordiais para a qualidade de vida e das relações entre os colegas de farda. Nesse espaço, os militares encontraram refúgio para ser e demonstrar suas fraquezas, sem julgamentos, além do apoio em suas questões, sejam elas psíquicas ou sociais, assim, desenvolvendo estratégias de enfrentamento perante às situações estressoras (Pais, 2022).

Segundo Bleger (1984, p. 52), “o psicólogo é - seja por sua mera presença - um agente de mudança e um catalisador ou depositário de conflito e, por isso, as forças operantes na instituição vão agir no sentido de anular ou amortizar suas funções e ações”. Por constituir uma atuação recente no âmbito militar, os policiais carregam consigo tabus e estereótipos

implementados socialmente sobre o tratamento psicoterapêutico, dificultando a procura de ajuda por serem apontados como doidos e fracos, aumentando assim os números de afastamento (Borges et al., 2017).

Acresce Borges et al. (2017) o primeiro passo a ser tomado pelo psicólogo ao intervir com os policiais: é a observação, destacando as principais queixas e, desse modo, levantar as hipóteses. O psicólogo, a partir das informações coletadas, traça estratégias de como trabalhar com esses indivíduos que fazem parte e que ao mesmo tempo são afetados pela dinâmica do trabalho.

Faz-se necessário um cuidado e olhar humanizado para a classe dos militares a qual enfrenta e luta incansavelmente por uma sociedade mais justa, carregando responsabilidades institucionais, pessoais e sociais. Posto isso, a atuação do psicólogo nesse espaço possibilita uma transformação nas condições de saúde e relações dos policiais, respeitando suas particularidades e questões subjetivas, possibilitando espaço de fala que possam mostrar suas vulnerabilidades, refletindo e ressignificando acontecimentos e situações (Borges et al., 2017).

Destaca-se a importância da atuação multidisciplinar no ambiente militar, agregando por completo na vida do policial, promovendo-lhe qualidade de vida nas relações dentro dos quartéis, no espaço familiar, tal como no atendimento à população (Souza et al., 2015).

### **3 METODOLOGIA**

A elaboração deste estudo tem como base metodológica uma pesquisa bibliográfica, do tipo exploratória e com abordagem qualitativa, com intuito de aprofundar o estudo do tema, alcançando, assim, a problemática e os objetivos propostos. Dessa forma, foi realizada uma revisão integrativa da literatura, possibilitando o entendimento sobre o papel da psicologia nas instituições militares.

Dessa forma, as pesquisas bibliográficas tornam-se importantes instrumentos de investigação de conteúdos teóricos publicados e disponíveis gratuitamente em livros, artigos, enciclopédias, revistas, ensaios críticos, resumos e resenhas, onde outros autores contribuíram efetivamente na construção de estudos sobre determinados temas, o que direciona e possibilita ao pesquisador uma gama de assuntos que abrange seu tema e objetivos de estudo (Gil, 2008).

O ponto crucial da revisão de literatura é unificar ideias e conhecimentos sobre o tema que se deseja estudar, norteando, assim, a escrita.

Vale ressaltar que a pesquisa de caráter exploratória proporciona uma flexibilidade quanto ao planejamento em relação ao problema da pesquisa, reunindo aspectos relevantes,

além de aproximar o pesquisador do fato a ser estudado. Segundo Gil (2017), tem-se como objetivo o levantamento de informações, produzindo *insights* e criando possibilidades de escrita.

A revisão integrativa emerge como “uma metodologia que proporciona a síntese do conhecimento e a incorporação da aplicabilidade de resultados de estudos significativos na prática” (Souza; Silva; Carvalho, 2010). Nesse sentido, a revisão integrativa da literatura é uma abordagem metodológica com uma quantidade crescente de informações e conteúdos embasados, dispondo de metodologias mais concisas e propícias aos pesquisadores, permitindo a inserção de estudos experimentais e não experimentais, literaturas empíricas e teóricas, que contribuem para uma análise mais precisa sobre o fato estudado.

Para Mendes, Silveira, Galvão (2008), a revisão integrativa da literatura decorre de seis etapas para sua elaboração, são elas: identificação do tema e formulação da questão norteadora, que será: “compreender as contribuições da psicologia nas corporações militares e suas possibilidades de intervenções”, essa etapa faz-se importante para a elaboração detalhada da revisão integrativa; posteriormente, estabelecimento de critérios de inclusão ou exclusão de estudos, além da seleção de forma criteriosa e cuidadosa dos artigos apresentados para servirem de base na pesquisa; em seguida, seleção das informações a serem extraídas dos estudos, utilizando de descritores para fundir e agregar informações importantes que contribuam para com a escrita.

Além disso, segue-se para a próxima etapa, a avaliação dos estudos que serão incluídos à revisão integrada. Nessa etapa, serão analisados os estudos selecionados buscando explicações de acordo com os resultados encontrados; logo após, interpreta-se e se discute os resultados adquiridos, o revisor emprega o método comparativo, ou seja, liga os resultados com a teoria, fazendo com que essa etapa possibilite ao pesquisador sugerir questões que venham agregar em futuras pesquisas; por fim, apresenta-se a revisão do conhecimento, é necessário a obtenção e descrição de informações suficientes, o qual possibilita ao leitor visualizar o passo a passo da formulação da revisão (Mendes, Silveira, Galvão 2008).

Na análise qualitativa, destaca-se que ela possui um caráter mais subjetivo, em que se considera o ponto de vista e as ideias de pesquisadores. Nesse tipo de análise, não se mensura dados numéricos, mas sim, textos, entrevistas e materiais visuais. Seu objetivo é compreender os estímulos de um determinado grupo, analisar e interpretar os comportamentos expressos, como também identificar e determinar as expectativas dos indivíduos da população a ser estudada (Araújo; Queiroz, 2020).

Nesse sentido, a coleta de dados foi realizada por meio de buscas nas bases de dados

do *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), nos Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Google Acadêmico. Desse modo, foram utilizados os descritores “polícia militar” *and* “síndrome de burnout” *and* “psicologia”.

Foram utilizados como critérios de inclusão artigos científicos com recorte temporal de 2019 a 2024, escritos em português, disponíveis para leitura e de acesso aberto e gratuito. Como critérios de exclusão: artigos que não estivessem relacionados com os objetivos estabelecidos, que não estivessem indexados nas plataformas selecionadas e os que não estivessem disponibilizados na íntegra.

## **4 RESULTADOS E DISCUSSÕES**

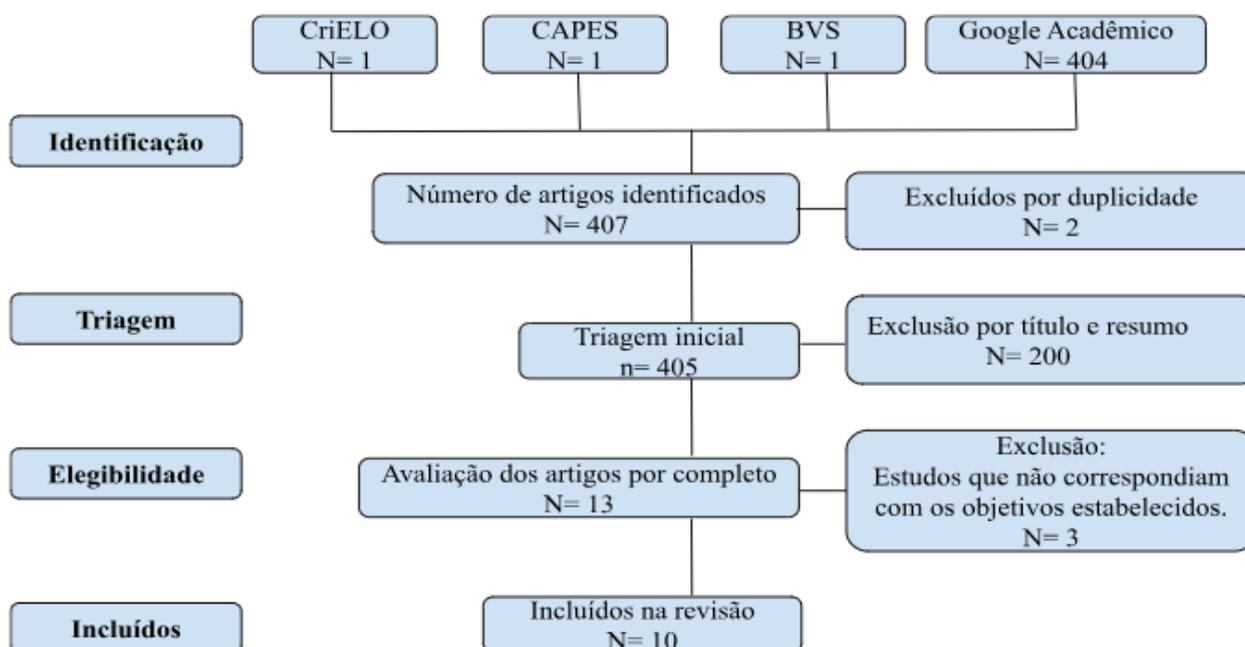
### **4.1 RESULTADOS**

Este estudo tem como questão norteadora: Compreender as contribuições da psicologia nas corporações militares e suas possibilidades de intervenções. As pesquisas foram realizadas por meio das bases de dados Periódicos CAPES, BVS, SciELO e Google Acadêmico, a qual permitiu identificar 407 estudos publicados no período de 2019 a 2024, que sobressai em seu título ou resumo, os descritores “polícia militar” *and* “síndrome de burnout” *and* “psicologia”. Posterior a identificação, foram removidos dois artigos que estavam em duplicidade nas bases de dados, com isso, totalizou-se 405 estudos.

Em seguida, foi realizada a leitura dos títulos e resumos dos estudos, visando avaliar a adequação com a temática e os objetivos desta revisão. Pode-se acentuar que, alguns estudos não correspondiam com os objetivos estabelecidos, contabilizando uma amostra de 13 artigos para avaliar o texto completo. Após isso, foi realizada a leitura na íntegra dos artigos escolhidos, sendo extraídos 10 estudos para serem utilizados nas discussões.

A figura 1 ilustra o passo a passo da seleção das pesquisas baseado nas orientações do fluxograma PRISMA (Tricco et al., 2018).

FIGURA 1 – Processo de busca e seleção nas bases de dados. Icó, CE, 2024.



Fonte: Modelo adaptado do fluxograma PRISMA (Tricco et al., 2018).

As pesquisas incluídas nesta revisão serão apresentadas no Quadro 1, a qual será destacada a plataforma, o ano, a autoria, o título e os objetivos para melhor análise e observação dos estudos selecionados. Antes de cada título está expresso a sigla “A” que faz alusão a letra inicial da palavra “artigo” e um número que servirá de referência nas discussões entre os artigos selecionados.

QUADRO 1 - Estudos incluídos para revisão integrativa. Icó, CE, 2024.

Plataforma	Ano	Autoria	Título	Objetivos
Google acadêmico	2020	Carvalho; Porto; Sousa	(A1) Sofrimento psíquico, fatores precipitantes e dificuldades no enfrentamento da síndrome de Burnout em policiais militares	Analisar o sofrimento psíquico, os fatores precipitantes e as dificuldades no enfrentamento da Síndrome de Burnout em Policiais Militares
Google acadêmico	2021	Dias; Andrade	(A2) A relação entre a síndrome de burnout e o policial militar brasileiro	Investigar os principais tipos de adoecimento que acometem os policiais militares brasileiros.

Google acadêmico	2021	Carneiro	(A3) Os efeitos da síndrome de burnout em profissionais militares e as contribuições da psicologia	Quais os fatores de risco para o comprometimento da saúde mental e desencadeamento da Síndrome de Burnout no profissional militar.
Google acadêmico	2021	Sousa; Barroso	(A4) Síndrome de burnout relacionada ao impacto do estresse na vida do policial militar	Analisar as principais causas e consequências do desses elementos em policiais militares, identificando o que as instituições apresentam como prevenções primárias e secundárias
Google acadêmico	2021	Marzoni; Oliveira; Ferreira	(A5) Análise sobre a síndrome de burnout em policiais militares do município de Marabá-PA	Investigar a Síndrome de Burnout em policiais militares do município de Marabá-PA.
Google acadêmico	2022	Locatelli	(A6) A relação entre a síndrome de Burnout e os fatores associados às atividades policiais militar	Investigar sintomas da Síndrome de Burnout e do espectro ansioso nos Policiais Militares do 9º Batalhão de Polícia Militar do Estado de Santa Catarina.
Google acadêmico	2022	Cury	(A7) O impacto da síndrome de Burnout na tropa da Polícia Militar do Estado do Rio de Janeiro	Demonstrar e identificar possíveis fatores da SB relacionados às condições e a organização do trabalho dos policiais militares e seu impacto nas funções cognitivas, funcionais, pessoais e laborativas.
Google acadêmico	2023	Ribeiro	(A8) Síndrome de burnout em policiais militares à luz do referencial interpretativo	Tecer reflexões sobre a síndrome de burnout na formação e no trabalho dos policiais militares à luz do referencial interpretativo.

Google acadêmico	2024	Sartori	(A9) Avaliação de Burnout em policiais militares: a relação entre o trabalho e o sofrimento	Identificar a relação existente entre as condições e a organização do trabalho do policial militar e os fatores da síndrome de burnout, em um Batalhão de Polícia Militar.
Google acadêmico	2024	Nogueira; Dourado	(A10) Saúde mental nas organizações: síndrome de Burnout em policiais militares do sertão paraibano	Identificar a Síndrome de Burnout no efetivo operacional do 3º Batalhão de Polícia Militar do Estado da Paraíba.

Fonte: Autoria própria, 2024.

## 4.2 DISCUSSÕES

A partir dos levantamentos, leituras e análises dos estudos, foi dividido as discussões em dois eixos temáticos: O burnout na polícia militar; e O cuidado em saúde mental como estratégia de enfrentamento.

### 4.2.1 O Burnout na polícia militar

(A1) salienta que o desempenhar das funções do policial militar (PM) perpassa por diversos fatores pessoais e ocupacionais que afetam o sujeito fisicamente, socialmente e psicologicamente, moldando assim suas atitudes frente às diversas situações. A categoria dos profissionais da segurança pública em destaque a PM, é a mais propensa a desencadear sofrimento psicológico pelos diversos fatores: intensa cobrança pessoal e de superiores, as vivências diárias de violência para combater o crime organizado e exposições aos perigos das ruas. Os policiais enfrentam diariamente esses fatores para garantir a segurança da população (Carvalho; Porto; Souza, 2020).

Além disso, foi vislumbrado por (A1) que o exercício do PM destaca-se pelas condições extenuantes e insustentáveis do policiamento ostensivo, a qual a saúde mental é afetada ocasionando assim um aumento significativo de burnout, ansiedade e depressão. Com isso, os riscos laborais de excesso de horas extras, turnos extensos, desregulação do sono, instabilidade de horários, são fatores que aumentam a probabilidade de desencadear a exaustão emocional. Acresce que os policiais que estão escalados em turnos noturnos expressam riscos

para o desencadeamento da despersonalização (Carvalho; Porto; Souza, 2020).

A partir de estudos realizados por (A2), os principais fatores que provocam o surgimento do burnout nessa classe, são: o tempo de serviço prestado a instituição militar, a desvalorização da carreira, a falta de *feedback*, a sobrecarga e a relação da sociedade com a PM, o que causa resultados negativos e sintomas que estão relacionados com a síndrome de burnout, como: despersonalização, exaustão emocional e baixa realização pessoal (Dias; Andrade, 2021).

Ademais, segundo (A1), o desenvolvimento da síndrome de burnout não está ligada apenas com as condições laborais, mas também com as questões sociais, as relações dentro das corporações e os familiares. As situações vivenciadas dia a dia por esses profissionais podem proporcionar um reflexo na vida pessoal, nos comportamentos, interações com os outros e no modo de ser desses indivíduos, afetando o sujeito como um todo (Carvalho; Porto; Souza, 2020).

(A7) também relata essas questões em seus estudos, a qual evidencia alguns agentes estressores que contribuem para o surgimento da síndrome, destaca os fatores relacionados ao trabalho, subdividindo em: físicos, aponta os equipamentos, ruídos, segurança e temperaturas; organizacionais, normas rígidas, ascensão de patente, baixa remuneração, sobrecarga, pressão no ambiente de trabalho, alta demanda e responsabilidade; e psicossociais, ausência de suporte social e familiar, pouco descanso e lazer, excesso de horas extras para complementar o salário (Cury, 2022).

(A7) acresce os fatores relacionados ao próprio indivíduo, são eles: características da personalidade, transtornos mentais, inseguranças, dificuldade em trabalhar em grupo e delegar atividades e alta expectativa em relação à profissão. Durante as escalas de serviços e fora delas tais fatores se interligam e atravessam o sujeito de forma negativa (Cury, 2022).

Conforme observações realizadas por (A9), o quantitativo de ferramentas e recursos para a realização do trabalho policial pode influenciar nos níveis da síndrome de burnout, tais déficits têm consequências no desenvolvimento do trabalho e prestação de serviço à sociedade, os atrasos no atendimento das ocorrências possibilita uma imagem distorcida na sociedade por não atentem-se as dificuldades que os policiais enfrentam. Tais situações desencadeiam uma desmotivação na atuação policial, aumentando as possibilidades de aposentadorias precoces (Sartori, 2024).

Outro ponto relevante nas observações de (A9), está relacionado com a dificuldade de progressão na carreira, causando a desmotivação e o surgimento de piadas provocadas por outros colegas de farda, associado a questões de aposentadoria e reserva. Destaca-se a violência

policial, vez por outra, causada pelo descontrole emocional e despreparo dos agentes, influenciados pelas rígidas normas internas (Sartori, 2024).

Segundo (A2) ao analisar a síndrome de burnout faz-se importante atentar-se aos níveis de Exaustão Emocional, índices altos indicam a existência de um processo de burnout em andamento, que para os policiais está ligado a exaustão, tensões, pressões e exigências; a Despersonalização, altos níveis aponta para a presença desse fator, está relacionada a troca com o outro, na forma de lidar com eles; e Baixa Realização Pessoal, a qual busca a eliminação de si mesmo, para os policiais a hierarquia e a disciplina pode influenciar na baixa realização pessoal (Dias; Andrade, 2021).

Em seus estudos, (A10), buscou verificar o nível de burnout presente no efetivo operacional do 3º Batalhão de Polícia Militar do Estado da Paraíba, a qual foi possível identificar que o fator realização pessoal e exaustão emocional apresentou-se acima da média, indicando um processo de burnout em desenvolvimento. Além disso, a variável sexo em relação aos sintomas da síndrome de burnout, mostrou-se independentes, com isso, nota-se uma predisposição a mesma (Nogueira; Dourado, 2024).

(A9) em suas pesquisas realizadas no Batalhão de Polícia em Londrina, identifica um alto nível de exaustão emocional em 37% dos policiais desse batalhão, considerado um dos fatores mais importantes ao se analisar o burnout, destaca-se como um indicativo para o processo ativo do burnout; a despersonalização, fator que visa a relação dos policiais com a sociedade, apresentou-se também com níveis elevados, presente em 44% dos policiais. Faz-se importante em níveis normais os traços de despersonalização para o senso crítico dos agentes, ao contrário, é necessário uma atenção maior para o controle desse nível desregulado (Sartori, 2024).

Quanto à realização pessoal, (A9) mostra em seus achados, que em quase 60% dos agentes apresentou-se a baixa realização pessoal, indicando que há uma rejeição de si mesmo, estratégia utilizada para encarar e fugir da dura realidade do seu ofício, influenciando assim no desânimo e surgimento de doenças psicossomáticas (Sartori, 2024).

As pesquisas de (A5) foram desenvolvidas no 4º Batalhão de Polícia Militar de Marabá - PA, a qual constatou que as dimensões de exaustão e despersonalização estão presentes em ambos os sexos, e ao se tratar da realização pessoal observou-se a diferença entre eles, para o feminino apresentou um maior nível de baixa realização pessoal. Os resultados obtidos foram: despersonalização moderado em 49% dos entrevistados; exaustão emocional entre alto e moderado grau contabilizando 67%; e a baixa realização pessoal entre alto e moderado grau em 69% dos policiais (Marzconi; Oliveira; Ferreira, 2021).

(A6) realizou sua pesquisa no 9º Batalhão de Polícia Militar de Santa Catarina com 169 policiais. As amostras tiveram como resultado: exaustão emocional apresentou-se com nível baixo em 76,3% dos policiais; a despersonalização demonstrou-se com níveis altos em 20% dos militares; a realização pessoal mostrou-se favorável no grupo estudado. Nota-se que o trabalho militar com o público interno é mais propenso e vulnerável para o surgimento da síndrome por permanecer em constante alerta caso surja alguma irregularidade (Locatelli, 2022).

Nos estudos de (A1) foi identificado que os números de afastamentos, licenças em decorrência da síndrome de burnout são consideravelmente altas, acarretando uma desvalorização desse indivíduo frente aos superiores, gerando um agravamento significativo no quadro de saúde do policial. Observa-se que embora seja evidente o risco da síndrome no meio militar pelas literaturas, salienta-se uma elevada escassez de ações que promovam qualidade de vida para esses sujeitos (Carvalho; Porto; Souza, 2020).

#### **4.2.2 O cuidado em saúde mental como estratégia de enfrentamento**

De acordo com (A7) a síndrome de burnout se desenvolve em profissionais que possuem uma relação interpessoal mais intensa, como os policiais militares. Destaca-se então medidas preventivas eficazes para diminuir os riscos do desencadeamento da síndrome nesse meio. Estratégias organizacionais tornam-se primordiais, como: reorganização na rotatividade do trabalho, tornar as corporações mais acolhedoras, com espaços para escutas humanizadas, visando a diminuição o preconceito e a resistência à procura de ajuda psicológica; redução das horas extras, além de estimular, instruir medidas para a convivência dentro e fora da corporação (Cury, 2022).

(A1) realça que a falta de apoio dos colegas de fardas gera um agravamento dos sintomas de burnout, sobretudo no esgotamento emocional, todavia, quando o indivíduo encontra apoio do grupo a qual está inserido, essa atitude promove um conforto emocional no sujeito e um crescente sentimento de que não está sozinho. Oferecer suporte dentro do ambiente de trabalho, propondo desafios técnicos, conversas amigáveis frente a comportamentos inadequados, instiga o policial a ser melhor e impacta diretamente no crescimento do indivíduo (Carvalho; Porto; Souza, 2020).

Ademais, (A7) destaca a importância de investir e incentivar na melhoria das formas que a sociedade vê o policial, levando em consideração que a ausência de reconhecimento por parte da sociedade é um dos fatores agravantes da síndrome. Acresce medidas de prevenção no

âmbito pessoal, como: valores, objetivos pessoais e profissionais, momentos de lazer, sono regular, reconhecimento ao precisar de ajuda sem julgar-se fraco, aceitar e respeitar as limitações (Cury, 2022).

Em seus achados (A1) aponta como estratégia de enfrentamento a prática baseada na atenção plena (*mindfulness*), com objetivo de reduzir o estresse e sintomas da síndrome. Afinal, a ausência de reconhecimento da importância da saúde mental e física dos policiais ocasiona o surgimento de dificuldades no meio laboral como no pessoal. Com isso, identifica-se a necessidade de motivar, incentivar e investir em intervenções psicológicas visando a melhora no desempenho das funções e nas relações dentro das corporações, algo escasso no corpo militar (Carvalho; Porto; Souza, 2020).

Outrossim, (A10) evidencia a importância de desenvolver políticas de prevenção e promoção de saúde para a classe dos policiais. Ressalta a realização de treinamentos e capacitações que envolvam habilidades de enfrentamento, manejos de controle do estresse, resiliência emocional, auxiliando na forma que o militar lida com as pressões e exigências impostas a esses indivíduos. Ademais, incentivar a busca ao serviço de psicologia dentro das suas modalidades, como as terapias, aconselhamento psicológico e grupos terapêuticos, almejando o bem estar do sujeito (Nogueira; Dourado, 2024).

Segundo (A3) dentro das corporações militares há uma dificuldade de praticar a política de promoção e prevenção à saúde mental. Nota-se que as corporações têm capacidade de planejar e desenvolver ações preventivas frente a síndrome de burnout, como: solicitar aos policiais a realização de uma avaliação anual mental e física, promover e instigar a participação em grupos terapêuticos de orientação e estratégias de enfrentamento para controle do estresse, além de oportunizar o aumento no quadro efetivo, para reduzir a sobrecarga (Carneiro, 2021).

(A5) em seus estudos realça estratégias para reduzir os efeitos da síndrome nos agentes militares, cita a rotina do trabalho - distribuição adequada das escalas de trabalho; horários flexíveis para não gerar sobrecarga; o apoio social - atividades de lazer com os familiares e amigos, além da inserção em novos ambientes, construindo assim novos vínculos, como também a forma que a sociedade vê o trabalho policial. Considera-se outros pontos importantes observar os fatores desencadeadores que geram sofrimento ao sujeito, além da solicitação de uma avaliação anual mental e física (Marzzoni; De Oliveira; Ferreira, 2021).

Em seus estudos, (A4) acentua a dificuldade em intervir a nível de prevenções primárias pelo rígido sistema militar e pelo preconceito frente ao cuidado da saúde mental entre os integrantes das corporações. Assim, quando os sinais e sintomas do burnout surge já há uma evolução no quadro clínico, o que salienta a importância desses profissionais serem

acompanhados por uma equipe multidisciplinar, para que desenvolva e estimule a prática regular de exercícios físicos impactando no corpo e na mente do indivíduo, com objetivo de promover qualidade de vida no ambiente laboral (Souza; Barroso, 2021).

Outro ponto relevante dos estudos de (A4) está relacionado com a prevenção secundária, quando já se tem o diagnóstico da síndrome de burnout. Descreve como intervenções: identificar os fatores que impactam na qualidade de vida, buscar ajuda psicológica combinada com o tratamento psiquiátrico, que após uma minuciosa avaliação do nível de gravidade da síndrome no policial, caso necessário, solicita o pedido de afastamento das funções exercidas; outro ponto, o acompanhamento com equipe multidisciplinar para auxiliar no tratamento e estimular a prática de exercícios físicos, promovendo uma melhora significativa na vida do sujeito (Souza; Barroso, 2021).

A partir das pesquisas realizadas por (A2), observa-se a relevância quanto a implementação de políticas de prevenção e promoção nas diversas organizações da sociedade - enfatiza a militar - o que impacta na redução do desenvolvimento da síndrome. As estratégias propostas auxiliam no controle emocional dos agentes, promovendo assim qualidade de vida. Elas se dividem em três categorias: individuais, destaca os treinamentos de assertividade, solução de problemas e gestão de tempo; grupais, visa o apoio dos companheiros de farda, dos superiores e do administrativo das corporações; organizacionais, buscar elencar fatores presentes no ambiente laboral que afetaram negativamente o sujeito e desenvolver programas para melhora no clima organizacional (Dias; Andrade, 2021).

(A2) relata que tais estratégias favorecem mudanças de hábitos, comportamentos e atitudes dentro e fora do ambiente laboral, além disso, faz-se importante também mudanças dentro da organização, como a forma que observa e lida com o sujeito, as cobranças, para assim, alcançar a diminuição dos níveis de burnout nesse ambiente (Dias; Andrade, 2021).

Segundo a análise de (A7), faz-se necessário que as corporações militares desenvolvam ações de prevenção e informatização sobre a síndrome e os fatores que desencadeiam e agravam o surgimento do burnout. Ademais, que o corpo administrativo das corporações viabilize um ambiente acolhedor e saudável, valorizando o policial para além de sua farda e o papel exercido por cada um deles (Cury, 2022).

A partir dos estudos de (A3), observou-se que as corporações não enfatizam a importância da estabilidade emocional frente ao serviço, inviabilizando a promoção e prevenção nesses espaços. Pontua a relevância das organizações de pesquisar, avaliar e planejar grupos terapêuticos com as demandas destacadas nas pesquisas, com objetivo de reduzir os níveis de estresse e aumentar a qualidade do serviço prestado à sociedade e melhores condições nas

tomadas de decisões dentro e fora do serviço (Carneiro, 2021).

(A7) reforça a necessidade do acolhimento no ambiente militar, promovendo a esses que se dispuseram a garantir a segurança de todos um atendimento humanizado e uma equipe multidisciplinar, observando o indivíduo como ser biopsicossocial. Tais ações impactam diretamente na qualidade da prestação do serviço, no desenvolvimento do trabalho em equipe, na motivação, e em um espaço de trabalho menos desgastante e estressante. Assim, os policiais sentem-se valorizados e, conseqüentemente, tornam-se mais produtivos (Cury, 2022).

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Com base nas informações expostas nesse estudo, foi possível identificar a necessidade de direcionar os olhares para a segurança pública do Brasil. A profissão do policial militar carrega elevados riscos, pois estão na linha de frente da sociedade, enfrentando os perigos das ruas a qual reverbera na saúde mental e física desses indivíduos. O combate a grupos armados, as pressões dentro das instituições, as cobranças advindas dos superiores, o cansaço físico e a desestruturação emocional, são alguns dos elementos que ocasionam posturas atípicas frente às situações, o que impactam no desempenho das atividades e no desencadeamento da síndrome de burnout.

A saúde física e mental dos policiais devem ser motivos de preocupação e cuidado dentro do ambiente laboral, pois a síndrome de burnout está associada à satisfação e a realização pessoal e profissional desse indivíduo. Se a relação entre trabalho e saúde não está em simetria, conseqüentemente, haverá um prejuízo na vida desse agente, por essa razão, faz-se necessário observar e compreender os fatores que acarretam o adoecimento frente às situações a qual o policial vivencia e como a psicologia pode intervir.

Com isso, esta pesquisa ressalta a importância do cuidado e das práticas de saúde para com os policiais militares, tanto de forma preventiva como na promoção de saúde. Por isso, faz-se importante observar e descrever os fatores que acarretam o adoecimento do sujeito, a qual possibilita traçar estratégias de enfrentamento para eles. Ademais, é preciso mudanças no ambiente de trabalho, pois ele também é gerador de adoecimento e principal aliado da síndrome de burnout.

O desenvolvimento da Síndrome de Burnout se dá devido ao excesso prolongado de estresse no ambiente laboral, com isso, os impactos psicológicos atravessam a vida pessoal do agente. A partir dos achados nas pesquisas escolhidas, foi possível identificar a existência de um processo de burnout em andamento nos diversos batalhões, a falta de reconhecimento por

parte da sociedade e das instituições são alguns dos fatores que causam o adoecimento nesses servidores, além dos horários irregulares, dos turnos intensos, cobranças pessoais e de superiores.

Ações de promoção e prevenção nesses espaços contribui para a qualidade de vida dos policiais, para as relações estabelecidas dentro e fora das guarnições, e para um serviço prestado com maior zelo e dedicação, diminuindo assim os pedidos de afastamentos e em casos extremos o suicídio.

O presente estudo contribui para novas pesquisas acerca do estado mental dos policiais. Observa-se uma necessidade em discutir tal tema objetivando a promoção e prevenção de saúde aqueles que enfrentam diariamente os perigos das ruas para servir e proteger a sociedade. Quanto à sociedade, é preciso uma conscientização em relação ao trabalho policial, para que os veja de maneira mais empática e humana, e com isso, seja desconstruída a imagem social estereotipada dessa classe.

## REFERÊNCIAS

- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-5**, 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- ARAÚJO, L.D.; QUEIROZ, C.F. **Pesquisa bibliográfica, estratégias de buscas e fontes de informações: conceitos e abordagens**. Rio de Janeiro, 2020.
- ASCARI, R.A.; DUMKE, M.; DACOL, P.M; MAUS JUNIOR, S.; SÁ, C.A.; LAUTERT, L. Prevalência de risco para síndrome de burnout em policiais militares. **Revista Cogitare Enfermagem**, Chapecó, v. 2, n. 21, p. 1-10, 2016. DOI: <https://doi.org/10.5380/ce.v21i2.44610>
- ASSIS, B.B.; ROZA, A.C.C; BERNARDINO, A.V.S. Da farda ao fardo: Estresse, ansiedade e depressão no cotidiano do Policial Militar. **Revista Mosaico**, v. 11, n. 1, p. 72-77, 2020. DOI: <https://doi.org/10.21727/rm.v11i1.2286>
- BARBOSA, L.M.; MENEZES, C.N.B. A importância do apoio psicológico na saúde mental dos policiais militares de Fortaleza. **Psicologia Argumento**, v. 35, n. 89, p. 1-21, 2017. DOI: <https://doi.org/10.7213/psicolargum.35.89.AO01>.
- BASÍLIO, M.P. **O Desafio da Formação do Policial Militar do Estado do Rio de Janeiro: Utopia ou Realidade Possível?** 2007. 216f. Dissertação (Mestrado em Administração) – Fundação Getúlio Vargas, Rio de Janeiro, 2007.
- BLEGER, J. **Psico-higiene institucional**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1984.
- BORGES, C.D.B.; GONÇALVES, K.M.; NICARETTA, B.A.; NOGUEIRA, M.S. A importância do psicólogo nas instituições militares de forças auxiliares. **TCC-Psicologia**, 2017.
- BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília, DF: Senado Federal.
- BRASIL. **Lei nº 6.880, de 9 de Dezembro de 1980**. Estatuto dos Militares. Brasília: Presidência da República, 1980.
- CARNEIRO, A.L.D. Os efeitos da síndrome de burnout em profissionais militares e as contribuições da psicologia. **MIMESIS**, v. 42, n. 2, p. 63-77, 2021.
- CARVALHO, L.O.R.; PORTO, R.M.; SOUSA, M.N.A. Sofrimento psíquico, fatores precipitantes e dificuldades no enfrentamento da síndrome de Burnout em policiais militares. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 5, p. 15202-15214, 2020. DOI: <https://doi.org/10.34119/bjhrv3n5-300>
- CASTRO, S.L.S. **Focalizando o trauma sob as lentes da clínica com policiais militares**. Tese (Doutorado em Psicologia) – Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2009.
- CURY, B.P.R.; SANTOS, D.L.C.; PACHECO, F.A.G.; FERNANDES, J.M.E.I.; CHAVES,

L.P. O impacto da síndrome de Burnout na tropa da Polícia Militar do Estado do Rio de Janeiro (PMERJ). **Revista Científica da Escola Superior de Polícia Militar**, v. 1, n. 3, p. 109-130, 2022. DOI: <https://doi.org/10.5935/2178-4590.20220004>

DEJOURS, C. **A carga psíquica do trabalho**. In: DEJOURS, C; ABDOUCHELI, E; JAYET, C. (Orgs.) *Psicodinâmica do trabalho: contribuições da escola dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho*. São Paulo: Atlas, 2007.

DEJOURS, C. **Banalização da Injustiça Social**, FGV, 1999.

**Diário do nordeste** - Emanoela Campelo de Melo. 14 de Junho de 2023  
<https://diarionordeste.verdesmares.com.br/seguranca/saude-mental-na-seguranca-30-dos-pms-e-11-dos-policiais-civis-afastados-por-problema-psicológico-no-ce-1.3380780>.

DIAS, C.N.; ANDRADE, V.L.P. A relação entre a síndrome de burnout e o policial militar brasileiro. **Cadernos de Psicologia**, v. 2, n. 4, p. 186-209, 2021. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.13760218>

**FÓRUM BRASILEIRO DE SEGURANÇA PÚBLICA**. Raio-x das forças de segurança pública no Brasil. São Paulo: Fórum Brasileiro de Segurança Pública, 2024.

**G1** – Por Dani Fechine. Disponível em:

<https://g1.globo.com/pb/paraiba/noticia/2024/01/31/afastamentos-de-pms-por-questoes-de-saudemental-sobem-700percent-em-5-anos-na-pb-nao-conseguia-dormir.ghtml>. Acesso em: 31/01/2024.

**G1** - TV Gazeta. Disponível em:

<https://g1.globo.com/es/espírito-santo/noticia/2023/06/01/pesquisa-inedita-no-brasil-aponta-que-mais-de-70percent-dos-policiais-do-es-estao-com-estresse-e-exaustao-extrema.ghtml>

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

GUIRADO, M. *Psicologia Institucional: O exercício da psicologia como instituição*. **Interação em psicologia**, v. 13, n. 2, p. 323-333, 2009.

LOCATELLI, M.C. **A relação entre a síndrome de Burnout e os fatores associados as atividades policial militar**. 2022. 88f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) – Universidade do Extremo Sul Catarinense, Criciúma, 2022.

MARZZONI, D.N.S.; OLIVEIRA, L.A.; FERREIRA, A.W.S. Análise sobre a síndrome de burnout em policiais militares do município de Marabá-PA. **Revista Estudos e Pesquisas em Administração**, v. 5, n. 2, p. 1-15, 2021. DOI: <https://doi.org/10.30781/repad.v5i2.12134>

MENDES, R.S.; SILVEIRA, R.C.P.; GALVÃO, C.M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto Contexto Enferm**, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2008. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0104-07072008000400018>

MINAYO, M.C.S.; ASSIS, S.G.; OLIVEIRA, R.V.C. Impacto das atividades profissionais na

saúde física e mental dos policiais civis e militares do Rio de Janeiro (RJ, Brasil). **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 16, n. 4, p. 2199-2209, 2011. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232011000400019>

NATÁLIA, L. **Sobejos do mar**. Salvador: Caramurê, 2017.

NOGUEIRA, M.C.S.; DOURADO, J.L.G. Saúde mental nas organizações: síndrome de Burnout em policiais militares do sertão paraibano. **Revista Gestão e Organizações**, v. 9, n. 3, p. 1-13, 2024. DOI: <http://dx.doi.org/10.18265/2526-2289a2024id7522>

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Constituição da Organização Mundial da Saúde**. Genebra: OMS, 1946.

PAIS, L.G. Editorial: Psicologia de Polícia. **Revista Brasileira de Ciências Policiais, Brasília**, v. 13, n. 10, p. 17–25, 2022. DOI: <https://doi.org/10.31412/rbcp.v13i10.1049>

RIBEIRO, B.M.S.S.; COMIN, F.S.; TERRA, F.S.; DALRI, R.C.M.B. Síndrome de burnout em policiais militares à luz do referencial interpretativo. **Revista Recien-Revista Científica de Enfermagem**, v. 13, n. 41, p. 532-539, 2023. DOI: <https://doi.org/10.24276/rrecien2023.13.41.532-539>.

SANTOS JUNIOR, R.M.; CRUZ JUNIOR, M.F. Depressão na atividade policial. **Revista a fortiori**, v. 3, n. 1, 2022.

SANTOS, R.O.B.; HAUER, R.D.; FURTADO, T.M.G. O sofrimento psíquico de policiais militares em decorrência de sua profissão: Revisão de literatura. **Revista Gestão & Saúde**. v. 2, n. 20, p. 14-27, 2019.

SARTORI, L.F. **Avaliação de Burnout em policiais militares: a relação entre o trabalho e o sofrimento**. 2024. 194f. Dissertação (Mestrado em Administração) – Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2024.

**Senado federal** – 26/11/2013. Disponível em:

<https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2013/11/25/policias-militares-tem-origem-no-seculo-19>. Acesso em: 31/01/2024.

SOARES, W.D.; RODRIGUES, B.P.; PIMENTA, C.P.S. Síndrome de burnout, depressão, ansiedade e ideação suicida em servidores de segurança pública. **Uningá Review**, v. 36, p. 1-10, 2021. DOI: <https://doi.org/10.46311/2178-2571.36.eURJ3613>.

SOUSA, T.F.; BARROSO, W.W.X. Síndrome de burnout relacionada ao impacto do estresse na vida do policial militar. **Revista ibero-americana de humanidades, ciências e educação**, v. 7, n. 10, p. 1740-1763, 2021. DOI: <https://doi.org/10.51891/rease.v7i10.2696>.

SOUZA, E.R.; MINAYO, M.C.S.; SILVA, J.G.; PIRES, T.O. Fatores associados ao sofrimento psíquico de policiais militares da cidade do Rio de Janeiro. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 28, n. 7, p. 1297-1311, 2012. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2012000700008>

SOUZA FILHO, M.J.; NOCE F.; ANDRADE, A.G.P.; CALIXTO, R.M.; ALBUQUERQUE, M.R.; COSTA, V.T. Avaliação da qualidade de vida de policiais militares. **Revista bras. Ci.**

**E Mov.** v. 23, n. 4, p. 159-169, 2015.

SOUZA, M.T.; SILVA, M.D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010.

SOUZA W.A.; SANTOS, A.L.G.; SILVA, A.L.G.; SANTOS JUNIOR, A.C.; MARIANO, Y.C.R. **Ansiedade, depressão e sintomas de DTM em policiais militares da 27ª Companhia Independente da Polícia Militar-Cruz das Almas-Bahia**. 2019.

TRICCO, A.C.; LILLIE, E.; ZARIN, W.; O'BRIEN, K.K.; COLQUHOUN, H.; LEVAC, D.; MOHER, D.; PETERS, M.D.; HORSLEY, T.; SEMANAS, L.; HEMPEL, S.; AKL, E.A.; CHANG, C.; MCGOWAN, J.; STEWART, L.; HARTLING, L.; ALDCROFT, A.; WILSON, M.G.; GARRITTY, C.; LEWIM, S.; GODFREY, C.M.; MACDONALD, M.T.; LANGLOIS, E.V.; WEISER, K.S.; MORIARTY, J.; CLIFFORD, T.; TUNÇALP, O.; STRAUS, S.E. PRISMA extension for scoping reviews (PRISMA-ScR): checklist and explanation. **Ann Intern Med**, v. 169, n. 7, p. 467-473, 2018. DOI: <https://doi.org/10.7326/M18-0850>.

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. 276f. Dissertação (Mestrado em Educação) - Curso de Educação, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2018.

WINTER, L.E.; ALF, A.M.. A profissão do policial militar: vivências de prazer e sofrimento no trabalho. **Rev. Psicologia: Organizações e Trabalho**, v. 19, n. 3, p. 671-678, 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2019.3.13214>.