

PROBLEMAS RELACIONADOS AO PSICOLÓGICO DOS POLICIAIS MILITARES

PROBLEMS RELATED TO THE PSYCHOLOGICAL OF THE MILITARY POLICE OFFICERS

Maurício Nakashima¹

RESUMO: O presente trabalho visa relacionar os problemas psicológicos desenvolvidos pelos policiais militares que incessantemente trabalham arduamente, enfrentando riscos, solucionando problemas de outras pessoas. A saúde mental desses profissionais está cada vez mais abalada, o que acarreta mais e mais situações alarmantes de um contexto profundo de depressão e pensamentos suicidas, que seriam o estágio final. Deve-se ter um olhar mais aguçado voltado aos policiais militares, em especial aos que estão na linha de frente que são os mais afetados. Por fim propuseram-se possíveis soluções para ajudar os profissionais que trabalham na Polícia Militar do Estado do Paraná (PMPR) e que estejam enfrentando problemas psicológicos.

Palavras-chave: Policial Militar. Saúde Mental. Estresse. Síndrome de Burnout. Suicídio.

ABSTRACT: The present work aims to relate the psychological problems developed by the military police who incessantly work hard, facing risks, solving other people's problems. The mental health of these professionals is increasingly shaken, which leads to more and more alarming situations in a deep context of depression and suicidal thoughts, which would be the final stage. A sharper look should be given to the military police, especially those on the front line who are the most affected. Finally, possible solutions were proposed to help professionals who work in the Military Police of the State of Paraná (PMPR) and who are facing psychological problems.

641

Keywords: Military Police. Mental health. Stress; Burnout syndrome. Suicide.

INTRODUÇÃO

Ainda há pouca literatura a respeito dos problemas psicológicos de policiais militares que podem ser desenvolvidos durante as longas jornadas de trabalho. Além de muitas horas exaustivas dedicadas ao cumprimento do dever, o policial militar por vezes não consegue descansar apropriadamente, pois como em seu juramento ele é: “policial 24 horas por dia e 7 dias por semana”. Mesmo estando de folga, aos olhos da população, por onde ele vai, é reconhecido, deste modo estando sempre alerta.

¹Policial militar do estado do Paraná, possui graduação em Tecnologia em Meio Ambiente pela Universidade Estadual de Maringá (UEM), especialização em Segurança Pública, Análise Criminal e Direito Militar.

A psicanálise diz que o sofrimento mental pode se manifestar por meio de sintomas, angústias, inibições e compulsão à repetição. Assim sendo, é uma experiência subjetiva e cada

um a vive de um jeito diferente. O sofrimento psíquico pode ser definido como uma coleção de sentimentos ou emoções vividas que o levam a fugir do seu domínio pessoal.

Hoje em dia, os estudos sobre o impacto do trabalho na saúde dos trabalhadores concentram-se nas questões que envolvem a tensão ou trabalho excessivo. No viés do trabalho desenvolvido pelos policiais militares que tem o dever por lei de garantir a ordem pública e segurança, é usado o policiamento ostensivo como instrumento, assim fazendo com que o policial militar tenha contato direto com os problemas de outros indivíduos, sendo muitas vezes o solucionador destes problemas. Ainda assim, é uma atividade que em vários momentos há muita cobrança institucional, regras rígidas, hierarquia e disciplina que devem ser seguidas, onde o profissional enfrenta, levando a quadros de muito estresse emocional, além dos riscos e a tensão constante do cotidiano. O profissional por vezes não tem uma qualidade de sono adequada, levando-o a uma diminuição na capacidade de raciocínio, que está diretamente ligada às atividades desenvolvidas, tanto na direção de viaturas, uma ação de raiva excessiva no trato com o cidadão, ou uma resposta rápida a alguma possível ameaça.

642

O número de policiais que sofrem com problemas psicológicos está aumentando e não há muitas pesquisas a respeito do assunto, principalmente no Brasil. Talvez essa falta de interesse deve-se ao fato de haver pouco conhecimento desses sofrimentos enfrentados pelo profissional em sua carreira.

Uma das causas desses problemas relacionados ao psicológico dos policiais militares pode estar relacionada à Síndrome de Burnout que acomete vários profissionais de áreas distintas. Conhecida pela medicina como a síndrome do esgotamento profissional, a prevalência desse problema é maior do que imaginamos. Causada principalmente pelo excesso de trabalho, a Síndrome de Burnout é caracterizada por ser um distúrbio emocional cujos principais sintomas são exaustão extrema, estresse contínuo e esgotamento físico resultantes de situações desgastantes no trabalho. Ainda, pode causar casos de depressão profunda, porém esse termo deve ser relacionado apenas ao estresse crônico adquirido no trabalho e que não foi administrado com êxito, outros tipos de estresse como os familiares ou financeiros não devem ser relacionados dessa maneira.

Esses problemas desencadeados durante o estresse no trabalho podem levar o indivíduo a perder totalmente o discernimento do normal e real, o que causa em alguns o sentimento de suicídio, talvez por ser uma pessoa já predisposta a tal ato. Há vários casos de policiais ou agentes de segurança envolvidos com o suicídio; atualmente ocorrem mais casos de mortes em comparação com confrontos armados. A questão seria como evitar que esse mal acometa esses agentes, pois se não tratado logo no início, o quadro pode evoluir e trazer consequências desastrosas ao próprio ou até às pessoas ao redor, como familiares.

O presente trabalho visa debater o tema relacionando outros artigos publicados para poder chegar a uma possível solução deste problema que está cada vez mais em alta. Os problemas psicológicos dos policiais estão assolando a corporação e qual a atitude correta a ser tomada.

1. A SAÚDE MENTAL

A saúde mental indica que os processos mentais funcionam bem e que eles interagem bem uns com os outros. Também se considera saúde mental quando o corpo psíquico e emocional está em equilíbrio e não há patologias ou problemas mentais ou comportamentais.

Os indivíduos realizam uma variedade de atividades e vivenciam uma variedade de situações em seu cotidiano. Eles também estão inseridos em uma variedade de contextos, como trabalho, estudos, lazer, família, etc. Por causa da sobrecarga de tarefas e papéis sociais que vêm desenvolvendo, esses elementos podem afetar o equilíbrio mental das pessoas. Esse fato afeta a saúde mental dos indivíduos de forma subjetiva, pois eles geralmente percebem que precisam de auxílio psicológico para lidar com essas circunstâncias.

O trabalho tem uma importância significativa para as pessoas devido às influências e consequências que tem sobre suas vidas. Em primeiro lugar, pelo horário cumprido, que frequentemente é maior do que o tempo que a pessoa passa em casa ou em outras atividades. Em segundo lugar, pela identidade que dá aos trabalhadores, que continua sendo uma prioridade para muitos.

O aspecto "trabalho" tem um impacto significativo na saúde mental de uma pessoa e tem um impacto direto nas relações entre saúde e doença, prazer e sofrimento, satisfação e insatisfação, entre outras coisas. Como os danos à saúde mental podem afetar todos os aspectos da vida e causar problemas no bem-estar pessoal e profissional, o trabalhador deve se auto cuidar com a saúde mental.

Em relação ao policial militar por não haver uma distinção do estado de cidadão comum e o profissional de segurança, o mesmo se vê em um estado de permanência laboral, o que gera conflitos em sua mente, graças a esse estresse exacerbado. Muitos profissionais aumentam sua carga diária de trabalho em outros lugares, como mercados, farmácias, festas e até trabalhar em dias de folga, para ganhar mais dinheiro. Assim, é necessário considerar a quantidade de dinheiro que esses profissionais ganham também. Isso ocorre porque nem sempre são compatíveis com o grau de risco de vida sugerido.

Os que estão no confronto direto com o crime organizado agregam contextos, pois a questão envolve uma variedade de questões problematizadas, incluindo socialização, representação social, conflitos mentais, expectativas de receita e questões financeiras, entre outros.

É possível supor que o público em geral sabe que as condições de trabalho precárias e os altos índices de violência no Brasil afetam particularmente a saúde mental dos policiais militares. "Existem fatores relacionados ao estado biológico de saúde que são decorrentes do estado psicológico, das pressões ambientais e dos recursos econômicos que predisõem o policial ao estresse", afirma Liz (2014, p. 467).

Muitos casos não buscam tratamento psicológico por medo de sofrer chacota no ambiente de trabalho pelos colegas, isso se deve ao fato de ser um ambiente em sua maioria machista e de virilidade. O treinamento ensina a ser forte e aguentar, porque o guerreiro acha que deve aguentar todo e qualquer tipo de violência.

2. SÍNDROME DE BURNOUT

Burnout, na verdade, é um nome recente para um mal antigo. Em 1869, a sensação de cansaço extremo e apatia generalizada foi chamada de neurastenia pelo médico americano George Beard (1839-1883). Em 1974, a "fraqueza dos nervos" foi rebatizada de burnout (do inglês "queimar-se por completo") pelo psicanalista alemão Herbert Freudenberger (1926-1999).

Três componentes compõem a síndrome: Exaustão Emocional - é quando os funcionários sentem que não podem dar mais de si mesmos em termos emocionais e acreditam que não têm energia e recursos emocionais suficientes para lidar com os problemas diariamente; Despersonalização - é quando os funcionários sentem que não têm mais recursos emocionais para lidar com os problemas; e Despersonalização - é quando os

funcionários sentem por uma espécie de desenvolvimento de sentimentos e atitudes negativas e de cinismo às pessoas destinatárias do trabalho, endurecimento afetivo, "coisificação" da relação; e a falta de envolvimento pessoal no trabalho, uma tendência de "evolução negativa", que afeta a habilidade de realização do trabalho e atendimento ou contato com as pessoas usuárias do trabalho e sua organização.

Segundo Chafic (2008), o termo Burnout vem do inglês e consiste em duas palavras: Burn, que significa "queimar", e Out, que significa "fora" ou "exterior". Traduzido literalmente como "queimar para fora" ou "consumir-se de dentro para fora", pode ser melhor interpretado como "combustão completa", que começa com aspectos psicológicos e termina em problemas físicos, prejudicando todo o desempenho da pessoa. Posteriormente, os profissionais de saúde usaram a gíria burnout para designar o estado extremamente debilitado e comprometido dos usuários de drogas. Só em 1974, o médico psiquiatra Herbert Freudenberg relacionou o termo burnout com o estado de estafa por estresse prolongado. Atualmente, os profissionais da saúde mental usam o termo para descrever um estado avançado de estresse cuja única causa é o ambiente de trabalho.

O Burnout é o estado em que as pessoas deixam de tentar, atrapalhado em uma situação de trabalho que não pode suportar e não pode desistir. O trabalhador faz uma retirada psicológica de forma inconsciente, mas persistente, para deixar o trabalho.

Sua principal característica é o estado de tensão emocional e estresse prolongado causado pelas condições de trabalho desgastantes físicas, emocionais e psicológicas. Os profissionais que trabalham com muita interação interpessoal têm a síndrome mais frequentemente. O transtorno é mais prevalente entre profissionais de educação, saúde, assistência social, recursos humanos, penitenciários, bombeiros, policiais e mulheres que tem dupla jornada.

3. SUICÍDIOS ENTRE POLICIAIS MILITARES

O suicídio é definido como a morte causada direta ou indiretamente por ações da vítima que ela sabe que podem levar à morte. É considerada uma ação pessoal e deliberada, com o objetivo explícito de causar um efeito fatal.

Como resultado, os pesquisadores da comunidade científica se dedicaram a descobrir mais sobre esse fenômeno e procuraram explicações bioquímicas, farmacológicas, psiquiátricas, sociológicas e psicológicas. O suicídio passou a ser considerado um problema

de saúde pública a partir da década de 1950, quando o suicídio se tornou uma subespecialidade da psiquiatria chamada suicidologia.

No mundo, o suicídio está entre as causas mais comuns de morte de policiais, e a maioria dos estudos sobre esse fenômeno ocorre em países desenvolvidos, com poucos dados sobre o Brasil. De acordo com uma revisão da literatura internacional, há cinco fatores que aumentam o risco de suicídio entre policiais: estresse organizacional, traumas de incidentes críticos, trabalhos por turnos, problemas de relacionamento e uso, e abuso de álcool.

De forma geral, a probabilidade de um policial cometer ideias suicidas é influenciada por uma combinação de vários fatores de risco que aumentam as chances de autoextermínio. Com uma taxa de 4,5 casos de autoextermínio a cada 100 mil habitantes, o Brasil ocupa a oitava posição entre os países da América em número de suicídios (World Health Organization).

Em todos os países do mundo, exceto na China, a mortalidade por suicídio no sexo masculino é maior do que no sexo feminino. Os homens podem usar estratégias de enfrentamento desadaptativas como inexpressividade emocional e abuso de drogas mais frequentemente do que as mulheres, o que é um fator de risco. O predomínio do sexo masculino nas organizações militares também deve ser considerado.

Para os policiais, a arma de fogo é mais do que um instrumento de trabalho; é uma parte de sua identidade e representa a autoridade e o poder. O desenvolvimento de um plano mais letal para o cometimento do autoextermínio é facilitado pelo fácil acesso às armas de fogo e pelo conhecimento de como mantê-las.

O apoio familiar também é uma importante fonte de apoio ao suicídio. A educação fortalece o indivíduo e pode evitar o suicídio. A baixa escolaridade pode afetar a percepção de si mesmo e as relações sociais, resultando em menor autoestima e maior risco de suicídio.

As chances de adoecer dependem da carreira militar. Militares das graduações mais baixas da carreira são executores das ações institucionais criadas pelos gestores, o que os torna mais propensos a riscos e perigos da função policial, como o policiamento de rua.

A hierarquia no militarismo se refere ao respeito à sequência de autoridade e disciplina, bem como à observância rigorosa e ao cumprimento completo das regras, que devem ser seguidas em todas as circunstâncias. A exigência da sociedade de que os policiais mantenham uma postura exemplar coloca os policiais em risco de sofrimento físico e

mental. É possível que os policiais militares se desgastem fisicamente e mentalmente com o tempo devido à longa exposição aos riscos do trabalho.

Resta a impressão de que o policial militar reage de forma muito peculiar ao sofrimento que experimenta por conta de uma atividade que, tudo indica, nem sempre se encerra ao final do turno de serviço, acompanhando-o em seu retorno ao convívio familiar (BEZERRA, 2013, p. 665).

A PMPR relata um único suicídio feminino e 27 masculinos durante o período de 2015 a 2019, mesmo que não menciona o número de seus funcionários que trabalharam nesses anos.

No Paraná, é evidente que os policiais de baixa renda, especialmente os praças, têm a maior taxa de suicídio. Assim, a questão financeira, que está diretamente ligada à disparidade de salários entre os níveis hierárquicos, é um fator que envolve o ato suicida e, por sua vez, sempre terá múltiplas consequências.

Se o estresse for visto como um indicador de sofrimento mental, pode-se questionar a razão por trás do número tão baixo de mulheres que cometem suicídio em comparação com o número de homens, se, como afirma Dantas (2010, p. 66), "em relação ao gênero, constatou-se que policiais militares do sexo feminino apresentaram mais estresse". Uma possível razão para isso seria que a relação de grande efetivo masculino para o pequeno efetivo feminino, segundo Lopes (2016), o efetivo feminino no Paraná corresponde a 10,73% do total.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como verificado, o policial militar está adoecendo, cumpre seu horário de trabalho e o estresse causado nas ocorrências deixa um fragmento no seu subconsciente, o faz levar esse estresse para outras áreas da sua vida, muitas vezes quem sofre e perece por isso é a própria família.

O estresse elevado leva o trabalhador a não suportar tanta carga entrando em estado de depressão profunda, causando dor e sofrimentos psicológico e físico, o que o leva a ter pensamentos de suicídio.

A PMPR responde a um questionário em relação às práticas de prevenção ao suicídio: Promover a Prevenção Universal, visando alcançar toda a coletividade dos profissionais de segurança pública, sendo delineada, pela promoção da saúde e da qualidade de vida, em âmbito mental, social e físico;

Identificar os fatores de risco e os fatores de proteção nos indivíduos, através de intervenções;

Buscar o apoio da Capelania das instituições, promovendo a religiosidade, como fator de proteção;

Promover programas de informação sobre o tema suicídio, em todos os níveis hierárquicos, principalmente no que tange ao encaminhamento de auxílio especializado nos casos em que exista o risco de suicídio;

Realizar a sensibilização e o treinamento dos gestores de recursos humanos, em todos os níveis das instituições;

Viabilizar palestras que promovam a sensibilização da temática da qualidade de vida e de um ambiente laboral saudável;

Promover o conteúdo relacionado à saúde mental, em todos os cursos de formação e especialização dos profissionais de segurança pública.

Elaborar encontros temáticos por área, trazendo temas relacionados à qualidade de vida no trabalho, saúde mental entre outros;

Realizar a divulgação de campanhas através de recursos audiovisuais, de forma física, através das mídias digitais, e vídeos institucionais (apud PMPR).

Devido à gravidade do suicídio, o controle desse fenômeno é muito difícil, porém a PMPR faz um esforço muito grande para aumentar o conhecimento do suicídio, pois de suas nove estratégias de prevenção, seis visam “informar” a respeito.

O foco para conseguir buscar a solução desse problema tão avassalador, seria investir mais em profissionais especializados, aumentando os dias de consultas para todo o estado; o acesso a esses profissionais muitas vezes está somente nos batalhões, gerando uma dificuldade a mais, devido ao deslocamento e ainda mais por alguém que talvez não queira se expor.

Uma grande ajuda também seria de os pares identificarem um colega que não esteja bem, e assim que identificar procurar conversar e se possível até comunicar ao superior. Para que isso aconteça todos devem estar em sintonia para poder administrar da melhor forma possível, alinhando o pensamento com o profissional da área, no caso o psicólogo, e assim dar encaminhamento a um tratamento adequado ao policial militar em questão. Como vimos muitos policiais militares talvez por vergonha, e acharem que realmente não precisam de uma ajuda, não a procuram e ficam guardando todo aquele sentimento ruim para si.

Nesse mesmo interim se for possível a instituição fazer check-ups periódicos com o intuito de identificar possíveis potenciais de risco. Poderiam ser realizados testes com psicólogos para avaliar a saúde mental de todos os integrantes; ao identificar os possíveis indivíduos com problemas de saúde mental, realizar o tratamento adequado. É uma tarefa difícil, pois o indivíduo só procura ajuda quando ele realmente quer. Deste modo, ao longo do tempo podem ser realizadas palestras ou atividades para que o policial militar esteja inteirado do assunto e possa raciocinar e se enxergar em tal situação.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BEZERRA, Claudia de Magalhães; MINAYO, Maria Cecília de Souza; CONSTANTINO, Patrícia. **Estresse ocupacional em mulheres policiais**. Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro, v. 18, n. 3, p. 657-666, Mar. 2013. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232013000300011&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 16 jun. 2023.

CAJUEIRO F. S., NATIVIDADE R. N. **Aspectos referentes à prática suicida de policiais militares do Paraná e de Santa Catarina: possíveis inferências**. 2020. 35f. Artigo apresentado como requisito parcial para a conclusão do curso de Graduação em Psicologia da Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL. 2020.

DANTAS M. A., BRITO D. V. C., RODRIGUES P. B., MACIENTE T. S. **Avaliação de estresse em policiais militares**. Psicologia: Teoria e Prática; v.12, n.3, p. 66-77, 2010.

FRAGA C. K. **Peculiaridades do trabalho policial militar**. Revista Virtual Textos & Contextos. Nº 6, ano V, p. 1-19, dez. 2006.

JBEILI, Chafic. **Questionário preliminar de identificação da burnout**. 2008. Disponível em: http://www.chafic.com.br/index_arquivos/burnout.pdf. Acesso em: 17 jun. 2023.

LIZ, C. M. et al. **Características ocupacionais e sociodemográficas relacionadas ao estresse percebido de policiais militares**. Revista Cubana de Medicina Militar, La Habana, v. 43, n. 4, p. 467-480, 2014.

LOPES, A. C. D. et al. **Gênero, trabalho e sindicalismo Atuação da Mulher na Polícia Militar do Estado do Paraná: historicidade, avanços e dificuldades**. In: SIMPÓSIO GÊNERO E POLÍTICAS UNIVERSIDADE ESTADUAL DE LONDRINA . 4., 2016, Londrina. **Anais...** Disponível em: http://www.uel.br/eventos/gpp/pages/arquivos/GT1_Adriana%20Cristina%20Dias%20Lopes.pdf. Acesso em: 25 jun. 2023.

LOPES C. S., et al. **Direitos humanos e cultura policial na polícia militar do estado do Paraná**. Revista Sociologias. Porto Alegre, ano 18, no 41, p. 320-353, jan/abr 2016

MOREIRA M. **PMs sofrem com suicídios e transtornos mentais sem apoio da corporação**. Disponível em: <https://exame.com/brasil/pms-sofrem-com-suicidios-e-transtornos-mentais-sem-apoio-da-corporacao/>. Acesso em: 11 de jun. de 2023.

PEREIRA G. K., et al. **Suicídios em uma organização policial-militar do sul do Brasil.** Cadernos Saúde Coletiva. v. 28, n.4, p.500-509, 2020.

PORTO D., SILVA D. N. **Prevenção do suicídio na polícia militar: a percepção do problema e alguns cuidados importantes a serem tomados pelos comandantes.** Revista Ordem Pública, Florianópolis, v. 10, n. 1984-1809 e 2237-6380, p. 197-219, jan./jul. 2018.

SANTOS L. R. **Os Desafios da Saúde Psicológica dos Policiais Militares.** Revista Ibero-americana de Humanidade, Ciências e Educação – REASE. v. 8, n. 09, p. 330-339, set. 2022.

SANTOS R. O. B. , et al. **O sofrimento psíquico de policiais militares em decorrência de sua profissão: revisão de literatura.** Revista Gestão e Saúde. v. 20, n. 2, p. 14-27, 2019

SILVA, L. N. da, & SEHNEM, S. B. (2018). **Avaliação da saúde mental de policiais militares.** *Pesquisa Em Psicologia - Anais eletrônicos*, 43-60. Recuperado de https://periodicos.unoesc.edu.br/pp_ae/article/view/19184.

SOUZA E. R., MINAYO M. C. S. **Policial, risco como profissão: morbimortalidade vinculada ao trabalho.** Ciência e saúde coletiva v.10, n.4, p. 917-928, Dez 2005. Disponível em:<<https://www.scielo.br/j/csc/a/pxr9RTRgLtdVtThPjczNXjj/>> Acesso em 16 de jun. de 2023

SOUZA R. C., et al. **Aspectos de saúde mental investigados em policiais: uma revisão integrativa.** Revista Saúde Social, v. 31, n. 2, p. 1-14, 2022.