

SAÚDE MENTAL NO AMBIENTE PRISIONAL: O PAPEL DO SUPORTE PSICOLÓGICO AOS TRABALHADORES DA APAC

Sarah Maria Alves de Sousa¹
Geyna Clivia Cintra Carvalho²
Jamilly Vitória Lavor de Oliveira³
Samilly Gabriele de Sousa Cardoso⁴
Maria Clara dos Santos Silva⁵
Giovana Camile de Sousa Gomes⁶
Pedro Wilson Ramos da Conceição⁷

RESUMO: O presente relato de experiência tem como objetivo descrever uma intervenção psicológica realizada com os funcionários da Associação de Proteção e Assistência aos Condenados (APAC) de Timon-MA, com o objetivo de promover saúde mental e reduzir sintomas de estresse e ansiedade no ambiente ocupacional. Considerando o contexto desafiador do sistema prisional e os impactos emocionais enfrentados pelos funcionários, a ação foi estruturada em três encontros. Inicialmente, realizou-se uma visita diagnóstica à instituição, seguida por uma roda de conversa com dinâmica de respiração e aplicação do SRQ-20 para avaliar a presença de transtornos mentais comuns. Por fim, promoveu-se uma palestra com psicólogo convidado, discussão dos dados coletados e entrega de material informativo. Os resultados obtidos a partir aplicação do SRQ-20 da apontaram sinais de sofrimento psíquico entre os participantes, evidenciando a importância de espaços de escuta, acolhimento e estratégias de cuidado contínuo com a saúde mental no ambiente institucional. A experiência reforça a necessidade de olhar para o bem-estar dos profissionais que atuam diretamente com o público prisional, destacando também a relevância da atenção psicológica como recurso essencial para a humanização do trabalho.

715

Palavras Chaves: Saúde mental ocupacional. Sistema prisional. Intervenções psicológicas.

ABSTRACT: This experience report aims to describe a psychological intervention carried out with employees of the Association for the Protection and Assistance of Convicts (APAC) of Timon-MA, with the aim of promoting mental health and reducing symptoms of stress and anxiety in the workplace. Considering the challenging context of the prison system and the emotional impacts faced by employees, the action was structured in three meetings. Initially, a diagnostic visit to the institution was carried out, followed by a conversation circle with breathing dynamics and application of the SRQ-20 to assess the presence of common mental disorders. Finally, a lecture with a guest psychologist was held, discussion of the collected data and delivery of informative material. The results obtained from the application of the SRQ-20 pointed out signs of psychological distress among the participants, highlighting the importance of spaces for listening, welcoming and strategies for continuous care with mental health in the institutional environment. The experience reinforces the need to look at the well-being of professionals who work directly with the prison population, also highlighting the relevance of psychological care as an essential resource for the humanization of work.

Keywords: Occupational mental health. Prison system. Psychological interventions.

¹Psicologia Faculdade Mauricio de Nassau- Redenção.

²Psicologia Centro universitário Maurício de Nassau Redencao.

³Psicologia Centro universitário Maurício de Nassau Redencao.

⁴Psicologia Centro Uninassau Maurício de Nassau Redenção

⁵Psicologia Centro universitário Maurício de Nassau Redencao.

⁶Centro universitário Mauricio de Nassau redenção.

⁷Doutor em Psicologia-PUC Minas Gerais; Mestre em Políticas Públicas- UFPI; Professor da Universidade Estadual do Maranhão-UEMA. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3868-4917>.

I. INTRODUÇÃO

A intervenção foi elaborada a partir da análise das necessidades identificadas no contexto do sistema prisional, especialmente diante das situações recorrentes de estresse e ansiedade vivenciadas pelos colaboradores. Esses profissionais lidam cotidianamente com desafios intensos, como o acompanhamento de detentos em processo de recuperação, o que pode resultar em altos níveis de estresse, exaustão emocional e comprometimento da saúde mental (Ferreira, 2019; Silva & Souza, 2020).

Dessa forma, foi estruturada uma proposta de intervenção adaptada, com foco na prevenção e na promoção do bem-estar, por meio da realização de dinâmicas que buscavam oferecer acolhimento, conforto e maior atenção aos profissionais envolvidos. Para complementar a ação, foi aplicada uma pesquisa via formulário eletrônico (Forms), contendo o questionário SRQ-20, com o objetivo de identificar sintomas relacionados a transtornos mentais comuns e compreender melhor os impactos da rotina de trabalho na saúde psicológica dos participantes. A partir das respostas, foi elaborado um feedback individualizado, que serviu como base para discutir as possíveis consequências da negligência do autocuidado – especialmente no aspecto mental –, refletindo também nos âmbitos físico e emocional.

No recinto de trabalho a ansiedade e o estresse podem ser desenvolvidos em razão da desvalorização do colaborador apresentadas por longos turnos de trabalho e falta da assistência necessária. Dados apontam que uma carga horária de mais de 40 horas na semana aumenta os níveis de ansiedade. (Fenzke, 2023) Em razão disso, o investimento na promoção de bem-estar no ambiente corporativo é de suma importância para a saúde dos colaboradores.

716

2. A IMPORTÂNCIA DO SUPORTE PSICOLÓGICO EM PROFISSIONAIS NO AMBIENTE DE TRABALHO

Pessoas com ansiedade geralmente apresentam sintomas como alteração no humor, desregulação na rotina de sono e até predisposição a depressão. (Sun, et al., 2023) No ambiente de trabalho a ansiedade e o estresse podem ser desenvolvidos em razão da desvalorização do colaborador apresentadas por longos turnos de trabalho e falta da assistência necessária. Dados apontam que uma carga horária de mais de 40 horas na semana aumenta os níveis de ansiedade. (Fenzke, 2023) Em razão disso, o investimento na promoção de bem-estar no ambiente corporativo é de suma importância para a saúde dos colaboradores.

Segundo a Lei nº 14.831/2024, é instituído o Certificado Empresa Promotora da Saúde Mental para empresas que forneçam serviços de promoção e cuidado com a saúde mental no ambiente de trabalho, campanhas e treinamentos para a conscientização sobre a temática de saúde mental, incentivo à prática de atividade física e lazer, entre outras exigências. O governo federal também assume a responsabilidade de promover ações publicitárias de incentivo à adequação da Lei nas empresas. As organizações que não se adequam aos critérios estabelecidos podem ter o Certificado Empresa Promotora da Saúde Mental revogado.

O profissional encarregado do desenvolvimento de atividades de promoção ao bem-estar é o psicólogo do trabalho, que faz a ponte entre funcionários e empresa para que a comunicação ocorra com fluidez e, conseqüentemente, tenha sucesso. O psicólogo se ocupa de estudar o comportamento humano nas organizações, oferecer suporte, escuta, orientação e pode estar inserido em diferentes áreas dentro da empresa, mais comumente na área de recursos humanos, onde ele se encarrega de recrutamento, aplicação de testes e avaliação dos funcionários, por exemplo (Muller, 2021).

Estudos apontam que condições dignas de trabalho e a garantia do bem-estar do colaborador, causam a redução de estresse e ansiedade, conseqüentemente melhorando o desempenho do profissional e a relação interpessoal na organização (Muller, 2021). Por essa razão, o profissional psicólogo é uma importante ferramenta de auxílio no contexto multidisciplinar da corporação e fortalece de forma relevante o ambiente de trabalho.

3. A SAÚDE MENTAL DE TRABALHADORES DO SISTEMA PRISIONAL

Discutir a saúde mental dos profissionais do sistema prisional exige um olhar que vá além do funcionamento da instituição em si, considerando também os impactos da rotina intensa, repetitiva e frequentemente exaustiva. É necessário refletir sobre as conseqüências que esse ambiente pode gerar nos próprios trabalhadores, especialmente no que se refere à prevenção de doenças emocionais e ao desenvolvimento de um modelo de cuidado contínuo.

Thompson (1993), em sua obra *A Questão Penitenciária*, apresenta reflexões importantes sobre a inserção dos indivíduos no sistema carcerário, destacando os processos que podem conduzir ao adoecimento dos trabalhadores. O autor aponta a necessidade de um olhar cuidadoso para os profissionais expostos às dificuldades e tensões cotidianas desse ambiente. Segundo ele, os Agentes de Segurança Penitenciária (ASPs) enfrentam uma realidade paradoxal: se cumprirem rigorosamente as normas, podem ser vistos como opressores pelos sentenciados e como inadequados pela própria gestão institucional; por outro lado, se forem

mais flexíveis, são considerados negligentes ou relapsos em relação à ordem que devem representar.

Essa contradição constante torna a natureza da função penitenciária duplamente difícil, colocando o trabalhador sob pressão tanto da população carcerária quanto da administração. Como reforça Rumin (2006), esses profissionais são afetados por diversos agentes estressores e ansiogênicos, oriundos do próprio ambiente e da forma como o trabalho é estruturado. Entre os principais fatores, destacam-se o medo constante de violência, a estigmatização do papel que exercem e o surgimento de sintomas psicossomáticos e paranoides relacionados à insegurança.

Ainda segundo Thompson (1993), os ASPs, assim como os sentenciados, estão sujeitos aos chamados "fatores universais de prisionização". Esses fatores incluem a aceitação de um papel inferior, a adoção de novos hábitos (alimentação, vestimenta, linguagem e comportamento), e a internalização das regras e da cultura carcerária. Tais influências, ao se tornarem habituais, impactam negativamente o cotidiano e a visão de futuro desses profissionais. Nesse contexto, é urgente reconhecer a necessidade de políticas de atenção à saúde mental específicas para essa categoria, a fim de mitigar os efeitos de um sofrimento psíquico que pode evoluir para alterações comportamentais significativas.

Além das questões psíquicas, há um impacto direto na identidade social e nas relações com a comunidade. De acordo com Rumin (2020), 76,19% dos trabalhadores entrevistados relataram vivenciar sentimentos de desconsideração social pelo trabalho que realizam, e 23,81% afirmaram sofrer com a representação pejorativa de suas funções. Essa conjuntura afeta não apenas o ambiente profissional, mas também as esferas familiar e social, comprometendo a qualidade de vida desses indivíduos.

A exposição contínua dos trabalhadores a riscos físicos, químicos, psicossociais e biológicos contribui para o desenvolvimento de uma série de doenças e agravos ocupacionais. O adoecimento dos ASPs, portanto, não se restringe ao campo da saúde mental, mas também se manifesta em aspectos físicos e comportamentais. Mudanças no estilo de vida, no ritmo de trabalho e nas relações sociais vêm sendo observadas como efeitos colaterais desse ambiente hostil. Entre essas mudanças, destacam-se: aumento da produtividade à custa da exaustão, redução das pausas para descanso, aumento das responsabilidades, medo da demissão, insegurança quanto ao futuro e, em alguns casos, tendência ao uso abusivo de álcool.

Apesar de doenças como intoxicações, contaminações, acidentes e lesões por esforços repetitivos representarem mais de 90% das notificações nos Centros de Referência em Saúde

do Trabalhador (CERESTs), tem-se observado um crescimento nos registros de transtornos mentais e comportamentais. Segundo dados do Ministério da Saúde (Brasil, 2014), esses transtornos já ocupam o terceiro lugar entre as principais causas de afastamento do trabalho, ficando atrás apenas dos problemas osteomusculares e das lesões traumáticas (Paparelli, Sato & Oliveira, 2011; Seligmann-Silva, 2011).

Esses dados evidenciam a necessidade urgente de um modelo de atenção integral à saúde mental dos trabalhadores do sistema prisional. Cuidar desses profissionais significa, também, zelar pela qualidade e humanidade no trato institucional.

4. METODOLOGIA

A intervenção foi desenvolvida com os funcionários da Associação de Proteção e Assistência aos Condenados de uma cidade do interior do Maranhão, com o objetivo de enfatizar a importância do apoio psicológico para a saúde mental e promover o bem-estar psicológico dos colaboradores, visando reduzir níveis de estresse e ansiedade no ambiente de trabalho na APAC.

A experiência foi estruturada em três encontros. No primeiro encontro, realizamos uma visita à APAC, onde tivemos nosso primeiro contato com os funcionários e conhecemos de forma mais detalhada a estrutura da instituição. Esse momento inicial possibilitou a compreensão da rotina de trabalho, conhecimento de como funciona a APAC e quais as demandas poderiam ser trabalhadas.

No segundo encontro, promovemos inicialmente uma técnica de respiração com intuito de ajudar os participantes a reconhecerem sinais de estresse e praticarem uma técnica rápida de regulação emocional, logo após, realizamos uma dinâmica de acolhimento e vínculo seguida por uma roda de conversa, com o intuito de oferecer um espaço seguro para que os funcionários compartilhassem suas vivências e desafios relacionados ao estresse e à ansiedade no ambiente laboral. A atividade foi essencial para criar um clima de relaxamento, confiança e abertura, favorecendo a escuta e o acolhimento dos participantes.

Ainda nesse segundo momento, foi informado o objetivo do nosso encontro e encaminhado o link do formulário online FORMS com as perguntas do SRQ-20, permitindo que os colaboradores avaliassem seu estado emocional de forma anônima. Essa etapa foi fundamental para a coleta de dados relevantes ao projeto.

No terceiro encontro, com os resultados do SRQ-20 já analisados, realizamos uma intervenção com a presença de um psicólogo convidado Jacques Madean CRP 21/807, onde o mesmo abordou a importância do apoio psicológico aos trabalhadores da APAC e apresentou dados atualizados sobre a saúde mental no contexto do trabalho, com ênfase em estresse e ansiedade. Distribuímos folders informativos sobre ansiedade e estresse no ambiente de trabalho

Realizamos uma roda de conversa onde compartilhamos reflexões e fazemos conexões entre os dados obtidos e os temas discutidos durante a palestra, juntamente com os profissionais da APAC e o Psicólogo convidado. Para concluir o encontro de maneira acolhedora e integrativa, foi oferecido um Coffee Break, promovendo um momento final de interação e agradecimento aos profissionais por nos receberem e aceitarem fazer parte desse projeto.

5. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa foi realizada com 18 funcionários da Associação de Proteção e Assistência aos Condenados (APAC), com idades entre aproximadamente 24 e 56 anos. Do total de participantes, 89% se identificaram com o sexo feminino e 11% com o sexo masculino. A experiência possibilitou uma troca significativa de saberes entre os estudantes de Psicologia e os colaboradores da instituição, evidenciando a importância do suporte psicológico no ambiente ocupacional.

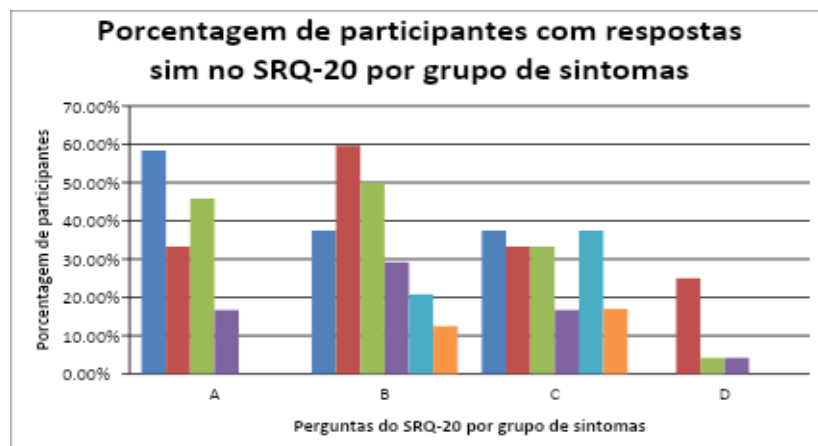
Desde o primeiro encontro, foi possível perceber um espaço acolhedor. No entanto, também foram observados sinais de sobrecarga emocional entre os funcionários, os quais se tornaram mais evidentes ao longo das atividades desenvolvidas.

A análise dos dados coletados por meio do Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20) revelou uma presença significativa de sintomas psicológicos entre os participantes. Para melhor compreensão, os itens foram organizados em quatro categorias sintomáticas. No Grupo A – Sintomas Depressivos, observou-se uma elevada prevalência de respostas afirmativas, com um dos itens ultrapassando 60%. Esses dados apontam para níveis consideráveis de sofrimento emocional, com queixas de tristeza, desmotivação e dificuldades de concentração, sugerindo possíveis quadros depressivos.

No Grupo B – Sintomas Ansiosos, também foram registrados percentuais elevados, atingindo ou ultrapassando 50% em alguns itens. Esses achados indicam que a ansiedade é

recorrente entre os colaboradores, manifestando-se por meio de nervosismo constante, sensação de medo, tensão muscular e distúrbios do sono, como insônia.

Gráfico 1- Porcentagem de participantes com respostas afirmativas no SRQ-20 por grupo de sintomas



A elevada incidência de sintomas depressivos e ansiosos reforça a hipótese de que os trabalhadores estão submetidos a um ambiente de constante pressão emocional e desgaste psíquico. Conforme apontam Simoni e Kobori (2022), o espaço de trabalho pode atuar como um agente de sofrimento psicológico, o que torna fundamental considerar o histórico e o contexto dos funcionários.

A palestra desenvolvida durante a intervenção abordou a importância de um olhar atento ao bem-estar dos profissionais. Por meio do diálogo e da escuta ativa na roda de conversa, buscou-se dar voz às angústias dos colaboradores, esclarecendo dúvidas sobre saúde mental e promovendo um espaço de acolhimento. O objetivo central foi destacar a relevância do cuidado psicológico, sobretudo da psicoterapia, como recurso essencial para a promoção do bem-estar.

Além disso, os relatos compartilhados evidenciaram uma maior conscientização sobre os efeitos nocivos do estresse na rotina de trabalho. A sobrecarga emocional, somada aos plantões e à exposição constante a situações desafiadoras, mesmo em um modelo prisional mais humanizado como o da APAC, ainda representa um risco significativo para o adoecimento mental. Isso demonstra que, apesar da proposta diferenciada da instituição, o ambiente carcerário continua sendo um espaço carregado de tensão.

Reinert, Vergara e Gontijo (2018) destacam que profissionais do sistema prisional lidam cotidianamente com violência simbólica ou real, contribuindo para altos níveis de estresse. A ausência de acompanhamento psicológico contínuo e o estigma associado à atuação em penitenciárias intensificam esse quadro.

Dessa forma, os dados reforçam a necessidade urgente de atenção à saúde mental dos funcionários da APAC. A pesquisa demonstra que fatores como excesso de trabalho, falta de planejamento e conflitos interpessoais, comuns ao contexto prisional, podem desencadear transtornos como ansiedade e depressão. Esses achados estão em consonância com os estudos de Sadir e Lipp (2009), que identificam tais fatores como precursores do estresse ocupacional.

Por fim, destaca-se a reflexão trazida por Thompson (1993), ao afirmar que, dentro da instituição prisional, tanto sentenciados quanto agentes de segurança penitenciária estão expostos a fatores universais de prisionização, como: aceitação de um papel inferior, internalização das normas da prisão, desenvolvimento de novos hábitos e linguajar local. Tais comportamentos podem impactar negativamente a vida cotidiana e a visão de futuro desses trabalhadores, reforçando a urgência da constituição de um modelo de atenção em saúde mental voltado a essa categoria profissional. O sofrimento psíquico prolongado pode desencadear modificações comportamentais com variados graus de gravidade, tornando essencial o investimento em estratégias de cuidado e prevenção.

Após a conclusão das atividades, constatou-se que os colaboradores estavam mais dispostos a compartilhar suas dificuldades emocionais. Muitos dos envolvidos mencionaram que a intervenção se apresentou como um momento significativo de escuta e valorização de suas experiências, o que ajudou a reduzir temporariamente a carga emocional percebida.

722

Os relatos obtidos pelos participantes ao final dos encontros mostraram percepções favoráveis em relação ao suporte emocional e à relevância de ambientes de escuta, no dia a dia institucional.

Dessa forma, os resultados da intervenção revelaram impactos subjetivos relevantes, como um aumento na percepção de apoio emocional, conscientização da importância do suporte psicológico, valorização profissional e reconhecimento pela instituição. Esses efeitos, apesar de serem iniciais e qualitativos, enfatizam a necessidade de manter iniciativas contínuas direcionadas à saúde mental dos colaboradores da APAC.

6. CONCLUSÃO

Este trabalho teve como propósito principal analisar a importância do suporte psicológico e da promoção da saúde mental dos funcionários da APAC. Durante a pesquisa, procurou-se compreender como o ambiente de trabalho, as necessidades emocionais e as responsabilidades ocupacionais impactam o bem-estar psíquico desses colaboradores.

A experiência vivida com os funcionários da APAC mostrou, de forma nítida, a presença de estresse e ansiedade entre os profissionais, resultante do ambiente prisional. Os dados encontrados a partir da aplicação do SRQ-20 indicaram índices relevantes de sintomas depressivos e ansiosos, reforçando a sensibilidade emocional já percebida nos primeiros encontros com a equipe.

Durante o acolhimento e a criação de vínculo, foi possível identificar sinais de desmotivação e tensão acumulada. Esses sinais se intensificaram ao longo do desenvolvimento das atividades, evidenciando a necessidade da criação de estratégias voltadas ao cuidado com a saúde mental dos profissionais.

A comunicação estabelecida entre os estudantes e os colaboradores resultou em momentos de escuta empática e reflexão, validando a hipótese inicial sobre a carência de suporte psicológico no ambiente de trabalho. Nesse contexto, torna-se evidente a necessidade da utilização de técnicas de relaxamento que atendam às demandas emocionais e físicas desses profissionais. Tais práticas contribuem para facilitar o acesso a intervenções eficazes, promovendo a diminuição dos níveis de estresse e ansiedade. A implementação dessas estratégias configura-se como uma das metas prioritárias no atual cenário do sistema prisional.

Este relato contribui, portanto, para evidenciar a importância do cuidado organizacional não apenas voltado aos recuperandos, mas também àqueles que atuam diretamente no funcionamento da APAC. Investir no cuidado, na escuta e no apoio emocional não representa apenas um gesto de valorização dos colaboradores — é uma medida essencial para a promoção da saúde mental e para a humanização do trabalho desenvolvido.

REFERÊNCIAS

BRASIL. *Saúde do Trabalhador*. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/svsa/saude-do-trabalhador>. Acesso em: 28 mar. 2025.

FENZKE, Michele Nunes. *Nível de ansiedade e fatores psicossociais em profissionais da saúde intensivistas*. 2023. 118 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2023. Disponível em: <http://educapes.capes.gov.br/handle/1884/83170>. Acesso em: 11 jun. 2025.

FERREIRA, L. M. (2019). *A saúde mental dos trabalhadores em instituições de assistência penitenciária: Desafios e perspectivas*. Editora Universidade.

MULLER, Greiciele da Silva. *O papel da psicologia organizacional no ambiente de trabalho e na qualidade de vida dos colaboradores*. 2021. Disponível em: <https://repositorio.uergs.edu.br/xmlui/handle/123456789/2040>. Acesso em: 28 mar. 2025.

RUMIN, Cassiano. *Público e privado: as implicações destas noções sobre a saúde mental dos trabalhadores do sistema prisional*. ResearchGate, 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Cassiano-Rumin/publication/340393930_Publico_e_privado_as_implicacoes_destas_nocoas_sobre_a_saude_mental_dos_trabalhadores_do_sistema_prisional/links/5e868ae8299bf13079746dd7/Publico-e-privado-as-implicacoes-destas-nocoas-sobre-a-saude-mental-dos-trabalhadores-do-sistema-prisional.pdf. Acesso em: 28 mar. 2025.

SADIR, Maria Angélica; LIPP, Marilda E. Novaes. As fontes de stress no trabalho. *Revista de Psicologia da IMED*, Passo Fundo, v. 1, n. 1, p. 114–126, 2009.

SANTOS, Sheila Nascimento. *Além das grades: associação entre aspectos psicossociais do trabalho e saúde mental de agentes penitenciários da Região Metropolitana de Salvador, Bahia, Brasil*. 2019. 102 f. Dissertação (Mestrado em Saúde, Ambiente e Trabalho) – Faculdade de Medicina, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2019.

SANTOS, Sheila Nascimento. *Além das grades: associação entre aspectos psicossociais do trabalho e saúde mental de agentes penitenciários da Região Metropolitana de Salvador, Bahia, Brasil*. 2020. 102 f. Dissertação (Mestrado em Saúde, Ambiente e Trabalho) – Faculdade de Medicina, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2020.

SOUZA, F. M., & Almeida, T. G. (2020). O impacto do suporte psicológico no ambiente de trabalho: Análise em instituições de alto risco emocional. *Psicologia e Saúde*, 28(2), 101-112.

THOMPSON, A. *A questão penitenciária*. Rio de Janeiro: Forense, 1993.

SUN, Hao; ZHANG, Tengfei; WANG, Xinyu; WANG, Caixia; ZHANG, Mengqiao; SONG, Hongjiang. *The occupational burnout among medical staff with high workloads after the COVID-19 and its association with anxiety and depression*. *Frontiers in Public Health*, [S.l.], v. 11, p. 1270634, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1270634>. Acesso em: 28 mar. 2025.