

A IMPORTÂNCIA DO ACOMPANHAMENTO PSICOLÓGICO NA QUALIDADE DE VIDA E DESEMPENHO FUNCIONAL DE POLICIAIS MILITARES: UM ESTUDO COM APLICABILIDADE NA POLÍCIA MILITAR DO AMAZONAS

THE IMPORTANCE OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT IN THE QUALITY OF LIFE AND FUNCTIONAL PERFORMANCE OF MILITARY POLICE OFFICERS: A STUDY WITH APPLICABILITY IN THE MILITARY POLICE OF AMAZONAS.

Dieymesson Rodrigo Lopes Meneses¹

Michael Sousa Leite²

Bruno de Almeida Camurça Mendes³

Jorge Magalhães do Carmo⁴

RESUMO: O estudo investigou de maneira profunda e sistemática o impacto positivo do acompanhamento psicológico na qualidade de vida e no desempenho dos policiais militares. Evidenciou-se a relevância das intervenções psicológicas como uma ferramenta essencial na mitigação do estresse e na promoção da saúde mental desses profissionais que enfrentam diariamente situações de alta pressão e risco. Os resultados revelaram que o acompanhamento psicológico não apenas reduz significativamente os níveis de ansiedade e estresse entre os policiais, mas também desencadeia melhorias tangíveis no seu desempenho operacional. Isso ocorre ao fortalecer suas habilidades de enfrentamento e resiliência, capacitando-os a lidar de forma mais eficaz com os desafios complexos da profissão. Além dos benefícios individuais, o suporte psicológico demonstrou ser crucial na promoção de relações interpessoais mais saudáveis e produtivas dentro das equipes policiais. Ao facilitar uma comunicação mais eficaz e uma maior cooperação entre os colegas, o acompanhamento psicológico contribui para a construção de uma cultura organizacional mais sólida e coesa. Em síntese, este estudo reforça a importância estratégica do acompanhamento psicológico como um pilar fundamental para a melhoria contínua da qualidade de vida, do desempenho profissional e das relações interpessoais dos policiais militares. Essas intervenções não só beneficiam diretamente os indivíduos, mas também fortalecem a eficiência operacional e a capacidade das instituições de segurança pública em servir e proteger a comunidade de forma eficaz.

7436

Palavras-Chave: Acompanhamento psicológico. Policiais militares. Qualidade de vida. Desempenho funcional. Saúde mental.

¹Cadete QPEPM da Polícia Militar do Amazonas. Bacharelando em Segurança Pública e do Cidadão pela Universidade do Estado do Amazonas. Universidade do Estado do Amazonas.

²Orientador: Bacharel em Direito, Bacharel em Segurança Pública e do Cidadão, Especialista Ciências Jurídicas, Especialista Segurança Pública e Inteligência Policial, Especialista Gestão Pública Aplicada a Segurança. Universidade do Estado do Amazonas.

³Cadete da Polícia Militar do Amazonas. Bacharel em Direito pela Faculdade Luterana de Manaus. Bacharelando em Segurança Pública e do Cidadão pela Universidade do Estado do Amazonas.

⁴Cadete QPEPM da Polícia Militar do Amazonas. Bacharelando em Segurança Pública e do Cidadão pela Universidade do Estado do Amazonas.

ABSTRACT: This study investigated in depth and systematically the positive impact of psychological support on the quality of life and performance of military police officers. It highlighted the relevance of psychological interventions as an essential tool in mitigating stress and promoting the mental health of these professionals who face high-pressure and high-risk situations daily. The results revealed that psychological support not only significantly reduces anxiety and stress levels among police officers but also triggers tangible improvements in their operational performance. This occurs by strengthening their coping and resilience skills, enabling them to deal more effectively with the complex challenges of the profession. Beyond individual benefits, psychological support proved crucial in promoting healthier and more productive interpersonal relationships within police teams. By facilitating more effective communication and greater cooperation among colleagues, psychological support contributes to building a more solid and cohesive organizational culture. In summary, this study reinforces the strategic importance of psychological support as a fundamental pillar for the continuous improvement of the quality of life, professional performance, and interpersonal relationships of military police officers. These interventions not only directly benefit individuals, but also strengthen the operational efficiency and capacity of public safety institutions to effectively serve and protect the community.

Keywords: Psychological support. Military police officers. Quality of life. Functional performance. Mental health.

INTRODUÇÃO

O acompanhamento psicológico desempenha um papel fundamental na qualidade de vida e no desempenho dos policiais militares. A rotina desses profissionais é marcada por situações de alto estresse, riscos constantes e grande pressão, o que pode resultar em diversos problemas psicológicos, como ansiedade, depressão e transtorno de estresse pós-traumático (TEPT). Esses fatores não só afetam a saúde mental e física dos policiais, mas também comprometem sua eficiência e eficácia no cumprimento de suas funções. Estudos indicam que o apoio psicológico contínuo pode proporcionar melhorias significativas no bem-estar emocional, fortalecendo a resiliência e a capacidade de lidar com adversidades (BRAINER, 2020).

A introdução de programas de acompanhamento psicológico dentro das instituições militares visa, primeiramente, oferecer um suporte adequado para que os policiais possam enfrentar as dificuldades inerentes à profissão. Esse suporte é essencial para prevenir o desenvolvimento de transtornos mentais graves e para proporcionar um espaço seguro onde os profissionais possam expressar suas preocupações e buscar ajuda sem medo de estigmatização. A promoção de uma cultura que valorize a saúde mental é crucial para o sucesso desses programas (ABREU, 2023).

Além dos benefícios diretos para a saúde mental dos policiais, o acompanhamento psicológico também impacta positivamente no desempenho operacional. Policiais emocionalmente estáveis e mentalmente saudáveis são mais capazes de tomar decisões rápidas e precisas, manter o controle em situações críticas e trabalhar de forma colaborativa com seus colegas. Isso resulta em um ambiente de trabalho mais seguro e eficiente, onde a confiança e a cooperação são fortalecidas (GARCIA, 2024).

Outro aspecto relevante é a redução do absenteísmo e do turnover. Policiais que recebem acompanhamento psicológico tendem a ter menores taxas de afastamento por motivos de saúde e são mais propensos a permanecer na corporação. Isso reduz os custos associados à formação de novos recrutas e à substituição de pessoal, além de garantir uma força policial mais experiente e bem-preparada (ARAÚJO, 2023).

Em suma, o acompanhamento psicológico dos policiais militares é uma ferramenta vital que contribui para a melhoria da qualidade de vida e do desempenho desses profissionais. Ao investir na saúde mental dos policiais, as instituições militares promovem um ambiente de trabalho mais saudável, eficiente e seguro, refletindo diretamente na segurança pública e na qualidade do serviço prestado à sociedade (ALVES et al., 2021).

Os objetivos deste estudo são múltiplos e detalhados. O objetivo geral é analisar o impacto do acompanhamento psicológico na qualidade de vida e no desempenho dos policiais militares. Especificamente, busca-se avaliar os níveis de estresse e ansiedade dos policiais militares antes e após a implementação do acompanhamento psicológico. Além disso, pretende-se comparar os índices de desempenho operacional entre policiais militares que participam de sessões de acompanhamento psicológico e aqueles que não participam. Por fim, examina-se o impacto do acompanhamento psicológico na qualidade das relações interpessoais dos policiais militares, focando em aspectos como comunicação, cooperação e suporte social. 7438

O acompanhamento psicológico reduz significativamente os níveis de estresse e ansiedade entre os policiais militares. Policiais militares que recebem acompanhamento psicológico apresentam um desempenho superior em comparação aos que não recebem. Além disso, o acompanhamento psicológico contribui para a melhora da qualidade das relações interpessoais dos policiais militares, tanto no ambiente de trabalho quanto na vida pessoal.

O presente estudo realiza uma análise qualitativa, caracterizada como uma revisão bibliográfica exploratória e descritiva. Segundo Gil (2008), a pesquisa de revisão bibliográfica é desenvolvida com base em material já elaborado, como livros e artigos

científicos. O autor também destaca que o estudo exploratório permite uma maior familiaridade com o tema, expandindo o conhecimento do pesquisador e possibilitando o aperfeiçoamento e a elucidação de conceitos e ideias. No aspecto descritivo, busca-se desenvolver e esclarecer conceitos e ideias para a formulação de problemas mais precisos.

A revisão de literatura deste trabalho envolveu publicações indexadas nos bancos de dados eletrônicos Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e PubMed. Os descritores utilizados para a busca de estudos foram: "Saúde Mental", "Psicologia", "Polícia Militar" além de seus correspondentes em inglês: "Mental Health", "Psychology", "Military Police"

Como critério de inclusão, foram utilizados artigos completos de acesso livre, publicados em português e inglês nos últimos cinco anos (2020-2024). Os critérios de exclusão incluíram artigos não disponíveis na íntegra e aqueles que não estavam alinhados com a temática do estudo. Os dados foram extraídos e organizados em fichas/planilhas específicas. Os trabalhos selecionados, com base nos critérios de inclusão e exclusão, foram mantidos em pastas para análise específica.

Após a seleção, conforme os critérios estabelecidos, os artigos foram lidos criteriosamente para identificar aqueles que mais se alinhavam ao tema abordado. Ao final da revisão, foi utilizado um número total de artigos considerados relevantes para o estudo.

7439

2. AVALIAÇÃO DE ESTRESSE

A avaliação dos níveis de estresse e ansiedade entre os policiais militares representa um aspecto crucial para compreender os impactos do acompanhamento psicológico em sua saúde mental. A rotina desses profissionais é caracterizada por situações de alto risco e pressão constante, o que pode contribuir significativamente para o desenvolvimento de problemas psicológicos como estresse crônico e ansiedade (Gomes, 2023). Antes da implementação do acompanhamento psicológico, muitos policiais enfrentam desafios emocionais sem o suporte adequado. O estresse decorrente das demandas do trabalho pode se acumular ao longo do tempo, afetando não apenas o bem-estar pessoal, mas também o desempenho profissional. A falta de intervenção pode resultar em sintomas psicológicos mais severos, como síndrome de burnout ou transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) (Santos et al., 2023). A introdução de programas estruturados de acompanhamento psicológico visa mitigar esses efeitos negativos. Ao proporcionar um espaço seguro e confidencial para os policiais discutirem suas experiências e emoções, esses programas ajudam a reduzir os níveis de estresse e ansiedade.

Através de sessões regulares com profissionais treinados, os policiais podem aprender técnicas de manejo do estresse, desenvolver habilidades de resiliência e encontrar apoio emocional para lidar com os desafios diários da profissão (Hernandez, 2022).

A implementação de tais programas não é apenas uma medida de suporte emocional, mas também uma estratégia para aprimorar o desempenho operacional dos policiais. Com uma saúde mental mais equilibrada, os policiais têm maior capacidade de tomar decisões rápidas e eficazes em situações de crise, melhorando assim a eficiência e a segurança nas operações. Estudos indicam que policiais com acesso a suporte psicológico demonstram uma melhora significativa na capacidade de concentração, na gestão de conflitos e na comunicação assertiva, habilidades essenciais para o cumprimento de suas funções (Moura, 2023).

Ademais, o impacto do acompanhamento psicológico transcende o âmbito individual, refletindo-se nas relações interpessoais e no ambiente de trabalho. Um policial com boa saúde mental tende a interagir de forma mais positiva com seus colegas, promovendo um ambiente de cooperação e suporte mútuo. As habilidades de comunicação aprimoradas através do acompanhamento psicológico contribuem para uma maior eficácia na resolução de problemas e na coordenação de equipe. Dessa forma, a introdução de programas psicológicos não só beneficia o indivíduo, mas também fortalece a dinâmica de grupo dentro das unidades policiais (Moura, 2023).

7440

É igualmente importante considerar o impacto do acompanhamento psicológico na prevenção de problemas mais graves de saúde mental. Intervenções precoces podem evitar que o estresse e a ansiedade se transformem em condições mais debilitantes, como a depressão severa ou o TEPT. Proporcionar aos policiais ferramentas para o manejo do estresse e apoio emocional contínuo pode resultar em uma força de trabalho mais resiliente e menos propensa a afastamentos por motivos de saúde mental. Isso, por sua vez, contribui para a sustentabilidade e a eficiência das operações policiais a longo prazo (Gomes, 2023).

Além disso, a valorização da saúde mental dos policiais pode ter um efeito positivo na percepção pública da instituição policial. Demonstrar um compromisso com o bem-estar dos profissionais pode melhorar a imagem da polícia junto à comunidade, aumentando a confiança e a cooperação entre a população e as forças de segurança. Programas de acompanhamento psicológico bem-sucedidos podem servir de modelo para outras instituições, promovendo uma cultura de cuidado e suporte no ambiente de trabalho (Santos et al., 2023).

Em síntese, a avaliação dos níveis de estresse e ansiedade entre os policiais militares e

a implementação de programas de acompanhamento psicológico são essenciais para promover a saúde mental, melhorar o desempenho profissional e fortalecer as relações interpessoais. Através de intervenções estruturadas, é possível criar um ambiente de trabalho mais saudável e eficiente, beneficiando tanto os policiais quanto a comunidade que eles servem. A pesquisa contínua e a adaptação desses programas às necessidades específicas dos policiais são fundamentais para garantir sua eficácia e sustentabilidade a longo prazo.

Em suma, a avaliação dos níveis de estresse e ansiedade antes e após o acompanhamento psicológico oferece insights fundamentais sobre a eficácia desses programas na promoção da saúde mental dos policiais militares. Ao reconhecer e abordar esses desafios de forma proativa, as instituições podem não apenas melhorar o bem-estar de seus profissionais, mas também fortalecer sua capacidade de servir e proteger a comunidade de maneira eficaz (NOVAES, 2023).

2.1. Acompanhamento psicologico

A comparação dos índices de desempenho operacional entre policiais militares que participam de sessões de acompanhamento psicológico e aqueles que não participam revela aspectos cruciais sobre o impacto do suporte psicológico na eficiência e na qualidade do trabalho desses profissionais (SOUZA, 2024).

7441

Policiais que enfrentam altos níveis de estresse e ansiedade sem intervenção adequada podem experimentar dificuldades no desempenho operacional. O estresse crônico pode afetar a tomada de decisões rápidas e precisas, comprometer a capacidade de concentração e diminuir a eficiência na resolução de problemas complexos. Além disso, problemas não resolvidos de saúde mental podem levar a uma redução na motivação, aumento do absenteísmo e maior risco de erros no cumprimento de suas funções (SALES FRAGA, 2024).

Por outro lado, policiais que participam regularmente de sessões de acompanhamento psicológico têm a oportunidade de aprender estratégias eficazes de manejo do estresse, desenvolver habilidades de resiliência e melhorar sua saúde mental geral. Ao fornecer um espaço seguro para discutir preocupações e traumas relacionados ao trabalho, esses programas ajudam os policiais a lidar de maneira mais eficaz com as pressões da profissão (SILVA, 2022).

A partir dessa perspectiva, espera-se que policiais que recebem apoio psicológico demonstrem um desempenho operacional mais consistente e confiável ao longo do tempo. Eles podem demonstrar maior capacidade de adaptar-se a situações desafiadoras, manter um nível

adequado de vigilância e colaborar de forma mais eficaz com seus colegas (VALE, 2022).

Em conclusão, a comparação dos índices de desempenho operacional entre policiais militares que participam de acompanhamento psicológico e aqueles que não participam oferece uma visão crítica sobre os benefícios do suporte psicológico na eficiência e na eficácia desses profissionais. Investir na saúde mental dos policiais não só promove um ambiente de trabalho mais saudável e seguro, mas também contribui para o cumprimento efetivo das responsabilidades de proteger e servir a comunidade (SIMON, 2023).

2.2. Qualidade da saúde mental e seus impactos

Examinar o impacto do acompanhamento psicológico na qualidade das relações interpessoais dos policiais militares revela como intervenções psicológicas podem fortalecer aspectos fundamentais no ambiente de trabalho e na vida pessoal desses profissionais (Araújo, 2023). As relações interpessoais dentro das forças policiais são essenciais para o trabalho em equipe eficaz e para a manutenção de um ambiente de trabalho coeso e colaborativo. No entanto, o estresse crônico e os desafios emocionais podem impactar negativamente a comunicação, a cooperação e o suporte social entre os colegas (Garcia, 2024).

O acompanhamento psicológico oferece uma plataforma onde os policiais podem explorar e discutir questões pessoais e profissionais que afetam suas relações interpessoais. Ao aprender técnicas de comunicação eficaz, desenvolver habilidades de escuta ativa e praticar estratégias de resolução de conflitos, os policiais podem melhorar significativamente a qualidade de suas interações no trabalho (Silva, 2022). Além disso, o suporte psicológico ajuda os policiais a fortalecer os laços de confiança e solidariedade dentro da equipe. O compartilhamento de experiências e emoções em um ambiente seguro promove um senso de camaradagem e apoio mútuo, essencial para enfrentar os desafios diários da profissão (Hernandez, 2022).

A cooperação entre colegas também é beneficiada pelo acompanhamento psicológico, pois os policiais aprendem a trabalhar de forma mais colaborativa e eficiente em situações de alta pressão. Eles desenvolvem uma compreensão mais profunda das necessidades e estilos de trabalho uns dos outros, promovendo uma cultura organizacional mais positiva e produtiva (Moura, 2023).

Assim, o impacto do acompanhamento psicológico na qualidade das relações interpessoais dos policiais militares é fundamental e abrangente. Ao fortalecer a comunicação,

a cooperação e o suporte social entre os membros da corporação, esses programas não apenas melhoram o ambiente de trabalho imediato, mas também promovem um impacto positivo no bem-estar geral dos policiais.

A dinâmica das relações interpessoais dentro das forças policiais desempenha um papel crucial na eficácia das operações diárias. Policiais que se sentem apoiados emocionalmente e que têm um canal seguro para discutir suas emoções estão mais aptos a enfrentar desafios com calma e eficiência. Isso não apenas reduz o estresse individual, mas também fortalece a resiliência coletiva da equipe frente a situações de alta pressão e crises inesperadas (Hernandez, 2022).

Além disso, o investimento na saúde mental dos policiais militares não pode ser subestimado. Problemas não tratados, como estresse crônico, ansiedade e até mesmo casos mais graves como transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), não apenas impactam negativamente o indivíduo, mas também podem afetar negativamente a dinâmica de toda a unidade. A implementação de programas de acompanhamento psicológico não só ajuda a prevenir o surgimento de problemas de saúde mental, mas também facilita intervenções precoces e suporte contínuo, melhorando assim a saúde emocional e psicológica geral dos policiais (Gomes, 2023).

7443

Ao promover um ambiente de trabalho saudável e colaborativo, onde a comunicação eficaz e o apoio mútuo são incentivados, os programas de acompanhamento psicológico não apenas beneficiam os indivíduos, mas também fortalecem a coesão da equipe. Policiais que se sentem valorizados e apoiados tendem a trabalhar de forma mais eficiente e cooperativa, o que, por sua vez, contribui para o sucesso das missões de segurança pública e para a proteção da comunidade (Silva, 2022).

Portanto, a valorização da saúde mental e das relações interpessoais dos policiais militares não é apenas uma questão de bem-estar individual, mas também uma estratégia essencial para o aprimoramento da segurança pública. Investir nessas áreas não só melhora a qualidade de vida dos policiais, mas também fortalece a capacidade da instituição policial de enfrentar os desafios contemporâneos com eficiência e humanidade.

3. O CASO DA POLÍCIA MILITAR

A profissão policial militar é intrinsecamente estressante. Como observam Oliveira et al. (2025), esses profissionais atuam em contextos marcados por violência, tensão constante e

pressão social, tornando-se mais vulneráveis a transtornos como ansiedade, depressão, estresse pós-traumático e síndrome de burnout. No entanto, o sofrimento psíquico não deriva apenas das externalidades do trabalho, mas é agravado por fatores endógenos às instituições, como a cultura organizacional que desestimula a busca por ajuda, a rigidez hierárquica, a escassez de suporte psicológico e a estigmatização da vulnerabilidade (Siqueira & Passo, 2025; Nunes, 2017 apud Siqueira & Passo, 2025).

3.1. A Epidemia de Absenteísmo por Transtornos Mentais

O estudo de Monteconrado et al. (2025) apresenta dados contundentes sobre o absenteísmo. Entre 2019 e 2024, as licenças para tratamento de saúde (LTS) por transtornos psicológicos/psiquiátricos saltaram de 309 para 1.581, um aumento de 411%.

O pico inicial em 2020-2021 está claramente associado aos impactos da pandemia de COVID-19, período em que os policiais tiveram sua carga de trabalho e exposição ao estresse intensificadas, sem a possibilidade de isolamento (Monteconrado et al., 2025). No entanto, o novo e dramático salto em 2024, com quase 1/5 do efetivo afastado, indica que a crise é estrutural e persistente, agravada por fatores pós-pandêmicos como a fadiga por estresse acumulado e a demora no diagnóstico.

7444

O estudo transversal de Galvão et al. (2025), citado por Monteconrado et al. (2025), detalha o perfil desses afastamentos. Em uma amostra de 1.628 prontuários (2021-2022), os transtornos mentais e comportamentais foram a principal causa de afastamento (24,44%), à frente de doenças musculoesqueléticas e lesões. A faixa etária mais afetada foi a de 31 a 40 anos (49,69%), predominando praças (82,49%) do sexo masculino (77,51%). Os diagnósticos mais frequentes foram episódios depressivos (31,18%), transtorno de pânico (17,32%) e transtornos ansiosos (16,83%) (Oliveira et al. (2025).

3.2. A Tragédia do Suicídio Ocupacional

Enquanto o absenteísmo reflete o adoecimento, o suicídio representa seu desfecho mais extremo. Siqueira & Passo (2025) trazem dados cruciais sobre esse aspecto: após um ano de 2019 sem registros, a PMAM passou a contabilizar suicídios de policiais da ativa a partir de 2020, totalizando 10 casos entre 2020 e 2023, com um pico de 4 ocorrências apenas em 2023. Este dado é especialmente alarmante pois rompe um “histórico zero” e revela uma tendência ascendente. Como analisam os autores à luz de Durkheim, esse fenômeno pode ser interpretado como um

indicador de anomia institucional – uma desintegração das normas de apoio e coesão dentro da corporação, que deixa o indivíduo isolado em seu sofrimento (Siqueira & Passo, 2025).

3.3. A Insuficiência da Estrutura de Apoio

Os três estudos convergem ao diagnosticar a total desproporção entre a demanda por cuidado em saúde mental e a estrutura oferecida pela instituição. Siqueira & Passo (2025) revelam que, para atender mais de 8.500 policiais e seus dependentes, a PMAM contava, no período analisado, com apenas oito psicólogos e uma psiquiatra efetivos. O planejamento institucional previa um quadro de 24 psicólogos, evidenciando uma insuficiência estrutural crônica. Além disso, todos os atendimentos estavam centralizados em Manaus, excluindo policiais lotados no interior do estado, o que viola o princípio da universalidade do acesso.

Monteconrado et al. (2025) e Oliveira et al. (2025) corroboram essa visão, destacando a ausência de programas permanentes de prevenção ao suicídio, a falta de protocolos institucionais de acolhimento e a natureza pontual e fragmentada das ações existentes (como palestras esporádicas no Setembro Amarelo). A cultura organizacional, pautada pelo silêncio e pela invulnerabilidade, atua como uma barreira intangível, mas poderosa, que desencoraja a busca por ajuda e estigmatiza quem o faz (Oliveira et al, 2025).

7445

3.4. Impactos Operacionais e Financeiros

A crise de saúde mental tem consequências diretas e graves para a segurança pública. Monteconrado et al. (2025) calculam que o afastamento de 1.581 policiais em 2024 representou um custo financeiro estimado em R\$ 47,4 milhões em salários pagos a profissionais fora de atividade. O impacto operacional é ainda mais sério: com 20,83% do efetivo afastado, há sobrecarga para os policiais remanescentes, desorganização das escalas de serviço, redução da capacidade de resposta a ocorrências e enfraquecimento do policiamento preventivo. Isso gera um ciclo vicioso: piores condições de trabalho levam a mais adoecimento, que por sua vez deteriora ainda mais o serviço. Como conclui Monteconrado et al. (2025), a omissão com a saúde mental “ameaça a efetividade constitucional da instituição”.

4. A CONVERGÊNCIA ENTRE FATORES DE RISCO E FALHAS SISTÊMICAS

A análise conjunta dos dados e das fundamentações teóricas permite identificar um conjunto interligado de fatores de risco que explicam a gravidade da crise de saúde mental na

PMAM e, por extensão, em outras corporações militares.

4.1. Fatores de Risco Psicossociais no Trabalho Policial

Oliveira et al. (2025) elencam os principais fatores que comprometem a saúde mental dos policiais no Amazonas: sobrecarga de trabalho por insuficiência de efetivo, estresse crônico por confrontos e tensão, ausência de apoio psicológico constante, instabilidade nas relações familiares devido à rotina irregular e baixa valorização profissional. A esses, somam-se fatores amazônicos específicos, como a extensão territorial, os desafios logísticos em áreas remotas e a violência em determinadas regiões. A necessidade de complementar a renda em dias de folga, devido aos baixos salários, impede o descanso e perpetua o estado de alerta (MONTECONRADO et al, 2025).

4.2. A Cultura Organizacional como Barreira

Talvez o fator mais pernicioso identificado pelos estudos seja a cultura organizacional militar. Ela é descrita como pautada pela disciplina rígida, pela hierarquia verticalizada, pela valorização da “imagem do herói” invulnerável e pela repressão às emoções (MONTECONRADO et al, 2025). Nesse ambiente, buscar ajuda psicológica é visto como sinal de fraqueza, falta de capacidade para o cargo e até como uma ameaça à carreira. Essa “cultura do silêncio” cria um estigma institucional poderoso que isola o profissional em sofrimento, impedindo a detecção precoce de problemas e o acesso ao tratamento (Botega, 2015). Como resultado, muitos policiais só buscam ajuda, ou têm seu problema identificado, quando o quadro já está grave, frequentemente culminando em afastamento prolongado ou tragédia.

7446

4.3. A Omissão do Estado e a Violação de Direitos

A conjugação dos dados empíricos com o referencial teórico permite afirmar que o Estado do Amazonas tem falhado, de maneira sistemática e grave, no cumprimento de seu dever constitucional de proteger a saúde mental de seus policiais militares. Essa falha se manifesta em várias dimensões:

Omissão Normativa pois existe uma ausência de uma política estadual estruturada e permanente de saúde mental para a segurança pública, com orçamento próprio e metas definidas. Omissão Estrutural como um fator de manutenção de um quadro de profissionais de saúde mental drasticamente insuficiente e não descentralizado. Omissão Cultural que

consubstancia-se na falta de iniciativas consistentes para combater o estigma e transformar a cultura organizacional, promovendo a busca por ajuda. Omissão Preventiva, sendo a Inexistência de programas de prevenção ao suicídio, triagem periódica de saúde mental e formação de gestores para lidar com o adoecimento psíquico da tropa.

Essa omissão multifacetada configura, nos termos de Sarlet (2015) e Greco (2012), uma violação do mínimo existencial e do direito a um meio ambiente de trabalho saudável, gerando responsabilidade objetiva do Estado. Os casos de suicídio, em especial, com o nexos causal estabelecido com as condições laborais e a falta de suporte, são a face mais dramática dessa violação de direitos fundamentais, notadamente do direito à vida e à dignidade da pessoa humana (Siqueira & Passo, 2025).

CONCLUSÃO

O acompanhamento psicológico emerge como uma intervenção crucial para melhorar tanto a qualidade de vida quanto o desempenho dos policiais militares. Este estudo demonstrou que os desafios enfrentados por esses profissionais, como o estresse constante e as situações de alto risco, podem ter impactos significativos em sua saúde mental e eficácia operacional. A rotina intensa e imprevisível da atividade policial frequentemente expõe os policiais a traumas emocionais e físicos, que podem se acumular ao longo do tempo sem intervenção adequada.

7447

O acompanhamento psicológico oferece um espaço vital para processar essas experiências, reduzir sintomas de estresse e ansiedade, e fortalecer recursos psicológicos essenciais para enfrentar as demandas do trabalho policial.

Ao longo da análise, ficou claro que o acompanhamento psicológico não apenas ajuda a reduzir os níveis de estresse e ansiedade, mas também fortalece as habilidades de enfrentamento e a resiliência dos policiais. Isso não só melhora sua capacidade de lidar com situações críticas no trabalho, mas também promove um ambiente psicologicamente mais saudável e suportivo.

Os policiais que participam desses programas relatam uma melhoria na capacidade de gerenciar o estresse do dia a dia, o que se reflete em uma maior clareza de pensamento e em decisões mais acertadas durante as operações.

Além disso, o estudo revelou que policiais que participam de sessões regulares de acompanhamento psicológico tendem a apresentar um desempenho operacional superior. Eles demonstram maior eficiência na tomada de decisões, melhor comunicação interpessoal e maior

colaboração em equipe. Esses aspectos são fundamentais para o sucesso das operações policiais e para a segurança pública como um todo.

A capacidade de manter a calma sob pressão e de trabalhar de forma eficaz em equipe não apenas melhora o desempenho individual dos policiais, mas também contribui para um ambiente organizacional mais coeso e adaptável.

Outro ponto importante foi o impacto positivo do acompanhamento psicológico na qualidade das relações interpessoais dos policiais. Ao desenvolver habilidades de comunicação mais eficazes e fortalecer os laços de confiança e apoio mútuo, os policiais criam um ambiente de trabalho mais coeso e colaborativo. As relações interpessoais dentro das equipes policiais são essenciais para a confiança mútua e para a cooperação eficaz, elementos fundamentais para a segurança pública e para o bem-estar dos agentes envolvidos.

Portanto, conclui-se que o investimento na saúde mental dos policiais militares através do acompanhamento psicológico não apenas beneficia diretamente os indivíduos, melhorando sua qualidade de vida e bem-estar emocional, mas também otimiza a eficácia operacional e a coesão da equipe. Esse suporte contínuo é essencial para garantir que os policiais possam enfrentar os desafios da profissão de forma resiliente e eficaz, contribuindo positivamente para a segurança e o bem-estar da comunidade que servem.

7448

A implementação de programas eficazes de acompanhamento psicológico não deve ser vista apenas como uma medida corretiva, mas sim como um investimento estratégico na saúde e no desempenho dos agentes de segurança pública, com benefícios duradouros tanto para os indivíduos quanto para a sociedade como um todo.

REFERÊNCIAS

- ABREU, Juan Martins Lima. *A Importância Do Acompanhamento Psicológico De Policiais*. 2023.
- ALVES, Werick Medeiros et al. *Estresse e garantia do direito à saúde de policiais militares: uma revisão sistemática*. Research, Society and Development, v. 10, n. 13, p. e592101321597-e592101321597, 2021.
- ARAÚJO, Renata Façanha de. *Elaboração De Um Protocolo De Atendimento Para Diagnóstico E Acompanhamento De Policiais Militares Com Suspeita De Disfunção Temporomandibular (Dtm) Na Polícia Militar Do Maranhão (Pmma)*. 2023.
- BOTEGA, N. J. *Crise suicida: avaliação e manejo*. Artmed. 2015
- BRAINER, José Diego. *A qualidade de vida dos policiais militares lotados no 4º BPM/PE—uma perspectiva constitucional*. 2020.

GARCIA, Marcos Leandro. *A importância da saúde mental para os policiais militares: estratégias e cuidados na profissão*. Revista Integrar, v. 2, n. 1, p. 1-12, 2024.

GIL, Antônio Carlos. *Como elaborar projetos de pesquisa*. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GOMES, Livia Ana de Sá. *O impacto do estresse ocupacional e o trabalho como policial no Brasil: uma revisão integrativa de literatura*. 2023.

HERNANDEZ, WILLIAM. *Relações Entre Exercício F Policiais Militares*. 2022. Tese de Doutorado. UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS.

MONTECONRADO, Glenda Martins et al. *Saúde Mental E Absenteísmo Na Polícia Militar Do Amazonas: Uma Análise Do Impacto Na Segurança Pública*. Revista Geopolítica Transfronteiriça, [S.l.], v. 4, n. 9, p. 01 - 14, out. 2025. ISSN 2527-2349. Disponível em: <<https://periodicos.uea.edu.br/index.php/revistageotransfronteirica/article/view/4877>>. Acesso em: 12 dez. 2025.

MOURA, Elaine de Araújo. *Qualidade de vida no trabalho dos policiais militares da Bahia: avaliação pelo WHOQOL-BREF*. 2023.

NOVAES, Felipe Conceição. *Atendimento psicológico de policiais como política de segurança pública*. 2023.

OLIVEIRA, A. S. et al. (2025). *Saúde Mental Dos Policiais Militares Do Amazonas: Fatores De Risco Que Influenciam No Desempenho Da Função*. IOSR Journal of Business and Management (IOSR-JBM), 27(8), 51-57.

7449

SALES FRAGA, Vinícius et al. *Estresse Ocupacional nas Forças de Segurança Pública: Uma Revisão Sistemática*. Revista FSA, v. 21, n. 2, 2024.

SANTOS, Jadson Ramos et al. *O PAPEL DO PROCESSO DE Avaliação Psicológica Na Promoção E Prevenção Em Saúde Mental: implementando um plano piloto de avaliação psicológica periódica no BPChoque da Polícia Militar do Maranhão*. 2023.

SILVA, Carlos Humberto Cruz. " *Tá tudo bem?!": Um aplicativo para acompanhamento da saúde física e mental dos policiais militares*. 2022.

SIQUEIRA, N. S.; PASSO, S. B. (2025). *Saúde mental e suicídio entre policiais militares no Amazonas: uma análise da responsabilidade do estado*. Revista Observatorio de la Economía Latinoamericana, 23(7), 01-19.

SIMON, Gustavo Saloum. *Percepção Da Saúde Mental Em Policiais Civis Da Delegacia Regional De Manhuaçu/Mg*. Repositório de Trabalhos de Conclusão de Curso, 2023.

SOUZA, Robilene Santos; DE OLIVEIRA, Roberval Passos; COSTA, Fabíola Marinho. *A SAÚDE Da Trabalhadora E Do Trabalhador Policial Militar: Uma Revisão Integrativa*. Revista Saúde Multidisciplinar, v. 16, n. 1, 2024.

VALE, Gabriele da Silva. *O adoecimento psicológico dos Policiais Militares em decorrência das exigências impostas pela prática profissional*. 2022.