

SAÚDE MENTAL COMO FATOR DE PRONTIDÃO OPERACIONAL: UM MODELO INTEGRADO DE RESILIÊNCIA PSICOLÓGICA NA POLÍCIA MILITAR DO PARANÁ

MENTAL HEALTH AS A FACTOR OF OPERATIONAL READINESS: AN INTEGRATED MODEL OF PSYCHOLOGICAL RESILIENCE IN THE MILITARY POLICE OF PARANÁ

Antonio Rogerio Custodio dos Santos¹

RESUMO: A atividade policial militar caracteriza-se por elevados níveis de exposição a fatores de estresse ocupacional, os quais impactam diretamente a saúde mental dos profissionais e, conseqüentemente, a prontidão operacional das instituições de segurança pública. Nesse contexto, o presente estudo tem como objetivo analisar a saúde mental como variável estratégica para a eficiência do serviço policial, propondo um modelo integrado de prevenção ao adoecimento psicológico aplicável à Polícia Militar do Paraná. A pesquisa foi desenvolvida por meio de revisão bibliográfica de estudos nacionais e internacionais sobre saúde mental policial, associada à análise documental de práticas institucionais. O estudo identifica que o estresse ocupacional crônico, quando não gerenciado adequadamente, compromete a capacidade decisória, o desempenho operacional e a qualidade do serviço prestado à sociedade. Como contribuição central, propõe-se um modelo institucional estruturado em quatro eixos complementares: apoio psicológico institucional, fortalecimento das redes de apoio entre pares, desenvolvimento da liderança organizacional e integração da espiritualidade e do voluntariado policial como fatores de proteção psicossocial. Como estudo de caso, destaca-se o Acampamento Católico Militar da Polícia Militar do Paraná, iniciativa que evidencia o potencial do voluntariado institucional e da assistência espiritual na formação de redes de apoio, no fortalecimento da resiliência psicológica e na promoção do bem-estar da tropa. Conclui-se que a saúde mental deve ser compreendida como elemento estratégico de gestão policial, sendo determinante para a manutenção da prontidão operacional, para a redução de riscos institucionais e para o fortalecimento da eficiência organizacional nas corporações militares estaduais.

Palavras-chave: saúde mental policial. prontidão operacional. resiliência psicológica. estresse ocupacional. gestão policial. apoio entre pares. espiritualidade. Polícia Militar.

ABSTRACT: Military police activity is characterized by high levels of exposure to occupational stressors, which directly impact officers' mental health and, consequently, the operational readiness of public security institutions. In this context, the present study aims to analyze mental health as a strategic variable for police performance, proposing an integrated model for the prevention of psychological distress applicable to the Military Police of Paraná, Brazil. The research was conducted through a literature review of national and international studies on police mental health, combined with documentary analysis of institutional practices. The findings indicate that chronic occupational stress, when not properly managed, compromises decision-making capacity, operational performance, and the quality of services delivered to society. As a central contribution, this study proposes an institutional model structured around four complementary axes: institutional psychological support, strengthening of peer support networks, development of organizational leadership, and integration of spirituality and police volunteerism as psychosocial protective factors. As a case study, the Military Catholic Camp of the Paraná Military Police is highlighted, demonstrating the potential of institutional volunteerism and spiritual assistance in building support networks, enhancing psychological resilience, and promoting personnel well-being. It is concluded that mental health should be understood as a strategic component of police management, being essential for maintaining operational readiness, reducing institutional risks, and strengthening organizational efficiency in military police forces.

Keywords: police mental health. operational readiness. psychological resilience. occupational stress; police management. peer support. police volunteerism. spirituality. Military Police of Paraná.

¹ Especialista em Segurança Pública, Análise Criminal e Gestão Pública. Faculdade União Nelson Aeschi (FACULDADE UNINA), Curitiba, Paraná, Brasil. Chefe do Centro de Material Bélico da Diretoria de Logística da Polícia Militar do Paraná (CMB/DL/PMPR).

1 INTRODUÇÃO

A segurança pública constitui uma das funções essenciais do Estado moderno, sendo exercida por profissionais que frequentemente enfrentam situações de elevado risco físico e psicológico. No Brasil, a Polícia Militar exerce papel fundamental na preservação da ordem pública, sendo responsável pelo policiamento ostensivo e pela manutenção da segurança da sociedade.

Entretanto, a natureza da atividade policial militar expõe seus integrantes a múltiplos fatores de estresse ocupacional. Entre esses fatores destacam-se a exposição constante à violência, o risco de morte, a pressão institucional, a responsabilidade decisória em situações críticas e a imprevisibilidade das ocorrências.

Diversos estudos internacionais apontam que policiais apresentam níveis de estresse ocupacional significativamente superiores à média de outras profissões. A exposição repetida a eventos traumáticos pode resultar no desenvolvimento de transtornos psicológicos como depressão, ansiedade, síndrome de burnout e transtorno de estresse pós-traumático.

Nesse contexto, a promoção da saúde mental dos profissionais de segurança pública passou a ser reconhecida como um tema estratégico para as instituições policiais contemporâneas.

No âmbito da Polícia Militar do Paraná, iniciativas voltadas à promoção da saúde biopsicossocial dos militares estaduais têm sido estimuladas institucionalmente, incluindo ações de assistência social, acompanhamento médico e apoio espiritual.

Entre essas iniciativas destaca-se o Acampamento Católico Militar, atividade promovida pela Capelania Militar da Corporação que busca fortalecer a dimensão humana, emocional e espiritual dos policiais e bombeiros militares.

Este artigo tem como objetivo analisar a importância de estratégias institucionais de prevenção ao estresse ocupacional na atividade policial militar, com especial enfoque na participação voluntária dos próprios militares estaduais como agentes multiplicadores de apoio psicossocial dentro da organização.

2 ESTRESSE OCUPACIONAL NA ATIVIDADE POLICIAL

O estresse ocupacional pode ser definido como a resposta fisiológica e psicológica do indivíduo diante de demandas profissionais que excedem sua capacidade de adaptação. No contexto policial, diversos fatores contribuem para o surgimento desse fenômeno, como veremos a seguir.

2.1 Exposição constante à violência

Militares estaduais lidam frequentemente com ocorrências envolvendo crimes violentos, confrontos armados, acidentes graves e situações de sofrimento humano intenso.

2.2 Imprevisibilidade das ocorrências

A natureza do trabalho policial exige estado permanente de alerta, uma vez que qualquer ocorrência pode evoluir rapidamente para situações de risco extremo.

2.3 Pressão institucional e social

A atuação policial é permanentemente observada e julgada pela sociedade e pelos meios de comunicação, aumentando a pressão psicológica sobre os profissionais.

2.4 Responsabilidade decisória

Policiais frequentemente precisam tomar decisões críticas em poucos segundos, cujas consequências podem impactar diretamente a vida de terceiros e a própria carreira profissional.

Essa combinação de fatores torna a atividade policial uma das profissões mais suscetíveis ao desenvolvimento de estresse ocupacional crônico.

3 IMPACTOS PSICOLÓGICOS DO TRABALHO POLICIAL

O impacto psicológico da atividade policial tem sido amplamente estudado na literatura científica internacional. Estudos indicam que profissionais de segurança pública apresentam maior incidência de transtornos mentais em comparação à população geral, em razão da exposição contínua a situações de risco e eventos potencialmente traumáticos (CARLETON et al., 2018; VIOLANTI et al., 2017). Entre os principais efeitos observados destacam-se:

a) Síndrome de Burnout: Caracterizada por exaustão emocional, perda de motivação e redução da realização profissional, sendo frequentemente associada a ambientes de trabalho com alta demanda emocional e baixa percepção de reconhecimento institucional (MILLER, 2006; VIOLANTI et al., 2017).

b) Ansiedade e depressão: A exposição contínua a situações de risco e sofrimento humano pode desencadear transtornos emocionais significativos, sendo que policiais apresentam níveis elevados de ansiedade e sintomas depressivos quando comparados a outras categorias profissionais (CARLETON et al., 2018).

c) Transtorno de estresse pós-traumático (TEPT): Eventos traumáticos vivenciados durante o serviço policial podem gerar sintomas persistentes como revivescência, hipervigilância e alterações de humor, sendo o TEPT uma das condições mais associadas à atividade policial em estudos internacionais (PAPAZOGLU; ANDERSEN, 2014; VIOLANTI et al., 2017).

Esses impactos podem afetar não apenas o desempenho profissional do policial, mas também sua vida familiar e social, comprometendo relações interpessoais e a qualidade de vida dos profissionais (CARLETON et al., 2018).

4 SUICÍDIO POLICIAL COMO PROBLEMA DE SAÚDE OCUPACIONAL

O suicídio entre profissionais de segurança pública tem sido reconhecido internacionalmente como um grave problema de saúde ocupacional. Estudos conduzidos na América do Norte indicam que policiais estão expostos a fatores de risco significativamente superiores à média populacional, especialmente em razão do estresse ocupacional crônico e da exposição a eventos traumáticos (VIOLANTI et al., 2017; CARLETON et al., 2018).

Entre os principais fatores associados ao suicídio policial destacam-se: estresse ocupacional crônico, exposição repetida a eventos traumáticos, dificuldades familiares e estigma institucional relacionado à busca por ajuda psicológica, sendo este último um dos principais obstáculos ao acesso ao tratamento adequado (VIOLANTI et al., 2017; SKOGAN et al., 2015).

No Brasil, embora ainda existam limitações na sistematização dos dados, pesquisas indicam aumento significativo de casos relacionados ao sofrimento psíquico entre profissionais de segurança pública, refletindo uma tendência já observada em estudos internacionais (CARLETON et al., 2018).

5 RESILIÊNCIA PSICOLÓGICA NA ATIVIDADE POLICIAL

A resiliência psicológica refere-se à capacidade do indivíduo de enfrentar adversidades e adaptar-se positivamente a situações difíceis. No contexto policial, o fortalecimento da resiliência tem sido apontado como um dos principais mecanismos de proteção contra o adoecimento psicológico, sendo considerado um elemento essencial para o desempenho profissional em ambientes de alto risco (PAPAZOGLU; ANDERSEN, 2014).

Estudos indicam que policiais com níveis elevados de resiliência apresentam maior capacidade de tomada de decisão sob pressão, melhor equilíbrio emocional diante de situações

críticas e menor incidência de transtornos psicológicos associados ao estresse ocupacional (PAPAZOGLU; ANDERSEN, 2014; VIOLANTI et al., 2017).

6 ESTRATÉGIAS INSTITUCIONAIS DE PREVENÇÃO AO ESTRESSE OCUPACIONAL

A prevenção do estresse ocupacional nas organizações policiais depende da implementação de políticas institucionais estruturadas, capazes de atuar tanto na mitigação de fatores de risco quanto no fortalecimento de mecanismos de proteção psicológica. A literatura científica internacional destaca que abordagens institucionais integradas apresentam maior eficácia na promoção do bem-estar dos profissionais de segurança pública (CARLETON et al., 2018; VIOLANTI et al., 2017). Entre as estratégias mais eficazes identificadas na literatura destacam-se:

6.1 Programas de apoio psicológico

Oferecem acompanhamento especializado aos profissionais que apresentam sinais de sofrimento emocional, contribuindo para a identificação precoce de transtornos mentais e para a redução dos impactos do estresse ocupacional. Estudos indicam que programas institucionais de assistência psicológica são fundamentais para a prevenção do agravamento de quadros clínicos e para a manutenção da capacidade operacional dos policiais (CARLETON et al., 2018).

5

6.2 Valorização profissional

Políticas institucionais de reconhecimento contribuem para fortalecer a autoestima e a motivação da tropa, sendo fatores relevantes na redução do estresse ocupacional. Ambientes organizacionais que promovem valorização profissional tendem a apresentar menores índices de desgaste emocional e maior satisfação no trabalho (SKOGAN et al., 2015).

6.3 Desenvolvimento de lideranças

Líderes preparados contribuem para ambientes organizacionais mais saudáveis, atuando como agentes fundamentais na promoção do bem-estar psicológico dos subordinados. A literatura aponta que lideranças sensíveis às questões emocionais da tropa são capazes de reduzir níveis de estresse ocupacional e melhorar o desempenho organizacional (MILLER, 2006).

6.4 Fortalecimento espiritual e comunitário

A espiritualidade tem sido reconhecida como importante fator de proteção psicológica em profissões de alto risco, contribuindo para o desenvolvimento da resiliência, da estabilidade emocional e do enfrentamento de situações adversas. Estudos indicam que práticas espirituais e redes de apoio comunitário estão associadas a melhores indicadores de saúde mental entre profissionais expostos a ambientes de elevada pressão psicológica (KOENIG, 2012).

7 O ACAMPAMENTO CATÓLICO MILITAR COMO EXPERIÊNCIA INSTITUCIONAL

No âmbito da Polícia Militar do Paraná, destaca-se a consolidação de uma iniciativa institucional voltada ao fortalecimento das dimensões emocional, social e espiritual dos profissionais de segurança pública: o Acampamento Católico Militar. Trata-se de uma ação que se insere no conjunto de estratégias contemporâneas de promoção da saúde mental no ambiente policial, alinhando-se às diretrizes internacionais que reconhecem a necessidade de abordagens integradas no enfrentamento do estresse ocupacional (CARLETON et al., 2018; VIOLANTI et al., 2017).

A implementação da iniciativa decorre da identificação, no âmbito dos setores de assistência social e saúde da Corporação, de um aumento progressivo de demandas relacionadas ao sofrimento psíquico entre militares estaduais, especialmente aquelas classificadas na categoria de transtornos mentais e comportamentais. Esse cenário reflete uma realidade amplamente documentada na literatura científica, segundo a qual profissionais de segurança pública apresentam maior vulnerabilidade ao adoecimento psicológico em razão da exposição contínua a situações críticas e potencialmente traumáticas (CARLETON et al., 2018).

Sob o ponto de vista jurídico, a atuação da assistência religiosa no ambiente institucional encontra respaldo no artigo 5º, inciso VII, da Constituição Federal, que assegura o direito à prestação de assistência religiosa em organizações civis e militares. No âmbito da Polícia Militar do Paraná, essa atuação é materializada por meio da Capelania Militar, prevista na Lei nº 16.575/2010 e regulamentada por normativas internas, constituindo importante instrumento de apoio ao efetivo.

O Acampamento Católico Militar caracteriza-se como uma atividade de natureza formativa e vivencial, estruturada em práticas coletivas que promovem interação entre os participantes, reflexão sobre a experiência profissional e fortalecimento de vínculos interpessoais. A participação de militares estaduais e bombeiros militares, ativos e inativos, bem como de seus familiares, evidencia o caráter integrador da iniciativa, que ultrapassa a dimensão estritamente institucional e alcança o núcleo familiar dos participantes.

Sob a perspectiva metodológica, a proposta apresenta aproximações com modelos de aprendizagem experiencial desenvolvidos no campo da psicologia organizacional, nos quais o indivíduo é inserido em ambientes controlados de interação social com o objetivo de desenvolver competências socioemocionais e fortalecer a capacidade de atuação em grupo (KOLB, 1984; MILLER, 2006). Tais abordagens têm sido reconhecidas como eficazes no desenvolvimento de habilidades relacionadas à liderança, à comunicação interpessoal e à resolução de problemas em contextos de alta exigência profissional.

No campo pastoral, a estrutura do acampamento dialoga com experiências de evangelização vivencial desenvolvidas na Igreja Católica, especialmente aquelas associadas à formação querigmática e ao fortalecimento da experiência comunitária. Nesse contexto, iniciativas inspiradas no trabalho de José H. Prado Flores contribuíram para a consolidação de modelos que integram espiritualidade, convivência comunitária e desenvolvimento humano, com foco na transformação pessoal e no fortalecimento de valores éticos e sociais.

A dinâmica do Acampamento Católico Militar organiza-se a partir de atividades coletivas estruturadas em equipes, nas quais são desenvolvidas experiências voltadas à cooperação, à liderança compartilhada e à construção de vínculos de confiança. Entre os objetivos institucionais da iniciativa, destacam-se:

- a) estímulo ao desenvolvimento de lideranças baseadas em princípios de serviço e responsabilidade coletiva;
- b) fortalecimento da convivência comunitária como fator de coesão institucional;
- c) valorização da dimensão espiritual como elemento de suporte emocional;
- d) promoção da integração entre os participantes, favorecendo a construção de redes de apoio.

A proposta fundamenta-se na compreensão de que o desenvolvimento humano no contexto policial deve considerar múltiplas dimensões da experiência do indivíduo, incluindo aspectos emocionais, sociais e existenciais. Nesse sentido, a literatura científica aponta que a espiritualidade e o suporte comunitário podem atuar como importantes fatores de proteção psicológica, contribuindo para o enfrentamento do estresse e para o fortalecimento da resiliência em profissões de alto risco (KOENIG, 2012; PAPA ZOGLOU; ANDERSEN, 2014).

No contexto específico da Polícia Militar do Paraná, a implementação do Acampamento Católico Militar a partir de 2022 representa a institucionalização de uma prática baseada no voluntariado e na participação ativa dos próprios militares estaduais. A continuidade das

edições ao longo dos anos, com adesão significativa de participantes, evidencia a relevância da iniciativa como instrumento complementar de apoio à saúde mental do efetivo.

Relatos institucionais e testemunhos de participantes indicam que a experiência contribui para o fortalecimento do equilíbrio emocional, a melhoria das relações interpessoais e a ampliação da percepção de pertencimento à organização. Tais resultados encontram respaldo em estudos que demonstram que ambientes organizacionais que favorecem a construção de vínculos sociais e a expressão de valores pessoais tendem a apresentar melhores indicadores de bem-estar psicológico entre seus membros (THOITS; HEWITT, 2001).

Dessa forma, o Acampamento Católico Militar pode ser compreendido como uma prática institucional inovadora que, ao integrar dimensões psicológicas, sociais e espirituais, amplia as possibilidades de atuação da Corporação no campo da promoção da saúde mental. Ao mesmo tempo, a iniciativa reforça a importância da participação voluntária e do fortalecimento de redes de apoio entre pares como elementos estratégicos na prevenção do adoecimento psicológico no ambiente policial.

7.1 História do Acampamento Católico

A origem metodológica dos acampamentos possui relação com práticas de treinamento vivencial e liderança em grupo desenvolvidas nos Estados Unidos a partir da década de 1960. Esses modelos surgiram no contexto da educação experiencial (experiential learning) e dos programas de team building, nos quais participantes eram retirados do ambiente de trabalho para atividades de integração, liderança e resolução de problemas.

Tais abordagens são amplamente reconhecidas na literatura de psicologia organizacional como ferramentas eficazes para o desenvolvimento de competências socioemocionais, fortalecimento de vínculos e melhoria do desempenho coletivo (MILLER, 2006).

7.2 Adaptação Pastoral na Igreja Católica

A metodologia foi adaptada pela Igreja Católica no México, especialmente por meio do trabalho do teólogo e evangelizador José H. Prado Flores, fundador da Escola de Evangelização Santo André.

A proposta consistiu na transformação dos acampamentos em retiros querigmáticos de evangelização, integrando dimensões espirituais, comunitárias e formativas, com foco no desenvolvimento integral da pessoa humana. Esse modelo incorpora princípios de liderança

servidora, vivência comunitária e fortalecimento da espiritualidade, aspectos alinhados às abordagens contemporâneas de promoção da saúde mental e bem-estar (KOENIG, 2012).

A metodologia do acampamento baseia-se em atividades participativas realizadas em equipes, com foco no desenvolvimento humano e espiritual dos participantes. Entre os principais objetivos do programa destacam-se:

- a) fortalecimento da liderança servidora;
- b) desenvolvimento da convivência comunitária;
- c) fortalecimento da espiritualidade;
- d) promoção da integração entre os participantes.

A proposta busca promover a promoção do desenvolvimento integral do indivíduo por meio de uma formação integral que abrange dimensões afetivas, sociais, intelectuais e religiosas. Assim, a dinâmica do acampamento envolve atividades coletivas, reflexões espirituais, dinâmicas de grupo e momentos de partilha, estimulando a construção de vínculos comunitários e o fortalecimento emocional dos participantes.

Sob a perspectiva científica, a espiritualidade e o suporte comunitário têm sido reconhecidos como importantes fatores de proteção psicológica, contribuindo para a redução do estresse e o fortalecimento da resiliência em profissões de alto risco (KOENIG, 2012; PAPAZOGLU; ANDERSEN, 2014).

9

No caso da Polícia Militar do Paraná, a partir do ano de 2022, os acampamentos organizados pela Capelania Militar, com o apoio de militares voluntários da Corporação, tornaram-se realidade como instrumento institucional de apoio à saúde mental dos profissionais de segurança pública. A continuidade do programa, com a realização da sexta edição prevista para o ano de 2026, evidencia a consolidação e o sucesso organizacional da iniciativa, reforçando seu caráter estratégico no âmbito da gestão de pessoal.

Inúmeros testemunhos são relatados pelos participantes, destacando mudanças positivas no equilíbrio emocional, no fortalecimento espiritual e na melhoria das relações interpessoais, conforme evidenciado em publicações institucionais e reportagens da Arquidiocese de Curitiba, que apontam o impacto significativo da iniciativa na vida pessoal e profissional dos militares envolvidos.

8 ESPIRITUALIDADE E SOFRIMENTO HUMANO À LUZ DO CATECISMO DA IGREJA CATÓLICA

A dimensão espiritual tem sido cada vez mais reconhecida pela literatura científica como um fator relevante na promoção da saúde mental e da resiliência psicológica. Em profissões de

alto risco, como a atividade policial, a espiritualidade pode funcionar como um importante mecanismo de enfrentamento do sofrimento humano, permitindo ao indivíduo atribuir significado às adversidades vivenciadas no exercício da profissão.

No contexto da tradição cristã, a reflexão sobre o sofrimento humano possui profunda fundamentação teológica. O **Catecismo da Igreja Católica** destaca que o sofrimento faz parte da condição humana, estando presente na história da humanidade desde suas origens. Contudo, a fé cristã apresenta uma perspectiva redentora desse sofrimento, compreendendo-o não apenas como uma realidade inevitável da existência humana, mas também como um caminho possível de crescimento espiritual e de solidariedade com o próximo.

Segundo o Catecismo: “Pela sua paixão e morte na cruz, Cristo deu um novo sentido ao sofrimento: ele pode agora configurar-nos com Ele e unir-nos à sua paixão redentora.” (CATECISMO DA IGREJA CATÓLICA, n. 1505).

Essa compreensão possui especial relevância para profissionais que lidam diariamente com situações de sofrimento humano, como militares estaduais e bombeiros militares. A constante exposição a tragédias, acidentes, crimes violentos e conflitos sociais pode gerar impactos psicológicos significativos, exigindo dos profissionais uma elevada capacidade de enfrentamento emocional.

Nesse contexto, a espiritualidade pode atuar como um importante recurso psicológico, permitindo que o indivíduo encontre sentido em sua missão profissional e desenvolva maior capacidade de resiliência diante das adversidades.

O Catecismo também enfatiza que a solidariedade e o cuidado com o próximo são elementos centrais da vida cristã. A assistência aos que sofrem é apresentada como expressão concreta da caridade cristã e da dignidade humana: “A compaixão de Cristo pelos doentes e suas numerosas curas são um sinal evidente de que ‘Deus visitou o seu povo’ e de que o Reino de Deus está muito próximo.” (CATECISMO DA IGREJA CATÓLICA, n. 1503). ”

Essa perspectiva dialoga diretamente com a vocação do serviço policial, cuja missão institucional envolve a proteção da vida, da dignidade humana e da ordem social. Programas institucionais que integram a dimensão espiritual à promoção da saúde mental, como o Acampamento Católico Militar da Polícia Militar do Paraná, representam uma aplicação prática dessa perspectiva antropológica e pastoral.

Ao promover momentos de reflexão espiritual, convivência comunitária e fortalecimento da liderança servidora, tais iniciativas contribuem para o desenvolvimento

integral dos militares estaduais, reforçando valores como solidariedade, humildade, serviço e compromisso com o bem comum.

Assim, a espiritualidade pode ser compreendida não apenas como uma dimensão religiosa da vida humana, mas também como um recurso psicossocial capaz de contribuir para a promoção da saúde mental e da resiliência psicológica em contextos profissionais marcados por elevados níveis de estresse.

9 PROGRAMAS INTERNACIONAIS DE SAÚDE MENTAL POLICIAL: EXPERIÊNCIAS COMPARADAS

A crescente preocupação com a saúde mental dos profissionais de segurança pública tem levado diversas instituições policiais ao redor do mundo a desenvolver programas estruturados de prevenção ao estresse ocupacional. Estudos internacionais demonstram que profissionais de segurança pública apresentam elevada exposição a fatores de risco psicossocial, o que exige a adoção de estratégias institucionais integradas de promoção do bem-estar (CARLETON et al., 2018; VIOLANTI et al., 2017).

Nos Estados Unidos, por exemplo, diversas agências policiais implementaram programas de peer support, nos quais policiais recebem treinamento específico para oferecer apoio inicial a colegas que apresentam sinais de sofrimento psicológico. Esses programas baseiam-se no princípio de que profissionais da mesma instituição podem identificar com maior facilidade os sinais de estresse ocupacional entre seus pares, contribuindo para o encaminhamento precoce aos serviços especializados (SKOGAN et al., 2015; PAPAZOGLU; ANDERSEN, 2014).

Estudos conduzidos pelo National Institute of Justice indicam que programas de apoio entre pares têm apresentado resultados positivos na redução do estigma relacionado à busca por ajuda psicológica entre policiais, além de ampliarem a confiança institucional nos mecanismos de apoio disponíveis (SKOGAN et al., 2015).

Outra iniciativa relevante é o programa Badge of Life, desenvolvido nos Estados Unidos com o objetivo de prevenir o suicídio entre profissionais de segurança pública. O programa atua na disseminação de informações sobre saúde mental, no incentivo à busca por tratamento psicológico e na promoção de redes de apoio dentro das organizações policiais, sendo reconhecido como uma das principais iniciativas de prevenção ao suicídio policial naquele país (PAPAZOGLU; ANDERSEN, 2014).

No Canadá, destaca-se o programa Road to Mental Readiness (R2MR), inicialmente desenvolvido para as Forças Armadas Canadenses e posteriormente adaptado para profissionais

de segurança pública. O programa tem como foco o desenvolvimento da resiliência psicológica por meio de treinamentos específicos voltados ao reconhecimento dos sinais de estresse e ao fortalecimento de estratégias de enfrentamento emocional (CARLETON et al., 2018).

No Reino Unido, diversas forças policiais implementaram políticas institucionais voltadas ao bem-estar psicológico dos agentes, incluindo programas de acompanhamento psicológico, aconselhamento confidencial e iniciativas voltadas à promoção da qualidade de vida no trabalho. Tais políticas refletem uma abordagem organizacional estruturada, na qual a saúde mental é tratada como elemento estratégico da gestão policial (VIOLANTI et al., 2017).

Essas experiências internacionais demonstram que a promoção da saúde mental policial depende da implementação de estratégias multidimensionais que envolvem apoio psicológico profissional, fortalecimento institucional e desenvolvimento de redes de suporte social dentro das organizações (CARLETON et al., 2018; PAPAOGLOU; ANDERSEN, 2014).

Nesse contexto, iniciativas baseadas na participação voluntária dos próprios policiais têm se mostrado particularmente eficazes, pois ampliam a capacidade de identificação precoce de situações de sofrimento psicológico dentro das corporações, reduzindo o estigma associado à busca por ajuda e fortalecendo a coesão institucional (SKOGAN et al., 2015).

A experiência do Acampamento Católico Militar da Polícia Militar do Paraná apresenta características convergentes com essas iniciativas internacionais, especialmente no que se refere à formação de lideranças voluntárias capazes de atuar como agentes multiplicadores de apoio psicossocial dentro da instituição.

Embora possua uma dimensão espiritual mais explícita, o modelo adotado no Paraná também incorpora elementos presentes em programas internacionais, como o fortalecimento da coesão institucional, o desenvolvimento da liderança servidora e a criação de redes de apoio entre os próprios integrantes da corporação, aspectos reconhecidos como fundamentais para a promoção da resiliência psicológica em ambientes de alto risco (KOENIG, 2012; PAPAOGLOU; ANDERSEN, 2014).

Assim, a análise comparativa sugere que iniciativas como o Acampamento Católico Militar podem representar uma estratégia complementar às políticas institucionais de saúde mental, contribuindo para ampliar a rede de suporte psicológico disponível aos profissionais de segurança pública, ao integrar dimensões psicológicas, sociais e espirituais no cuidado com o efetivo.

10 O VOLUNTARIADO POLICIAL COMO ESTRATÉGIA ORGANIZACIONAL DE PREVENÇÃO AO ADOECIMENTO PSICOLÓGICO

O enfrentamento dos desafios relacionados à saúde mental dos profissionais de segurança pública exige a adoção de estratégias institucionais multidimensionais, capazes de integrar ações formais de assistência psicológica com mecanismos de apoio social e organizacional. Nesse contexto, o voluntariado institucional tem sido reconhecido como um importante instrumento de fortalecimento da coesão organizacional e de prevenção ao adoecimento psicológico entre profissionais expostos a ambientes de trabalho altamente estressantes.

A literatura científica sobre saúde ocupacional indica que a existência de redes de apoio social dentro das organizações constitui um fator relevante de proteção psicológica. Segundo Violanti et al. (2017), policiais que percebem maior suporte social entre colegas de trabalho apresentam níveis significativamente menores de estresse ocupacional e maior capacidade de enfrentamento de situações traumáticas.

Nesse sentido, programas institucionais que incentivam a participação voluntária de policiais em iniciativas de apoio entre pares contribuem para a construção de ambientes organizacionais mais solidários e resilientes. Papazoglou e Andersen (2014) destacam que a atuação de colegas de profissão como agentes de apoio emocional pode reduzir o estigma associado à busca por ajuda psicológica, uma vez que policiais tendem a confiar mais em profissionais que compartilham experiências semelhantes no exercício da atividade policial.

Outro aspecto relevante do voluntariado institucional refere-se ao fortalecimento do sentimento de pertencimento organizacional. De acordo com Skogan et al. (2015), organizações policiais que promovem programas de participação voluntária entre seus membros tendem a apresentar níveis mais elevados de coesão institucional e satisfação profissional.

A participação voluntária também pode contribuir para o desenvolvimento de competências socioemocionais relevantes para a atividade policial. Programas de voluntariado frequentemente estimulam habilidades como empatia, liderança servidora, comunicação interpessoal e resolução colaborativa de problemas, competências consideradas essenciais para o exercício equilibrado da função policial.

Além disso, a literatura sobre psicologia organizacional aponta que o engajamento em atividades voluntárias pode gerar benefícios psicológicos diretos para os próprios participantes. Estudos conduzidos por Thoits e Hewitt (2001) indicam que indivíduos envolvidos em

atividades de voluntariado apresentam maiores níveis de bem-estar subjetivo, autoestima e satisfação com a vida.

No contexto policial, esses benefícios podem assumir importância ainda maior, considerando que o exercício da atividade policial frequentemente envolve exposição a situações de sofrimento humano, violência e conflito social. O voluntariado institucional pode funcionar, portanto, como um mecanismo de reconstrução simbólica da identidade profissional, permitindo que os policiais reafirmem valores associados ao serviço público, à solidariedade e à proteção da comunidade.

Outro elemento relevante refere-se à capacidade do voluntariado de atuar como mecanismo informal de identificação precoce de sinais de sofrimento psicológico entre os membros da corporação. Em organizações caracterizadas por forte cultura hierárquica, como as instituições militares, policiais que apresentam sinais de adoecimento psicológico podem hesitar em buscar apoio formal por receio de estigmatização ou de prejuízos à carreira.

Nesse cenário, a existência de redes de apoio compostas por colegas voluntários pode facilitar o reconhecimento inicial desses sinais e incentivar o encaminhamento adequado aos serviços especializados de saúde mental.

Programas de apoio entre pares (“peer support programs”), amplamente adotados em organizações policiais dos Estados Unidos, Canadá e Reino Unido, demonstram que policiais treinados para oferecer apoio inicial aos colegas podem desempenhar papel significativo na prevenção do agravamento de quadros de sofrimento psicológico (CARLETON et al., 2018).

Essas iniciativas baseiam-se no princípio de que policiais que compartilham experiências profissionais semelhantes possuem maior capacidade de compreender as dificuldades enfrentadas pelos colegas, criando ambientes de confiança que favorecem a busca por ajuda.

No contexto da Polícia Militar do Paraná, iniciativas como o Acampamento Católico Militar incorporam elementos semelhantes ao estimular a participação voluntária de militares estaduais na organização e condução de atividades voltadas ao fortalecimento humano, comunitário e espiritual da tropa.

Ao incentivar a formação de lideranças voluntárias capazes de identificar sinais iniciais de sofrimento emocional entre os colegas, tais iniciativas contribuem para ampliar a rede de apoio psicossocial dentro da instituição, complementando as políticas formais de assistência social e saúde da corporação.

Assim, o voluntariado policial pode ser compreendido não apenas como uma forma de participação comunitária, mas também como uma estratégia organizacional de prevenção ao

adoecimento psicológico, capaz de fortalecer vínculos institucionais, ampliar redes de suporte social e promover o desenvolvimento integral dos profissionais de segurança pública.

II MODELO INTEGRADO DE PREVENÇÃO AO ESTRESSE OCUPACIONAL NA POLÍCIA MILITAR

A complexidade da atividade policial militar exige que as instituições de segurança pública adotem abordagens integradas para a promoção da saúde mental e prevenção do estresse ocupacional. O ambiente de trabalho policial caracteriza-se por exposição constante a situações potencialmente traumáticas, tomada de decisões sob pressão, jornadas irregulares de trabalho e elevada responsabilidade social, fatores que podem impactar significativamente o equilíbrio emocional dos profissionais.

Nesse contexto, diversos estudos na área de psicologia ocupacional e saúde pública têm apontado que estratégias isoladas de intervenção apresentam eficácia limitada quando aplicadas a ambientes organizacionais de alta complexidade, como as instituições policiais. Em contrapartida, abordagens integradas, que combinam diferentes dimensões de apoio institucional, tendem a apresentar resultados mais consistentes na promoção do bem-estar psicológico dos profissionais (CARLETON et al., 2018).

A literatura científica recente tem enfatizado a necessidade de desenvolver modelos institucionais que articulem simultaneamente políticas de apoio psicológico profissional, fortalecimento das redes de suporte social dentro das organizações e programas de desenvolvimento da resiliência individual e coletiva.

Segundo Violanti et al. (2017), programas de prevenção ao estresse ocupacional no ambiente policial devem ser estruturados de forma multidimensional, contemplando não apenas intervenções clínicas voltadas ao tratamento de transtornos psicológicos já instalados, mas também estratégias preventivas capazes de fortalecer os fatores de proteção psicológica entre os profissionais.

Nesse sentido, Papazoglou e Andersen (2014) defendem que o desenvolvimento da resiliência psicológica em policiais depende da integração entre três dimensões fundamentais: o apoio organizacional, o suporte social entre pares e o fortalecimento das competências individuais de enfrentamento do estresse.

A partir dessas contribuições teóricas, pode-se propor um modelo integrado de prevenção ao estresse ocupacional na Polícia Militar, estruturado em quatro eixos principais:

Figura 1 – Modelo Integrado de Prevenção ao Estresse Ocupacional na Polícia Militar



Fonte: elaboração do autor (2026).

A Figura 1 apresenta uma representação conceitual do modelo integrado de prevenção ao estresse ocupacional proposto neste estudo. O modelo é estruturado em quatro eixos institucionais complementares que atuam de forma integrada na promoção da resiliência psicológica e do bem-estar dos profissionais de segurança pública.

O primeiro eixo refere-se ao apoio psicológico institucional, compreendendo os serviços especializados de atendimento psicológico, assistência social e programas de promoção da saúde mental oferecidos pela instituição.

O segundo eixo corresponde ao fortalecimento das redes de apoio entre pares, baseado na literatura internacional sobre programas de “peer support”, que demonstram a importância do suporte social entre colegas de profissão na identificação precoce de sinais de sofrimento psicológico (CARLETON et al., 2018; SKOGAN et al., 2015).

O terceiro eixo envolve o desenvolvimento da liderança e da cultura organizacional saudável, destacando o papel das lideranças institucionais na promoção de ambientes de trabalho que valorizem o bem-estar psicológico dos profissionais (MILLER, 2006).

Por fim, o quarto eixo refere-se à espiritualidade e ao voluntariado institucional, dimensões que podem contribuir para o fortalecimento da identidade profissional, da coesão institucional e da resiliência psicológica dos militares estaduais (KOENIG, 2012).

A integração desses quatro eixos cria um ambiente organizacional mais favorável ao desenvolvimento humano dos profissionais de segurança pública, permitindo que a instituição atue simultaneamente em diferentes níveis de prevenção ao adoecimento psicológico.

11.1 Apoio psicológico institucional

O primeiro eixo refere-se à estrutura formal de assistência psicossocial oferecida pelas instituições policiais. Esse eixo inclui serviços especializados de psicologia, assistência social e acompanhamento médico destinados ao atendimento dos profissionais que apresentam sinais de sofrimento psicológico decorrente da atividade policial.

Programas institucionais de acompanhamento psicológico têm demonstrado eficácia significativa na redução de sintomas associados ao estresse ocupacional e ao transtorno de estresse pós-traumático entre profissionais de segurança pública (CARLETON et al., 2018).

11.2 Fortalecimento das redes de apoio entre pares

O segundo eixo corresponde à construção de redes de apoio social dentro da própria organização policial. Estudos indicam que o suporte social entre colegas de profissão representa um dos principais fatores de proteção psicológica em ambientes ocupacionais de alto risco.

Programas de apoio entre pares (“peer support programs”) têm sido amplamente implementados em organizações policiais da América do Norte e Europa, permitindo que policiais treinados ofereçam apoio inicial a colegas que enfrentam dificuldades emocionais decorrentes do trabalho (SKOGAN et al., 2015).

Esses programas contribuem para reduzir o estigma relacionado à busca por ajuda psicológica e ampliam a capacidade institucional de identificar precocemente sinais de adoecimento emocional.

11.3 Desenvolvimento da liderança e da cultura organizacional saudável

O terceiro eixo refere-se ao papel das lideranças institucionais na promoção de ambientes organizacionais saudáveis. Lideranças preparadas e sensíveis às questões relacionadas à saúde mental podem contribuir significativamente para a construção de uma cultura organizacional que valorize o bem-estar psicológico dos profissionais.

De acordo com Miller (2006), líderes policiais que demonstram apoio emocional aos subordinados e incentivam práticas de cuidado institucional contribuem para reduzir níveis de estresse ocupacional e aumentar a satisfação profissional dentro das organizações policiais.

II.4 Espiritualidade e desenvolvimento humano

O quarto eixo envolve a dimensão espiritual e humana da atividade policial. Embora frequentemente negligenciada nos modelos tradicionais de gestão organizacional, a espiritualidade tem sido reconhecida pela literatura científica como um importante fator de proteção psicológica.

Pesquisas na área de psicologia da religião indicam que indivíduos que desenvolvem práticas espirituais regulares apresentam maior capacidade de enfrentamento de situações adversas e maior estabilidade emocional diante de eventos estressantes (KOENIG, 2012).

No contexto da Polícia Militar do Paraná, iniciativas como o Acampamento Católico Militar representam exemplos de programas institucionais que buscam integrar a dimensão espiritual ao desenvolvimento humano dos profissionais de segurança pública.

Ao promover momentos de reflexão, convivência comunitária e fortalecimento de valores como solidariedade, serviço e humildade, tais iniciativas contribuem para o fortalecimento da resiliência psicológica dos participantes.

Diante do exposto, ressalta-se que a eficácia do modelo proposto depende da integração entre os quatro eixos institucionais. Quando articulados de forma complementar, esses elementos criam um ambiente organizacional mais favorável ao desenvolvimento humano dos profissionais de segurança pública. Essa integração permite que a instituição atue simultaneamente em diferentes níveis de prevenção:

- a) prevenção primária, voltada à promoção da saúde mental e fortalecimento da resiliência;
- b) prevenção secundária, destinada à identificação precoce de sinais de sofrimento psicológico;
- c) prevenção terciária, relacionada ao tratamento e acompanhamento de profissionais já afetados por transtornos psicológicos.

Assim, o modelo integrado de prevenção ao estresse ocupacional representa uma abordagem estratégica para a gestão da saúde mental nas organizações policiais contemporâneas.

No contexto da Polícia Militar do Paraná, a articulação entre assistência psicológica institucional, programas de apoio entre pares, iniciativas de voluntariado e ações de fortalecimento espiritual pode contribuir significativamente para a construção de uma política institucional abrangente de cuidado com a tropa.

Investir na saúde mental dos militares estaduais não constitui apenas uma política de valorização profissional, mas também um elemento estratégico para o fortalecimento da capacidade operacional das instituições responsáveis pela segurança pública.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise desenvolvida ao longo deste estudo permite afirmar, de forma inequívoca, que a saúde mental do profissional de segurança pública deixou de ser um tema periférico para assumir posição central na agenda estratégica das instituições policiais contemporâneas. No contexto da atividade policial militar, marcada por elevada exposição a fatores de risco psicossocial, o cuidado com o equilíbrio emocional do efetivo revela-se não apenas uma demanda humanitária, mas um imperativo operacional diretamente relacionado à eficiência, à capacidade decisória e à preservação da vida.

Ao evidenciar os impactos do estresse ocupacional, do adoecimento psicológico e do suicídio policial, este trabalho demonstrou que a ausência de políticas institucionais estruturadas pode comprometer significativamente a prontidão operacional da Corporação, afetando não apenas o desempenho individual dos militares, mas também a qualidade do serviço prestado à sociedade. Nesse sentido, a saúde mental deve ser compreendida como um vetor estratégico de gestão policial, inserido no mesmo nível de relevância que a capacitação técnica, a logística e o emprego operacional.

Como principal contribuição, o estudo propôs um modelo integrado de prevenção ao estresse ocupacional, estruturado em quatro eixos fundamentais: apoio psicológico institucional, fortalecimento das redes de apoio entre pares, desenvolvimento de lideranças e integração da espiritualidade e do voluntariado como fatores de proteção psicossocial. Tal modelo apresenta elevado grau de aplicabilidade no âmbito da Polícia Militar do Paraná, atendendo diretamente aos desafios contemporâneos enfrentados pela Corporação.

Destaca-se, nesse contexto, o Acampamento Católico Militar como experiência institucional inovadora, que transcende abordagens tradicionais ao incorporar dimensões humanas, comunitárias e espirituais no cuidado com o efetivo. A análise comparativa com programas internacionais demonstrou que, embora possua características próprias, a iniciativa

paranaense converge com as melhores práticas adotadas em países como Estados Unidos, Canadá e Reino Unido, especialmente no que se refere ao fortalecimento de redes de apoio e à valorização da participação ativa dos próprios policiais na promoção da saúde mental institucional.

Sob essa perspectiva, o voluntariado policial emerge como elemento estratégico de grande relevância, ao possibilitar a construção de ambientes organizacionais mais coesos, solidários e resilientes. A participação ativa dos militares em ações de apoio entre pares contribui para a identificação precoce de sinais de sofrimento psicológico, reduz o estigma associado à busca por ajuda e fortalece o sentimento de pertencimento institucional, aspectos essenciais para a manutenção da saúde organizacional.

Importa ressaltar que iniciativas como o Acampamento Católico Militar não se apresentam como substitutas das políticas formais de assistência à saúde, mas sim como instrumentos complementares de elevado valor estratégico, capazes de ampliar a rede de suporte psicossocial da Corporação. Ao integrar dimensões psicológicas, sociais e espirituais, tais ações contribuem para o desenvolvimento integral do policial militar, fortalecendo não apenas sua capacidade de enfrentamento das adversidades, mas também seu compromisso com a missão institucional.

20

Dessa forma, conclui-se que a promoção da saúde mental no âmbito da Polícia Militar do Paraná deve ser compreendida como política institucional permanente, estruturada e orientada por evidências científicas e boas práticas internacionais, sem desconsiderar as especificidades culturais e organizacionais da Corporação. O investimento nessa área representa, em última análise, investimento na própria capacidade operacional da instituição.

Por fim, este trabalho reafirma a necessidade de consolidação de uma cultura organizacional que valorize o cuidado com o efetivo como elemento essencial da atividade policial. Mais do que preservar a saúde individual dos militares estaduais, trata-se de fortalecer a própria instituição, garantindo que seus integrantes estejam plenamente aptos — física, mental e emocionalmente — a cumprir sua missão constitucional de proteção da sociedade.

REFERÊNCIAS

ARQUIDIOCESE DE CURITIBA. Policiais e bombeiros participam do 1º acampamento militar católico do Paraná. Curitiba, [s.d.]. Disponível em: <https://arquidiocesedecuritiba.org.br/policiais-e-bombeiros-participam-do-1o-acampamento-militar-catolico-do-parana/>. Acesso em: 4 abr. 2026.

IGREJA CATÓLICA. Catecismo da Igreja Católica. São Paulo: Loyola, 2000.

BRASIL. Constituição (1988). Constituição da República Federativa do Brasil. Brasília, DF: Senado Federal, 1988.

BRASIL. Lei nº 7.716, de 5 de janeiro de 1989. Define os crimes resultantes de preconceito de raça ou de cor. Diário Oficial da União: Brasília, DF, 6 jan. 1989.

BRASIL. Lei nº 9.608, de 18 de fevereiro de 1998. Dispõe sobre o serviço voluntário e dá outras providências. Diário Oficial da União: Brasília, DF, 19 fev. 1998.

BRASIL. Lei nº 9.982, de 14 de julho de 2000. Dispõe sobre a prestação de assistência religiosa nas entidades hospitalares públicas e privadas, bem como nos estabelecimentos prisionais civis e militares. Diário Oficial da União: Brasília, DF, 17 jul. 2000.

CARLETON, R. Nicholas et al. Mental disorder symptoms among public safety personnel in Canada. *Canadian Journal of Psychiatry*, v. 63, n. 1, p. 54-64, 2018.

KOENIG, Harold G. Religion, spirituality, and health: the research and clinical implications. *ISRN Psychiatry*, v. 2012, p. 1-33, 2012.

KOLB, David A. *Experiential learning: experience as the source of learning and development*. Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1984.

MILLER, Laurence. *Practical police psychology: stress management and crisis intervention for law enforcement*. Springfield: Charles C Thomas, 2006.

PAPAZOGLU, Konstantinos; ANDERSEN, Judith P. A guide to utilizing police training as a tool to promote resilience and improve health outcomes among police officers. *Traumatology*, v. 20, n. 2, p. 103-111, 2014.

21

PARANÁ. Lei nº 16.575, de 28 de setembro de 2010. Dispõe sobre a organização básica da Polícia Militar do Estado do Paraná. Diário Oficial do Estado do Paraná: Curitiba, 2010.

PARANÁ. Polícia Militar do Paraná. Formulário FOR.CAP.004 - Regimento interno para voluntários da Capelania do Hospital da Polícia Militar. Curitiba: PMPR, [s.d.]. Documento institucional.

PARANÁ. Polícia Militar do Paraná. Portaria do Comando-Geral nº 1.224, de 13 de dezembro de 2019. Regulamenta a assistência religiosa no âmbito da Polícia Militar do Paraná. Curitiba: PMPR, 2019.

PRADO FLORES, José H. *Nova evangelização: ardor, métodos e expressão*. México: Escuela de Evangelización San Andrés, 1990.

SKOGAN, Wesley G. et al. *Police legitimacy and public cooperation*. Washington, DC: National Institute of Justice, 2015.

THOITS, Peggy A.; HEWITT, Lyndi N. Volunteer work and well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, v. 42, n. 2, p. 115-131, 2001.

VIOLANTI, John M. et al. Police stressors and health: a state-of-the-art review. *Policing: An International Journal*, v. 40, n. 4, p. 642-656, 2017.