

TRABALHO E SAÚDE MENTAL DE POLICIAIS: UMA REVISÃO DE ESCOPO

WORK AND MENTAL HEALTH OF POLICE OFFICERS: A SCOPING REVIEW

TRABAJO Y SALUD MENTAL DE LOS AGENTES DE POLICÍA: UNA REVISIÓN DE ALCANCE

Patrícia Luciana Floriano Mesquita Fiedler¹
Gislei Mocelin Polli²

RESUMO: A atividade policial envolve exigências organizacionais, emocionais, cognitivas e traumáticas que podem repercutir na saúde mental dos profissionais. Este estudo teve como objetivo analisar os fatores relacionados ao trabalho policial e suas repercussões na saúde mental por meio de uma revisão de escopo. Seguindo as recomendações da extensão PRISMA para revisões de escopo (PRISMA-ScR), foram realizadas buscas nas bases SciELO, PePSIC, BVS-Psi, Redalyc e PubMed, considerando artigos empíricos publicados entre 2016 e 2026, nos idiomas português, inglês e espanhol. Após a aplicação dos critérios de elegibilidade, nove estudos foram incluídos e analisados conforme a Análise Temática Categorical. Os achados foram organizados em três categorias: 1) Estrutura Organizacional e Contexto de Trabalho; 2) Regime Disciplinar Rígido e Desempenho Policial; e 3) Exposição Contínua a Traumas e a Falta de Suporte. Os resultados indicaram que sobrecarga, pressão institucional, jornadas e escalas de trabalho, exigências de controle emocional, elevado custo cognitivo e exposição reiterada a ocorrências críticas estão relacionados ao estresse, à ansiedade, à exaustão emocional, ao *burnout*, às alterações cognitivas, ao transtorno de estresse pós-traumático, aos comportamentos suicidas e aos afastamentos laborais. O estigma, o receio de repercussões profissionais e as dificuldades de acesso ao suporte institucional também podem restringir a procura por ajuda. Conclui-se que a promoção da saúde mental dos policiais requer ações contínuas, acessíveis e confidenciais, articuladas à organização do trabalho e às políticas de saúde ocupacional das instituições policiais.

1

Palavras-chave: Saúde mental. Relações de trabalho. Policiais. Estresse ocupacional.

ABSTRACT: Police work involves organizational, emotional, cognitive, and traumatic demands that may affect officers' mental health. This study aimed to analyze work-related factors and their repercussions on police officers' mental health through a scoping review. Following the recommendations of the PRISMA Extension for Scoping Reviews (PRISMA-ScR), searches were conducted in SciELO, PePSIC, BVS-Psi, Redalyc, and PubMed for empirical articles published between 2016 and 2026 in Portuguese, English, and Spanish. After the eligibility criteria were applied, nine studies were included and examined using Categorical Thematic Analysis. The findings were organized into three categories: 1) Organizational Structure and Work Context; 2) Rigid Disciplinary Regime and Police Performance; and 3) Continuous Exposure to Trauma and Lack of Support. The results indicated that work overload, institutional pressure, working hours and schedules, emotional control demands, high cognitive workload, and repeated exposure to critical incidents are associated with stress, anxiety, emotional exhaustion, burnout, cognitive impairment, post-traumatic stress disorder, suicidal behavior, and sickness absence. Stigma, fear of professional repercussions, and difficulties in accessing institutional support may also discourage help-seeking. It is concluded that promoting police officers' mental health requires continuous, accessible, and confidential measures integrated into work organization and the occupational health policies of police institutions.

Keywords: Mental health. Work relations. Police officers. Occupational stress.

¹Advogada nas áreas de Direitos Humanos, Direitos das Mulheres, Direito Civil, Direito das Famílias e Sucessões e Direito Imobiliário, Professora, Pesquisadora, Mestre em Psicologia Forense. Universidade Tuiuti do Paraná.

²Doutorado em Psicologia - Universidade Federal de Santa Catarina, Professora no Programa de Pós-Graduação em Psicologia Forense (orientadora) Universidade Tuiuti do Paraná.

RESUMEN: La actividad policial implica exigencias organizacionales, emocionales, cognitivas y traumáticas que pueden repercutir en la salud mental de los profesionales. Este estudio tuvo como objetivo analizar los factores relacionados con el trabajo policial y sus repercusiones en la salud mental mediante una revisión de alcance. Siguiendo las recomendaciones de la extensión PRISMA para revisiones de alcance (PRISMA-ScR) se realizaron búsquedas en las bases SciELO, PePSIC, BVS-Psi, Redalyc y PubMed, considerando artículos empíricos publicados entre 2016 y 2026 en portugués, inglés y español. Tras la aplicación de los criterios de elegibilidad, se incluyeron nueve estudios, analizados mediante el Análisis Temático Categorial. Los hallazgos se organizaron en tres categorías: 1) Estructura Organizacional y Contexto Laboral; 2) Régimen Disciplinario Rígido y Desempeño Policial; y 3) Exposición Continua a Traumas y Falta de Apoyo. Los resultados indicaron que la sobrecarga, la presión institucional, las jornadas y los turnos de trabajo, las exigencias de control emocional, la elevada carga cognitiva y la exposición reiterada a incidentes críticos están relacionadas con el estrés, la ansiedad, el agotamiento emocional, el *burnout*, las alteraciones cognitivas, el trastorno de estrés postraumático, las conductas suicidas y las bajas laborales. El estigma, el temor a repercusiones profesionales y las dificultades de acceso al apoyo institucional también pueden limitar la búsqueda de ayuda. Se concluye que la promoción de la salud mental de los policías requiere medidas continuas, accesibles y confidenciales, articuladas con la organización del trabajo y las políticas de salud laboral de las instituciones policiales.

Palabras clave: Salud mental. Relaciones laborales. Policías. Estrés laboral.

INTRODUÇÃO

O trabalho policial apresenta características que o distinguem de outras atividades profissionais, especialmente em razão dos regimes específicos, das normas e das exigências inerentes ao exercício da função (PEREIRA et al., 2022). No Brasil, a segurança pública constitui dever do Estado, direito e responsabilidade de todos, destinando-se à preservação da ordem pública e da incolumidade das pessoas e do patrimônio. Nos termos do artigo 144 da Constituição Federal, essa função é exercida por diferentes órgãos, entre os quais se encontram as polícias Federal, Rodoviária Federal, Ferroviária Federal, Civis, Militares e Penais, cada qual com competências próprias relacionadas à prevenção, ao patrulhamento, à investigação criminal, à preservação da ordem pública e à segurança dos estabelecimentos penais (BRASIL, 1988). A diversidade das atribuições conferidas a esses órgãos evidencia a complexidade dos contextos em que a atividade policial é exercida e das condições de trabalho às quais esses profissionais estão submetidos. A rotina policial caracteriza-se pela imprevisibilidade e pela exposição recorrente a situações de risco e violência, fatores inerentes ao exercício profissional que podem repercutir na saúde e no bem-estar dos trabalhadores (MIQUELETTI et al., 2023). Além dos riscos decorrentes de confrontos, os policiais estão expostos a fatores psicossociais relacionados às exigências da função, à organização do trabalho e à eventual insuficiência de

suporte institucional (ARAÚJO et al., 2020; SCHILLING et al., 2020; ALMEIDA; CHAVES, 2020).

Embora a atividade policial esteja socialmente associada à autoridade e à proteção, seu exercício envolve riscos ocupacionais que nem sempre são percebidos pela população em geral (LUZ, 2021). A exposição contínua às situações de perigo e às exigências profissionais pode repercutir também na vida extralaboral, manifestando-se em dificuldades para relaxar, preocupação recorrente com possíveis ameaças e distanciamento das relações familiares e sociais. Nesse contexto, a convivência pode tornar-se progressivamente concentrada entre os próprios colegas de profissão (SANTOS; SATURNINO, 2023). O exercício da atividade policial exige intensa mobilização física e mental, com possíveis repercussões na vida pessoal e social desses profissionais (SILVA, 2023). As condições insalubres ou desfavoráveis de trabalho também podem ampliar os riscos de adoecimento, sobretudo quando os mecanismos institucionais de proteção se mostram insuficientes (SOARES et al., 2021). Os prejuízos podem alcançar tanto a saúde física, como demonstram os afastamentos relacionados à lombalgia entre policiais militares (LOCATELLI, 2021), quanto a saúde mental, mediante o desenvolvimento de estresse ocupacional e outras formas de sofrimento psíquico.

3

O contexto ocupacional exerce influência sobre a saúde, o bem-estar e o desempenho dos policiais, podendo afetar, inclusive, a qualidade dos serviços de segurança prestados à população (SANTOS et al., 2021). Em comparação com a população em geral, esses profissionais apresentam maior suscetibilidade ao desenvolvimento de problemas psicológicos, em razão da exposição constante a situações de risco, da elevada pressão e das exigências disciplinares da profissão (SANTOS; HAUER; FURTADO, 2019; DIAS et al., 2023). Baixos salários e jornadas prolongadas de trabalho podem agravar esse quadro, que também pode estar associado ao uso abusivo de álcool e ao comportamento suicida (MARTINS et al., 2021). Nesse sentido, dados divulgados em 2022 indicaram aumento de 59,7% nos casos de suicídio entre policiais da ativa no Brasil, demonstrando a gravidade do problema (CASAGRANDE, 2022). A ausência de condições dignas de trabalho pode configurar uma forma de violência ocupacional, com repercussões no engajamento, na saúde e no desempenho profissional dos policiais (GARCIA et al., 2023). Esse cenário evidencia a necessidade de compreender o adoecimento psíquico não apenas como consequência individual da exposição a ocorrências críticas, mas também como fenômeno relacionado à forma como o trabalho é organizado e desenvolvido. A identificação

dos fatores associados aos transtornos mentais torna-se, portanto, relevante para o planejamento de medidas de prevenção e de promoção do bem-estar desses profissionais (CASTRO et al., 2019; SANTOS; BRAGA, 2023).

Para a compreensão dessas relações, o presente estudo adota como referencial teórico o conceito de Contexto de Produção de Bens e Serviços (CPBS), proposto por Ferreira e Mendes (2003). Nessa perspectiva, o ambiente laboral não é compreendido como um cenário estático, mas como um espaço dinâmico, constituído pela articulação entre as dimensões materiais, organizacionais e sociais que conformam a atividade profissional. O trabalhador interage ativamente com as exigências próprias de sua função e desenvolve respostas individuais e coletivas diante das situações vivenciadas no trabalho. Esse modelo analítico compreende três dimensões fundamentais: a *Organização do Trabalho*, relacionada à divisão das tarefas, às metas, aos mecanismos de controle e aos ritmos de execução; as *Condições de Trabalho*, que abrangem os aspectos físicos, instrumentais e de infraestrutura disponíveis para o desenvolvimento das atividades; e as *Relações Socioprofissionais*, que compreendem os vínculos e as interações estabelecidos entre colegas, chefias, equipes e demais atores institucionais.

A adoção desse referencial possibilita examinar os diferentes fatores do contexto laboral que podem repercutir na saúde psíquica dos trabalhadores. No caso dos policiais, cuja rotina profissional é marcada por elevados níveis de exigência, riscos e exposição à violência, o CPBS mostra-se pertinente para a identificação dos elementos relacionados ao ambiente e à organização do trabalho que podem contribuir para o sofrimento mental. Com base nessa perspectiva, o presente artigo tem como objetivo analisar, por meio de uma revisão de escopo, a produção científica acerca das relações entre o exercício da atividade policial e a saúde mental desses profissionais. A revisão foi orientada pela seguinte questão: quais aspectos do trabalho policial são relacionados à saúde mental desses profissionais na produção científica publicada entre 2016 e 2026?

MÉTODO

A pesquisa consistiu em uma revisão de escopo, relatada conforme as recomendações da extensão do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses para revisões de escopo (PRISMA-ScR) (TRICCO et al., 2018). Para a coleta de dados, foram utilizados os seguintes termos de busca: em português, “saúde mental de policiais”, “saúde

mental da polícia” e “relações de trabalho na polícia”; em inglês, “police mental health” e “police labor relations”; e, em espanhol, “salud mental policial” e “relaciones laborales policiales”. A utilização do operador booleano OR permitiu recuperar estudos que contivessem pelo menos uma das expressões de busca empregadas, ampliando a abrangência da pesquisa. As expressões de busca foram definidas com base em buscas prévias nas bases de dados, com o objetivo de identificar os termos que retornavam estudos relacionados ao tema de interesse. A revisão foi realizada no período de fevereiro a abril de 2026, nas seguintes bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO), PePSIC, BVS-Psi, Redalyc e PubMed. As expressões foram aplicadas nos idiomas português, espanhol e inglês, de modo a garantir uma busca abrangente. Os critérios de inclusão compreenderam artigos empíricos publicados em periódicos científicos, no período de 2016 a 2026, que investigassem as relações entre o trabalho policial e a saúde mental dos policiais. O recorte temporal foi delimitado aos dez anos anteriores à realização das buscas, abrangendo publicações de 2016 a 2026, a fim de reunir evidências recentes sobre o tema. Como critérios de exclusão, foram considerados trabalhos de conclusão de curso, teses, dissertações, revisões de literatura e estudos que não apresentassem relação direta com o trabalho policial e a saúde mental desses profissionais.

ANÁLISE DE DADOS

Os dados foram analisados conforme o modelo de análise temática categorial proposto por Bardin (1977). Essa metodologia sistemática de análise qualitativa organiza-se em três etapas sequenciais, aplicadas no presente estudo da seguinte forma:

1. Pré-análise: esta etapa compreendeu o primeiro contato com o material selecionado e a delimitação dos artigos completos que compuseram o corpus da análise. Realizou-se uma leitura inicial, de caráter exploratório, de todos os artigos incluídos, com o objetivo de promover a familiarização com o conteúdo e orientar o planejamento das etapas subsequentes da análise.
2. Exploração do material: esta etapa teve como objetivo detalhar e organizar o conteúdo dos estudos selecionados. Para tanto, os artigos foram lidos integralmente, a fim de identificar e extrair as unidades de análise, compreendidas como fragmentos textuais relevantes para os objetivos da pesquisa. Com base nessa leitura aprofundada, as unidades de análise foram delimitadas considerando-se os temas emergentes relacionados aos impactos do trabalho na saúde mental dos policiais. A partir desse processo, foram identificados núcleos de sentido

recorrentes nos textos, expressos por meio de temas, ideias ou palavras-chave significativas para o contexto investigado. No âmbito específico desta pesquisa sobre trabalho e saúde mental de policiais, foram definidas categorias preliminares.

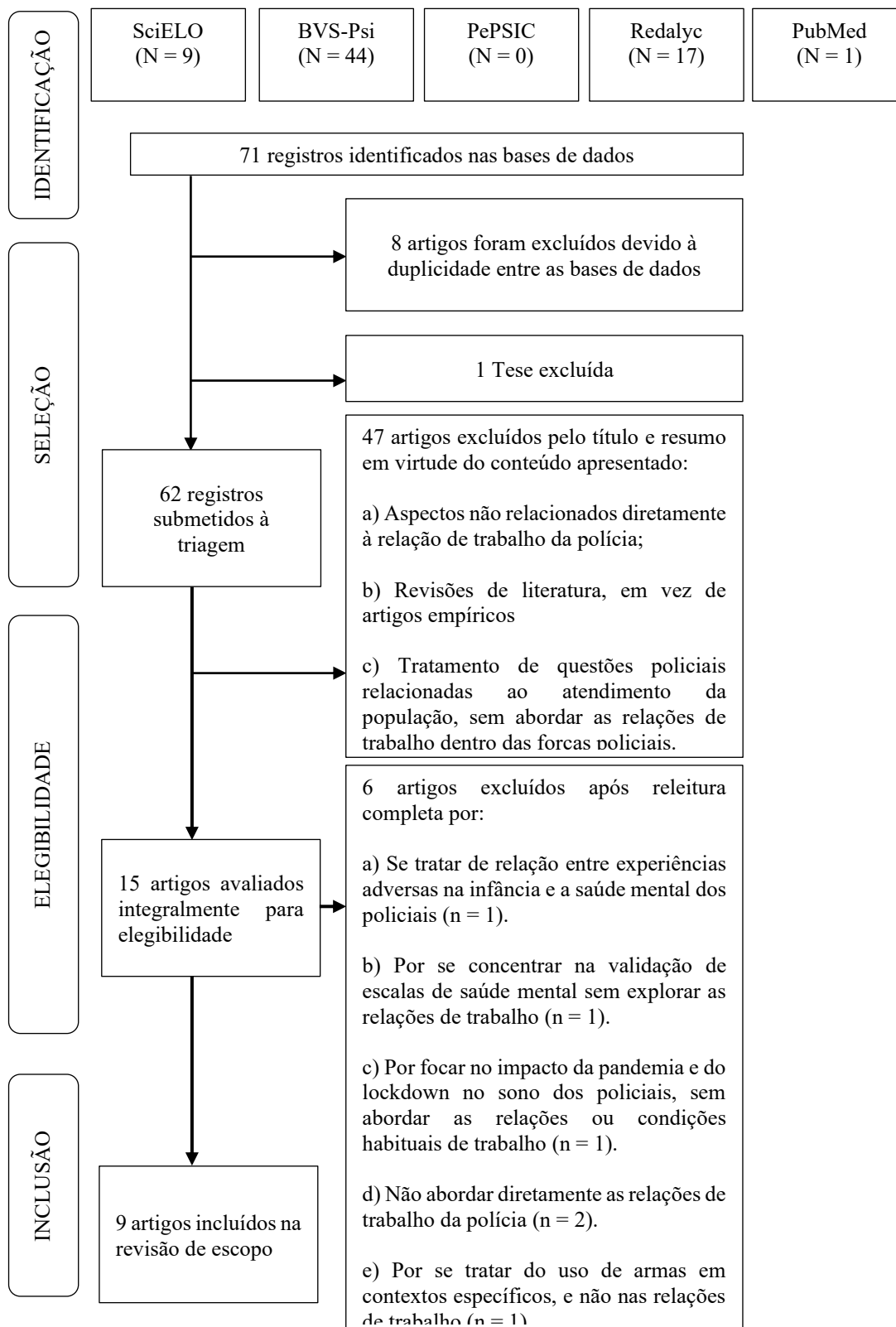
3. Tratamento dos resultados, inferência e interpretação: esta etapa compreendeu a organização e a síntese dos dados obtidos. As categorias preliminares identificadas na fase anterior foram revisadas, refinadas e agrupadas, com vistas à definição das categorias finais que estruturaram a apresentação dos resultados. Esse processo envolveu a análise crítica do conteúdo de cada unidade de análise e a consolidação dos temas emergentes em categorias coerentes e representativas dos achados da revisão.

RESULTADOS

Após a aplicação dos critérios estabelecidos para a revisão de escopo, foram identificados 71 registros. Destes, oito foram removidos por duplicidade entre as bases de dados e um foi excluído por se tratar de uma tese, restando 62 registros para a etapa de triagem. Após a leitura dos títulos e resumos, 47 registros foram excluídos. As principais razões para a exclusão foram: (i) ausência de relação direta com o trabalho policial e a saúde mental dos policiais; (ii) classificação como revisão de literatura, em vez de estudo empírico; e (iii) abordagem de questões relacionadas à atuação policial no atendimento à população, sem examinar o trabalho dos policiais e suas repercussões na saúde mental desses profissionais. Posteriormente, os 15 artigos restantes foram submetidos à leitura integral, dos quais seis foram excluídos por: (i) abordarem a relação entre experiências adversas na infância e a saúde mental dos policiais; (ii) tratarem da validação de escalas de saúde mental; (iii) investigarem o impacto da pandemia nos padrões de sono dos policiais; e (iv) versarem sobre o uso de armas em contextos específicos, sem contemplar as relações de trabalho; e (v) abordarem condições de saúde mental sem examinar diretamente sua relação com o trabalho policial. Ao final do processo de seleção, nove artigos atenderam aos critérios de elegibilidade e foram incluídos na revisão de escopo.

O fluxograma apresentado na Figura 1 sintetiza as etapas de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão dos estudos. Por meio dele, é possível visualizar o percurso realizado desde a identificação inicial dos registros até a definição dos nove artigos incluídos na análise.

Figura 1. Fluxograma do processo de seleção dos estudos incluídos na revisão de escopo



A Tabela 1 apresenta um resumo das principais características dos artigos que compõem a revisão de escopo, incluindo os autores, o ano de publicação, os participantes do estudo, os objetivos da pesquisa e os principais resultados encontrados. Essa tabela fornece uma visão geral dos estudos selecionados, permitindo uma compreensão rápida e eficaz do panorama investigado.

Tabela 1 Características principais dos artigos que compõem a revisão de escopo.

Autoria (ano)	Amostra e local	Objetivo	Resultados
Alves, Bendassolli e Gondim (2017)	525 policiais militares, sendo 408 homens e 117 mulheres, com idades entre 23 e 56 anos, pertencentes a uma corporação de um estado da Região Nordeste do Brasil.	Investigar o papel preditivo do trabalho emocional na ocorrência de <i>burnout</i> entre policiais militares.	As diferentes dimensões do trabalho emocional atuaram como preditoras da exaustão emocional, considerada uma das dimensões do <i>burnout</i> , incluindo a variedade e a intensidade das emoções, a frequência das interações com suspeitos e criminosos, as estratégias de regulação emocional profunda e superficial e a necessidade de expressar emoções positivas no exercício da atividade policial. A escolaridade, o cargo de cabo e a atuação no serviço externo também foram identificados como variáveis preditoras. Os achados evidenciam a importância da atenção à saúde mental e do desenvolvimento de competências socioemocionais entre policiais militares.
Demou, Hale e Hunt (2020)	30 superintendentes do Serviço Policial da Escócia, sendo 20 homens e 10 mulheres, e oito profissionais atuantes em funções estratégicas, sendo dois homens e seis mulheres (Escócia).	Investigar os problemas de saúde mental, os fatores de risco ocupacional e as necessidades de bem-estar de policiais e funcionários do Serviço Policial da Escócia, bem como identificar possíveis intervenções no ambiente de trabalho.	Elevados níveis de estresse e ansiedade relacionados ao trabalho, além da subnotificação de problemas de saúde mental, como depressão e transtorno de estresse pós-traumático. Entre os fatores associados ao sofrimento psíquico, destacaram-se as funções desempenhadas, as longas jornadas, a cultura organizacional e as mudanças estruturais ocorridas na instituição. Os participantes apontaram a necessidade de intervenções voltadas à prevenção, ao suporte institucional e à promoção do bem-estar no ambiente de trabalho.
Craddock e Telesco (2022)	408 policiais da ativa e aposentados, provenientes de diferentes regiões dos Estados Unidos.	Examinar as relações entre tempo de serviço, exposição reiterada a eventos traumáticos, sintomas de estresse pós-traumático e mudanças na percepção dos policiais acerca dos outros e do mundo.	O estudo identificou associações significativas entre o tempo de serviço e a exposição a eventos traumáticos, bem como entre essas experiências, os sintomas de estresse pós-traumático e as mudanças na percepção dos outros e do mundo. Esses efeitos mostraram-se mais intensos quando os policiais percebiam falta de apoio da hierarquia

				institucional ou temiam consequências profissionais decorrentes da busca por atendimento. Os autores destacaram a importância do apoio psicológico, do suporte entre colegas e de mudanças na cultura organizacional para reduzir o estigma relacionado à procura por ajuda.
Pereira, Rocha e Cruz (2022)	4.392 policiais militares e bombeiros militares afastados do trabalho para tratamento de saúde, dos quais 92% eram homens (Santa Catarina, Brasil).	Avaliar o perfil epidemiológico e socio-ocupacional de policiais militares e bombeiros militares de Santa Catarina afastados do trabalho para tratamento de saúde entre 2014 e 2016.		Os agravos mais prevalentes foram lesões, envenenamentos e outras consequências de causas externas (29,0%), seguidos por doenças do sistema osteomuscular e do tecido conjuntivo (23,4%). No período analisado, verificou-se aumento de 28,1% de novos casos de transtornos mentais e comportamentais. Os policiais militares permaneceram afastados, em média, 6,9 dias a mais do que os bombeiros, enquanto os profissionais que exerciam atividades operacionais permaneceram afastados, em média, três dias a mais do que aqueles em funções administrativas. Não foram observadas diferenças estatisticamente significativas no tempo de afastamento em relação ao sexo ou à carreira. Na comparação com os bombeiros, a probabilidade de afastamento por transtornos mentais e comportamentais foi 40% maior entre os policiais.
Dias, Siqueira e Ferreira (2023)	21 policiais militares, sendo quatro mulheres e 17 homens, com idades entre 29 e 51 anos e tempo de serviço entre cinco e 30 anos (Distrito Federal, Brasil).	Analisar o contexto de trabalho da Polícia Militar do Distrito Federal e sua relação com o adoecimento mental dos policiais.		A pesquisa indicou que determinadas características da organização do trabalho policial, como pressão psicológica, rigidez disciplinar, fiscalização excessiva, vigilância constante e insuficiência de suporte institucional, podem contribuir para o sofrimento e o adoecimento mental. A falta de compreensão por parte dos superiores intensifica o isolamento e o desgaste psicológico, enquanto a estrutura organizacional predominantemente orientada ao controle pode comprometer o bem-estar dos policiais e repercutir em suas relações sociais e profissionais.
Monteiro e Silva (2023)	30 policiais militares da ativa feridos por arma de fogo, sendo 28 homens e duas mulheres, com idade média de 40 anos e	Identificar o risco de desenvolvimento de transtorno de estresse pós-traumático e sua associação com pensamentos ou tentativas suicidas e com a saúde mental de policiais		O estudo revelou que 11 policiais, correspondentes a 36,67% da amostra, apresentaram risco de desenvolvimento de transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), sendo seis classificados com risco parcial e cinco com risco total. Entre os sintomas mais frequentes, destacaram-se

	variação entre 24 e 54 anos (Região Metropolitana de Belém, Brasil).	militares feridos por arma de fogo.	alterações negativas na cognição e no humor, estado de alerta constante e dificuldades para dormir. Entre os participantes com risco de TEPT, predominaram homens que exerciam atividades operacionais. Também foram identificadas sequelas físicas, comportamentos suicidas e insuficiência de apoio psicossocial institucional após o ferimento.
Wu, Wu, Xia, Xiao, Yan e Li (2023)	302 policiais, dos quais 68,21% eram homens e 31,79% mulheres. A faixa etária mais frequente foi de 26 a 35 anos, correspondente a 36,75% da amostra (Wuhan, China).	Investigar as relações entre o estresse ocupacional, a percepção de risco durante a pandemia de COVID-19 e a saúde mental dos policiais.	De acordo com os critérios da Lista de Verificação de Sintomas-90 (SCL-90), 114 policiais (37,75%) apresentaram pontuação total igual ou superior a 160, enquanto 117 participantes (38,74%) registraram 43 ou mais itens positivos na escala. Maiores níveis de estresse ocupacional e de percepção de risco estiveram associados a piores indicadores de saúde mental. Também foram identificadas diferenças relacionadas à idade, ao estado civil e à escolaridade dos participantes. Os autores recomendaram a adoção de estratégias voltadas à redução do estresse, ao fortalecimento da resiliência psicológica e à criação de equipes internas de apoio.
Viegas et al. (2024)	446 policiais militares de ambos os sexos, entre praças e oficiais, lotados nos 7 ^o , 15 ^o , 20 ^o , 24 ^o e 41 ^o Batalhões da Polícia Militar do Estado do Rio de Janeiro, Brasil.	Analisar o custo cognitivo no trabalho dos policiais militares do Estado do Rio de Janeiro.	O custo cognitivo apresentou a maior média entre as dimensões do custo humano no trabalho (média = 3,86; DP = 0,86), sendo que 65% dos participantes foram classificados no nível grave de risco para adoecimento. O custo cognitivo apresentou relação significativa com obesidade, idade, duração do sono e alterações de atenção e memória. O estudo concluiu que as elevadas exigências cognitivas presentes no trabalho policial representam risco grave de adoecimento.
Ryu e Lee (2025)	12 policiais, sendo nove homens e três mulheres, com média de idade de 37,8 anos, atuantes em uma cidade metropolitana da Coreia do Sul.	Explorar as barreiras, os fatores facilitadores e as necessidades relacionadas à promoção da saúde mental entre policiais.	Foram identificados três temas principais: dificuldades de acesso aos recursos de saúde mental; existência de um ambiente de apoio; e necessidade de educação e de políticas de promoção da saúde mental. O estigma, a carga de trabalho e o esgotamento emocional dificultaram a busca por ajuda, enquanto o apoio dos colegas, o orgulho profissional e as atividades de lazer atuaram como fatores protetivos. Os autores recomendaram programas acessíveis a todos os policiais, monitoramento da saúde mental e

intervenções organizacionais características da profissão.	individuais adaptadas	e às
--	--------------------------	---------

Após a análise detalhada dos estudos incluídos, os achados foram organizados em categorias temáticas (Tabela 2), com o objetivo de representar os aspectos críticos do contexto de trabalho policial. Essas categorias sintetizam os núcleos de sentido recorrentes identificados nos artigos e possibilitam uma compreensão integrada dos fatores relacionados à saúde mental dos policiais. A categorização foi realizada diretamente a partir das unidades de registro extraídas do material analisado, sem a adoção de subtemas intermediários, uma vez que o conteúdo dos estudos permitiu o agrupamento claro e coerente dos achados nas categorias finais resultantes da análise.

A análise resultou em três categorias temáticas principais: (1) Estrutura Organizacional e Contexto de Trabalho; (2) Regime Disciplinar Rígido e Desempenho Policial; e (3) Exposição Contínua a Traumas e a Falta de Suporte. Em conjunto, essas categorias contemplam as dimensões organizacionais, disciplinares e traumáticas do trabalho policial, evidenciando os fatores que repercutem na saúde mental desses profissionais. A Tabela 2 sistematiza as categorias e os estudos relacionados a cada uma delas, permitindo visualizar o enquadramento dos artigos conforme os núcleos de sentido identificados na análise.

11

Tabela 2 Distribuição dos estudos incluídos na revisão por categorias temáticas

Categorias	Referências
1. Estrutura Organizacional e Contexto de Trabalho	Demou, Hale e Hunt (2020) Pereira, Rocha e Cruz (2022) Wu, Wu, Xia, Xiao, Yan e Li (2023) Dias, Siqueira e Ferreira (2023) Viegas et al. (2024)
2. Regime Disciplinar Rígido e Desempenho Policial	Alves, Bendassolli e Gondim (2017)
3. Exposição Contínua a Traumas e a Falta de Suporte	Craddock e Telesco (2022) Monteiro e Silva (2023) Ryu e Lee (2025)

Na Categoria 1, denominada “Estrutura Organizacional e Contexto de Trabalho”, foram agrupados cinco estudos: Demou et al. (2020), Pereira et al. (2022), Wu et al. (2023), Dias et al. (2023) e Viegas et al. (2024). Os resultados desses estudos abrangem fatores relacionados à organização das atividades, à carga e às jornadas de trabalho, às mudanças institucionais, às

relações hierárquicas, às exigências cognitivas e aos impactos desses elementos na saúde mental dos policiais. O estudo de Demou et al. (2020) contou com a participação de 30 superintendentes da Polícia da Escócia e oito participantes vinculados a funções estratégicas da instituição. Os relatos indicaram níveis elevados de estresse e ansiedade ocupacional, além de experiências relacionadas à depressão e ao transtorno de estresse pós-traumático. A depressão foi associada à organização do trabalho, à exposição a ocorrências críticas e à percepção de falta de reconhecimento profissional. Também foram relatadas repercussões do estresse sobre o desempenho profissional, a vida familiar e o equilíbrio entre o trabalho e a vida pessoal.

Entre os principais estressores identificados por Demou et al. (2020) estavam as longas jornadas, a carga de trabalho, a insuficiência de pessoal e de recursos, a falta de clareza sobre as atribuições profissionais, as alterações de escala com pouca antecedência, as pressões por desempenho, a liderança, a cultura policial e as mudanças na estrutura da organização. Enquanto os participantes vinculados às funções estratégicas atribuíram maior relevância aos estressores operacionais, os policiais apontaram os fatores organizacionais como os mais prejudiciais à saúde mental. Os resultados também mostram a subnotificação dos problemas psicológicos, relacionada ao estigma, à cultura predominantemente masculina, à desconfiança quanto à confidencialidade dos serviços e ao receio de consequências negativas para a carreira.

Pereira et al. (2022) informaram uma amostra de 4.392 militares afastados do trabalho para tratamento de saúde em Santa Catarina, no período de 2014 a 2016, subdividida em 3.787 policiais militares e 604 bombeiros militares. Os quantitativos apresentados para os dois grupos totalizam 4.391 participantes, embora o estudo declare uma amostra total de 4.392 militares. A amostra era composta predominantemente por homens (92%), praças (97,3%) e profissionais que exerciam atividades operacionais (79%). Os policiais militares permaneceram afastados, em média, 37,1 dias, enquanto os bombeiros apresentaram média de 30,2 dias. Os militares que exerciam atividades operacionais também permaneceram afastados por período maior do que aqueles que desempenhavam funções administrativas, com médias de 36,8 e 33,8 dias, respectivamente. Os transtornos mentais e comportamentais corresponderam a 14,4% dos afastamentos analisados por Pereira et al. (2022), e a incidência cumulativa de novos casos dessa natureza alcançou 28,1% no período avaliado. Em 2016, foram registrados 139 afastamentos por transtornos mentais e comportamentais para cada mil militares, índice superior ao observado nos dois anos anteriores. Na comparação com os bombeiros, a probabilidade de afastamento por

transtornos mentais e comportamentais foi 40% maior entre os policiais. As mulheres apresentaram maior chance de afastamento por esses transtornos em relação aos homens, enquanto os praças apresentaram menor chance quando comparados aos oficiais. A duração dos afastamentos não apresentou variação estatisticamente significativa segundo o sexo ou a carreira militar.

No estudo de Wu et al. (2023), foram recebidos 358 questionários de policiais de Wuhan, na China, dos quais 302 foram considerados válidos para a análise. De acordo com os critérios da Lista de Verificação de Sintomas-90 (SCL-90), 114 policiais (37,75%) obtiveram pontuação total igual ou superior a 160, enquanto 117 participantes (38,74%) registraram 43 ou mais itens positivos na escala. Entre as dimensões avaliadas, os maiores percentuais de resultados positivos foram observados nos sintomas obsessivo-compulsivos (42,38%), na depressão (32,12%), na sensibilidade interpessoal (30,46%) e na hostilidade (29,80%). Os escores gerais e específicos de saúde mental encontrados por Wu et al. (2023) apresentaram correlação positiva com o estresse ocupacional e com a percepção dos riscos relacionados à pandemia de COVID-19. Isso significa que os participantes com níveis mais elevados de estresse no trabalho e de percepção de risco também apresentaram pontuações mais altas nos indicadores de sofrimento psicológico. Os resultados ainda identificaram diferenças relacionadas à idade, ao estado civil e ao nível de escolaridade. Na análise de regressão, o estresse ocupacional permaneceu positivamente associado aos problemas de saúde mental, enquanto a interação entre o estresse e a percepção de risco epidêmico não apresentou significância estatística.

Dias et al. (2023) analisaram os relatos de 21 policiais militares do Distrito Federal, sendo quatro mulheres e 17 homens, com idades entre 29 e 51 anos e tempo de atuação profissional variando de cinco a 30 anos. O adoecimento psíquico foi relacionado a fatores referentes à organização laboral, às dificuldades interpessoais, ao enfraquecimento dos vínculos sociais e às práticas abusivas de poder. A expressão “pressão”, frequentemente acompanhada do qualificativo “psicológica”, foi recorrente nos discursos e utilizada para representar as cobranças institucionais e o impacto do trabalho sobre a saúde mental. Os participantes do estudo de Dias et al. (2023) descreveram o adoecimento como um processo gradual, decorrente do acúmulo de estresse durante a carreira. O excesso de fiscalização e a multiplicidade de escalas de trabalho foram apontados como fatores de desgaste, especialmente diante da possibilidade de convocação a qualquer momento. Também foram relatados tratamento desumanizado, falta de

compreensão por parte dos superiores, dificuldade para obter atendimento médico e exigência de cumprimento das determinações independentemente das condições pessoais e familiares dos policiais. Os discursos analisados por Dias et al. (2023) também destacam a imposição de uma identidade profissional idealizada, representada pela figura do “super-herói”, e a exigência de manutenção permanente de determinada postura perante os superiores e a sociedade. O estado contínuo de alerta, a vigilância constante e a necessidade de observar tudo ao redor foram descritos como condições que exigem elevado esforço mental. Os resultados relacionaram essas exigências às sensações de tensão, frustração, falta de controle sobre o próprio corpo, isolamento e enfraquecimento das relações sociais e familiares.

Viegas et al. (2024) avaliaram 446 policiais militares do estado do Rio de Janeiro. A maior parte da amostra era constituída por homens, praças e profissionais com aproximadamente dez anos de serviço. Os participantes relataram média de seis horas de sono por dia, e 29,7% informaram alterações cognitivas relacionadas à memória. Entre as dimensões do custo humano do trabalho, o custo cognitivo apresentou o resultado mais elevado, com média de 3,86, sendo classificado como grave para 65% dos respondentes. Os custos físico e afetivo foram predominantemente classificados em nível crítico. As exigências cognitivas mais acentuadas identificadas por Viegas et al. (2024) envolveram a necessidade de lidar com acontecimentos imprevistos, manter a concentração, utilizar a memória continuamente, resolver problemas, empregar criatividade, realizar esforço mental e enfrentar desafios intelectuais. Verificou-se relação estatisticamente significativa entre o custo cognitivo e fatores como obesidade, idade, duração do sono e dificuldades de atenção e memória. Entre os policiais com obesidade, 88,9% apresentaram classificação grave de custo cognitivo. A mesma classificação foi observada em 82,5% dos participantes com alterações de atenção e em 75,5% daqueles que relataram alterações de memória.

A Categoria 2, denominada “Regime Disciplinar Rígido e Desempenho Policial”, foi composta pelo estudo de Alves et al. (2017). A pesquisa contou com 525 policiais militares, sendo 408 homens e 117 mulheres. Os resultados demonstraram que 64% dos participantes apresentaram nível elevado de exaustão emocional. Os policiais que atuavam externamente obtiveram média de exaustão emocional de 34,46, superior à média de 27,08 observada entre aqueles que exerciam atividades internas. O modelo estatístico apresentado por Alves et al. (2017) explicou 44% da variação da exaustão emocional. A variedade e a intensidade das

emoções vivenciadas constituíram o fator de maior capacidade preditiva. Também permaneceram associados à exaustão emocional a atuação profunda, caracterizada pelo esforço para modificar os sentimentos internos; a atuação superficial, relacionada à expressão de emoções diferentes daquelas efetivamente sentidas; a frequência das interações com suspeitos ou criminosos; e o exercício de atividades externas. A necessidade de expressar emoções positivas apresentou associação com a redução da exaustão emocional, enquanto a exigência de ocultar emoções negativas não demonstrou associação estatisticamente significativa. O posto de cabo e a escolaridade correspondente ao ensino médio completo também apareceram associados a menores indicadores de exaustão emocional.

Na Categoria 3, intitulada “Exposição Contínua a Traumas e a Falta de Suporte”, foram reunidos os estudos de Craddock e Telesco (2022), Monteiro e Silva (2023) e Ryu e Lee (2025). Os resultados desses artigos compreendem a exposição reiterada a ocorrências críticas, os sintomas de estresse pós-traumático, as alterações na percepção do mundo, os comportamentos suicidas, o estigma relacionado à saúde mental e as dificuldades de acesso ao apoio profissional.

Craddock e Telesco (2022) analisaram 408 policiais e ex-policiais dos Estados Unidos, dos quais 83% eram homens e 17% mulheres. Aproximadamente 92% dos participantes já haviam confrontado uma pessoa portando arma de fogo, e 98% relataram confronto com indivíduos que possuíam outros tipos de arma e situações que exigiram o emprego de força não letal. As ocorrências apontadas como mais perturbadoras envolveram abuso ou negligência infantil, relatados por 86% da amostra, e morte de crianças, indicada por 73%. Além disso, 35% informaram ter trabalhado com algum colega que morreu por suicídio, e 7% declararam pensar algumas vezes em tirar a própria vida. Quanto às repercussões psicológicas, aproximadamente 40% dos participantes do estudo de Craddock e Telesco (2022) relataram pesadelos, lembranças recorrentes ou revivescência de ocorrências traumáticas. Apenas 14% afirmaram não apresentar dificuldades para dormir, enquanto cerca de 44% informaram problemas de concentração, nervosismo ou inquietação. Também foram identificadas modificações na percepção do mundo: aproximadamente 40% deixaram de confiar nas outras pessoas ou passaram a considerar o mundo um lugar inseguro, e 36% relataram prejuízos do estresse ocupacional sobre as relações familiares. As análises de Craddock e Telesco (2022) identificaram correlação significativa entre o tempo de serviço e a quantidade de eventos traumáticos vivenciados. A exposição a eventos traumáticos também apresentou correlação com os sintomas de estresse pós-traumático e com

as alterações na percepção do mundo e das outras pessoas. Não foram encontradas associações significativas entre o tempo de serviço e os sintomas pós-traumáticos ou as mudanças na visão de mundo. Da mesma forma, não foram observadas diferenças significativas relacionadas ao sexo ou à raça dos participantes.

Monteiro e Silva (2023) analisaram 30 policiais militares feridos por arma de fogo na Região Metropolitana de Belém, sendo 28 homens e duas mulheres. Entre os participantes, 11 policiais, correspondentes a 36,67% da amostra, apresentaram risco de desenvolvimento de transtorno de estresse pós-traumático. Desses, seis preencheram os critérios para risco parcial e cinco apresentaram risco total. Os sintomas mais frequentes envolveram alterações negativas na cognição e no humor, perda de interesse por atividades anteriormente apreciadas, sentimentos de culpa, estado permanente de alerta e dificuldades para adormecer ou permanecer dormindo. Entre os policiais classificados com risco de transtorno de estresse pós-traumático, 90,91% eram homens, e a mesma proporção exercia atividades operacionais. Desse grupo, 81,82% foram feridos em vias públicas. A maior parte estava de folga no momento da ocorrência. Entre as repercussões físicas mais frequentes, destacaram-se a dor crônica, os prejuízos de locomoção e mobilidade e a perda parcial de membros. Entre os participantes com risco de desenvolvimento do transtorno, 54,55% afirmaram não ter recebido apoio psicossocial da corporação após o ferimento, enquanto 90,91% relataram ter recebido apoio familiar. Os resultados de Monteiro e Silva (2023) também apontaram que 54,55% dos policiais com risco de transtorno de estresse pós-traumático já haviam pensado ou tentado cometer suicídio. A presença de risco apresentou associação com a avaliação da própria saúde mental como ruim ou péssima e com a ocorrência de pensamentos ou tentativas suicidas. Entre os policiais que não apresentaram risco para o transtorno, 63,16% relataram ter recebido apoio psicossocial da instituição e todos afirmaram contar com apoio familiar.

Ryu e Lee (2025) analisaram as experiências de 12 policiais sul-coreanos, sendo nove homens e três mulheres. Das 89 unidades de sentido identificadas nas entrevistas, emergiram três temas principais e nove categorias. O primeiro tema reuniu as dificuldades de acesso aos recursos de promoção da saúde mental. Os participantes relataram receio de serem estigmatizados como fracos ou mentalmente doentes, preocupação com possíveis prejuízos nas transferências e promoções, falta de tempo para buscar atendimento em razão da carga de trabalho e sensação de esgotamento emocional antes mesmo de conseguirem acessar algum

recurso de apoio. O segundo tema identificado por Ryu e Lee (2025) compreendeu os fatores que contribuíam para o enfrentamento do sofrimento mental. Os policiais mencionaram o orgulho profissional, a percepção positiva da atividade policial, a empatia e o apoio dos colegas, bem como a realização de exercícios físicos, atividades de lazer e passatempos nos períodos de folga. O apoio recebido de colegas mais experientes e as conversas informais durante o trabalho foram descritos como elementos que ajudavam a reduzir a tensão e o desconforto emocional. O terceiro tema encontrado por Ryu e Lee (2025) correspondeu às necessidades relacionadas à educação e às políticas de promoção da saúde mental. Os participantes relataram dificuldade para reconhecer quando necessitavam de ajuda profissional e manifestaram interesse em mecanismos de avaliação e automonitoramento. Também indicaram preferência por recursos acessíveis por telefone celular, informações claras sobre os serviços disponíveis e inclusão da avaliação da saúde mental nos exames periódicos destinados a todos os policiais. Entre os 12 participantes, apenas dois já haviam utilizado o serviço de aconselhamento da própria instituição policial e nenhum havia procurado aconselhamento em saúde mental fora da corporação.

DISCUSSÃO

17

A síntese dos nove estudos indica que o adoecimento psíquico dos policiais resulta da interação entre fatores organizacionais, exigências emocionais e exposição reiterada a acontecimentos potencialmente traumáticos. Os achados afastam uma compreensão centrada exclusivamente na vulnerabilidade individual do trabalhador e reforçam a relevância do ambiente institucional na produção, intensificação ou manutenção do sofrimento mental. Essa constatação converge com o conceito de Contexto de Produção de Bens e Serviços (CPBS), de Ferreira e Mendes (2003), segundo o qual a organização, as condições e as relações socioprofissionais constituem dimensões interdependentes da experiência laboral.

Na Categoria 1, “Estrutura Organizacional e Contexto de Trabalho”, os resultados obtidos em diferentes países e contextos institucionais apresentam importantes pontos de convergência. Demou et al. (2020) identificaram que a carga e as jornadas de trabalho, a insuficiência de pessoal, as mudanças organizacionais, a liderança e a cultura policial constituem fontes relevantes de sofrimento. De maneira semelhante, Wu et al. (2023) encontraram associação entre o aumento do estresse ocupacional e a piora dos indicadores de

saúde mental entre policiais chineses durante a pandemia de COVID-19. Embora a crise sanitária tenha representado uma circunstância excepcional, seus efeitos parecem ter intensificado dificuldades já presentes no cotidiano policial, como a sobrecarga, a ampliação das responsabilidades e a exposição a situações de incerteza. Os afastamentos analisados por Pereira et al. (2022) conferem materialidade às repercussões desse contexto laboral. A maior duração dos afastamentos entre policiais, quando comparados aos bombeiros, e entre trabalhadores operacionais, em relação aos administrativos, demonstra que a natureza das atividades desempenhadas interfere nos padrões de adoecimento. O fato de os policiais apresentarem maior chance de afastamento por transtornos mentais e comportamentais também reforça a necessidade de considerar as particularidades de cada função, evitando tratar os profissionais da segurança pública como um grupo ocupacional homogêneo. Os resultados de Dias et al. (2023) ajudam a compreender os mecanismos pelos quais a organização do trabalho pode produzir sofrimento. A pressão psicológica, o excesso de fiscalização, a multiplicidade de escalas, os abusos de poder e a incompreensão dos superiores foram relatados como componentes do cotidiano institucional. A imagem idealizada do policial como “super-herói” contribui para estabelecer um padrão profissional baseado em disponibilidade permanente, obediência e aparente invulnerabilidade. Nesse contexto, a disciplina não se restringe à regulamentação das tarefas, mas alcança comportamentos, emoções e formas de apresentação perante a instituição e a sociedade. A exigência de vigilância e atenção contínuas identificada por Dias et al. (2023) encontra correspondência nos resultados de Viegas et al. (2024). O elevado custo cognitivo verificado entre policiais militares, especialmente nas atividades que exigem concentração, memória, resolução de problemas e enfrentamento de situações imprevistas, demonstra que as exigências do trabalho ultrapassam o esforço físico. As associações encontradas com alterações de atenção e memória, horas de sono, idade e obesidade evidenciam a amplitude das repercussões relacionadas ao contexto laboral. Desse modo, o desgaste cognitivo deve ser compreendido como uma dimensão relevante da saúde ocupacional dos policiais, sobretudo em atividades nas quais falhas de atenção ou de julgamento podem produzir consequências graves para o profissional e para terceiros. A articulação dos estudos da Categoria 1 mostra que o estresse policial não decorre apenas do contato com a criminalidade ou com situações de perigo. Fatores ligados à própria instituição, como escalas, jornadas prolongadas, sobrecarga, cobranças, fiscalização, gestão, hierarquia e falta de reconhecimento, também ocupam posição central. Essa

constatação é particularmente relevante porque indica que parcela dos fatores associados ao sofrimento está relacionada à forma como o trabalho é organizado e, portanto, não deve ser atribuída exclusivamente à natureza inevitavelmente arriscada da profissão.

Na Categoria 2, “Regime Disciplinar Rígido e Desempenho Policial”, Alves et al. (2017) demonstraram que o gerenciamento das emoções constitui uma exigência permanente da atividade policial. A associação da atuação profunda e da atuação superficial com a exaustão emocional indica que tanto o esforço para modificar os sentimentos internos quanto a necessidade de demonstrar emoções diferentes daquelas efetivamente sentidas podem produzir desgaste. A variedade e a intensidade das emoções vivenciadas, a frequência das interações com suspeitos ou criminosos e o exercício de atividades externas também estiveram relacionados a níveis mais elevados de exaustão. Esses resultados dialogam com os achados de Dias et al. (2023), especialmente no que se refere à exigência de uma postura profissional controlada e compatível com a imagem socialmente construída do policial. A necessidade de demonstrar firmeza, manter a vigilância e controlar manifestações emocionais pode dificultar o reconhecimento do próprio sofrimento. Forma-se, assim, uma contradição: o controle emocional é exigido como atributo necessário ao desempenho da função, mas o esforço contínuo para mantê-lo pode contribuir para a exaustão e o *burnout*. O resultado de Alves et al. (2017) segundo o qual a expressão de emoções positivas esteve associada a menores indicadores de exaustão acrescenta uma nuance importante. O problema não está simplesmente na manifestação de emoções durante o trabalho, mas no esforço, na intensidade e nas regras que condicionam essa expressão. Isso sugere que o trabalho emocional não produz efeitos uniformes, podendo assumir sentidos diferentes conforme a emoção manifestada, a estratégia empregada e a natureza das interações profissionais. Entretanto, como se trata de associação observada em estudo transversal, não é possível estabelecer uma relação causal entre essas variáveis.

A Categoria 3, “Exposição Contínua a Traumas e a Falta de Suporte”, evidencia as consequências da repetida exposição a ocorrências críticas. Craddock e Telesco (2022) identificaram elevada frequência de confrontos armados, contato com casos de violência ou morte de crianças, alterações na percepção do mundo, dificuldades de sono e concentração, lembranças intrusivas e prejuízos nas relações familiares. A correlação entre o tempo de serviço e a quantidade de acontecimentos traumáticos confirma o caráter cumulativo dessa exposição.

Contudo, a ausência de associação entre o tempo de serviço e os sintomas pós-traumáticos demonstra que a duração da carreira, isoladamente, não explica a intensidade das repercussões psicológicas. O relato de que 35% dos participantes de Craddock e Telesco (2022) tiveram algum colega de trabalho que morreu por suicídio, somado à presença de pensamentos suicidas entre os próprios respondentes, revela que o suicídio integra de maneira preocupante a realidade profissional investigada. Esse resultado converge com o estudo de Monteiro e Silva (2023), no qual mais da metade dos policiais com risco de transtorno de estresse pós-traumático relatou pensamentos ou tentativas de suicídio. A associação entre risco de TEPT, avaliação negativa da própria saúde mental e comportamentos suicidas revela a gravidade das repercussões que podem acompanhar as experiências traumáticas. Monteiro e Silva (2023) também demonstraram que o trauma decorrente do ferimento por arma de fogo não se limita ao momento da ocorrência. Dores crônicas, restrições de mobilidade, perda parcial de membros, afastamento do trabalho, alterações de humor, estado permanente de alerta e problemas de sono revelam a coexistência de consequências físicas e psicológicas. A presença de risco parcial ou total de TEPT em 36,67% da amostra indica que os efeitos do acontecimento podem permanecer mesmo após o atendimento emergencial e a recuperação físico-funcional.

O suporte recebido após a ocorrência mostrou-se uma dimensão relevante. Entre os policiais com risco de TEPT analisados por Monteiro e Silva (2023), mais da metade declarou não ter recebido apoio psicossocial da corporação, enquanto esse apoio foi mais frequente entre os participantes sem risco para o transtorno. Esses dados não permitem afirmar que a ausência de suporte tenha causado o TEPT, mas indicam uma relação que merece atenção, sobretudo porque o apoio familiar foi amplamente relatado nos dois grupos. A diferença sugere que as redes pessoais podem estar suprimindo, ao menos parcialmente, lacunas existentes no acompanhamento institucional.

Os achados de Ryu e Lee (2025) ampliam essa análise ao demonstrar que a existência de serviços não garante sua utilização. O estigma, o receio de prejuízos profissionais, a preocupação com transferências e promoções, a sobrecarga e a falta de tempo foram apontados como barreiras de acesso aos recursos de saúde mental. Assim, a falta de suporte não deve ser compreendida apenas como inexistência formal de atendimento, mas também como dificuldade concreta de acesso, ausência de confiança e temor das consequências institucionais decorrentes da procura por ajuda. Ao mesmo tempo, Ryu e Lee (2025) identificaram fatores que auxiliam os policiais

no enfrentamento do sofrimento, como o apoio dos colegas, o orgulho profissional e a realização de atividades de lazer e exercícios físicos. Esses resultados demonstram a importância das relações socioprofissionais, pois o ambiente de trabalho pode atuar tanto como fonte de desgaste quanto como espaço de acolhimento. A empatia entre colegas adquire especial relevância em uma cultura na qual a exposição das fragilidades pode ser percebida como incompatível com a identidade policial.

A integração das três categorias permite identificar um processo circular. A organização do trabalho estabelece jornadas, escalas, hierarquias, controles e padrões de desempenho; essas condições aumentam as exigências cognitivas e emocionais; a exposição a ocorrências críticas acrescenta uma dimensão traumática; e o estigma ou a insuficiência de suporte dificultam o cuidado e a recuperação. Dessa forma, os fatores organizacionais, emocionais e traumáticos não atuam separadamente, mas se reforçam no cotidiano profissional. Também se observa uma contradição institucional. Ao mesmo tempo que as corporações dependem da estabilidade emocional, da capacidade de decisão e do desempenho dos policiais, determinadas práticas organizacionais podem dificultar a manifestação de sofrimento e a procura por atendimento. A valorização da resistência, da obediência e da disponibilidade permanente pode transformar o pedido de ajuda em sinal de inadequação profissional. Como consequência, sintomas psicológicos podem ser ocultados, normalizados ou reconhecidos apenas quando já produzem afastamento, esgotamento ou comprometimento significativo da vida pessoal e profissional.

21

Os resultados relacionados ao sexo dos participantes exigem interpretação cautelosa. Pereira et al. (2022) identificaram maior chance de afastamento por transtornos mentais e comportamentais entre mulheres, enquanto Craddock e Telesco (2022) não encontraram diferenças significativas em função do sexo. Além disso, as amostras foram predominantemente masculinas, o que limita conclusões mais consistentes sobre experiências específicas das policiais. Portanto, embora a questão de gênero permaneça relevante, os estudos analisados ainda não fornecem elementos suficientes para estabelecer um padrão uniforme.

A produção examinada apresenta outras limitações. Os estudos empregaram diferentes delineamentos, instrumentos, critérios diagnósticos e formas de mensuração, além de terem sido desenvolvidos em contextos nacionais e institucionais distintos. Parte significativa das pesquisas possui caráter transversal, impedindo conclusões causais. Os estudos qualitativos, por sua vez, aprofundam a compreensão das experiências dos participantes, mas utilizam amostras

reduzidas e contextualizadas. Consequentemente, os percentuais encontrados não devem ser interpretados como estimativas gerais da prevalência de adoecimento mental em toda a população policial. Apesar dessas limitações, a convergência dos resultados aponta para a necessidade de abordagens que integrem mudanças organizacionais e cuidado em saúde mental. Intervenções restritas ao fortalecimento individual podem ser insuficientes quando jornadas excessivas, escalas imprevisíveis, fiscalização, falta de pessoal, estigma e receio de repercussões profissionais permanecem inalterados. Os achados também indicam a relevância de serviços confidenciais e acessíveis, acompanhamento após ocorrências críticas, apoio entre colegas e mecanismos que permitam identificar precocemente sinais de sofrimento.

Por fim, permanecem lacunas quanto à efetividade das intervenções institucionais destinadas à saúde mental dos policiais. Os estudos analisados concentram-se predominantemente na identificação de fatores de risco, sintomas, barreiras e necessidades, sem avaliar longitudinalmente os resultados de programas de prevenção, acolhimento ou tratamento. Pesquisas futuras poderão examinar a efetividade dessas iniciativas, considerando diferenças de gênero, função, hierarquia, tempo de serviço, natureza das ocorrências e contexto regional. Também se mostra relevante investigar de que maneira mudanças concretas na organização do trabalho repercutem sobre a saúde mental, o afastamento laboral e a procura por apoio profissional.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta revisão de escopo mostrou que o sofrimento psíquico dos policiais não pode ser compreendido apenas como uma consequência inevitável da exposição à violência. Os riscos próprios da função são agravados por fatores como sobrecarga, pressão institucional, controle emocional permanente e dificuldade de acesso ao suporte profissional. Assim, atribuir exclusivamente ao policial a responsabilidade por suportar ou superar essas experiências desconsidera a participação da própria organização do trabalho no processo de adoecimento.

A principal conclusão do estudo é que o cuidado com a saúde mental precisa integrar a estrutura e o funcionamento das instituições policiais. Isso envolve não somente disponibilizar atendimento psicológico, mas também garantir confidencialidade, acompanhamento após ocorrências críticas, capacitação das lideranças e revisão de práticas organizacionais que

intensifiquem o desgaste. Proteger a saúde mental desses profissionais constitui condição necessária para o exercício seguro e adequado da atividade policial.

Embora o número e a heterogeneidade dos estudos incluídos limitem a generalização dos achados, a revisão permitiu identificar problemas recorrentes em diferentes contextos institucionais. Também revelou a escassez de pesquisas destinadas a avaliar a efetividade das medidas de prevenção e acompanhamento já existentes. Desse modo, estudos futuros devem avançar da identificação dos fatores de risco para a análise dos resultados concretos das intervenções adotadas pelas corporações.

Conclui-se que o enfrentamento do adoecimento mental no trabalho policial exige a substituição de ações isoladas e reativas por uma política contínua de prevenção, acolhimento e acompanhamento. Reconhecer o policial como trabalhador sujeito a limites físicos e emocionais representa um passo fundamental para romper com a ideia de invulnerabilidade associada à profissão e construir instituições mais preparadas para cuidar daqueles que atuam diariamente na proteção da sociedade.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, N. F. de; CHAVES, A. B. P. Estresse policial: uma revisão integrativa sobre o estresse ocupacional em policiais. *Brazilian Journal of Development*, v. 6, n. 7, p. 52693–52706, 2020. <https://doi.org/10.34117/bjdv6n7-788>.
- ALVES, J. S. C.; BENDASSOLLI, P. F.; GONDIM, S. M. G. Trabalho emocional como preditor de burnout entre policiais militares. *Avances en Psicología Latinoamericana*, v. 35, n. 3, p. 459–472, 2017. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.4505>.
- ARAÚJO, F. M. et al. Nível de atividade física, percepção de qualidade de vida e saúde mental em policiais militares. *Motricidade*, v. 16, n. SI, p. 113–123, 2020. <https://doi.org/10.6063/motricidade.22332>.
- BARDIN, L. *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70, 1977.
- BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Brasília, DF: Presidência da República, 1988. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em: 04 maio. 2026.
- CASAGRANDE, C. H. A saúde mental e o suicídio entre policiais. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 5, n. 5, p. 21424–21439, 2022.

CASTRO, M. C.; ROCHA, R.; CRUZ, R. Mental health of the Brazilian police policy: theoretical-methodological trends. *Psicologia, Saúde & Doenças*, v. 20, n. 2, p. 525-541, 2019. <https://doi.org/10.15309/19psd200220>.

CRADDOCK, T. B.; TELESICO, G. Police stress and deleterious outcomes: efforts towards improving police mental health. *Journal of Police and Criminal Psychology*, v. 37, n. 1, p. 173-182, 2022. <https://doi.org/10.1007/s11896-021-09488-1>.

DEMOU, E.; HALE, H.; HUNT, K. Understanding the mental health and wellbeing needs of police officers and staff in Scotland. *Police Practice and Research: An International Journal*, v. 21, n. 6, p. 702-716, 2020. <https://doi.org/10.1080/15614263.2020.1772782>.

DIAS, C. A.; SIQUEIRA, M. V. S.; FERREIRA, L. B. Análise socioclínica do contexto do trabalho e sua relação com o adoecimento mental de policiais militares do Distrito Federal. *Cadernos EBAPE.BR*, v. 21, n. 1, 2023. <https://doi.org/10.1590/1679-395120220095>.

FERREIRA, M. C.; MENDES, A. M. Trabalho e riscos de adoecimento: o caso dos auditores-fiscais da previdência. Brasília: LPA Edições, 2003.

GARCIA, V. A.; MONTEIRO, J. K.; GREGOVISKI, V. R. Distúrbios psiquiátricos menores e estresse em policiais militares. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 6, n. 3, p. 11537-11551, 2023. <https://doi.org/10.34119/bjhrv6n3-248>.

LOCATELLI, M. C. Dor lombar na atividade policial militar: análise de prevalência, fatores associados e ergonomia. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, v. 19, n. 4, p. 482-490, 2021. <https://doi.org/10.47626/1679-4435-2021-626>.

LUZ, C. C. Estudo acerca das legislações relacionadas aos equipamentos de proteção individual para os policiais militares da Polícia Militar do Paraná. *Brazilian Journal of Development*, v. 7, n. 11, p. 103509-103529, 2021. <https://doi.org/10.34117/bjdv7n11-123>.

MARTINS, W. E. B. et al. O cenário do trabalho do policial militar: espacialização e reflexos no adoecimento funcional. *Brazilian Journal of Development*, v. 7, n. 3, p. 27771-27785, 2021. <https://doi.org/10.34117/bjdv7n3-470>.

MIQUELETTI, A. L.; OLIVEIRA, G. T. S.; OLIVIERI, R. A. Vitimização de policiais militares do Estado de São Paulo. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 9, n. 10, p. 127-154, 2023. <https://doi.org/10.51891/rease.v9i10.11517>.

MONTEIRO, V. F.; SILVA, S. S. da C. Presença de risco de transtorno do estresse pós-traumático em policiais militares feridos por arma de fogo. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 43, 2023. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003252098>.

PEREIRA, G. K.; ROCHA, R. E. R. da; CRUZ, R. M. Perfil epidemiológico de agravos à saúde em policiais e bombeiros. *Revista Psicologia e Saúde*, v. 13, n. 4, p. 91-106, 2022. <https://doi.org/10.20435/pssa.v13i4.1266>.

RYU, G. W.; LEE, J. Y. Exploring barriers, facilitators, and needs related to mental health promotion for police officers: a qualitative approach. *INQUIRY: The Journal of Health Care Organization, Provision, and Financing*, v. 62, p. 1-9, 2025. <https://doi.org/10.1177/00469580251317931>.

SANTOS, F. B. et al. Estresse ocupacional e engajamento no trabalho entre policiais militares. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, n. 12, p. 5987-5996, 2021. <https://doi.org/10.1590/1413-812320212612.14782021>.

SANTOS, R. D. O. B.; HAUER, R. D.; FURTADO, T. M. O sofrimento psíquico de policiais militares em decorrência de sua profissão: revisão de literatura. *Revista Gestão & Saúde*, v. 20, n. 2, p. 14-27, 2019. Disponível em: <https://www.herrero.com.br/files/revista/file5dfa2537646329c3af309b8cb4672fco.pdf>. Acesso em: 15 maio. 2026.

SANTOS, R. M. dos; BRAGA, W. de S. O impacto do estresse ocupacional na qualidade de vida e no desempenho profissional de policiais militares na sociedade contemporânea. *Revista Contemporânea*, v. 3, n. 11, p. 20528-20547, 2023. <https://doi.org/10.56083/rcv3n11-036>.

SANTOS, S. S.; SATURNINO, A. S. G. O adoecimento psíquico nos policiais militares. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 23, n. 4, e12702, 2023. <https://doi.org/10.25248/reas.e12702.2023>.

SCHILLING, R. et al. Stress-buffering effects of physical activity and cardiorespiratory fitness on metabolic syndrome: a prospective study in police officers. *PLOS ONE*, v. 15, n. 7, e0236526, 2020. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236526>.

25

SILVA, J. de L. O adoecimento dos profissionais da segurança pública: uma abordagem literária sobre o índice das principais patologias que contribuem para o afastamento do trabalho. *Research, Society and Development*, v. 12, n. 3, e0812340269, 2023. <https://doi.org/10.33448/rsd-v12i3.40269>.

SOARES, R. J. de O. et al. Saúde dos policiais militares: um estudo de revisão. *Brazilian Journal of Development*, v. 7, n. 7, p. 68816-68826, 2021. <https://doi.org/10.34117/bjdv7n7-184>.

TRICCO, A. C. et al. PRISMA extension for scoping reviews (PRISMA-ScR): checklist and explanation. *Annals of Internal Medicine*, v. 169, n. 7, p. 467-473, 2018. <https://doi.org/10.7326/M18-0850>.

VIEGAS, R. F. P. et al. A invisibilidade do custo cognitivo no trabalho de policiais militares. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 58, e20230329, 2024. <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2023-0329pt>.

WU, J. et al. A study on mental health and its influencing factors among police officers during the COVID-19 epidemic in China. *Frontiers in Psychiatry*, v. 14, 2023. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1192577>.