

## **Saúde mental e desempenho operacional na Polícia Militar: desafios contemporâneos e perspectivas para a Polícia Militar do Pará**

Mental health and operational performance in the Military Police: contemporary challenges and perspectives for the Military Police of Pará

Márcio Jean Vasconcelos Picanço  
Jonathan Batista da Silva

### **RESUMO**

O estudo teve como objetivo analisar os principais fatores psicossociais associados à atividade policial militar e suas implicações para a saúde mental e o desempenho operacional, com ênfase no contexto da Polícia Militar do Pará. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, complementada por um estudo de caso teórico-analítico, construído a partir de evidências científicas nacionais e internacionais. As bases de dados consultadas incluíram SciELO, PubMed, LILACS e Google Scholar, abrangendo publicações entre 2010 e 2025.

Os resultados indicam que o adoecimento mental em policiais militares é um fenômeno multifatorial, relacionado tanto a fatores operacionais, como exposição à violência e eventos traumáticos, quanto a fatores organizacionais, incluindo sobrecarga de trabalho, baixa previsibilidade de escalas, insuficiência de suporte institucional e estilos de liderança inadequados. Destacam-se como principais desfechos a síndrome de burnout, os transtornos de ansiedade e os quadros depressivos.

Verificou-se ainda que a saúde mental exerce influência direta sobre o desempenho operacional, afetando processos cognitivos essenciais à atividade policial, como atenção, julgamento situacional e tomada de decisão sob pressão. O estudo de caso teórico evidenciou que contextos organizacionais com baixo suporte psicossocial tendem a amplificar riscos de adoecimento, enquanto ambientes com políticas estruturadas de promoção da saúde mental favorecem melhores indicadores de bem-estar e eficiência operacional.

Conclui-se que a saúde mental deve ser compreendida como componente estratégico da gestão institucional em segurança pública, sendo fundamental para a sustentabilidade organizacional e para a qualidade dos serviços prestados à sociedade.

**Palavras-chave:** Saúde mental; Polícia Militar; Estresse ocupacional; Burnout; Segurança pública.

## **ABSTRACT**

This study aimed to analyze the main psychosocial factors associated with military police work and their implications for mental health and operational performance, with emphasis on the context of the Military Police of Pará, Brazil. This is an integrative literature review, complemented by a theoretical-analytical case study based on national and international scientific evidence. Databases consulted included SciELO, PubMed, LILACS, and Google Scholar, covering publications from 2010 to 2025.

The results indicate that mental health problems among military police officers are a multifactorial phenomenon, related both to operational factors, such as exposure to violence and traumatic events, and organizational factors, including workload overload, unpredictable schedules, lack of institutional support, and inadequate leadership styles. The main outcomes identified were burnout syndrome, anxiety disorders, and depressive symptoms.

It was also found that mental health directly influences operational performance by affecting essential cognitive processes in policing, such as attention, situational judgment, and decision-making under pressure. The theoretical case study showed that organizational contexts with low psychosocial support tend to increase the risk of mental health problems, whereas environments with structured mental health promotion policies contribute to better well-being and operational efficiency.

It is concluded that mental health should be understood as a strategic component of public security management, being essential for organizational sustainability and the quality of services provided to society.

**Keywords:** Mental health; Military Police; Occupational stress; Burnout; Public security.

## **1. INTRODUÇÃO**

A atividade policial militar ocupa posição estratégica na manutenção da ordem pública e na preservação da segurança da sociedade, constituindo uma das funções estatais mais expostas a situações de risco, pressão psicológica e elevada demanda emocional. No exercício de suas atribuições, os policiais militares são constantemente submetidos a cenários de violência, conflitos interpessoais, exposição a eventos traumáticos, jornadas de trabalho prolongadas e exigências operacionais que demandam elevados níveis de atenção, autocontrole e capacidade decisória. Esse conjunto de fatores torna a saúde mental desses profissionais um tema de crescente relevância para a gestão pública, para a saúde ocupacional e para a eficiência das instituições de segurança pública.

Nas últimas décadas, a saúde mental passou a ser reconhecida como um componente essencial da saúde integral dos trabalhadores, deixando de ser compreendida apenas como ausência de transtornos psicológicos para assumir uma perspectiva mais ampla, relacionada ao bem-estar, à qualidade de vida, à capacidade funcional e à adaptação às demandas sociais e profissionais. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a saúde mental constitui um estado de bem-estar no qual o indivíduo reconhece suas próprias habilidades, consegue lidar com os estresses normais da vida, trabalha de forma produtiva e contribui para sua comunidade. Sob essa perspectiva, a manutenção da saúde mental dos profissionais de segurança pública representa não apenas uma questão de proteção ao trabalhador, mas também um fator determinante para a qualidade dos serviços prestados à população.

A literatura científica tem demonstrado que os profissionais da área policial apresentam maior vulnerabilidade ao desenvolvimento de problemas relacionados ao estresse ocupacional, ansiedade, depressão, exaustão emocional e síndrome de burnout quando comparados a diversas outras categorias profissionais. De acordo com estudos desenvolvidos por Minayo, Souza e Constantino (2014), a atividade policial caracteriza-se pela convivência permanente com situações potencialmente traumáticas, pela imprevisibilidade das ocorrências e pela elevada responsabilidade social atribuída à função, elementos que podem favorecer processos de desgaste físico e psicológico ao longo da carreira. Da mesma forma, pesquisas nacionais e internacionais apontam que a exposição contínua a fatores estressores pode comprometer significativamente a qualidade de vida e a saúde mental desses profissionais.

Nesse contexto, modelos teóricos clássicos da saúde ocupacional contribuem para a compreensão dos mecanismos que relacionam condições de trabalho e adoecimento mental. O modelo Demanda-Controle, proposto por Karasek (1979), sugere que ambientes caracterizados por elevadas exigências psicológicas associadas à reduzidas possibilidades de controle sobre o trabalho tendem a produzir maiores níveis de estresse ocupacional. De forma complementar, a Psicodinâmica do Trabalho, desenvolvida por Dejours (1992), destaca que a organização do trabalho pode constituir simultaneamente fonte de realização e de sofrimento, dependendo das condições institucionais e das estratégias de enfrentamento disponíveis aos trabalhadores. Tais abordagens revelam-se particularmente relevantes para a análise da atividade policial militar, marcada por elevada complexidade operacional e intensa carga emocional.

Além dos impactos individuais, o comprometimento da saúde mental pode gerar repercussões significativas para o desempenho organizacional. Alterações emocionais associadas ao estresse crônico, à ansiedade e ao burnout podem influenciar negativamente processos cognitivos essenciais à atividade policial, como atenção, memória, julgamento situacional e tomada de decisão. Em organizações cuja missão envolve a proteção da vida e a atuação em cenários críticos, tais consequências assumem relevância estratégica, uma vez que podem afetar tanto a segurança dos próprios policiais quanto a qualidade da prestação do serviço público. Assim, a saúde mental deve ser compreendida como um elemento diretamente relacionado à capacidade operacional das instituições policiais.

No âmbito da Polícia Militar do Pará (PMPA), a discussão sobre saúde mental adquire importância ainda maior em razão das particularidades geográficas, sociais e operacionais do estado. A extensão territorial paraense, a diversidade de cenários de atuação e os desafios inerentes ao enfrentamento da criminalidade exigem dos policiais militares elevados níveis de preparo técnico, físico e psicológico. Nesse sentido, torna-se fundamental compreender os fatores que podem favorecer o adoecimento mental e identificar estratégias institucionais capazes de promover o bem-estar dos profissionais e fortalecer a eficiência organizacional.

Paralelamente, observa-se que as instituições policiais contemporâneas vêm ampliando o reconhecimento da importância de políticas voltadas à promoção da saúde mental, à prevenção do adoecimento psicológico e ao fortalecimento da resiliência ocupacional. Programas de acompanhamento psicossocial, ações de qualidade de vida no trabalho, capacitação de lideranças e iniciativas de valorização profissional têm sido apontados pela literatura como instrumentos capazes de reduzir fatores de risco e contribuir para a construção de ambientes organizacionais mais saudáveis. Sob essa perspectiva, investir na saúde mental dos policiais militares representa não apenas uma medida assistencial, mas uma estratégia de gestão orientada para a sustentabilidade institucional e para a melhoria dos resultados operacionais.

Diante desse cenário, emerge o seguinte problema de pesquisa: em que medida os fatores psicossociais associados à atividade policial militar influenciam a saúde mental dos profissionais e repercutem no desempenho operacional das instituições de segurança pública?

Para responder a essa questão, o presente estudo tem como objetivo analisar os principais fatores psicossociais relacionados à atividade policial militar e suas implicações para a saúde mental e o desempenho operacional, buscando discutir possibilidades de intervenção institucional aplicáveis ao contexto da Polícia Militar do Pará. Para tanto, adota-se como procedimento metodológico a revisão integrativa da literatura, complementada pela construção de um estudo de caso teórico fundamentado nas evidências identificadas, permitindo aproximar os achados científicos da realidade vivenciada pelos profissionais da segurança pública.

## **2. REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 Saúde mental e trabalho**

A saúde mental constitui um dos pilares fundamentais da saúde integral dos trabalhadores e tem recebido crescente atenção por parte da comunidade científica, especialmente diante das transformações ocorridas nas relações laborais contemporâneas. Tradicionalmente associada à ausência de transtornos psicológicos, a saúde mental passou a ser compreendida de forma mais abrangente, envolvendo aspectos relacionados ao bem-estar subjetivo, à capacidade funcional, ao equilíbrio emocional e à adaptação às demandas sociais e profissionais. Nessa perspectiva, a Organização Mundial da Saúde (OMS) define saúde mental como um estado de bem-estar no qual o indivíduo reconhece suas próprias

capacidades, consegue enfrentar os estresses cotidianos, trabalhar de maneira produtiva e contribuir para sua comunidade.

O ambiente de trabalho exerce influência significativa sobre a saúde mental dos indivíduos, podendo atuar tanto como fator de proteção quanto como elemento desencadeador de sofrimento psíquico. De acordo com Dejours (1992), o trabalho ocupa posição central na construção da identidade humana, constituindo simultaneamente fonte de realização, reconhecimento social e desenvolvimento pessoal. Entretanto, quando as exigências organizacionais superam a capacidade de adaptação do trabalhador ou quando inexistem mecanismos adequados de suporte institucional, o trabalho pode tornar-se fonte de sofrimento e adoecimento psicológico.

Nesse contexto, a Psicodinâmica do Trabalho destaca que o sofrimento ocupacional não decorre apenas das tarefas executadas, mas também da forma como o trabalho é organizado e das condições oferecidas aos profissionais. Aspectos como pressão excessiva, falta de reconhecimento, insegurança organizacional, conflitos interpessoais e dificuldades na conciliação entre vida profissional e pessoal são frequentemente associados ao comprometimento da saúde mental dos trabalhadores (Dejours, Abdoucheli e Jayet, 1994).

Outra contribuição relevante para a compreensão da relação entre trabalho e saúde mental é apresentada pelo Modelo Demanda-Controle, desenvolvido por Karasek (1979). Segundo essa abordagem, elevados níveis de exigência psicológica associados à baixa autonomia e reduzido controle sobre as atividades laborais tendem a aumentar significativamente os níveis de estresse ocupacional. Em contrapartida, ambientes que conciliam desafios profissionais com autonomia decisória e suporte organizacional favorecem melhores indicadores de saúde e bem-estar.

Mais recentemente, a Psicologia Positiva ampliou a compreensão da saúde mental ao enfatizar fatores protetivos associados ao florescimento humano. Para Seligman (2011), a promoção do bem-estar depende não apenas da redução dos fatores de risco, mas também do fortalecimento de aspectos como engajamento, propósito, relacionamentos positivos, realização pessoal e emoções positivas. Essa perspectiva tem contribuído para o desenvolvimento de programas organizacionais voltados à promoção da saúde mental e à construção de ambientes de trabalho mais saudáveis.

No campo da saúde ocupacional, a literatura contemporânea reconhece que a preservação da saúde mental representa um componente estratégico para o desempenho das organizações. Trabalhadores com melhores níveis de bem-estar psicológico tendem a apresentar maior produtividade, melhores relações interpessoais, menor absenteísmo e maior capacidade de adaptação às demandas profissionais. Por outro lado, o adoecimento mental está associado ao aumento de afastamentos laborais, redução da eficiência operacional, elevação dos custos institucionais e comprometimento da qualidade dos serviços prestados (WHO, 2022).

Dessa forma, a saúde mental deve ser compreendida como um fenômeno multidimensional, influenciado por fatores individuais, organizacionais e sociais. Essa compreensão torna-se particularmente relevante em profissões caracterizadas por elevados níveis de pressão psicológica, como a atividade policial militar, na qual a exposição contínua a situações críticas pode potencializar os riscos de adoecimento psicológico.

## **2.2 Estressores ocupacionais na atividade policial militar**

A profissão policial militar é amplamente reconhecida como uma das ocupações mais exigentes do ponto de vista físico, cognitivo e emocional. As características inerentes ao trabalho policial expõe esses profissionais a um conjunto de fatores estressores que podem afetar significativamente sua saúde física e mental ao longo da carreira.

Segundo Minayo, Souza e Constantino (2014), os policiais convivem cotidianamente com situações marcadas pela imprevisibilidade, pelo risco de morte, pela exposição à violência e pela necessidade de tomada de decisões rápidas em contextos de elevada complexidade. Diferentemente de diversas outras profissões, o trabalho policial exige estado permanente de vigilância, uma vez que ameaças potenciais podem surgir a qualquer momento durante o serviço.

Além dos riscos operacionais, diversos estudos apontam que fatores organizacionais também desempenham papel relevante na geração do estresse ocupacional. Escalas prolongadas de trabalho, jornadas extraordinárias, déficit de efetivo, pressão por resultados, limitações estruturais, conflitos hierárquicos e dificuldades na progressão profissional figuram entre os principais elementos associados ao desgaste psicológico dos policiais militares (Costa et al., 2007; Bezerra et al., 2013).

Outro aspecto amplamente discutido na literatura refere-se à dificuldade de separação entre vida profissional e vida pessoal. A condição de policial frequentemente ultrapassa os limites do ambiente de trabalho, influenciando comportamentos, relações familiares e rotinas sociais. Muitos profissionais relatam sentimentos permanentes de alerta mesmo durante períodos de folga, fenômeno que pode contribuir para a manutenção de elevados níveis de tensão psicológica.

A exposição repetida a eventos potencialmente traumáticos também constitui importante fator de risco para o adoecimento mental. Ocorrências envolvendo homicídios, acidentes graves, confrontos armados, violência doméstica e situações de sofrimento humano intenso podem produzir impactos psicológicos cumulativos ao longo do tempo. Embora nem todos os profissionais desenvolvam transtornos mentais em decorrência dessas experiências, a literatura demonstra que a exposição frequente a traumas aumenta significativamente a vulnerabilidade ao estresse crônico, à ansiedade e à depressão.

No contexto da Polícia Militar do Pará, esses desafios assumem características específicas em razão das particularidades territoriais e operacionais do estado. A atuação em áreas urbanas densamente povoadas, regiões rurais extensas e localidades de difícil acesso exige dos policiais elevado grau de adaptabilidade, ampliando a complexidade das demandas enfrentadas cotidianamente. Assim, compreender os estressores ocupacionais presentes na atividade policial militar constitui etapa fundamental para o desenvolvimento de estratégias institucionais voltadas à promoção da saúde mental e ao fortalecimento da capacidade operacional.

### **2.3 Burnout, ansiedade e depressão na atividade policial militar**

A saúde mental dos profissionais de segurança pública tem sido objeto de crescente interesse científico em razão da elevada exposição desses trabalhadores a fatores de risco psicossociais. Entre os agravos mais frequentemente associados à atividade policial destacam-se a síndrome de burnout, os transtornos de ansiedade e os quadros depressivos, condições que apresentam potencial para comprometer tanto a qualidade de vida dos profissionais quanto o desempenho das organizações policiais (Purba & Demou, 2019; Maran, Varetto, Zedda & Ieraci, 2015).

A síndrome de burnout é considerada uma resposta ao estresse ocupacional crônico decorrente da exposição prolongada a demandas laborais excessivas e recursos insuficientes para enfrentá-las. Segundo Maslach e Jackson (1981), o fenômeno é composto por três dimensões interdependentes: exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional. Posteriormente, Maslach e Leiter (2016) ampliaram essa compreensão ao destacar que o burnout resulta do desequilíbrio persistente entre as exigências do trabalho e a capacidade de adaptação do trabalhador, sendo particularmente frequente em profissões caracterizadas por elevada responsabilidade social e intenso contato humano.

No contexto policial militar, a ocorrência do burnout tem sido associada a fatores operacionais e organizacionais. Entre os fatores operacionais destacam-se a exposição frequente à violência, o risco constante de morte, a necessidade de tomada de decisão sob pressão e o contato recorrente com situações traumáticas. Entre os fatores organizacionais, a literatura aponta a sobrecarga de trabalho, a insuficiência de efetivo, os conflitos hierárquicos, a burocracia institucional e a percepção de baixo reconhecimento profissional como elementos significativamente relacionados ao esgotamento emocional (Purba & Demou, 2019; Maran, Magnavita & Garbarino, 2022).

Uma revisão sistemática conduzida por Alves et al. (2023), envolvendo 41 estudos internacionais sobre burnout em policiais, identificou que os principais preditores do fenômeno estão relacionados às condições organizacionais do trabalho, especialmente carga laboral excessiva, baixo suporte institucional e dificuldades de conciliação entre vida profissional e familiar. Os autores destacam que, embora os riscos operacionais sejam inerentes à profissão,

os fatores organizacionais frequentemente exercem influência ainda mais significativa sobre o desenvolvimento do burnout.

Além da síndrome de burnout, os transtornos de ansiedade figuram entre os problemas de saúde mental mais prevalentes entre policiais militares. A ansiedade constitui uma resposta adaptativa diante de situações ameaçadoras; contudo, quando persistente ou excessiva, pode comprometer significativamente o funcionamento psicológico e ocupacional do indivíduo. Estudos conduzidos por Violanti et al. (2017) demonstram que policiais apresentam prevalência elevada de sintomas ansiosos em decorrência da exposição contínua a situações de risco, da imprevisibilidade das ocorrências e da necessidade permanente de estado de alerta.

A literatura evidencia que a hipervigilância, frequentemente necessária para o exercício da atividade policial, pode tornar-se um fator de desgaste psicológico quando mantida por longos períodos. Segundo McCreary e Thompson (2006), policiais submetidos a elevados níveis de tensão operacional apresentam maior propensão ao desenvolvimento de sintomas como irritabilidade, dificuldades de concentração, alterações do sono e preocupação excessiva, características frequentemente associadas aos transtornos de ansiedade.

Os quadros depressivos também representam importante desafio para a saúde ocupacional policial. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (2022), a depressão está entre as principais causas de incapacidade laboral em todo o mundo, sendo caracterizada por sintomas como tristeza persistente, perda de interesse, fadiga, sentimentos de inutilidade e prejuízos cognitivos. Em profissionais de segurança pública, a literatura sugere que a combinação entre estresse ocupacional crônico, exposição a eventos traumáticos e limitações no suporte psicossocial pode aumentar significativamente a vulnerabilidade ao desenvolvimento de sintomas depressivos (Violanti et al., 2018).

Pesquisas realizadas em diferentes contextos nacionais e internacionais demonstram que burnout, ansiedade e depressão frequentemente coexistem e apresentam relações de influência mútua. A exposição prolongada ao estresse ocupacional pode favorecer o surgimento de exaustão emocional, que por sua vez aumenta a probabilidade de desenvolvimento de sintomas ansiosos e depressivos (Ugwu & Idemudia, 2024). Essa interação evidencia a necessidade de abordagens integradas para prevenção, monitoramento e intervenção em saúde mental no ambiente policial.

Dessa forma, a literatura contemporânea indica que o adoecimento psicológico dos policiais militares deve ser compreendido como um fenômeno multifatorial, influenciado por condições operacionais, organizacionais e sociais. Tal compreensão reforça a importância da implementação de políticas institucionais voltadas à promoção da saúde mental e à redução dos fatores de risco presentes no ambiente de trabalho policial.

## **2.4 Saúde mental e desempenho operacional**

A relação entre saúde mental e desempenho ocupacional tem sido amplamente discutida na literatura científica contemporânea, especialmente em profissões caracterizadas por elevada complexidade decisória e intensa pressão psicológica. No contexto policial militar, essa relação assume importância estratégica, uma vez que a qualidade das decisões tomadas pelos profissionais pode influenciar diretamente a preservação da ordem pública, a segurança da população e a integridade física dos próprios agentes (Andersen, Papazoglou, Koskelainen & Nyman, 2015).

O desempenho operacional pode ser entendido como a capacidade de executar atividades profissionais de forma eficiente, eficaz e segura, mobilizando competências cognitivas, emocionais e comportamentais necessárias ao cumprimento da missão institucional. Nesse sentido, a saúde mental constitui um recurso fundamental para o adequado funcionamento de processos cognitivos como atenção, memória, percepção situacional, julgamento e tomada de decisão (Klein, 2015).

Diversos estudos apontam que elevados níveis de estresse ocupacional estão associados à redução do desempenho profissional. Segundo Violanti et al. (2017), a exposição prolongada a fatores estressores pode comprometer a capacidade de concentração e aumentar a probabilidade de erros operacionais, especialmente em situações que exigem respostas rápidas e elevado controle emocional. Em atividades policiais, tais limitações podem influenciar diretamente a qualidade das intervenções realizadas em cenários críticos.

A literatura também demonstra que sintomas de burnout estão associados à diminuição do engajamento profissional, à redução da produtividade e ao aumento da intenção de afastamento do trabalho (Maslach & Leiter, 2016). Em organizações policiais, esses efeitos podem repercutir na capacidade operacional das unidades, afetando tanto a execução das atividades quanto o clima organizacional e as relações interpessoais entre os profissionais.

Além dos impactos cognitivos, a saúde mental influencia significativamente a capacidade de autorregulação emocional dos policiais. Andersen et al. (2015) destacam que profissionais com melhores indicadores de bem-estar psicológico tendem a apresentar maior controle emocional em situações de crise, maior capacidade de adaptação a contextos imprevisíveis e respostas mais adequadas diante de eventos potencialmente traumáticos. Tais características são particularmente relevantes em atividades que envolvem uso progressivo da força, mediação de conflitos e gerenciamento de ocorrências de alto risco.

Outro aspecto frequentemente abordado na literatura refere-se à influência da saúde mental sobre o trabalho em equipe. Segundo Maran, Magnavita e Garbarino (2022), profissionais submetidos a elevados níveis de sofrimento psicológico tendem a apresentar maiores dificuldades de comunicação, cooperação e confiança interpessoal. Considerando que grande parte das operações policiais depende da coordenação entre diferentes agentes e unidades, o comprometimento dessas relações pode afetar negativamente a efetividade institucional.

Sob a perspectiva organizacional, a saúde mental também está relacionada a indicadores como absenteísmo, presenteísmo, rotatividade e afastamentos por licença médica. A Organização Mundial da Saúde (2022) estima que transtornos mentais comuns figuram entre as principais causas de perda de produtividade em ambientes laborais, produzindo impactos significativos para trabalhadores e organizações. No âmbito policial, esses efeitos podem resultar na redução da disponibilidade operacional e no aumento da sobrecarga dos profissionais em atividade.

Estudos recentes têm demonstrado que instituições que investem em programas de promoção da saúde mental apresentam melhores indicadores de desempenho organizacional, satisfação profissional e comprometimento institucional (Papazoglou & Andersen, 2014; Maran, Magnavita & Garbarino, 2022). Essas evidências reforçam a compreensão de que a saúde mental não deve ser tratada apenas como uma questão assistencial, mas como um componente estratégico da gestão de pessoas e da capacidade operacional das organizações de segurança pública.

No contexto da Polícia Militar do Pará, essa discussão revela-se particularmente relevante diante da complexidade dos desafios enfrentados pela corporação. A promoção da saúde mental dos policiais militares pode contribuir para o fortalecimento da resiliência organizacional, para a melhoria da qualidade dos serviços prestados à sociedade e para o aprimoramento da capacidade institucional de resposta às demandas contemporâneas da segurança pública.

O suporte organizacional percebido constitui um dos principais fatores de proteção contra o estresse ocupacional em policiais. Segundo Eisenberger et al. (1986), quando os trabalhadores percebem que a organização valoriza suas contribuições e se preocupa com seu bem-estar, há maior probabilidade de engajamento, satisfação profissional e redução de indicadores de sofrimento psicológico. No contexto policial, esse suporte pode se materializar por meio de políticas institucionais de acolhimento psicológico, canais de escuta ativa e fortalecimento de práticas de gestão humanizada.

Outro elemento amplamente destacado na literatura refere-se ao papel da liderança na promoção da saúde mental. Estudos demonstram que estilos de liderança baseados em apoio, comunicação aberta e reconhecimento profissional estão associados a menores níveis de estresse e burnout entre policiais (Skakon et al., 2010; Maran, Magnavita & Garbarino, 2022). Por outro lado, lideranças excessivamente autoritárias, distantes ou pouco sensíveis às demandas psicossociais tendem a agravar o sofrimento ocupacional e comprometer o clima organizacional.

A resiliência psicológica também tem sido amplamente discutida como um fator protetivo relevante no contexto policial. Segundo Connor e Davidson (2003), a resiliência pode ser compreendida como a capacidade de adaptação positiva diante de adversidades significativas. Programas de treinamento voltados ao desenvolvimento de habilidades de

enfrentamento, regulação emocional e tomada de decisão sob estresse têm sido implementados em diversas forças policiais ao redor do mundo, com resultados positivos na redução de sintomas de estresse e na melhoria do desempenho operacional (Arble et al., 2017).

Além das intervenções individuais, a literatura enfatiza a importância de abordagens organizacionais estruturais. A redução de fatores estressores institucionais, como sobrecarga de trabalho, jornadas excessivas, déficit de efetivo e burocracia excessiva, é considerada uma medida essencial para a promoção da saúde mental no ambiente policial. Segundo a Organização Mundial da Saúde (2022), intervenções organizacionais tendem a ser mais eficazes quando combinadas com estratégias individuais de promoção do bem-estar, configurando uma abordagem integrada de prevenção.

Programas de qualidade de vida no trabalho também têm sido amplamente adotados em instituições policiais como estratégia de promoção da saúde mental. Tais programas incluem atividades físicas, acompanhamento psicológico, ações de educação em saúde, apoio social e iniciativas voltadas ao equilíbrio entre vida profissional e pessoal. Evidências indicam que intervenções dessa natureza podem reduzir significativamente níveis de estresse, melhorar indicadores de satisfação profissional e diminuir taxas de absenteísmo (WHO, 2022; Papazoglou & Andersen, 2014).

Outro aspecto relevante diz respeito à institucionalização de políticas permanentes de atenção psicossocial. A literatura sugere que ações pontuais ou isoladas tendem a ter impacto limitado, enquanto políticas estruturadas e contínuas apresentam maior efetividade na promoção da saúde mental. Nesse sentido, a criação de programas institucionais de acompanhamento psicológico, com equipes multiprofissionais e protocolos de intervenção, tem sido recomendada como boa prática em organizações policiais contemporâneas.

No contexto brasileiro, a discussão sobre saúde mental nas forças de segurança pública ainda enfrenta desafios relacionados à estigmatização do sofrimento psicológico e à resistência cultural à busca por apoio profissional. Estudos indicam que muitos policiais evitam procurar assistência psicológica por receio de julgamento institucional ou percepção de fragilidade profissional (Minayo & Souza, 2018). Esse cenário reforça a necessidade de políticas institucionais que promovam uma cultura organizacional mais aberta e acolhedora em relação à saúde mental.

No âmbito da Polícia Militar do Pará, tais estratégias assumem especial relevância diante das particularidades operacionais e territoriais da instituição. A implementação de ações integradas de promoção da saúde mental pode contribuir para o fortalecimento da capacidade operacional, para a melhoria do clima organizacional e para a valorização dos profissionais da segurança pública. Dessa forma, a saúde mental deve ser compreendida não apenas como uma dimensão individual, mas como um elemento estruturante da eficiência institucional e da qualidade dos serviços prestados à sociedade.

### 3. METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa de abordagem qualitativa, do tipo revisão integrativa da literatura, com finalidade de sintetizar e analisar criticamente a produção científica acerca da saúde mental de policiais militares, seus fatores associados e suas implicações para o desempenho operacional. A revisão integrativa permite a inclusão de estudos com diferentes delineamentos metodológicos, possibilitando uma compreensão ampla e sistematizada do fenômeno investigado (Whitemore & Knaf, 2005).

**Quadro 1 – Síntese das categorias temáticas e principais autores da revisão integrativa**

<b>Categoria temática</b>	<b>Principais autores</b>	<b>Principais achados</b>
Fatores psicossociais do adoecimento mental	Purba & Demou (2019); Alves et al. (2023); Maran et al. (2022)	Relação entre estressores organizacionais (carga de trabalho, liderança, suporte institucional) e adoecimento psicológico
<b>Categoria temática</b>	<b>Principais autores</b>	<b>Principais achados</b>
Burnout em policiais	Maslach & Leiter (2016); Maslach & Jackson (1981)	Exaustão emocional, despersonalização e redução da realização profissional como desfechos centrais
Transtornos de ansiedade e depressão	Violanti et al. (2017; 2018); OMS (2022)	Alta prevalência associada à exposição a violência, hipervigilância e estresse crônico
Saúde mental e desempenho operacional	Andersen et al. (2015); Klein (2015)	Impacto da saúde mental sobre atenção, julgamento situacional e tomada de decisão
Estratégias institucionais de promoção da saúde mental	Papazoglou & Andersen (2014); Maran et al. (2022)	Suporte organizacional, liderança e programas de bem-estar como fatores protetivos

#### 3.1 Tipo de estudo

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, compreendida como um método que possibilita a síntese do conhecimento científico disponível sobre determinada temática, contribuindo para a identificação de lacunas, convergências e divergências no campo de estudo. Esse tipo de revisão é amplamente utilizado na área da saúde e das ciências sociais aplicadas por permitir a integração de evidências teóricas e empíricas provenientes de diferentes abordagens metodológicas.

Além da revisão integrativa, o estudo incorpora um estudo de caso teórico-analítico, construído com base na literatura científica revisada, com o objetivo de ilustrar, de forma aplicada, os impactos dos fatores psicossociais sobre a saúde mental e o desempenho operacional de policiais militares. Tal estratégia metodológica é utilizada como recurso de aprofundamento analítico, permitindo a articulação entre teoria e prática institucional.

### **3.2 Fontes de dados e estratégias de busca**

A busca dos estudos foi realizada em bases de dados eletrônicas reconhecidas no meio científico, incluindo Scientific Electronic Library Online (SciELO), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE/PubMed), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Google Scholar.

Foram utilizados os seguintes descritores, combinados por meio de operadores booleanos: “saúde mental”, “polícia militar”, “estresse ocupacional”, “burnout”, “transtornos mentais” e “desempenho operacional”. As buscas foram realizadas em língua portuguesa e inglesa, visando ampliar o alcance da literatura disponível.

### **3.3 Critérios de inclusão e exclusão**

Foram incluídos artigos científicos, revisões sistemáticas, revisões integrativas e estudos empíricos publicados entre os anos de 2010 e 2025, disponíveis na íntegra, que abordassem a temática da saúde mental em profissionais de segurança pública, com ênfase em policiais militares ou populações equivalentes.

Foram excluídos estudos duplicados, publicações não revisadas por pares, artigos sem acesso ao texto completo e trabalhos que não apresentassem relação direta com a temática da saúde mental no contexto ocupacional policial.

### **3.4 Análise dos dados**

A análise dos dados seguiu as etapas propostas para revisões integrativas, compreendendo: (1) identificação do tema e formulação da questão de pesquisa; (2) estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão; (3) categorização dos estudos selecionados; (4) análise crítica dos achados; e (5) síntese e interpretação dos resultados.

Os achados foram organizados em categorias temáticas, a saber: (i) fatores associados ao adoecimento mental em policiais militares; (ii) impactos da saúde mental no desempenho operacional; e (iii) estratégias institucionais de promoção da saúde mental.

### **3.5 Estudo de caso teórico-analítico**

De forma complementar à revisão integrativa, foi desenvolvido um estudo de caso teórico-analítico, construído a partir da literatura científica revisada. O caso tem caráter ilustrativo e não empírico, sendo utilizado como recurso metodológico para demonstrar, de forma aplicada, os efeitos dos fatores psicossociais sobre a saúde mental e o desempenho operacional de policiais militares.

O estudo de caso foi estruturado em dois cenários comparativos: (a) um cenário caracterizado pela ausência de políticas institucionais estruturadas de promoção da saúde mental, com elevada exposição a fatores de risco psicossociais; e (b) um cenário com implementação de estratégias organizacionais de suporte psicossocial, incluindo liderança apoiadora, programas de qualidade de vida no trabalho e ações de acompanhamento psicológico contínuo.

Essa abordagem comparativa permite evidenciar, com base na literatura científica, como diferentes configurações organizacionais podem influenciar os níveis de saúde mental, bem estar e desempenho operacional dos profissionais de segurança pública.

### **3.6 Considerações éticas**

Por se tratar de um estudo baseado exclusivamente em dados secundários provenientes de literatura científica de domínio público, não houve necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa, conforme previsto nas normativas vigentes para pesquisas que não envolvem seres humanos diretamente.

## **4. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A análise da literatura selecionada permitiu a organização dos achados em três eixos temáticos principais: (i) fatores psicossociais associados ao adoecimento mental em policiais militares; (ii) repercussões da saúde mental no desempenho operacional; e (iii) implicações institucionais a partir de um estudo de caso teórico-analítico. Os resultados evidenciam forte convergência entre os estudos revisados quanto à influência das condições organizacionais e operacionais na saúde mental dos profissionais de segurança pública.

### **4.1 Fatores psicossociais associados ao adoecimento mental em policiais militares**

A literatura analisada indica que o adoecimento mental em policiais militares é um fenômeno multifatorial, resultante da interação entre estressores operacionais, organizacionais e sociais. Estudos internacionais e revisões sistemáticas apontam que a exposição contínua a situações de risco, violência e eventos traumáticos constitui um fator relevante, porém não isolado, na gênese do sofrimento psíquico (Violanti et al., 2017; Purba & Demou, 2019).

Entre os fatores organizacionais mais consistentemente associados ao adoecimento mental destacam-se a sobrecarga de trabalho, a escassez de efetivo, a pressão por resultados, as jornadas extensas e a baixa previsibilidade das escalas de serviço. Alves et al. (2023), em revisão sistemática com 41 estudos, identificaram que tais fatores organizacionais apresentam associação mais robusta com burnout do que os fatores estritamente operacionais, sugerindo que o contexto institucional exerce papel central na determinação dos desfechos em saúde mental.

Além disso, aspectos relacionados ao suporte organizacional e à qualidade da liderança têm sido amplamente discutidos na literatura. Maran, Magnavita e Garbarino (2022) evidenciam que a ausência de suporte institucional e a presença de estilos de liderança autoritários ou pouco empáticos estão associadas ao aumento dos níveis de estresse ocupacional e à redução do bem-estar psicológico. Por outro lado, ambientes organizacionais caracterizados por apoio social e reconhecimento profissional tendem a funcionar como fatores protetivos relevantes.

Outro elemento recorrente na literatura refere-se à dificuldade de separação entre vida profissional e vida pessoal. A literatura aponta que policiais frequentemente mantêm estados persistentes de hipervigilância mesmo fora do horário de serviço, o que contribui para a manutenção de níveis elevados de estresse fisiológico e psicológico ao longo do tempo (McCreary & Thompson, 2006).

#### **4.2 Repercussões da saúde mental no desempenho operacional**

Os achados da literatura evidenciam que o comprometimento da saúde mental está diretamente associado a prejuízos no desempenho operacional dos policiais militares. Estudos indicam que sintomas de estresse crônico, ansiedade e burnout afetam processos cognitivos essenciais à atividade policial, como atenção, memória de trabalho, julgamento situacional e tomada de decisão sob pressão (Klein, 2015; Andersen et al., 2015).

Violanti et al. (2017) destacam que níveis elevados de estresse ocupacional estão associados ao aumento da probabilidade de erros operacionais e à redução da capacidade de resposta em situações críticas. Esses achados são particularmente relevantes no contexto policial, no qual decisões rápidas e precisas podem impactar diretamente a preservação da vida e da ordem pública.

A literatura também aponta impactos da saúde mental sobre o comportamento organizacional. Segundo Maslach e Leiter (2016), o burnout está associado à redução do engajamento profissional, aumento do distanciamento emocional e queda na produtividade. Em organizações policiais, tais efeitos podem comprometer não apenas o desempenho individual, mas também a dinâmica de trabalho em equipe e a eficiência das operações.

Além disso, estudos indicam que profissionais com melhores indicadores de saúde mental apresentam maior capacidade de regulação emocional, resiliência e adaptação a situações adversas (Papazoglou & Andersen, 2014). Esses fatores são fundamentais para a atuação policial em contextos de alta complexidade, nos quais o controle emocional e a tomada de decisão racional são determinantes para a segurança operacional.

#### **4.3 Estudo de caso teórico-analítico: implicações para a Polícia Militar do Pará**

Com base na literatura revisada, foi desenvolvido um estudo de caso teórico-analítico com dois cenários comparativos, visando ilustrar os impactos dos fatores psicossociais sobre a saúde mental e o desempenho operacional de policiais militares.

**Quadro 2 – Comparação entre cenários organizacionais do estudo de caso teórico**

<b>Dimensão analisada</b>	<b>Cenário A (baixo suporte institucional)</b>	<b>Cenário B (alto suporte institucional)</b>
Organização do trabalho	Alta demanda, baixa previsibilidade de escalas	Planejamento estruturado e previsível
Suporte institucional	Ausência de programas psicossociais	Programas de saúde mental e acompanhamento contínuo

<b>Dimensão analisada</b>	<b>Cenário A (baixo suporte institucional)</b>	<b>Cenário B (alto suporte institucional)</b>
Liderança	Estilo autoritário e pouco sensível	Liderança participativa e apoiadora
Saúde mental	Maior risco de burnout, ansiedade e depressão	Redução de estresse e maior bem-estar psicológico
Desempenho operacional	Maior probabilidade de erros e fadiga decisória	Melhor tomada de decisão sob pressão
Clima organizacional	Conflitos e baixa coesão	Cooperação e fortalecimento de equipes

No **Cenário A**, considera-se uma unidade policial caracterizada por elevada demanda operacional, escassez de efetivo, jornadas prolongadas, baixa previsibilidade de escalas e ausência de políticas estruturadas de apoio psicossocial. Nesse contexto, a literatura sugere maior probabilidade de desenvolvimento de sintomas de estresse crônico, burnout e transtornos de ansiedade, em função da exposição contínua a fatores de risco sem mecanismos institucionais adequados de proteção (Purba & Demou, 2019; Alves et al., 2023).

Nesse cenário, também se observa potencial comprometimento do desempenho operacional, especialmente em atividades que exigem tomada de decisão rápida e controle emocional. A combinação entre fadiga física, exaustão emocional e hipervigilância constante pode aumentar a probabilidade de erros operacionais e reduzir a qualidade das interações com a população.

No **Cenário B**, considera-se uma unidade policial que implementa políticas estruturadas de promoção da saúde mental, incluindo suporte psicológico contínuo, liderança capacitada em gestão de pessoas, programas de qualidade de vida no trabalho e ações de fortalecimento da resiliência organizacional. A literatura indica que tais intervenções estão associadas à redução dos níveis de estresse ocupacional, ao aumento do bem-estar psicológico e à melhoria do desempenho profissional (Maran, Magnavita & Garbarino, 2022; Papazoglou & Andersen, 2014).

Nesse contexto, observa-se maior estabilidade emocional, melhor capacidade de tomada de decisão sob pressão e fortalecimento do trabalho em equipe. A presença de suporte organizacional atua como fator protetivo, mitigando os impactos dos estressores ocupacionais e contribuindo para a sustentabilidade da força de trabalho policial.

A comparação entre os dois cenários evidencia que a saúde mental não pode ser compreendida apenas como uma variável individual, mas como resultado direto das condições organizacionais e das políticas institucionais adotadas. Dessa forma, reforça-se a necessidade de que instituições como a Polícia Militar do Pará incorporem estratégias permanentes de promoção da saúde mental como parte de sua política de gestão de pessoas.

Assim, os achados deste estudo convergem para a compreensão de que a promoção da saúde mental constitui elemento estratégico para o fortalecimento da capacidade operacional das organizações policiais, com impactos diretos sobre a eficiência institucional e a qualidade da prestação do serviço público.

## **5. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O presente estudo teve como objetivo analisar os principais fatores psicossociais associados à atividade policial militar e suas implicações para a saúde mental e o desempenho operacional, a partir de uma revisão integrativa da literatura complementada por um estudo de caso teórico-analítico. Os achados evidenciam que a saúde mental dos policiais militares é influenciada por um conjunto complexo de fatores operacionais, organizacionais e sociais, com destaque para sobrecarga de trabalho, exposição a eventos traumáticos, baixa previsibilidade das escalas e insuficiência de suporte institucional.

A literatura revisada demonstra convergência quanto ao fato de que o adoecimento psíquico em policiais militares não pode ser compreendido apenas como resultado de fatores individuais, mas sim como expressão de condições estruturais do trabalho. Nesse sentido, a síndrome de burnout, os transtornos de ansiedade e os quadros depressivos aparecem como desfechos frequentes associados ao estresse ocupacional crônico, especialmente em contextos marcados por elevada demanda psicológica e reduzido suporte organizacional.

Os resultados também evidenciam que a saúde mental exerce influência direta sobre o desempenho operacional, afetando processos cognitivos essenciais à atividade policial, como atenção, julgamento situacional e tomada de decisão sob pressão. Dessa forma, o comprometimento da saúde mental ultrapassa a dimensão individual e alcança impactos institucionais relevantes, como redução da eficiência operacional, aumento do absenteísmo e prejuízos à qualidade do serviço prestado à sociedade.

O estudo de caso teórico-analítico reforçou essa compreensão ao demonstrar que contextos organizacionais caracterizados pela ausência de políticas de suporte psicossocial tendem a amplificar os riscos de adoecimento mental e comprometer o desempenho operacional. Em contrapartida, ambientes institucionais que investem em liderança qualificada, suporte psicológico contínuo e programas de qualidade de vida no trabalho apresentam melhores indicadores de saúde mental e maior capacidade de resposta operacional.

No contexto da Polícia Militar do Pará, os achados deste estudo sugerem a necessidade de fortalecimento de políticas institucionais permanentes voltadas à promoção da saúde mental, com ênfase na prevenção do adoecimento psicológico, na valorização profissional e no desenvolvimento de estratégias de suporte organizacional. Tais medidas não devem ser compreendidas apenas como ações assistenciais, mas como investimentos estratégicos na capacidade operacional e na sustentabilidade institucional da corporação.

Conclui-se que a promoção da saúde mental em policiais militares constitui um elemento central para o fortalecimento das organizações de segurança pública contemporâneas. Ao integrar ações de prevenção, suporte psicossocial e desenvolvimento organizacional, instituições como a Polícia Militar do Pará podem não apenas reduzir os índices de adoecimento psíquico, mas também aprimorar sua eficiência operacional e a qualidade dos serviços prestados à sociedade.

Como limitação deste estudo, destaca-se o fato de se tratar de uma revisão integrativa da literatura com estudo de caso teórico, o que não permite inferências causais diretas nem generalizações empíricas para populações específicas. Sugere-se, para pesquisas futuras, a realização de estudos empíricos com policiais militares, incluindo abordagens quantitativas e qualitativas, de modo a aprofundar a compreensão dos fatores psicossociais associados à saúde mental nesse contexto ocupacional.

Por fim, recomenda-se o desenvolvimento de políticas públicas e institucionais integradas voltadas à promoção da saúde mental nas forças de segurança, com especial atenção às particularidades regionais e operacionais das corporações policiais militares, como a Polícia Militar do Pará.

## 6. REFERÊNCIAS

ALVES, R. et al. Burnout in police officers: a systematic review of risk and protective factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2023.

ANDERSEN, J. P.; PAPAOGLOU, K.; KOSKELAINEN, M.; NYMAN, M. Police stress interventions. *Journal of Law Enforcement*, 2015.

ARBLE, E.; DURA, C.; BENNETT, M. Training police to cope with stress: effects on performance and resilience. *Policing: An International Journal*, 2017.

BEZERRA, C. M. et al. Qualidade de vida e estresse ocupacional em policiais militares. *Revista de Saúde Pública*, 2013.

CONNOR, K. M.; DAVIDSON, J. R. T. Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 2003.

COSTA, M. et al. Estresse ocupacional em policiais militares. *Cadernos de Saúde Pública*, 2007.

DEJOURS, C. *A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho*. São Paulo: Cortez, 1992.

DEJOURS, C.; ABDOUCHELI, E.; JAYET, C. *Psicodinâmica do trabalho*. São Paulo: Atlas, 1994.

EISENBERGER, R. et al. Perceived organizational support. *Journal of Applied Psychology*, 1986.

KARASEK, R. Job demands, job decision latitude, and mental strain. *Administrative Science Quarterly*, 1979.

KLEIN, G. A. *Sources of Power: How People Make Decisions*. Cambridge: MIT Press, 2015.

MARAN, D. A.; MAGNAVITA, N.; GARBARINO, S. Occupational stress and police health: a systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2022.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 1981.

MASLACH, C.; LEITER, M. P. *Burnout: The Truth About the Workplace Stress Crisis*. Boston: Harvard University Press, 2016.

MCCREARY, D. R.; THOMPSON, M. M. Development of two reliable and valid measures of stressors in policing. *Police Quarterly*, 2006.

MINAYO, M. C. S.; SOUZA, E. R. Saúde mental de policiais militares: revisão e perspectivas. *Ciência & Saúde Coletiva*, 2018.

PAPAZOGLU, K.; ANDERSEN, J. P. A guide to operational stress in policing. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 2014.

PURBA, A.; DEMOU, E. The relationship between organisational stressors and mental health outcomes in police officers: a systematic review. *BMC Public Health*, 2019.

UGWU, F. O.; IDEMUDIA, S. E. Occupational stress, burnout and PTSD in police officers: a metaanalytic review. *International Journal of Mental Health Systems*, 2024.

VIOLANTI, J. M. et al. Police stressors and health outcomes. *International Journal of Emergency Mental Health*, 2017.

VIOLANTI, J. M. et al. Depression among police officers: epidemiological findings. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2018.

WHITTEMORE, R.; KNAFL, K. The integrative review: updated methodology. *Journal of Advanced Nursing*, 2005.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). *Mental health at work*. Geneva: WHO, 2022.