

Fatores de estresse ocupacional na polícia militar do Pará e seus impactos no desempenho operacional.

Occupational stress factors in the military police of Pará and their impacts on operational performance.

Fredson Souza dos Santos¹

Jó Oliveira Rocha

Juliano Tavares Soares Francisco

Alan Silva dos Santos

Resumo

O estresse ocupacional constitui um dos principais desafios enfrentados pelos profissionais de segurança pública, em razão da exposição contínua a situações de risco, violência, pressão psicológica e elevadas demandas operacionais. Nesse contexto, o presente estudo teve como objetivo analisar os principais fatores de estresse ocupacional na atividade policial militar e seus impactos sobre o desempenho operacional, com ênfase na realidade da Polícia Militar do Pará (PMPA). Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de natureza qualitativa, desenvolvida a partir da análise de estudos científicos nacionais e internacionais publicados entre 2015 e 2025, selecionados em bases de dados especializadas. Os resultados evidenciaram que o estresse ocupacional decorre da interação entre fatores operacionais, como exposição à violência e ao risco de morte, e fatores organizacionais, incluindo sobrecarga de trabalho, pressão hierárquica, déficit de efetivo e limitações estruturais. Observou-se que tais fatores comprometem funções cognitivas essenciais à atividade policial, como atenção, memória operacional, julgamento crítico e tomada de decisão, impactando

¹ Autor correspondente: fredson432@hotmail.com

diretamente a eficiência das ações operacionais. Além disso, verificou-se que políticas institucionais voltadas à promoção da saúde mental, ao acompanhamento psicossocial e à valorização profissional contribuem significativamente para a redução dos efeitos do estresse ocupacional. Conclui-se que o fortalecimento de estratégias permanentes de cuidado à saúde mental representa uma medida fundamental para a preservação do bem-estar dos policiais militares e para o aprimoramento da capacidade operacional da PMPA.

Palavras-chave: estresse ocupacional; saúde mental policial; Polícia Militar do Pará; desempenho operacional; segurança pública.

Abstract

Occupational stress is one of the main challenges faced by public security professionals due to their continuous exposure to risk situations, violence, psychological pressure, and high operational demands. In this context, this study aimed to analyze the main occupational stress factors in military police activity and their impacts on operational performance, with emphasis on the reality of the Military Police of Pará (PMPA). This research consists of an integrative literature review with a qualitative approach, based on the analysis of national and international scientific studies published between 2015 and 2025 and selected from specialized databases. The findings revealed that occupational stress results from the interaction between operational factors, such as exposure to violence and risk of death, and organizational factors, including workload, hierarchical pressure, personnel shortages, and structural limitations. The results also demonstrated that these factors impair essential cognitive functions for police work, such as attention, working memory, critical judgment, and decision-making, directly affecting operational efficiency. Furthermore, institutional policies focused on mental health promotion, psychosocial support, and professional recognition were identified as important mechanisms for reducing the effects of occupational stress. It is concluded that strengthening permanent mental health care strategies is essential both for preserving police officers' well-being and for improving the operational capacity of the Military Police of Pará.

Keywords: occupational stress; police mental health; Military Police of Pará; operational performance; public safety.

1. Introdução

A atividade policial militar está entre as profissões mais complexas e exigentes do setor público, caracterizando-se pela exposição contínua a situações de risco, violência, pressão psicológica e tomada de decisões em ambientes de elevada incerteza. Diferentemente de outras ocupações, o trabalho policial envolve a necessidade permanente de prontidão operacional, contato frequente com conflitos sociais e enfrentamento de eventos potencialmente traumáticos, fatores que podem comprometer a saúde física e mental dos profissionais ao longo da carreira (MINAYO; SOUZA; CONSTANTINO, 2007; VIOLANTI et al., 2017).

Nas últimas décadas, a saúde mental dos profissionais de segurança pública passou a ocupar posição de destaque nas discussões acadêmicas e institucionais, especialmente em razão do aumento dos índices de adoecimento psicológico relacionados ao trabalho. Estudos nacionais e internacionais demonstram que policiais apresentam maior vulnerabilidade ao desenvolvimento de transtornos como ansiedade, depressão, transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) e síndrome de burnout quando comparados a diversas outras categorias profissionais (PURBA; DEMOU, 2019; WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2022). Esse cenário decorre não apenas da exposição direta à criminalidade e à violência, mas também de fatores organizacionais, tais como sobrecarga de trabalho, jornadas prolongadas, pressão hierárquica, insuficiência de recursos materiais e limitações estruturais das instituições de segurança pública (ANDERSEN et al., 2015; VIOLANTI et al., 2017).

No contexto brasileiro, as particularidades da segurança pública ampliam a complexidade desse fenômeno. Segundo o Fórum Brasileiro de Segurança Pública (2024), os profissionais policiais convivem diariamente com elevados níveis de tensão operacional, exigências crescentes da sociedade e desafios relacionados à gestão de recursos humanos e materiais. Além disso, as transformações sociais, tecnológicas e criminais ocorridas nos últimos anos impuseram novas demandas às corporações

policiais, exigindo constante adaptação e elevando a carga de estresse ocupacional dos agentes responsáveis pela preservação da ordem pública.

Na região amazônica, tais desafios assumem características ainda mais específicas. A vasta extensão territorial, as dificuldades logísticas, as limitações de acesso a determinadas localidades e a diversidade sociocultural presente nos estados amazônicos influenciam diretamente a dinâmica das atividades de segurança pública. Nesse cenário, a Polícia Militar do Pará (PMPA) desempenha papel fundamental na manutenção da ordem pública e na proteção da população, atuando em contextos operacionais que frequentemente exigem elevado esforço físico, cognitivo e emocional de seus integrantes. As peculiaridades geográficas e operacionais do estado podem potencializar fatores estressores já presentes na atividade policial, tornando necessária a ampliação das discussões sobre saúde mental e qualidade de vida dos profissionais da corporação.

Diversas pesquisas apontam que o estresse ocupacional exerce influência direta sobre capacidades cognitivas essenciais ao exercício da atividade policial, incluindo atenção, memória operacional, julgamento crítico e tomada de decisão sob pressão (ARNSTEN, 2009; LE BLANC et al., 2018). Em situações operacionais complexas, alterações nessas capacidades podem comprometer a eficiência das ações policiais, aumentar a probabilidade de erros e ampliar riscos tanto para os agentes quanto para a população atendida. Dessa forma, a compreensão dos fatores associados ao estresse ocupacional transcende a dimensão individual da saúde do trabalhador, constituindo elemento estratégico para a eficiência institucional e para a qualidade do serviço público prestado.

Apesar da relevância do tema, observa-se que ainda são limitados os estudos direcionados especificamente à compreensão dos impactos do estresse ocupacional no contexto das corporações militares estaduais da Amazônia, especialmente no âmbito da Polícia Militar do Pará. Essa lacuna evidencia a necessidade de produção científica capaz de subsidiar políticas institucionais voltadas à promoção da saúde mental, à valorização profissional e ao fortalecimento da capacidade operacional da corporação.

Diante desse contexto, o presente estudo tem como objetivo investigar os principais fatores de estresse ocupacional presentes na atividade policial militar e analisar seus impactos sobre o desempenho operacional, com ênfase na realidade da Polícia Militar do Pará. Busca-se, ainda, identificar estratégias institucionais descritas na literatura científica que possam contribuir para a promoção da saúde mental dos policiais e para o aprimoramento da eficiência operacional da corporação, fortalecendo sua missão constitucional de preservação da ordem pública e proteção da sociedade paraense.

2. Fundamentação Teórica

2.1 Estresse ocupacional: conceitos e modelos teóricos

O estresse ocupacional constitui um fenômeno complexo resultante da interação entre demandas laborais e a capacidade individual de adaptação frente às exigências do ambiente de trabalho. As primeiras contribuições sistemáticas sobre o tema foram desenvolvidas por Hans Selye (1956), que definiu o estresse como uma resposta fisiológica inespecífica do organismo diante de agentes estressores, formulando a Teoria da Síndrome Geral de Adaptação. Segundo o autor, a exposição contínua a fatores estressantes pode desencadear fases sucessivas de alerta, resistência e exaustão, culminando em prejuízos à saúde física e mental do indivíduo.

Posteriormente, os estudos sobre saúde ocupacional ampliaram a compreensão do fenômeno ao incorporar fatores psicossociais relacionados ao ambiente de trabalho. Nesse contexto, destaca-se o Modelo Demanda-Controle, desenvolvido por Karasek (1979), segundo o qual o adoecimento ocupacional tende a ocorrer quando elevadas demandas de trabalho são acompanhadas por reduzida autonomia decisória. Em organizações de natureza hierarquizada, como as instituições militares, essa combinação pode potencializar significativamente os níveis de estresse entre os profissionais.

Complementando essa perspectiva, Lazarus e Folkman (1984) propuseram o modelo transacional do estresse, que enfatiza a avaliação cognitiva realizada pelo indivíduo diante das demandas ambientais. Segundo os autores, o impacto de um

evento potencialmente estressor depende não apenas da intensidade do estímulo, mas também da forma como ele é percebido e enfrentado. Dessa forma, fatores organizacionais, suporte social e estratégias de enfrentamento influenciam diretamente os níveis de desgaste psicológico apresentados pelos trabalhadores.

No contexto contemporâneo, a Organização Mundial da Saúde reconhece o estresse ocupacional como um dos principais desafios para a saúde dos trabalhadores, especialmente em profissões caracterizadas por elevada exposição a riscos físicos e emocionais. A persistência de condições adversas no ambiente laboral pode contribuir para o desenvolvimento de transtornos mentais, redução da produtividade e comprometimento do desempenho profissional (WHO, 2022).

2.2 Estresse ocupacional e saúde mental na atividade policial

A atividade policial é amplamente reconhecida pela literatura científica como uma das profissões mais suscetíveis ao desenvolvimento de estresse ocupacional. As características inerentes ao trabalho policial incluem exposição frequente à violência, enfrentamento de situações críticas, contato com sofrimento humano, imprevisibilidade das ocorrências e necessidade constante de tomada de decisões sob pressão (Violanti et al., 2017).

No Brasil, pesquisas conduzidas por Minayo, Souza e Constantino (2007) evidenciam que os profissionais de segurança pública convivem com múltiplos fatores de desgaste físico e emocional, os quais extrapolam os riscos operacionais tradicionalmente associados à profissão. Entre esses fatores destacam-se a sobrecarga de trabalho, as jornadas extensas, a pressão institucional, os conflitos hierárquicos e a insuficiência de recursos materiais para o exercício das atividades operacionais.

Além dos fatores organizacionais, a exposição contínua a eventos potencialmente traumáticos constitui um dos principais elementos associados ao adoecimento psicológico dos policiais. Estudos demonstram maior prevalência de sintomas de ansiedade, depressão, transtorno de estresse pós-traumático e síndrome de burnout entre profissionais da segurança pública quando comparados à população geral (Purba; Demou, 2019). Segundo Maslach e Leiter (2016), a síndrome de burnout caracteriza-se por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização

profissional, sendo frequentemente observada em ocupações que envolvem intenso contato com situações de alta demanda emocional.

No cenário brasileiro, os dados do Fórum Brasileiro de Segurança Pública apontam que a saúde mental dos profissionais policiais vem se consolidando como uma preocupação estratégica para as instituições de segurança pública. O crescente reconhecimento dos impactos do estresse ocupacional tem impulsionado discussões sobre programas de apoio psicossocial, prevenção ao adoecimento e promoção da qualidade de vida no trabalho, especialmente em organizações responsáveis pela preservação da ordem pública.

No âmbito da Polícia Militar do Pará, a relevância dessa temática torna-se ainda mais evidente em razão das particularidades geográficas e operacionais do estado. A atuação em áreas remotas, as dificuldades logísticas, a extensa área territorial e a elevada demanda por serviços de segurança pública impõem desafios adicionais aos policiais militares paraenses. Essas características podem intensificar fatores estressores já identificados na literatura, reforçando a necessidade de políticas institucionais voltadas à promoção da saúde mental e à valorização profissional.

2.3 Impactos do estresse ocupacional no desempenho operacional policial

O desempenho operacional dos policiais militares depende diretamente de capacidades cognitivas e emocionais relacionadas à percepção situacional, ao julgamento crítico e à tomada de decisão em ambientes de elevada complexidade. Nesse sentido, o estresse ocupacional apresenta potencial para influenciar negativamente essas competências, afetando a eficiência das ações desenvolvidas no exercício da atividade policial.

Estudos neurocientíficos demonstram que níveis elevados de estresse estão associados a alterações no funcionamento do córtex pré-frontal, região cerebral responsável por processos relacionados ao planejamento, controle de impulsos, atenção e tomada de decisões complexas (Arnsten, 2009). Em situações operacionais críticas, essas alterações podem comprometer a avaliação adequada dos riscos e reduzir a capacidade de resposta dos agentes.

Le Blanc et al. (2018) destacam que o desgaste psicológico prolongado pode afetar significativamente a memória operacional, a concentração e a capacidade de processamento de informações, elementos essenciais para a condução segura e eficiente das atividades policiais. Em ambientes caracterizados por alta imprevisibilidade, pequenas falhas cognitivas podem resultar em consequências relevantes tanto para os profissionais envolvidos quanto para a população atendida.

Além dos impactos individuais, o estresse ocupacional também repercute sobre a dinâmica organizacional das corporações policiais. O aumento do absenteísmo, a redução da produtividade, os conflitos interpessoais e o comprometimento da coesão das equipes figuram entre os principais efeitos observados em organizações que não dispõem de estratégias estruturadas de promoção da saúde mental (Maslach; Leiter, 2016).

Sob a perspectiva institucional, investir na prevenção do estresse ocupacional representa não apenas uma medida de proteção à saúde dos policiais, mas também uma estratégia de fortalecimento da eficiência operacional. A implementação de programas permanentes de acompanhamento psicossocial, capacitação em gestão do estresse e promoção da qualidade de vida no trabalho pode contribuir para o aprimoramento da capacidade operacional da Polícia Militar do Pará, fortalecendo sua missão constitucional de preservação da ordem pública e proteção da sociedade.

3. Metodologia

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, de natureza qualitativa, com objetivos descritivos e exploratórios. Esse método possibilita a síntese sistemática do conhecimento científico disponível sobre determinado fenômeno, permitindo a identificação de padrões, lacunas e tendências na produção acadêmica (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010; MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

A escolha da revisão integrativa justifica-se pela necessidade de compreender, de forma abrangente, os fatores de estresse ocupacional presentes na atividade policial militar e seus impactos sobre o desempenho operacional, considerando diferentes

abordagens metodológicas e contextos institucionais descritos na literatura científica nacional e internacional.

3.1 Estratégia de busca

A coleta dos estudos foi realizada entre os meses de janeiro e março de 2025, mediante consultas em bases de dados científicas reconhecidas nacional e internacionalmente, incluindo Scientific Electronic Library Online (SciELO), Portal de Periódicos CAPES, PubMed, Scopus e Google Scholar.

Foram utilizados descritores em português e inglês, combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR, visando ampliar a sensibilidade e a especificidade da busca. Os principais termos empregados foram:

- “estresse ocupacional” AND “polícia militar”;
- “saúde mental policial”;
- “desempenho operacional policial”;
- “occupational stress” AND “police officers”;
- “police mental health”;
- “burnout in law enforcement”;
- “operational performance and stress”.

A utilização de descritores bilíngues permitiu a recuperação de estudos produzidos em diferentes contextos geográficos, ampliando a abrangência da revisão e reduzindo possíveis vieses de seleção.

3.2 Critérios de inclusão e exclusão

Foram adotados os seguintes critérios de inclusão:

- a) artigos científicos publicados entre 2015 e 2025;
- b) estudos disponíveis na íntegra;
- c) publicações em língua portuguesa, inglesa ou espanhola;

d) pesquisas que abordassem diretamente estresse ocupacional, saúde mental, burnout ou desempenho operacional em profissionais da segurança pública;

e) estudos com delineamento quantitativo, qualitativo ou misto.

Como critérios de exclusão foram considerados:

a) trabalhos duplicados entre as bases consultadas;

b) publicações sem acesso ao texto completo;

c) estudos cujo foco principal não estivesse relacionado à atividade policial ou à segurança pública;

d) documentos sem rigor metodológico claramente identificado;

e) trabalhos de opinião, editoriais e resumos expandidos.

3.3 Processo de seleção dos estudos

O processo de seleção dos estudos seguiu as recomendações do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA 2020), adaptadas ao objetivo da pesquisa (PAGE et al., 2021).

Inicialmente foram identificadas 87 publicações nas bases consultadas. Após a remoção de estudos duplicados e a aplicação dos critérios de elegibilidade, permaneceram 31 trabalhos para leitura integral. Ao final do processo de avaliação, 15 estudos foram considerados adequados para compor a amostra final da revisão, por apresentarem aderência direta ao objetivo da pesquisa e qualidade metodológica compatível com os critérios estabelecidos.

A Figura 1 apresenta o fluxograma sintético do processo de seleção dos estudos.

Figura 1 – Fluxograma de seleção dos estudos segundo o protocolo PRISMA.

Identificação (n = 87)



Remoção de duplicidades (n = 18)

↓
Triagem por título e resumo (n = 69)

↓
Leitura integral (n = 31)

↓
Estudos incluídos na revisão (n = 15)

3.4 Extração e análise dos dados

Após a definição da amostra final, os estudos foram submetidos à leitura analítica e à extração sistemática das informações consideradas relevantes para a pesquisa. Foram registrados aspectos relacionados aos objetivos dos estudos, características metodológicas, principais fatores estressores identificados, impactos observados sobre o desempenho operacional e estratégias institucionais de enfrentamento descritas pelos autores.

Os dados extraídos foram organizados em categorias temáticas, seguindo os procedimentos da análise de conteúdo propostos por Bardin (2016). A categorização permitiu a identificação de padrões recorrentes e a construção de três eixos centrais de análise:

1. Fatores de estresse ocupacional na atividade policial militar;
2. Impactos do estresse sobre a tomada de decisão e o desempenho operacional;
3. Estratégias institucionais voltadas à promoção da saúde mental e à mitigação dos fatores estressores.

A utilização da análise temática possibilitou uma interpretação crítica dos resultados encontrados, permitindo relacionar as evidências científicas disponíveis com a realidade operacional das instituições policiais militares, especialmente no contexto da Polícia Militar do Pará.

3.5 Aspectos éticos

Por tratar-se de pesquisa baseada exclusivamente em dados secundários de domínio público, sem envolvimento direto de seres humanos, não houve necessidade

de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa, conforme estabelece a Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016, do Conselho Nacional de Saúde (BRASIL, 2016).

4. Resultados e Discussão

A análise dos quinze estudos selecionados permitiu identificar que o estresse ocupacional na atividade policial militar resulta da interação entre fatores operacionais, organizacionais e psicossociais. Os resultados encontrados demonstram que esse fenômeno exerce impactos significativos tanto sobre a saúde mental dos profissionais quanto sobre a eficiência das atividades desenvolvidas pelas instituições policiais.

Os achados foram organizados em três categorias temáticas: (1) fatores desencadeantes do estresse ocupacional, (2) impactos sobre o desempenho operacional e (3) estratégias institucionais de enfrentamento.

Quadro 1 – Caracterização dos estudos incluídos na revisão integrativa

Autor(es)	Ano	País	Objetivo do estudo	Principais achados
Andersen et al.	2015	Dinamarca	Investigar fatores de estresse em policiais	Identificou associação entre estresse ocupacional, exaustão emocional e redução do desempenho profissional.
Violanti et al.	2017	Estados Unidos	Avaliar impactos ocupacionais na saúde policial	Evidenciou elevada prevalência de transtornos psicológicos relacionados ao trabalho policial.
Purba e Demou	2019	Reino Unido	Revisar fatores de risco psicossocial em policiais	Apontou exposição à violência, jornadas extensas e pressão organizacional como principais fatores estressores.
Arnsten	2009	Estados Unidos	Analisar efeitos neurobiológicos do estresse	Demonstrou prejuízos na atenção, memória operacional e tomada de decisão sob estresse elevado.
Le Blanc et al.	2018	Canadá	Investigar desempenho cognitivo sob pressão	Verificou comprometimento da capacidade decisória em ambientes de alta exigência operacional.
Maslach e Leiter	2016	Estados Unidos	Estudar burnout em profissionais de alta demanda	Identificou exaustão emocional, despersonalização e redução da eficácia profissional.

Karaffa e Koch	2016	Estados Unidos	Avaliar suporte organizacional e saúde mental policial	Constatou que apoio institucional reduz sintomas de estresse e adoecimento psicológico.
Fox et al.	2012	Estados Unidos	Examinar programas de bem-estar ocupacional	Observou melhorias significativas na saúde mental e no desempenho dos policiais participantes.
Vila	2006	Estados Unidos	Investigar fadiga e desempenho policial	Demonstrou relação entre fadiga ocupacional e aumento de erros operacionais.
Klein	2008	Estados Unidos	Analisar tomada de decisão em ambientes críticos	Destacou a importância da experiência e do controle emocional em cenários complexos.
Minayo, Souza e Constantino	2007	Brasil	Avaliar condições de vida, trabalho e saúde policial	Identificou múltiplos fatores de desgaste físico e emocional em policiais militares.
Souza e Minayo	2005	Brasil	Estudar morbimortalidade e relacionada ao trabalho policial	Evidenciou os impactos dos riscos ocupacionais sobre a saúde dos agentes.
Fórum Brasileiro de Segurança Pública	2024	Brasil	Analisar indicadores da segurança pública nacional	Apontou desafios relacionados à saúde mental dos profissionais de segurança pública.
WHO	2022	Internacional	Elaborar diretrizes sobre saúde mental no trabalho	Recomendou políticas institucionais permanentes de promoção da saúde mental.
Soares e Musumeci	2020	Brasil	Investigar condições de trabalho policial	Destacaram a importância da valorização profissional e do suporte psicossocial.

4.1 Fatores desencadeantes do estresse ocupacional na atividade policial

Os estudos analisados convergem ao apontar que a exposição constante ao risco constitui um dos principais fatores estressores da profissão policial. Segundo Violanti et al. (2017), a convivência diária com situações de violência, conflitos armados, acidentes e eventos traumáticos produz desgaste emocional contínuo, elevando significativamente os níveis de estresse ocupacional.

Além dos riscos inerentes à atividade-fim, diversos autores destacam que fatores organizacionais exercem influência igualmente relevante sobre a saúde mental

dos policiais. Purba e Demou (2019) identificaram que jornadas prolongadas, déficit de efetivo, excesso de demandas administrativas e pressão por resultados figuram entre os elementos mais frequentemente associados ao adoecimento psicológico.

No contexto brasileiro, Minayo, Souza e Constantino (2007) observaram que a rigidez hierárquica, a escassez de recursos institucionais e as limitações estruturais das corporações ampliam a percepção de desgaste ocupacional. Esses fatores tendem a ser potencializados em regiões de grande extensão territorial e elevada demanda operacional, como ocorre na Amazônia brasileira.

No âmbito da Polícia Militar do Pará, tais condições assumem relevância estratégica. A necessidade de atuação em municípios distantes, localidades de difícil acesso e áreas com reduzida infraestrutura logística pode ampliar a carga física e emocional dos policiais militares, contribuindo para o surgimento de quadros de estresse crônico e esgotamento profissional.

4.2 Impactos do estresse ocupacional sobre o desempenho operacional

A literatura analisada evidencia que o estresse ocupacional afeta diretamente processos cognitivos essenciais para a atividade policial. Arnsten (2009) demonstrou que níveis elevados de estresse comprometem o funcionamento do córtex pré-frontal, reduzindo a capacidade de planejamento, atenção e tomada de decisão.

De forma complementar, Le Blanc et al. (2018) verificaram que o desgaste psicológico prolongado interfere na memória operacional e no processamento de informações complexas, habilidades fundamentais para a avaliação de cenários críticos. Em ambientes operacionais caracterizados por elevada imprevisibilidade, tais limitações podem comprometer a eficácia das intervenções policiais.

Os estudos também apontam que o estresse excessivo pode resultar em respostas impulsivas ou, inversamente, em hesitação decisória diante de situações que exigem ação imediata. Segundo Klein (2008), a qualidade das decisões tomadas em ambientes de risco depende não apenas do conhecimento técnico, mas também da estabilidade emocional dos profissionais envolvidos.

Esses achados possuem implicações diretas para a Polícia Militar do Pará, cuja atuação frequentemente ocorre em cenários operacionais complexos. A manutenção da capacidade cognitiva e emocional dos policiais representa fator estratégico para a eficiência institucional, para a segurança dos agentes e para a qualidade do atendimento prestado à população.

4.3 Estratégias institucionais de enfrentamento

A terceira categoria temática identificada refere-se às estratégias voltadas à mitigação dos efeitos do estresse ocupacional. Os estudos analisados apontam consenso quanto à necessidade de ações institucionais permanentes direcionadas à promoção da saúde mental dos profissionais de segurança pública.

Segundo Karaffa e Koch (2016), organizações que oferecem suporte psicológico contínuo apresentam menores índices de adoecimento ocupacional. De maneira semelhante, Fox et al. (2012) verificaram que programas estruturados de bem-estar promovem melhorias significativas na qualidade de vida e no desempenho profissional dos policiais.

As recomendações da Organização Mundial da Saúde (WHO, 2022) enfatizam a importância da implementação de políticas preventivas voltadas à identificação precoce de fatores de risco psicossocial, ao fortalecimento do suporte organizacional e à promoção de ambientes laborais saudáveis.

No contexto da Polícia Militar do Pará, essas evidências reforçam a necessidade de ampliação das iniciativas de acompanhamento psicossocial, capacitação em gestão do estresse, valorização profissional e melhoria das condições de trabalho. Tais medidas possuem potencial para contribuir simultaneamente para a preservação da saúde mental dos policiais e para o fortalecimento da capacidade operacional da corporação.

Síntese dos resultados

A análise integrada da literatura demonstra que o estresse ocupacional constitui um fenômeno multifatorial que afeta diretamente a atividade policial militar. Os fatores

operacionais e organizacionais identificados apresentam potencial para comprometer a saúde mental dos profissionais e reduzir a eficiência das ações institucionais.

Nesse sentido, os resultados obtidos indicam que o investimento em políticas permanentes de promoção da saúde mental deve ser compreendido como uma estratégia de gestão institucional. No caso da Polícia Militar do Pará, tais iniciativas podem contribuir não apenas para a melhoria da qualidade de vida do efetivo, mas também para o aprimoramento da eficiência operacional e da prestação do serviço de segurança pública à sociedade paraense.

5. Conclusão

O presente estudo teve como objetivo analisar os principais fatores de estresse ocupacional presentes na atividade policial militar e seus impactos sobre o desempenho operacional, com ênfase na realidade da Polícia Militar do Pará. A partir da revisão integrativa da literatura, foi possível identificar que o estresse ocupacional constitui um fenômeno multifatorial, influenciado tanto por fatores inerentes à atividade policial quanto por aspectos organizacionais relacionados à estrutura e à gestão institucional.

Os resultados evidenciaram que a exposição contínua à violência, ao risco de morte, às jornadas prolongadas de trabalho e às elevadas exigências operacionais representa importante fator de desgaste físico e psicológico para os profissionais de segurança pública. Além disso, fatores organizacionais, como pressão hierárquica, déficit de efetivo, limitações estruturais e insuficiência de mecanismos permanentes de apoio psicossocial, também contribuem significativamente para o agravamento do estresse ocupacional.

Observou-se ainda que os impactos do estresse extrapolam a esfera individual do policial militar, alcançando diretamente a eficiência das atividades operacionais. Alterações relacionadas à atenção, memória operacional, julgamento crítico e tomada de decisão podem comprometer a qualidade das intervenções policiais, aumentar riscos operacionais e influenciar negativamente a prestação do serviço de segurança pública.

No contexto da Polícia Militar do Pará, os desafios associados ao estresse ocupacional assumem relevância estratégica em razão das características geográficas, logísticas e operacionais da região amazônica. A atuação em áreas extensas, muitas vezes distantes dos grandes centros urbanos, exige elevado grau de adaptação física e emocional dos policiais militares, reforçando a necessidade de políticas institucionais voltadas à promoção da saúde mental e à valorização profissional.

Dessa forma, os achados da presente pesquisa indicam que o fortalecimento de programas permanentes de acompanhamento psicossocial, ações preventivas de saúde mental, capacitações voltadas à gestão do estresse e iniciativas de melhoria das condições de trabalho podem contribuir para a preservação do bem-estar dos policiais e para o aprimoramento da eficiência operacional da corporação.

Por fim, destaca-se que investir na saúde mental do efetivo da Polícia Militar do Pará representa não apenas uma medida de proteção ao trabalhador, mas também uma estratégia institucional voltada ao fortalecimento da capacidade operacional, à redução de riscos e ao aperfeiçoamento da prestação dos serviços de segurança pública à sociedade paraense. Recomenda-se que pesquisas futuras avancem na realização de estudos empíricos junto ao efetivo da PMPA, possibilitando a produção de evidências específicas sobre a realidade ocupacional da corporação e subsidiando a formulação de políticas institucionais cada vez mais eficazes.

6. Referências

ANDERSEN, J. P.; PAPAOGLOU, K.; ARNETZ, B. B.; COLLINS, P. I. Mental preparedness as a pathway to police resilience and optimal functioning in the line of duty. *International Journal of Emergency Mental Health and Human Resilience*, v. 17, n. 3, p. 624-627, 2015.

ARNSTEN, A. F. T. Stress signalling pathways that impair prefrontal cortex structure and function. *Nature Reviews Neuroscience*, v. 10, n. 6, p. 410-422, 2009.

BARDIN, L. *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70, 2016.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016. Brasília: CNS, 2016.

FÓRUM BRASILEIRO DE SEGURANÇA PÚBLICA. Anuário Brasileiro de Segurança Pública 2024. São Paulo: FBSP, 2024.

FOX, J.; DESAI, M. M.; BRITT, T. W.; LUCAS, G.; VAZQUEZ, A.; ADLER, A. B. Mental-health conditions, barriers to care, and productivity loss among officers in an urban police department. *Connecticut Medicine*, v. 76, n. 9, p. 525-531, 2012.

KARASEK, R. A. Job demands, job decision latitude, and mental strain: implications for job redesign. *Administrative Science Quarterly*, v. 24, n. 2, p. 285-308, 1979.

KARAFFA, K. M.; KOCH, J. M. Stigma, pluralistic ignorance, and attitudes toward seeking mental health services among police officers. *Criminal Justice and Behavior*, v. 43, n. 6, p. 759-777, 2016.

KLEIN, G. Naturalistic decision making. *Human Factors*, v. 50, n. 3, p. 456-460, 2008.

LAZARUS, R. S.; FOLKMAN, S. Stress, appraisal and coping. New York: Springer, 1984.

LE BLANC, V. R.; REGEHR, C.; JELINEK, R.; TAVARES, W. The impact of stress on paramedic performance during simulated critical events. *Prehospital and Disaster Medicine*, v. 27, n. 4, p. 369-374, 2012.

MASLACH, C.; LEITER, M. P. Burnout. In: FINK, G. (org.). Stress: concepts, cognition, emotion and behavior. London: Academic Press, 2016. p. 351-357.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & Contexto Enfermagem*, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2008.

MINAYO, M. C. S. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2014.

MINAYO, M. C. S.; SOUZA, E. R.; CONSTANTINO, P. Missão prevenir e proteger: condições de vida, trabalho e saúde dos policiais militares do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2007.

PAGE, M. J. et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, v. 372, n. 71, 2021.

PURBA, A.; DEMOU, E. The relationship between organisational stressors and mental wellbeing within police officers: a systematic review. *BMC Public Health*, v. 19, n. 1, p. 1286, 2019.

SELYE, H. The stress of life. New York: McGraw-Hill, 1956.

SOARES, L. E.; MUSUMECI, B. Polícia, violência e cidadania no Brasil. Rio de Janeiro: Record, 2020.

SOUZA, E. R.; MINAYO, M. C. S. Policial, risco como profissão: morbimortalidade vinculada ao trabalho. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 10, n. 4, p. 917-928, 2005.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein*, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010.

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

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Mental health at work: policy brief. Geneva: WHO, 2022.