



FATORES DE RISCO PARA A SAÚDE MENTAL DOS POLICIAIS MILITARES E POTENCIAIS INTERVENÇÕES PARA MITIGAR ESSES FATORES: UMA REVISÃO CIENTÍFICA

José Augusto da Silva¹ e Julio Cesar Fagiolo²

¹ Pós-Graduado em Gestão em Segurança Pública e Privada e em Segurança Pública e Inteligência.

¹ Pós-Graduado em Direito Administrativo e Inteligência Policial.

RESUMO

A saúde mental dos policiais militares tem sido uma preocupação crescente nas últimas décadas, dadas as demandas únicas e estressantes de sua profissão. Esses profissionais desempenham um papel crucial na manutenção da ordem e segurança pública e na proteção da comunidade. No entanto, a natureza desafiadora e muitas vezes perigosa de seu trabalho, tem um impacto significativo em sua saúde mental. A análise sugere que os policiais militares enfrentam desafios significativos em relação à saúde mental, incluindo altos níveis de estresse ocupacional, traumas relacionados ao trabalho e estigmatização do apoio psicológico. Estratégias de intervenção eficazes incluem programas de bem-estar, treinamento em resiliência e acesso a serviços de saúde mental. Destaca-se a importância de abordar a saúde mental dos policiais militares como uma prioridade de saúde pública, discutindo implicações para políticas públicas, práticas organizacionais e futuras pesquisas para promover a saúde mental dos policiais militares. Este artigo científico revisa a literatura atual sobre o estado da saúde mental dos policiais militares, explorando fatores de risco, impactos na saúde mental e intervenções potenciais para melhorar o bem-estar psicológico desses profissionais.

Palavras-chave: Estresse; Policial militar; Saúde mental; Traumas; Apoio psicológico.

1 INTRODUÇÃO

Os policiais militares desempenham um papel vital na manutenção da ordem pública e na proteção da comunidade. No entanto, o ambiente de trabalho desafiador e muitas vezes perigoso em que os profissionais operam, podem ter impacto significativo em sua saúde mental. Esses profissionais carregam uma função de extrema importância perante a sociedade, pois são esses profissionais que primam pela segurança e bem-estar de todos, sendo esses os representantes da lei que estão mais próximos da comunidade (ALF e WINTER, 2019). Ainda segundo os autores Alf e Winter (2019), a polícia militar tem a premissa de manter a segurança e a ordem, impedindo o caos social, mas também de garantir ao cidadão seu direito à liberdade, para aqueles que respeitam os princípios da lei.

O profissional policial, como citado no trecho de seu juramento perante a carreira, “[...] dedicar-se inteiramente ao Serviço da Pátria, cuja honra, integridade e instituições defenderá, se



preciso com o sacrifício da própria vida. O policial estará sempre atento, independentemente de estar de serviço ou de folga, em um mercado fazendo suas compras, em uma igreja em momento de fé, na praça com sua família, na universidade em que estuda. Isso estabelece uma pressão constante que leva a tensões, podendo acarretar em gatilhos perigosos (DOS SANTOS, 2022).

Os policiais militares desempenham atividades repressivas e preventivas contra a criminalidade, visando a proteção direta da sociedade, onde estão sujeitos a se depararem com situações de risco, mediação de conflitos e crises das mais distintas complexidades (BARROSO, RIBEIRO E SOUSA, 2022). A atividade desempenhada pelo policial militar, trata-se de uma atividade de risco, mediante a natureza dos conflitos e demandas a serem atendidas, pois atingem sua saúde física e psicológica (FELIPPE e NETO, 2023). Segundo Borges (2013), o trabalho policial é considerado desgastante física e emocionalmente, pois o policial se vê constantemente exposto ao perigo, riscos iminentes e violência, carga horária de trabalho irregular, alimentação desregrada. Ainda segundo Borges (2013), esses fatores podem sobrecarregar física e emocionalmente o profissional, repercutindo por vezes em sua família, qualidade de vida e relações sociais.

O policiamento ostensivo, utilizado como instrumento base do serviço da polícia militar, para garantir a ordem pública e a segurança, faz com que o policial militar conviva diretamente com o problema de outros indivíduos, por vez sendo o solucionador desses. Aliados ao fato de uma intensa cobrança institucional, regras rígidas, respeito a hierarquia e disciplina a serem seguidas, faz com que o policial militar enfrente quadros de estresse emocional (NAKASHIMA, 2023). Ainda segundo Nakashima (2023), uma má qualidade de sono, onde o militar em serviço passa a noite acordado em decorrência do serviço, afeta diretamente em sua capacidade cognitiva, diminuindo a capacidade de raciocínio perante as mais diversas situações de risco, seja nos atendimentos de ocorrências, na direção de viaturas, em um excesso de raiva em tratativa com a população, ou uma resposta rápida a uma possível ameaça.

Cechet (2021) traz em seu estudo a vulnerabilidade do ambiente de atuação dos policiais, estando expostos a riscos diários, sentimento de desvalorização, questões de estigmas institucionais baseados na hierarquia, obediência e disciplina a ser seguida, por vezes em um regime ditatorial, onde acarretam em sentimentos destrutivos, podendo comprometer a saúde mental dos policiais. Ainda que mesmo com a existência de programas de saúde mental na esfera pública, não se tem alcançado a toda população, muitos ainda possuem uma visão



distorcida sobre o adoecimento psicológico, não buscando ajuda, onde busca-se primeiro cuidar do físico, esquecendo-se do emocional (CECHET, 2021).

O presente estudo teve sua metodologia aplicada sobre uma revisão bibliográfica. Sendo em um primeiro momento, realizado levantamento bibliográfico em temas relacionados ao assunto saúde mental dos policiais militares. Após, selecionados os trabalhos de interesse para o estudo proposto, buscando prioritariamente trabalhos realizados nos últimos cinco anos para que se tenha propostas mais atuais. Com isso, esses trabalhos escolhidos serviram como embasamento para as discussões teóricas a respeito da temática proposta dos fatores de risco para a saúde mental dos policiais militares, visando assim, com este artigo, uma compreensão desta problemática, buscando formas de mitigar esses impactos causados na saúde mental dos policiais militares.

2 IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL DOS POLICIAIS MILITARES

2.1 ESTRESSE OCUPACIONAL

Vários fatores contribuem para os desafios de saúde mental enfrentados pelos policiais militares. Exemplo do estresse ocupacional, onde a natureza imprevisível e muitas vezes perigosa do trabalho policial pode resultar em altos níveis de estresse. Isso inclui lidar com situações de crise, confrontos violentos, e exposição a traumas. Santos (2021) relata em seu estudo que a demanda de respostas do serviço prestado pelos policiais à sociedade, possuem impactos organizacionais e políticos, uma vez que o trabalho realizado pelos policiais, são imprescindíveis para a saúde, bem-estar e produtividade desses profissionais, o que reflete na qualidade do serviço de segurança prestado. Santos (2021) ainda diz que, violar os direitos desses policiais a condições dignas de trabalho, nada mais é que uma forma de violência no ambiente laboral, o que prejudica o comprometimento e desempenho do policial em seu serviço.

Profissionais frustrados psicologicamente, apresentam características como desânimo, esgotamento e falta de motivação, afetando a produção laboral e desenvolvendo indícios de esgotamento mental. Segundo Sousa, Mendonça e Zanini (2010), esse desgaste do trabalhador, relacionado com o ambiente de trabalho, é chamado estresse ocupacional. Perante o trabalho desenvolvido pelo policial militar perante a sociedade e sua relevância, é de extrema importância identificar fatores que possam desencadear o estresse ocupacional e sua implicação com a saúde, bem-estar e satisfação destes profissionais (SANTOS, 2021).

2.2 SÍNDROME DE BURNOUT OU SÍNDROME DO ESGOTAMENTO PROFISSIONAL



Para Costa e Carvalho (s.d.) apud Maslach et. al. (2016), descreve-se a Síndrome de Burnout, conhecida como a síndrome do esgotamento profissional, como resultado de uma exposição prolongada a fatores estressantes do trabalho. Podendo ser causada por fatores diversos relacionados ao trabalho ou a estrutura intrínseca do indivíduo, podendo ser desencadeada por situações de desconforto no contexto organizacional, profissional ou em sociedade.

Diversos estudos vêm sendo dedicados aos profissionais policiais militares, levando em consideração a exposição da categoria ao sofrimento psíquico pelos mais variados fatores que se deparam no dia a dia de trabalho. Onde os estudos investigam esse processo de adoecimento e os sintomas causados como estresse, depressão, ansiedade e Síndrome de Burnout, dentre esses policiais (RIBEIRO et. al., 2023). Ainda segundo os autores, Ribeiro et. al. (2023), a Síndrome de Burnout pode ser caracterizada por diversos sintomas, sendo o estresse o mais predominante, dando atenção ao “estresse não mediato”, o qual não possui solução por fatores físicos, psíquicos, comportamentais e defensivos.

Costa e Carvalho (s.d.) trazem em seu estudo fatores que contribuem para o desenvolvimento da Síndrome de Burnout nos policiais militares, como excesso nas atividades desenvolvidas, atreladas a uma pressão da sociedade e o medo de morrer, tanto no trabalho como de folga, além do fato de serem subordinados a uma hierarquia rígida, podendo a vir desencadear a Síndrome de Burnout.

Ribeiro et. al. (2023) relata que para que o policial militar possa buscar tratamentos terapêuticos que levem à melhora da Síndrome de Burnout, é de extrema importância conhecer quais tratamentos estão disponíveis, observando os sintomas e reconhecendo que se faz necessário a busca pelo auxílio. Também se faz necessário conhecer os aspectos de cura desse público alvo, uma vez que tem consequências pragmáticas para a aceitação, confiança e melhora dos policiais.

2.3 TRANSTORNO DE ESTRESSE PÓS-TRAUMÁTICO (TEPT)

Outro fator de risco para a saúde mental dos policiais militares, são as constantes exposições a traumas. Os policiais militares estão frequentemente expostos a situações traumáticas, como acidentes de trânsito, violência doméstica, crimes violentos e desastres naturais. Essas experiências podem ter um impacto duradouro na saúde mental dos profissionais. Muitos policiais militares desenvolvem TEPT como resultado da exposição a



eventos traumáticos no trabalho. Os sintomas incluem flashbacks, pesadelos, hipervigilância e evitação de gatilhos relacionados ao trauma.

De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, DSM-5 (APA 2014), o TEPT tem como característica principal o aparecimento de sintomas particulares após o profissional ser exposto a eventos traumáticos. Para Felipe e Neto (2023), esses eventos são aqueles que colocam em risco, ou deixam em situação de vulnerabilidade, os profissionais envolvidos, atingindo sua integridade física e psicológica, e que podem fomentar sintomas de curto, médio ou longo prazo.

De acordo com Wiley apud Feitosa et al. (2021), os policiais militares perante sua profissão, estão frequentemente expostos a violência, acidentes, traumas, presenciando mortes e lidando com o risco da própria vida. O que com o tempo, podem apresentar como consequências, algumas sequelas psicológicas, como depressão, ansiedade, uso abusivo de álcool, entre outros. Esses distúrbios provenientes de situações traumáticas sofridas, comprometem a atuação policial, acarretando em déficits perigosos tanto na área emocional quando na função cognitiva, o que se deve tratar com atenção, uma vez que é inerente da função policial ostentar uma arma de fogo e reagir a situação de perigo (PRICE, 2017).

2.4 SUICÍDIO, DEPRESSÃO E ANSIEDADE

Os impactos negativos na saúde mental dos policiais militares podem ser profundos e duradouros. Alguns deles como o estresse crônico e a exposição a traumas podem aumentar o risco de desenvolver depressão e ansiedade entre os policiais militares. Esses transtornos podem afetar negativamente o funcionamento diário e a qualidade de vida.

De acordo com Trombka et. al. (2018), ressalta-se que na atividade policial militar, alguns fatores prejudicam a saúde mental, como a exposição ao estresse agudo ou crônico, o que eleva taxas de problemas nesses profissionais como Burnout, suicídio, depressão e ansiedade. Para os autores Di Nota et. al. (2020), a concretização do suicídio está atrelada a alguns fatores contribuintes, entre eles a habituação a dor e a morte, devido a exposição prévia a eventos traumáticos e o acesso e conhecimento de meios letais, esses últimos, intrínsecos do meio policial.

Urbano et. al. (2023) aponta em seu estudo, que no período da pandemia da COVID 19, foi registrado um aumento em casos de suicídio e tentativas, entre os policiais militares do



Estado do Paraná. Urbano et. al. (2023) ainda traz dados obtidos através do Serviço de Assistência Social da PMPR (SAS, 2021), onde apontam que entre os anos de 2014 a 2021, 44 policiais militares do Estado do Paraná cometeram suicídio. Tendo um aumento de 200% no ano de 2019 para 2020, ano em que iniciou a pandemia, saltando de 3 para 9 casos.

Ainda segundo estudo apresentado por Urbano et. al., (2023), esses dados estatísticos do aumento de suicídio entre os policiais militares, podem revelar múltiplos fatores causadores de ansiedade, estresse e depressão. Sendo esses fatores, ao se somarem a vida pessoal e profissional, possíveis catalisadores nesse aumento da taxa de suicídios.

3 INTERVENÇÕES POTENCIAIS PARA MELHORIA DA SAÚDE MENTAL DOS POLICIAIS MILITARES

Em algumas culturas policiais, buscar ajuda psicológica é visto como sinal de fraqueza ou falta de capacidade para lidar com o trabalho. Isso pode levar à subnotificação e subtratamento de problemas de saúde mental entre os policiais militares, devido essa estigmatização do apoio psicológico. Para melhorar a saúde mental dos policiais militares, são necessárias intervenções abrangentes que abordem os fatores de risco identificados. Estas podem incluir:

3.1 PROGRAMAS DE RESILIÊNCIA

Oferecer treinamento em habilidades de enfrentamento e resiliência pode ajudar os policiais militares a lidar de forma mais eficaz com o estresse ocupacional e os traumas relacionados ao trabalho. Para Ribeiro et. al. (2023) apud Rodrigues et. al. (2022), o indivíduo que se encontra realizado profissional e pessoalmente tem relação direta com o reconhecimento pelo seu esforço, se tornando essencial para o desempenho e desenvolvimento ocupacional. Essa recompensa pelo empenho proporciona perseverança, resiliência ao fracasso e inteligência para resolver conflitos, assim o profissional atua em prol da contribuição e retribuição.

Tavares et. al. (2021) apontou em seu estudo que o domínio geral, o domínio psicológico e a resiliência atuam de forma protetora em relação ao estresse e a percepção negativa de domínios de qualidade de vida. Tendo a resiliência psicológica, uma grande capacidade de evitar distúrbios da saúde mental em médio prazo, quando estão em fase inicial. Ainda Tavares et. al. (2021) apud Andersen et. al. (2015) traz ainda que se faz necessário fortalecer meios para



promover a resiliência e manter o bem-estar pessoal, uma vez que os policiais militares frequentemente presenciam vidas em risco, assim como colocam a própria vida em risco.

3.2 APOIO PSICOLÓGICO ACESSÍVEL

É crucial desestigmatizar a busca de ajuda psicológica e garantir que os policiais militares tenham acesso fácil a serviços de saúde mental confidenciais e de alta qualidade. A Subseção de Assistência Social (SAS) tem como objetivo promover o bem-estar dos militares e seus familiares. Dentre as atuações desse Serviço Social da Polícia Militar do Paraná, são realizados atendimentos preventivos e interativos, abordagem e encaminhamento para tratamento de pacientes com transtorno mental e também, abordagem, intervenção e encaminhamento, após diagnóstico social, militares e dependentes que necessitem de apoio psicológico (URBANO et. al., 2023).

Ainda segundo os autores, Urbano et. al., (2023), o programa registrado através do Padrão Internacional de Numeração de Livro – (ISBN) por militares estaduais, ressalta-se a necessidade de universalizar o atendimento psicológico e social aos policiais militares, demonstrando a importância dos projetos de qualidade de vida no ambiente de trabalho, sendo de fundamental importância para a melhoria das condições de vida dos militares estaduais. Que para a implementação do referido programa, foram estabelecidos Centros Integrados de Atendimento Psicossocial e Seções de Atendimento Psicossocial (CAPs).

Através do Decreto Estadual nº 6297, de 04 de dezembro de 2020, os CAPs são administrados pela Secretaria de Segurança Pública (SESP), que realiza atendimento a Polícia Militar e demais instituições (Polícia Científica, Polícia Civil e Polícia Penal), sendo as Seções de Atendimento Psicossocial (SAPs) administradas pela Diretoria de Pessoal, através da Seção de Assistência Social. Os Centros Integrados de Atendimento Psicossocial (CAPs) fornecem aos policiais militares o atendimento psicológico e a assistência social, tendo suas bases em Curitiba e Londrina. Já as Seções de Atendimento Psicossocial (SAPs), oferecem o atendimento psicológico e assistencial nos Comandos Regionais e nos Batalhões de Polícia Militar.

Urbano et. al., (2023) aborda em sua pesquisa o modelo de prevenção adotado pela PMPR, sendo esse dividido em prevenção universal, seletiva e indicada. Sendo um modelo de extrema utilidade, pois proporciona a abordagem em diferentes níveis, dessa forma tendo uma maior definição das ações, sendo prevenções a ideias suicidas (universal), prevenções na elaboração de planos suicidas (seletiva) e prevenções ao ato suicida (indicada), facilitando a



ação direta para minimizar os comportamentos específicos em cada fase (URBANO et. al., 2023 apud BERTOLETE, 2012).

Para Urbano et. al., (2023), outros marcos são importantes para a ajuda psicológica, não apenas dos policiais militares, mas de quem vier a passar por esses momentos e necessitar de apoio e acompanhamento, como a instituição da Política Nacional de Prevenção da Automutilação e do Suicídio, em 26 de abril de 2019, pela União em cooperação com os Estados, o Distrito Federal e os Municípios. E também a criação do Centro de Valorização da Vida, fundado em 1962 em São Paulo, onde prestam serviço voluntário e gratuito de apoio emocional e prevenção ao suicídio com total anonimato através da linha 188.

3.3 CULTURA ORGANIZACIONAL DE APOIO

Promover uma cultura organizacional que valorize a saúde mental, criando políticas organizacionais, onde ofereça apoio aos policiais em momentos de crise e reconheça a importância do autocuidado pode ajudar a criar um ambiente de trabalho mais saudável e com alta produtividade. Para Marques (2023) apud Brewin et. al. (2018), o treinamento a qual os policiais militares são submetidos na carreira, negligenciam aspectos necessários relacionados à saúde mental, pois falta preparo para lidar com situações estressantes, podendo aumentar a vulnerabilidade desses policiais. Por isso são fundamentais estratégias e treinamentos que abordam a resiliência emocional, o reconhecimento de sinais de alerta e a promoção do autocuidado.

Marques (2023), retrata ainda em seu estudo que as políticas organizacionais de apoio devem criar ambientes de trabalho saudáveis e positivos. Práticas em que promovam o equilíbrio entre vida profissional e pessoal, gestão de estresse e a criação de uma cultura organizacional que valorize a saúde mental são de suma importância. Dessa forma, fornecendo diretrizes cruciais para a criação de políticas mais eficazes e adoção de práticas para melhorar a saúde mental dos policiais militares, onde atrelados a um ambiente de trabalho mais sustentável e resiliente, são fundamentais para garantir o bem-estar desses policiais.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS



Este importante tema é uma questão crucial dentro das forças de segurança, enfrentar situações de alto estresse, lidar com a violência, lidar com a pressão do dever e testemunhar eventos traumáticos são apenas algumas das realidades que os policiais enfrentam diariamente.

Para aprimorar a saúde mental dos policiais militares no Paraná, é necessário adotar uma estratégia completa e diversificada, que leve em consideração os problemas únicos que enfrentam e adotar medidas eficazes para garantir seu equilíbrio emocional. Abaixo estão algumas formas de alcançar esse objetivo:

1. Programas de treinamento em saúde mental: Implementar programas de treinamento regulares que ajudem os policiais a reconhecer e gerenciar o estresse, o trauma e outras questões relacionadas à saúde mental. Esses programas devem fornecer habilidades práticas de enfrentamento e promover uma cultura de autocuidado e apoio entre os colegas.
2. Políticas de licença e suporte: Criar diretrizes de licença flexíveis que permitam aos policiais tirar folgas quando necessário para cuidar de sua saúde mental, recuperar-se de eventos traumáticos ou procurar tratamento. Ademais, disponibilizar suporte financeiro e jurídico para policiais que enfrentam dificuldades de saúde mental relacionadas ao trabalho.
3. Acesso a serviços de saúde mental: Garantir que os policiais tenham acesso fácil e confidencial a serviços de saúde mental de qualidade, incluindo aconselhamento psicológico e psiquiátrico. Isso pode ser feito através de parcerias com profissionais de saúde mental especializados e disponibilizando recursos dentro da própria instituição.
4. Incorporação de estratégias de bem-estar: Integrar atividades de promoção do bem-estar, como exercícios físicos, técnicas de relaxamento e *mindfulness*, nos programas de treinamento e na rotina diária dos policiais. Essas práticas visam diminuir o estresse, aumentar a resiliência e fomentar o equilíbrio emocional.
5. Supervisão e ação antecipada: Estabelecer sistemas de vigilância para detectar precocemente indicadores de estresse e questões de saúde mental entre os policiais. Isso pode incluir a realização periódica de avaliações de bem-estar emocional e intervenções imediatas para fornecer apoio e recursos apropriados.

A saúde mental dos policiais militares é uma questão complexa que exige atenção cuidadosa por parte das autoridades policiais, dos pesquisadores e da sociedade em geral.



Ao reconhecer os desafios únicos enfrentados por esses profissionais e implementar estratégias eficazes de prevenção e intervenção, podemos ajudar a promover um ambiente de trabalho mais saudável e apoiar o bem-estar psicológico dos policiais militares.

Ao priorizar a saúde mental dos policiais militares, podemos não apenas melhorar sua qualidade de vida, mas também fortalecer a segurança pública e a coesão da comunidade. Mais pesquisas são necessárias para entender melhor os determinantes da saúde mental dos policiais militares e desenvolver intervenções específicas que atendam às suas necessidades únicas.

Apesar dos desafios, várias estratégias de intervenção mostraram-se promissoras na promoção da saúde mental dos policiais militares. Programas de bem-estar que incluem atividades como exercícios físicos e terapia ocupacional podem ajudar os policiais a lidar com o estresse e fortalecer sua resiliência emocional.

Além disso, o treinamento em habilidades de comunicação e resolução de conflitos pode melhorar o apoio social e reduzir o estigma associado à busca de ajuda. É crucial que as organizações policiais incentivem uma cultura de apoio mútuo e forneçam acesso fácil a serviços de saúde mental confidenciais e sem estigma.

REFERÊNCIAS

American Psychiatric Association (APA). **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. 5. ed. Porto Alegre. Artmed, 2014. Disponível em: <<https://www.institutopebioetica.com.br/documentos/manual-diagnostico-e-estatistico-de-transtornos-mentais-dsm-5.pdf>>. Acesso em: 19 maio 2024.

BORGES, Alberto Alves. Polícia e saúde: entrevista com o Diretor Geral de saúde da polícia Militar do Estado do Rio de Janeiro. **Ciência & saúde coletiva**, v. 18, p. 677-679, 2013. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/4nKf9xs6WCrQFhX8SbhMcNC/>>. Acesso em: 15 de maio de 2024.

CECHET, Leandro Wrubel. Saúde mental em agentes da segurança pública: Um estudo exploratório na polícia militar do estado do Paraná. **Revista Científica de Segurança Pública (RCSP)**. Natal: PMRN, volume 1, número 1, p. 109-122 jul./dez. 2021. Disponível em: <<https://www.revista.pm.rn.gov.br/index.php/revista/article/view/31>>. Acesso em: 15 de maio de 2024.

COSTA, Kessy Alves; DE CARVALHO, Tathiana Martins. **A SÍNDROME DE BURNOUT EM POLICIAIS MILITARES: QUAIS FATORES CONTRIBUEM PARA O SEU**



DESENVOLVIMENTO?

Disponível

em:

<https://www.faculdadecienciasdavidada.com.br/sig/www/opedged/ensinoBibliotecaVirtual/000326624cd218977d6_000299_5e25facb22c24_KESSY_ALVES_TCCCORRIGIDO.pdf>. Acesso em: 16 de maio de 2024.

DI NOTA, PM et. al. **Mental disorders, suicidal ideation, plans and attempts among Canadian police.** Occupational Medicine. London, v. 70, n. 3, p. 183-190, may. 2020. Disponível em: <<https://academic.oup.com/occmed/article/70/3/183/5802491?login=false>>. Acesso em: 19 de maio de 2024.

DOS SANTOS, Luiz Ricardo. Os desafios da saúde psicológica dos policiais militares. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 8, n. 9, p. 330-339, 2022. Disponível em: <<https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/6856>>. Acesso em: 10 de maio de 2024.

FEITOSA, Jordania Brandino de Melo Fortes et al. **Depressão, risco de suicídio e transtorno de estresse pós-traumático em policiais militares de Maceió, Alagoas, Brasil. Depression, suicide risk and post-traumatic stress disorder among military police officers in Maceió, Alagoas, Brazil.** Brazilian Journal of Development, v. 7, n. 12, p. 115370-115391, 2021. Disponível em: <<file:///C:/Users/Particular/Downloads/41074-102816-1-PB-1.pdf>>. Acesso em: 10 de maio de 2024.

MARQUES, Willian Miguel. **DESAFIOS E PERSPECTIVAS NA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE POLICIAIS MILITARES: ESTRATÉGIAS INTEGRATIVAS PARA MELHORIA NA ATUALIDADE.** Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, v. 9, n. 12, p. 404-416, 2023. Disponível em: <<https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/12756>>. Acesso em: 19 de maio de 2024.

NAKASHIMA, Maurício. **PROBLEMAS RELACIONADOS AO PSICOLÓGICO DOS POLICIAIS MILITARES.** Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, v. 9, n. 7, p. 641-650, 2023. Disponível em: <<https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/10610>>. Acesso em: 11 de maio de 2024.

NETO, Rubens Amorim Souto; FELIPPE, Andreia Monteiro. **TRANSTORNO DE ESTRESSE PÓS-TRAUMÁTICO EM POLICIAIS MILITARES E POSSÍVEIS INTERVENÇÕES.** CADERNOS DE PSICOLOGIA, v. 5, n. 9, 2023. Disponível em: <<https://seer.uniacademia.edu.br/index.php/cadernospsicologia/article/view/3757>>. Acesso em: 15 de maio de 2024.

PARANÁ (Estado). **Decreto nº 6297, de 04 de dezembro de 2020. Dispõe sobre Programa de Saúde Mental aos Profissionais da Segurança Pública do Estado do Paraná no âmbito da Secretaria da Segurança Pública do Estado do Paraná.** Diário Oficial do Estado do Paraná, Curitiba, PR, 2020. Disponível em: <https://www.espen.pr.gov.br/sites/espen/arquivos_restritos/files/migrados/File/Diretrizes_do_Programa.pdf>. Acesso em: 11 de maio de 2024.



PRICE, M. Psychiatric Disability in Law Enforcement Officers. **Behavioral Sciences & the Law**. Boston, v. 35, n. 2, p. 113-123. 2017. Disponível em: <<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/bsl.2278>>. Acesso em: 21 de maio de 2024.

RIBEIRO, Beatriz Maria dos Santos Santiago et al. **Síndrome de burnout em policiais militares à luz do referencial interpretativo**. Revista Recien-Revista Científica de Enfermagem, v. 13, n. 41, p. 532-539, 2023. Disponível em: <<http://recien.com.br/index.php/Recien/article/view/763>>. Acesso em: 21 de maio de 2024.

SANTOS, Fernando Braga dos et al. **Estresse ocupacional e engajamento no trabalho entre policiais militares**. Ciência & Saúde Coletiva, v. 26, n. 12, p. 5987-5996, 2021. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/H96LNxsR5T6TpspRQGnc8gN/>>. Acesso em: 21 de maio de 2024.

Sousa I, Mendonça H, Zanini D, Nazareno E. **Estresse Ocupacional, Coping e Burnout**. Revista EVS - Rev Ciências Ambientais Saúde 2010; 36(1):57-74. Disponível em: <<https://seer.pucgoias.edu.br/index.php/estudos/article/view/1018>>. Acesso em: 15 de maio de 2024.

SOUSA, Raphaela Campos de; BARROSO, Sabrina Martins; RIBEIRO, Ariadne Christie Silva. **Aspectos de saúde mental investigados em policiais: uma revisão integrativa**. Saúde e Sociedade, v. 31, p. e201008pt, 2022. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/sausoc/a/dK4NbsXDRcbbwYDXQRS9Mnk/>>. Acesso em: 22 de maio de 2024.

TAVARES, Juliana Petri et al. **Rede de correlações entre qualidade de vida, resiliência e desequilíbrio esforço-recompensa em policiais militares**. Ciência & Saúde Coletiva, v. 26, p. 1931-1940, 2021. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/p5h7LT9TMcppSCb6ghn9PWx/?lang=pt&format=html>>. Acesso em: 11 de maio de 2024.

TROMBKA, Marcelo et al. **Study protocol of a multicenter randomized controlled trial of mindfulness training to reduce burnout and promote quality of life in police officers: the POLICE study**. BMC psychiatry, v. 18, p. 1-9, 2018. Disponível em: <<https://link.springer.com/article/10.1186/s12888-018-1726-7>>. Acesso em: 15 de maio de 2024.

URBANO, Tiago Rodrigues; CANTADOR, Fernando Paulo; DA SILVA, João Batista. **SUICÍDIOS NA POLÍCIA MILITAR DO PARANÁ: ANÁLISE COMPARATIVA ANTERIOR E DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19**. Homens do Mato-Revista Científica de Pesquisa em Segurança Pública, v. 22, n. 2, p. 79, 2023. Disponível em: <<http://revistacientifica.pm.mt.gov.br/ojs/index.php/semanal/article/view/572>>. Acesso em: 22 de maio de 2024.

WINTER, Lilian Ester; ALF, Alexandra Machado. **A profissão do policial militar: vivências de prazer e sofrimento no trabalho**. Revista Psicologia Organizações e Trabalho, v. 19, n. 3, p.



671-678, 2019. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1984-66572019000300005&script=sci_arttext>. Acesso em: 21 de maio de 2024.