



EVELLYM VIEIRA

QUALIDADE DE VIDA E *BURNOUT* EM POLICIAIS MILITARES

RIO GRANDE

2021

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE
ESCOLA DE ENFERMAGEM
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM/SAÚDE
MESTRADO EM ENFERMAGEM/SAÚDE

QUALIDADE DE VIDA E *BURNOUT* EM POLICIAIS MILITARES

EVELLYM VIEIRA

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Enfermagem/Saúde, da Escola de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande - FURG, como requisito para obtenção do título de Mestre em Enfermagem/Saúde – Área de Concentração: Enfermagem e Saúde. Linha de Pesquisa: O trabalho da Enfermagem/Saúde.

Orientador: Prof. Dr. Luciano Garcia Lourenção

RIO GRANDE

2021

Ficha Catalográfica

V658q Vieira, Evellym.
Qualidade de vida e *burnout* em Policiais Militares / Evellym
Vieira. – 2021.
73 f.

Dissertação (mestrado) – Universidade Federal do Rio Grande –
FURG, Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, Rio
Grande/RS, 2021.

Orientador: Dr. Luciano Garcia Lourenção.

1. Qualidade de Vida 2. Síndrome de *Burnout* 3. Polícia 4. Militares
I. Lourenção, Luciano Garcia II. Título.

CDU 356.35

Catálogo na Fonte: Bibliotecário José Paulo dos Santos CRB 10/2344

FICHA DE APROVAÇÃO

Esta dissertação foi submetida ao processo de avaliação por uma banca examinadora, para a obtenção do Título de Mestre em Enfermagem, e aprovada em 05 de julho de 2021, atendendo às normas legais vigentes da Universidade Federal do Rio Grande (FURG) e do Programa de Pós-graduação em Enfermagem – Área de Concentração: Enfermagem e Saúde. Linha de Pesquisa: O Trabalho da Enfermagem/Saúde.



Profa. Dra. Mara Regina Santos da Silva
Coordenadora do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem
Universidade Federal do Rio Grande

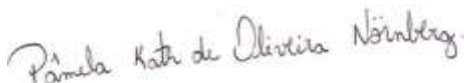
Banca Examinadora



Prof. Dr. Luciano Garcia Lourenção
Presidente – Universidade Federal do Rio Grande (FURG)



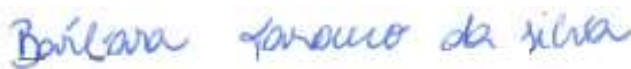
Profa. Dra. Adriane Maria Netto de Oliveira
Membro Efetivo – Universidade Federal do Rio Grande (FURG)



Profa. Dra. Pâmela Kath de Oliveira Nörnberg
Membro Efetivo – Universidade Federal do Rio Grande (FURG)



Profa. Dra. Natália Sperli Geraldes Marin dos Santos Sasaki
Membro Efetivo – Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto (FAMERP)



Profa. Dra. Bárbara Tarouco da Silva
Membro Suplente – Universidade Federal do Rio Grande (FURG)



Prof. Dr. Flávio Adriano Borges Melo
Membro Suplente – Universidade Federal de São Carlos (UFSCar)

DEDICATÓRIA

Ao meu pai, que sempre se fez presente em minha vida durante sua passagem terrena. Seus esforços e lutas serão sempre lembrados, a cada passo e a cada conquista realizada por seus filhos.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, agradeço a Deus e aos meus mentores espirituais, meus guias nesta jornada, ao seu auxílio nas provas e expiações da vida.

Gratidão ao meu orientador Prof. Luciano Lourenção, que se tornou um amigo querido nesta jornada, acreditando em meu potencial, tornando o fardo leve. Exemplo de humanidade, empatia e profissionalismo.

À minha mãe, Maria Edina David, por seus incentivos, conselhos, orações, sua fé, sempre motivando de forma positiva as minhas escolhas e decisões. Sem você eu nada seria!

Ao meu companheiro, Fernando Braga dos Santos, pela solidariedade, compreensão e partilha nesta jornada.

Agradeço aos amigos que foram fundamentais para a sustentação emocional nesta caminhada: Romário Daniel Jantara, Laís F. Juliano, Adriele Jantara, Rosi Muller, Sabrina S. Rocha.

Aos membros da Banca Examinadora, por aceitarem o convite, contribuindo com importantes considerações de cunho científico: Profa. Dra. Pamela Kath de Oliveira Nornberg, Profa. Dra. Adriane Maria Netto de Oliveira; Profa. Dra. Barbara Tarouco da Silva; Profa. Dra. Natália Sperli Geraldine Marin dos Santos Sasaki e Prof. Flavio Adriano Borges Melo.

Aos Policiais Militares do 3º Batalhão da Polícia Militar do Paraná, por participarem da presente pesquisa, permitindo a realização deste estudo.

*“Ontem passado.
Amanhã futuro.
Hoje, agora.
Ontem foi.
Amanhã será.
Hoje é.
Ontem, experiência adquirida.
Amanhã, lutas novas.
Hoje, porém, é a nossa hora de fazer e de construir”.*

Emmanuel (psicografia de Chico Xavier)

RESUMO

VIEIRA, Evellym. **Qualidade de vida e Burnout em policiais militares**. 73 p. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, Universidade Federal do Rio Grande – FURG, Rio Grande - RS.

A atuação do policial militar está associada a diversas situações que conferem riscos potenciais a si próprio, aos seus pares e usuários, propiciando danos à sua qualidade de vida e sua saúde psíquica. Compreendendo a relevância do papel do policial perante a sociedade, o presente estudo teve como objetivos avaliar os níveis de qualidade de vida, estimar a prevalência de Burnout e verificar correlação entre qualidade de vida e Burnout nos policiais militares. Trata-se de estudo transversal, descritivo e correlacional, realizado em 2018, com os policiais militares do 3º Batalhão de Polícia Militar do Paraná. Foram excluídos os profissionais que estavam de férias ou afastados das atividades profissionais, por qualquer outro motivo, no período do estudo. Para a coleta dos dados foram utilizados três instrumentos: um questionário elaborado pelos pesquisadores, contendo variáveis sociodemográficas e profissionais; o instrumento de Avaliação de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde - Whoqol-Bref e o Inventário de Burnout de Maslach. Participaram 267 policiais militares, com predomínio de profissionais do sexo masculino (84,6%), na faixa etária de 31 a 40 anos (46,4%), com ensino superior incompleto (45,3%), casados (67,4%), ocupantes do cargo de soldado (82,7%), exercendo funções operacionais (70,0%) e trabalhando em turnos de escalas (72,3%), sendo que 136 (50,9%) faziam escalas de 24x48 horas. A maioria dos policiais (54,3%) tinha entre três e 10 anos de atuação na corporação militar; 90,6% não exerciam outra atividade remunerada, 25,6% não praticavam atividade física, 48,3% já havia cometido alguma transgressão disciplinar e 33,7% referiram a existência de problemas que comprometem a qualidade de vida. Vinte e oito (10,5%) policiais avaliaram a qualidade de vida como muito ruim ou ruim e 29 (10,8%) referiram-se muito insatisfeitos ou insatisfeitos com a saúde. Os policiais apresentaram maior comprometimento do domínio Meio Ambiente (escore 58,7) e comprometimento relacionado aos Recursos Financeiros, cujo escore foi inferior a 50 pontos. Noventa (33,7%) policiais apresentaram Síndrome de Burnout. 77 (28,8%) tiveram nível alto e 13 (4,9%) nível moderado. Os policiais militares que não apresentaram Burnout, possuíam melhor qualidade de vida comparado àqueles que tinham níveis moderado ou alto de Burnout. A Exaustão Emocional e a Despersonalização se correlacionaram negativamente com a qualidade de vida e houve correlação positiva entre a Realização Pessoal os níveis de qualidade de vida. Os resultados evidenciaram que os policiais militares apresentaram comprometimentos da saúde e da qualidade de vida, com perdas importantes no domínio Meio Ambiente e referentes às condições financeiras. A Síndrome de Burnout está presente entre os policiais e compromete a qualidade de vida destes profissionais. O estudo contribui para a implementação de intervenções que melhorem as condições de trabalho dos policiais militares e contribuam para a promoção da saúde e da qualidade de vida destes profissionais.

Descritores: Qualidade de Vida. Síndrome de *Burnout*. Polícia. Militares.

ABSTRACT

VIEIRA, Evellym. **Quality of life and Burnout in military police officers**. 73 pages. Dissertation. (Master in Nursing/Health) – Postgraduate Nursing Program, Federal University of Rio Grande, Rio Grande, RS, Brazil, 2021.

The performance of military policemen is associated to several situations that confer potential risks to themselves, their peers and users, causing damage to their quality of life and mental health. Understanding the relevance of the policeman's role in society, this study aimed at evaluating the levels of quality of life, estimating the prevalence of Burnout and verifying the correlation between quality of life and Burnout among military policemen. This is a cross-sectional, descriptive, and correlational study, conducted in 2018, with the military police officers of the 3rd Battalion of the Military Police of Paraná. Professionals who were on vacation or away from professional activities, for any other reason, during the study period were excluded. For data collection three instruments were used: a questionnaire prepared by the researchers, containing sociodemographic and professional variables; the World Health Organization's Quality of Life Evaluation instrument - Whoqol-Bref and the Maslach Burnout Inventory. A total of 267 military policemen participated, with a predominance of male professionals (84.6%), in the age bracket from 31 to 40 years old (46.4%), with incomplete college education (45.3%), married (67.4%), holding the rank of soldier (82.7%), performing operational functions (70.0%) and working shifts (72.3%), of which 136 (50.9%) worked shifts of 24x48 hours. Most of the policemen (54.3%) had been working in the military corporation for between three and 10 years; 90.6% had no other paid activity, 25.6% did not practice physical activity, 48.3% had already committed some disciplinary transgression, and 33.7% reported the existence of problems that compromise their quality of life. Twenty-eight (10.5%) policemen evaluated their quality of life as very bad or bad, and 29 (10.8%) said they were very dissatisfied or dissatisfied with their health. The police officers showed more impairment in the Environment domain (score 58.7) and impairment related to Financial Resources, whose score was below 50 points. Ninety (33.7%) policemen presented Burnout Syndrome. Seventy-seven (28.8%) had a high level and 13 (4.9%) a moderate level. The military policemen who did not present Burnout had a better quality of life compared to those who had moderate or high Burnout levels. Emotional Exhaustion and Depersonalization correlated negatively with quality of life, and there was a positive correlation between Personal Achievement and quality of life. The results showed that the military policemen presented compromised health and quality of life, with important losses in the Environment and Financial Conditions domains. Burnout Syndrome is present among policemen and compromises their quality of life. The study contributes to the implementation of interventions that improve the working conditions of military policemen and contribute to the promotion of health and quality of life among these professionals.

Descriptors: Quality of Life. Burnout syndrome. Police. Military.

RESUMEN

VIEIRA, Evellym. **Calidad de vida y Burnout en policías militares.** 73 páginas. Disertación (Máster en Enfermería/Salud) – Programa de Posgrado en Enfermería, Universidad Federal de Río Grande, Río Grande, RS, Brasil, 2021.

La actuación de los policías militares está asociada a diversas situaciones que confieren riesgos potenciales a ellos mismos, a sus compañeros y a los usuarios, causando daños a su calidad de vida y a su salud mental. Entendiendo la relevancia del papel del policía ante la sociedad, el presente estudio tuvo como objetivo evaluar los niveles de calidad de vida, estimar la prevalencia del Burnout y verificar la correlación entre calidad de vida y Burnout entre los policías militares. Se trata de un estudio transversal, descriptivo y correlacional, realizado en 2018, con los policías militares del 3º Batallón de la Policía Militar de Paraná. Se excluyeron los profesionales que estaban de vacaciones o alejados de la actividad profesional por cualquier otro motivo durante el periodo de estudio. Para la recogida de datos se utilizaron tres instrumentos: un cuestionario elaborado por los investigadores, que contenía variables sociodemográficas y profesionales; el instrumento de evaluación de la calidad de vida de la Organización Mundial de la Salud - Whoqol-Bref y el Maslash Burnout Inventory. Había 267 policías militares, con predominio de profesionales masculinos (84,6%), en la franja de edad de 31 a 40 años (46,4%), con estudios superiores incompletos (45,3%), casados (67,4%), ocupando la plaza de soldado (82,7%), ejerciendo funciones operativas (70,0%) y trabajando a turnos (72,3%), de los cuales 136 (50,9%) trabajaban en turnos de 24x48 horas. La mayoría de los policías (54,3%) tenía entre tres y diez años en la corporación militar; el 90,6% no ejercía otra actividad remunerada, el 25,6% no practicaba actividad física, el 48,3% ya había cometido alguna transgresión disciplinaria y el 33,7% informó de la existencia de problemas que comprometían su calidad de vida. Veintiocho (10,5%) policías evaluaron la calidad de vida como muy mala o mala y 29 (10,8%) estaban muy insatisfechos o insatisfechos con su salud. Los policías presentaron un mayor deterioro en el dominio Medio Ambiente (puntuación de 58,7) y deterioro relacionado con los Recursos Financieros, cuya puntuación fue inferior a 50 puntos. Noventa (33,7%) policías presentaron el Síndrome de Burnout. 77 (28,8%) tenían un nivel alto y 13 (4,9%) un nivel moderado. Los policías militares que no presentaban Burnout tenían una mejor calidad de vida en comparación con los que tenían niveles moderados o altos de Burnout. El agotamiento emocional y la despersonalización se correlacionaron negativamente con la calidad de vida y hubo una correlación positiva entre la realización personal y los niveles de calidad de vida. Los resultados mostraron que los policías militares presentaban una salud y una calidad de vida comprometidas, con importantes pérdidas en el ámbito del Medio Ambiente y en lo que respecta a las condiciones financieras. El Síndrome de Burnout está presente entre los policías y compromete la calidad de vida de estos profesionales. El estudio contribuye a la realización de intervenciones que mejoren las condiciones de trabajo de los policías militares y contribuyan a la promoción de la salud y la calidad de vida de estos profesionales.

Descriptores: Calidad de vida. Síndrome de burnout. Policía. Militar.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

3º BPM/PR – 3º Batalhão de Polícia Militar do Paraná

BPM – Batalhão de Polícia Militar

CAAE - Certificado de Apresentação para Apreciação Ética

CFSd – Curso de Formação de Soldados

CNS – Conselho Nacional de Saúde

FAMERP - Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto

FURG - Universidade Federal do Rio Grande

GEPEGeTS - Grupo de Estudos e Pesquisas em Epidemiologia, Gestão e Trabalho em Saúde

OMS - Organização Mundial da Saúde

PM – Polícia Militar

PMPR – Polícia Militar do Paraná

SB- Síndrome de Burnout

WHOQOL GROUP - The World Health Organization quality of life assessment

WHOQOL-bref - World Health Organization Quality of Life Instrument Bref

QV - Qualidade de Vida

QVT - Qualidade de Vida no Trabalho

LISTA DE QUADROS E TABELAS

Quadro 1	Categorização dos valores dos escores do Inventário de Burnout de Malash	41
Tabela 1	Características sociodemográficas e profissionais dos policiais do 3º Batalhão de Polícia Militar do estado do Paraná – Brasil, 2018	42
Tabela 2	Percepção dos policiais militares do 3º Batalhão de Polícia Militar do estado do Paraná quanto às condições de saúde e qualidade de vida, Brasil, 2018	44
Tabela 3	Escores médios e categorização do Burnout, segundo avaliação dos policiais militares do 3º Batalhão de Polícia Militar do estado do Paraná – Brasil, 2018	47
Tabela 4	Avaliação da qualidade de vida, segundo os níveis de <i>Burnout</i> nos policiais militares do 3º Batalhão de Polícia Militar do estado do Paraná – Brasil, 2018	47
Tabela 5	Correlações entre os domínios da qualidade de vida e as subescalas do <i>Burnout</i> nos policiais militares do 3º Batalhão de Polícia Militar do estado do Paraná-Brasil, 2018	47

LISTA DE FIGURAS

Figura 1	Escores médios para os domínios do Whoqol-Bref, segundo avaliação dos policiais militares do 3º Batalhão de Polícia Militar do estado do Paraná – Brasil, 2018	45
Figura 2	Escores médios para as facetas dos domínios do Whoqol-Bref, segundo avaliação dos policiais militares do 3º Batalhão de Polícia Militar do estado do Paraná-Brasil, 2018	46

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	14
2 OBJETIVO	20
3 REVISÃO DA LITERATURA	21
3.1 Qualidade de Vida	21
3.2 Síndrome de <i>Burnout</i>	26
3.3 O Impacto do <i>Burnout</i> na Qualidade de Vida e no Trabalho do Policial Militar	31
4 METODOLOGIA	36
4.1 Tipo de Estudo	36
4.2 Local do Estudo	37
4.3 População e Amostra	37
4.4 Instrumentos de Coleta de Dados	38
4.5 Procedimento de Coleta de Dados	39
4.6 Análise dos Dados	39
4.7 Aspectos Éticos	41
5 RESULTADOS	42
6 DISCUSSÃO	49
7 CONCLUSÃO	52
REFERÊNCIAS	53
APÊNDICES	62
Apêndice A - Instrumento I: Características demográficas e socioeconômicas dos trabalhadores	62
Apêndice B - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido	63
ANEXOS	64
Anexo A - Instrumento II: Qualidade de Vida (Whoqol-bref)	64
Anexo B - Instrumento III: Inventário de Burnout de Maslach	68
Anexo C - Parecer do Comitê de Ética em Pesquisa	69

1. INTRODUÇÃO

É de senso comum o pensamento de que o trabalho ocupa papel importante, senão central, na vida das pessoas. No entanto, seu significado na organização da vida em sociedade remonta aspectos complexos que devem ser destacados. Nesse sentido, é interessante resgatar elementos histórico-culturais relacionados ao trabalho e ao trabalhador.

Desde os primórdios da humanidade, o trabalho é relevante para a vida das pessoas, considerado outrora, na pré-história e antiguidade, como uma fonte de subsistência, passa a ser visto, na atualidade, como um meio de gerar bem-estar e auto realização ao cidadão (MERLO *et al.*, 2014). O trabalho é considerado um dos determinantes da saúde e do bem-estar do trabalhador e de sua família. O ato de laborar possibilita a geração de renda, viabilizando a garantia de recursos materiais, além de oportunizar a criação de laços com redes de apoio, que tem papel expressivo na saúde dos mesmos. Em contrapartida, ele pode ser causador de mal-estar, sofrimento, adoecimento e até mesmo da morte, aprofundando iniquidades e a vulnerabilidade de indivíduos e comunidades, bem como ainda degradar o ambiente (BRASIL, 2018).

A relação existente entre homem e o trabalho vem se complexificando com o tempo, alterando determinantes do processo saúde-doença. A partir da reestruturação das formas de produção e métodos novos de organização do trabalho, houve uma ascensão da produtividade e intensificação do ritmo do trabalho, transformando o ambiente de trabalho em um local capaz de gerar novos riscos, resultando em maior exigência e aumento da carga e sobrecarga de trabalho. Essas transformações encontram-se expressas nas longas jornadas de trabalho em ritmo intenso, pressão de tempo, excesso atividades repetitivas e monotonia de tarefas, conflitos no desempenho de papéis, além de conflitos interpessoais, situações de isolamento social, falta de poder de decisão e de maior controle sob a força de trabalho. Dessa forma, as exigências impostas pelo trabalho, atreladas às condições de cada trabalhador, podem incidir de forma negativa na saúde física e mental deste (BAHIA, 2014).

Na realização de suas atividades, o trabalhador pode estar suscetível a diversos eventos adversos, compreendidos como ocorrências no ambiente de trabalho não desejáveis, os quais podem englobar: acidente de trabalho, incidente de trabalho e circunstância indesejável (MERLO *et al.*, 2014). Aponta-se assim, a capacidade de o trabalho determinar o desenvolvimento da sociedade, estando relacionado à qualidade de vida das pessoas. Diante disso, é plausível que as necessidades de prevenção de doenças e agravos à saúde e a

produção no ambiente de trabalho sejam observadas, para que se possam garantir meios de proteger a saúde do trabalhador (FELTRIM; ZAAK SARAIVA, 2016).

Outrossim, é que o ambiente de trabalho se interrelaciona diretamente com a saúde do ser humano, ainda mais ao considerar que parte significativa do tempo de vida dos sujeitos é gasto quando este está desenvolvendo atividades laborais, nas mais distintas condições. Ademais, as consequências da atividade trabalhista extrapolam o local de trabalho, atingindo expressivamente outros aspectos da vida, incluindo a convivência social e a qualidade de vida de quem labora (JARDIM, 2015).

Nesse sentido, cabe destacar o importante papel da Saúde do Trabalhador para promoção e proteção da segurança dos trabalhadores. Trata-se de um campo específico da Saúde Pública, que tem como objeto de estudo e intervenção as relações produção-consumo e o processo saúde-doença das pessoas, em particular, daqueles que trabalham. A premissa deste campo encontra-se a partir da consideração do trabalho como eixo organizador da vida social, e ao mesmo tempo, espaço de dominação e resistência dos trabalhadores e determinante de suas condições de vida e saúde. Destaca-se que as intervenções visam transformar os processos de produção, a fim de torná-los espaços promotores de saúde, e não de adoecimento e morte (BRASIL, 2018).

Posto isso, é importante um olhar sobre o trabalho desempenhado pelos trabalhadores do ramo da segurança pública, como é o caso dos policiais militares. Para isso, faz-se necessário conhecer o contexto em que eles laboram, os riscos a que estão expostos, visando identificar elementos que podem interferir em sua saúde e qualidade de vida, e torná-los suscetíveis a agravos à saúde física e mental.

O contexto deste estudo envolve a Polícia Militar do Paraná (PMPR), que tem como função fundamental a realização de policiamento ostensivo, visando a manutenção e a ordem pública no Estado do Paraná. É componente da Força Auxiliar e Reserva do Exército Brasileiro, agregando o Sistema de Segurança Pública e Defesa Social do Brasil. Seus membros são denominados militares dos estados (POLÍCIA ESTADUAL DO ESTADO DO PARANÁ - PMPR, 2017a). O Estado, na sua plena função de garantir segurança pública, mantendo a ordem e bem-estar social, emprega a polícia com a finalidade e prerrogativa de exercer controle e manutenção da normalidade pública (PMPR, 2017a).

Na atualidade, torna-se mais difícil cuidar da saúde e ter qualidade de vida, situação que afeta os policiais militares. Todavia, a Constituição Federal, no Art. 144, incumbe aos mesmos a missão de agir na preservação da ordem pública, da incolumidade das pessoas e do patrimônio, sendo também, agentes responsáveis por fazer cumprir a lei e proteger vidas,

colocando em risco a sua própria vida. Além disso, são profissionais que desempenham uma função extremamente desgastante, que exige preparo físico e psicológico. Necessitam, portanto, gozar de boa saúde, para que possam atuar de forma significativa na sociedade (BRASIL, 2017; GONÇALVES; VEIGA & RODRIGUES, 2012). Do mesmo modo, compreende-se que o policial militar exerce uma função extremamente relevante para a sociedade, e em decorrência disso, necessitam ter sua saúde mental preservada para o bom desempenho profissional (MOURA, 2019).

Entende-se que os policiais passam por múltiplas influências e fatores negativos que podem levar ao estresse. Houdmont (2013) classificou os estressores presentes no trabalho policial em: estressores inerentes ao trabalho policial, ou seja, presente na sua atividade específica; decorrente das práticas e políticas internas do departamento de polícia, relacionado a administração; decorrente de tensões com o sistema de justiça criminal e da sociedade em geral; e ainda estressores intrínsecos ao próprio policial. Isto é particularmente relevante, uma vez que o policiamento foi considerado a segunda função mais estressora dentre as profissões (GONÇALVES; NEVES, 2010).

No desempenho de sua função, os agentes da lei - policiais - vivenciam diversos eventos, aos quais necessitam intervir em meio a situações que envolvem conflitos e tensões. Refere-se que precisam saber distinguir o bem do mal, tomar decisões em situações de emergências, diferenciar o legal do ilegal, o honesto do desonesto, no momento oportuno, devendo decidir corretamente mesmo que não estejam esclarecidos e não disponham de maneiras de entender completamente a situação. A incerteza e a angústia acompanham o policial no seu fazer e, adicionalmente, este necessita lidar com a hierarquia, burocracia excessiva, desequilíbrio entre recursos e exigências, falta de suporte pelo sistema, despreparo e hostilidade dos cidadãos em face ao trabalho da polícia (LIPP; COSTA; NUNES, 2017).

O perigo eminente é outro estressor que se apresenta, acompanhando esse profissional, durante e após seu expediente, fazendo-o lidar com ameaças a si mesmo e a sua família. Outrossim, é o surgimento do estresse, em decorrência do desequilíbrio que pode existir entre a convivência com a família e a carga de trabalho do policial. Seu trabalho exige uma atuação contra a conduta irregular ou criminosa, defendendo a população e arriscando a própria vida em detrimento da defesa da vida dos outros. O desempenho desta função, não se restringe somente ao seu exercício diário durante seu turno, inclui um constante estado de alerta, até mesmo em seu tempo de descanso, sendo que seu cotidiano é composto por momentos que exigem resolução imediata e o confronto com a imprevisibilidade e a incerteza (LIPP; COSTA; NUNES, 2017).

Na perspectiva de Guimarães *et al.* (2014), o trabalho do policial essencialmente envolve dois aspectos: perigo e autoridade, que em conjunto são responsáveis por gerar constante pressão por eficiência aos policiais. Estes autores observam ainda que a periculosidade colocaria estes agentes da lei em alerta e seria capaz de levar ao isolamento de outros segmentos sociais e comunitários. Destaca-se assim, que é um trabalho de risco, pois estes profissionais vivenciam situações marcadas pela violência, brutalidade, óbitos e, ainda, vivem em constante possibilidade de sua própria morte e a de colegas, além de que devem lidar com as emoções relacionadas ao fato de ter que eventualmente matar alguém no desempenho de suas atividades (LIPP; COSTA; NUNES, 2017).

Os dados do Fórum Nacional de Segurança Pública (2020) demonstram que quanto às mortes violentas intencionais, 110 policiais foram assassinados no Brasil, somente no primeiro semestre de 2020, representando um aumento de 19,6% em relação ao mesmo período no ano anterior. Em contrapartida, cerca de 3.181 pessoas morreram em decorrência de intervenções policiais, significando um aumento de 6% também em relação ao mesmo período de tempo. Assim, considerando o cenário atual brasileiro, a vulnerabilidade destes trabalhadores aos riscos decorrentes de sua profissão vem aumentando.

Nesse contexto, o cansaço físico e a falta de equilíbrio emocional são capazes de gerar atitudes irracionais durante situações de crises e caos. Por conseguinte, estas ações podem acarretar no comprometimento do exercício profissional (OLIVEIRA; SANTOS, 2010). Os constantes riscos aos que os policiais estão expostos podem levá-los a sentir medo, ao se perceberem passíveis de serem vitimizados, dentro ou fora do trabalho. Retrata-se ainda que pode se instalar um estado constante de tensão e de desgaste físico e emocional, podendo trazer diversos prejuízos à saúde e à qualidade de vida, incluindo o estresse e o sofrimento psíquico (SOUZA *et al.*, 2012).

Uma revisão de literatura sistematizou os dados de estudos realizados no Brasil acerca da saúde mental de policiais brasileiros entre 2001 e 2017, evidenciando que a maioria dos estudos relaciona a carga psicológica diária enfrentada nas rotinas de controle e contenção da violência, com reflexos na qualidade dos relacionamentos profissionais, na percepção de risco, na saúde e na família. Evidenciou-se ainda a associação entre estes aspectos com problemas devido às condições de trabalho, que possibilitam a maximização de dificuldades no que tange à atividade laboral policial, quais sejam, precariedade de viaturas e armamentos, restrições à capacitação e remuneração baixa (CASTRO; ROCHA; CRUZ, 2019).

Inegavelmente, a saúde mental é um fator que determina o bem-estar dos sujeitos, pois se relaciona aos aspectos psíquicos do ser humano. Na ocorrência de prejuízos à saúde

mental, podem aparecer dificuldades associadas à convivência social e qualidade de vida, como por exemplo, resolução de problemas prejudicada, sintomas de ansiedade e depressão dificuldades no ajustamento psicossocial, sofrimento mental, neuroses e, mais gravemente, psicoses ou transtornos mentais e comportamentais (SILVA; SEHNEM, 2018).

De encontro a isso, estudo evidenciou que os policiais militares estão entre a parcela populacional mais vulnerável e suscetível a apresentação dos mais diversos tipos de sofrimentos mentais, quando comparados ao restante da população, em decorrência da atuação diária desta categoria profissional exigir alto grau disciplinar, estando expostos a um cenário de constante risco, pressão, tensão e cobrança institucional (SANTOS; HAUER; FURTADO, 2019). Ressalta-se ainda que, a nível nacional, uma estrutura organizacional interna mais repressiva ocorre sob os policiais militares, devido à submissão dos mesmos a um regime jurídico disciplinar e penal que apresenta maior rigidez do que aquele aplicado aos funcionários civis. Ao se submeter a estes regimes, os policiais podem se sentir inúmeras vezes coagidos e sem liberdade de ação e expressão (PORTO; SILVA, 2018).

Em face disso, as características do trabalho dos policiais, bem como o processo que envolve sua institucionalização e sua representação social, são questões relevantes a serem considerados na avaliação da saúde mental dos mesmos. Desse modo, aponta-se a influência da saúde mental na qualidade de vida dos policiais, uma vez que esta se relaciona também com o desenvolvimento de desordens psíquicas (CASTRO; ROCHA; CRUZ, 2019). Verifica-se ainda que estes servidores possam apresentar uma maior tendência ao comportamento suicida, sendo este problema mais agravado, em decorrência da acessibilidade à arma de fogo principal meio de execução do suicídio (PORTO; SILVA, 2018).

Ressalta-se que a investigação e a avaliação das relações entre saúde mental e trabalho podem se refletir em melhorias das condições do meio ambiente e do trabalho, visando uma melhor qualidade de vida do trabalhador, sendo de suma importância principalmente no contexto dos policiais militares. A partir da identificação de problemas de saúde mental dos policiais, oportuniza-se a visualização de indicadores para o estabelecimento de prioridades no que se refere à promoção da saúde, planejamento de intervenções para prevenção de agravos e de parâmetros que busquem aumentar a qualidade de vida dos envolvidos (MOURA, 2019).

Um fato que deve ser lembrado é o papel do Estado frente as instituições de segurança, pois seus membros são responsáveis pela segurança de todos e, assim, devem se sentir seguros e com estado emocional estável ao desempenharem seu exercício profissional. Desse modo, são necessárias políticas públicas que sejam mais eficazes, visando garantir dignidade

aos policiais, a partir da preservação da integridade física e mental dos mesmos. É importante ainda que ocorra a desmistificação da construção imaginária das pessoas, quanto ao papel dos policiais militares. Não é raro, encontrar nos discursos da população, que estes não podem sentir medo, expressar seus sentimentos, ou sequer, procurar ajuda psicológica e social. Esta mudança deve ocorrer, porque representam entraves no que concerne ao reconhecimento das dificuldades físicas e psíquicas que o policial e a família enfrentam (MOURA, 2019).

No entanto, vale mencionar que as pesquisas nesta área de estudo são escassas, sendo que estas são necessárias para identificação de possíveis fatores que prejudiquem o trabalho policial, além de investigações que tragam dados atuais sobre o acometimento da saúde e da qualidade de vida relacionadas às condições de trabalho. As abordagens devem recorrer a métodos quantitativos, qualitativos e de caráter epidemiológico a fim de facilitar a apresentação de saúde da população em questão, traçando o perfil e os indicadores de saúde que podem incidir na criação ou aprimoramento de políticas públicas, assim como na promoção da saúde mental no contexto da Instituição Polícia Militar (MOURA, 2019). Há uma lacuna na pesquisa científica sobre a qualidade de vida de policiais militares e fatores associados, se fazendo necessário um maior aprofundamento, principalmente, em relação ao cenário brasileiro (BRASIL, 2016).

Diante do exposto e considerando as condições do ambiente de trabalho dos policiais militares, as quais incluem-se riscos ocupacionais e aqueles inerentes às suas atividades laborais individuais, justifica-se a relevância deste estudo. Espera-se que este possa contribuir com a literatura já existente, servindo de aporte teórico em investigações futuras e, ainda que suscite reflexões significativas no meio acadêmico e profissional, que sejam capazes de possibilitar um olhar sensível frente aos objetos de estudo.

Retrata-se que este trabalho não tem a pretensão de solucionar os problemas dentro da realidade tão complexa da instituição estudada, contudo, pretende dialogar e apontar os níveis de qualidade de vida e *burnout* dos policiais. Isto é importante na medida que pode auxiliar no direcionamento de possíveis futuras ações de melhorias das condições de trabalho e saúde dos profissionais. Em uma visão mais ampla, pode contribuir com o conhecimento necessário para o desenvolvimento de políticas públicas mais eficazes, e assim, refletir positivamente na sociedade como um todo.

2. OBJETIVO

Avaliar os níveis de qualidade de vida, estimar a prevalência de *Burnout* e verificar correlação entre qualidade de vida e *Burnout* nos policiais militares.

3 REVISÃO DE LITERATURA

Para abordar a temática de interesse, recorreu-se a uma busca em diferentes bases de dados: *Google Scholar*, *Medline (Medical Literature Analysis and Retrieval System Online)*, acessado pelo *Pubmed*, *Science Direct (Elsevier)*, e LILACS (Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde). Foram construídos três subcapítulos: 3.1 Qualidade de Vida; 3.2 Síndrome de *Burnout*; 3.3. O impacto do *Burnout* na Qualidade de Vida e no Trabalho do Policial Militar.

3.1 Qualidade de Vida

As principais abordagens, conceitos e propostas de classificação e avaliação da qualidade de vida foram analisadas pela literatura científica, e destacou-se não haver um consenso sobre o conceito de qualidade de vida. Observou-se que os métodos de abordagem e definição de qualidade de vida se apresentam de maneira diversificada, gerando até divergências quanto ao próprio conceito. Assim, acontece de muitos estudos utilizarem este termo como sinônimo de saúde, bem-estar e estilo de vida (PEREIRA; TEIXEIRA; SANTOS, 2012).

Delimita-se, neste estudo, o conceito elaborado por um grupo de estudiosos da Organização Mundial da Saúde (OMS), que elaborou o instrumento utilizado na presente pesquisa. Compreende-se assim, a qualidade de vida como “*a percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações*” (THE WHOQOL GROUP, 1995, p. 1405). Trata-se de um conceito amplo e abrangente, demonstrando sua complexidade e inter-relacionando o meio ambiente com distintos aspectos, sendo eles, físicos, psicológicos, nível de independência, relações sociais e crenças individuais. Este conceito apresentado remete-se à avaliação da natureza subjetiva de um contexto cultural, social e do meio ambiente (FLECK, 2000).

A partir da década de 90, parece ter havido um consenso entre pesquisadores da temática, acerca de dois aspectos importantes associados ao conceito de qualidade de vida, que são subjetividade e multidimensionalidade. Isto é, para avaliar a qualidade de vida, é necessário considerar a subjetividade do indivíduo, ou seja, a percepção do sujeito sobre o seu estado de saúde e sobre os aspectos não-médicos do seu contexto de vida. Assim, têm-se uma avaliação da situação pessoal, realizada pelo próprio indivíduo, nas mais distintas dimensões

relacionadas à qualidade de vida. Há um outro aspecto que foi considerado pela OMS em sua definição para esse construto, que é a presença de dimensões positivas, como a funcionalidade, satisfação, mobilidade, e negativas, como por exemplo, sentimentos negativos, fadiga, dor, dependência de medicamentos (THE WHOQOL GROUP, 1995).

Vale ressaltar duas tendências no que se refere à definição do termo qualidade de vida na área de saúde. A primeira está ligada ao conceito apresentado aqui, em que a qualidade de vida é entendida a partir de uma definição mais geral, mais ampla, sem fazer referência a disfunções ou agravos. A segunda, refere-se ao conceito de qualidade de vida relacionada à saúde, sendo frequente seu uso para objetivos parecidos com a conceituação mais geral, todavia, destaca-se que está mais relacionada diretamente aos aspectos de agravos de saúde ou intervenções em saúde (SEIDL; ZANNON, 2004).

Evidencia-se ainda um outro termo que vem sendo utilizado pela pesquisa científica, a qualidade de vida no trabalho (QVT), entendida como sinonímia de satisfação, motivação, criatividade, possibilidade de crescimento, bem-estar, humanização do trabalho, participação nas decisões de gestão e estabilidade, dentre outros temas. Considera-se que a QVT é uma parte de grande peso da qualidade de vida, que é um construto maior, englobando todas as esferas da existência humana, principalmente, a vida fora dos ambientes corporativos (FERREIRA, 2012).

O tema QVT surgiu nos últimos anos, em virtude da industrialização descontrolada, após a Segunda Guerra Mundial (FERREIRA, 2018). De acordo com Vilas Boas *et al.* (2018) na Inglaterra década de 50, pesquisadores iniciaram o estudo do trinômio Indivíduo – trabalho – Organização, como modelo sociotécnico da organização, buscando identificar as relações entre a satisfação do trabalhador com o seu trabalho. Em 1972, Louis Davis inseriu o termo QVT pela primeira vez em uma conferência Internacional realizada em Arden House.

A Organização Mundial da Saúde (2010, p. 6), retrata:

Um ambiente de trabalho saudável é aquele em que os trabalhadores e os gestores colaboram para o uso de um processo de melhoria continua da proteção e promoção da segurança, saúde e bem-estar de todos os trabalhadores e para a sustentabilidade do ambiente de trabalho tendo em conta as seguintes considerações estabelecidas sobre as bases das necessidades previamente determinadas [...]

Vilas Boas e Morin (2016) observam o conceito de QVT nos estudos encontrados com enfoque na globalização geral do bem-estar nas relações que os indivíduos possuem com as outras pessoas, analisando o contexto psicológico, a partir dos estudos da psicologia:

Indicadores de QVT podem ser medidos, por exemplo: o sentido do trabalho e sentido no trabalho; bem-estar psicológico e sofrimento psicológico; comprometimento organizacional (afetivo, de continuidade e normativo);

comprometimento com o trabalho; estresse relacionado ao trabalho; presenteísmo; e equilíbrio entre trabalho e vida privada.

A qualidade de vida do trabalhador está associada as relações com seus pares e superiores, tal como seu reconhecimento, retidão moral, carga horária, autonomia e segurança no ambiente, critérios que influenciam em duas vertentes de maneira positiva ou negativa. Outras vertentes ainda mostradas influenciam a qualidade de vida no trabalho: bem-estar psicológico, equilíbrio entre o trabalho e a vida privada e sofrimento mental (VILAS BOAS; MORIN 2014; VILAS BOAS *et al.*, 2018).

No que se refere as pesquisas acerca da qualidade de vida e o trabalho, é possível verificar a solidificação de um corpo de pesquisas destinado a estudar de que forma o trabalho interfere no bem-estar e na qualidade de vida dos indivíduos que constituem as organizações. Podem ser visualizados dois grandes grupos de estudos: um voltado à investigação de fenômenos relacionados à natureza do trabalho e outro envolvendo os processos organizacionais. Com relação às investigações que tem como objeto a natureza do trabalho e seu impacto na saúde das pessoas, há uma ampla difusão acerca de categorias profissionais que se encontram submetidas a atividades de risco potencial, incluindo a categoria dos policiais militares (BRASIL, 2016).

Dentre os fatores desfavoráveis para a saúde dos policiais, pode-se citar: contato contínuo com o perigo, violência, brutalidade, ou ainda, com a possibilidade da própria morte ou de outros, e as intervenções necessárias em situações de tensão e conflitos (LIPP; COSTA; NUNES, 2017). Além disso, a pressão por parte da sociedade e deles mesmos acerca de seus papéis sociais também se relaciona com sua saúde, uma vez que gera cobranças excessivas (MOURA, 2019). Não obstante, além destas questões específicas de sua profissão, eles precisam ainda lidar com condições desfavoráveis à saúde observadas em outras profissões, tais como: remuneração baixa, trabalho por turnos, sobrecarga de trabalho, atividades monótonas, assim como outras (BORGES, 2013; BEZERRA; MINAYO; CONSTATINO, 2013). Aponta-se ainda para diferenças nas manifestações de adoecimento entre diferentes grupos que fazem parte da organização, sendo que mulheres e policiais com posição inferior na pirâmide organizacional experimentam maiores problemas relacionados à qualidade de vida deteriorada (BEZERRA; MINAYO; CONSTATINO, 2013).

A investigação acerca dos processos organizacionais e a interferência destes na saúde dos trabalhadores se ancoram na compreensão de valores que fazem parte da cultura organizacional, evidenciando-se associação desta com o comportamento dos sujeitos dentro de uma instituição, exercendo influência tanto sobre aspectos macro organizacionais quanto

micro organizacionais, ou seja, a cultura organizacional reflete desde a forma de gestão até a satisfação do trabalhador e sua saúde como um todo. De modo geral, nas instituições policiais, a associação entre a saúde do trabalhador e a cultura organizacional, vem sendo estudada a partir das consequências que podem ser geradas pela hierarquia e disciplina (BRASIL, 2016).

Atualmente, o tema qualidade de vida vem alcançando um espaço expressivo, sendo debatido e pesquisado por estudiosos, por se tratar de algo que facilita e satisfaz as necessidades dos trabalhadores (ANSCHAU; STEIN, 2016). No contexto da polícia militar, a hierarquia é uma das principais características que modelam seu funcionamento, repercutindo na organização interna e, por conseguinte, nos serviços prestados à sociedade e na qualidade de vida dos seus membros (BRASIL, 2016). Assim, devido aos inúmeros riscos que os policiais militares estão suscetíveis, sejam inerentes à atividade policial ou ainda em decorrência das relações estabelecidas e de sua percepção individual, é importante avaliar a qualidade de vida destes profissionais.

Em geral, estudos apontam uma boa percepção da qualidade de vida pelos policiais militares (FILHO *et al.*, 2015; LIPP; COSTA; NUNES, 2017; BRASIL; LOURENÇÃO, 2017; ARAÚJO *et al.*, 2020; MONTEIRO *et al.*, 2020). No entanto, chama atenção resultados importantes quanto a caracterização da qualidade de vida nessa parcela de trabalhadores assim como as associações com diferentes variáveis relacionadas à saúde e bem-estar apresentadas em cada estudo.

Filho *et al.* (2015) objetivou investigar a percepção de qualidade de vida de policiais militares da região metropolitana de Belo Horizonte em uma amostra de 316 policiais do sexo masculino que responderam ao instrumento *World Health Organization Quality of Life Instrument Bref* (WHOQOL-bref) da OMS. Demonstrou-se que os policiais perceberam os domínios relações sociais e psicológico como os mais importantes em sua qualidade de vida em detrimento dos domínios físico e meio ambiente. O domínio físico apresentou maior pontuação em comparação com o domínio meio ambiente e ambos apresentaram maior associação com a qualidade de vida geral. Os autores concluíram que a qualidade de vida percebidas pelos policiais da região metropolitana de Belo Horizonte se relaciona mais com fatores que envolvem os domínios psicossociais.

Estudo realizado por Lipp; Costa e Nunes (2017) sobre os níveis de qualidade de vida e de estresse ocupacional, em que 1.837 policiais do Estado do Mato Grosso participaram, constatou-se que 52% dos avaliados apresentaram estresse, verificando-se ainda associação significativa entre altos níveis de estresse e má qualidade de vida. A influência negativa do estresse na qualidade de vida foi percebida na área social, de uma maneira mais branda e nas

áreas afetiva e profissional de forma mais intensa, e ainda se mostrou mais marcante na saúde destes profissionais. A baixa qualidade de vida no campo profissional encontrada entre os policiais revelou insatisfação no trabalho (LIPP; COSTA; NUNES, 2017).

No interior do estado de São Paulo, Brasil e Lourenção (2017) objetivaram avaliar a qualidade de vida de policiais militares desta localidade, por meio de uma pesquisa transversal com 289 policiais militares que também empregou o instrumento WHOQOL-BREF. Obtiveram em seus resultados, que 231 (80%) policiais avaliaram sua qualidade de vida como boa ou muito boa, enquanto quase 10% da população estudada referiram estar muito insatisfeitos (4 - 1,4%) ou insatisfeitos (23 - 8%) com a saúde. Verificou-se maior escore para o domínio psicológico (72,52) e menor para o meio ambiente (60,88). Concluiu-se assim um comprometimento da saúde destes profissionais dos fatores relacionados ao domínio meio ambiente, o que implica na necessidade de melhorias relacionadas à segurança física e proteção dos mesmos, ambiente de trabalho, dentre outras.

Araújo *et al.* (2020) avaliaram a relação do nível de atividade física com o perfil antropométrico, percepção de qualidade de vida e saúde mental em policiais militares do estado de Sergipe, numa amostra de 30 policiais. Evidenciou-se que 66,67% relataram uma boa percepção da qualidade de vida e 70% relataram se sentirem satisfeitos com sua saúde. Houve associação entre nível de atividade física e estresse no dia de serviço e no primeiro dia de folga com a qualidade de vida. Do mesmo modo, apresentou-se associação entre nível de atividade do primeiro dia de folga com os domínios Físico e Meio Ambiente.

Estudo com 33 policiais militares do estado da Paraíba, identificou através da aplicação do questionário QV SF-36, pontuações satisfatórias entre quatro (4) dos oito (8) domínios que este delimita. As médias satisfatórias foram relativas à capacidade funcional, limitação por aspectos emocionais, saúde mental e aspectos sociais. Quanto às limitações observou-se predomínio abaixo da média por aspectos físicos, estado geral de saúde, dor e vitalidade, dentre os quais, a vitalidade e dor foram os domínios mais comprometidos. Apontou-se ainda que a fadiga teve influência significativa na qualidade de vida (MONTEIRO *et al.*, 2020).

Observa-se ainda que existe uma correlação entre prejuízos na qualidade de vida e maior número de problemas mentais, assim como entre uso regular de medicamentos e menos atividades de lazer entre os policiais brasileiros. Não obstante, entende-se que a qualidade de vida destes profissionais tenha uma tangente subjetiva. Embora as atividades laborais inerentes à profissão militar possam constituir um ambiente profissional de risco e propício ao estresse, aspectos intrínsecos do cumprimento do dever legal da polícia, devem ser

considerados relacionados à qualidade de vida e saúde destes trabalhadores (OLIVEIRA & BARDAGI, 2010).

Assim, observa-se diferentes resultados quando se pesquisa a qualidade de vida destes profissionais. Entretanto, todos assinalam a importância da qualidade de vida e sua relação direta com a saúde dos indivíduos e bem-estar do mesmo no trabalho. Apesar da maioria sinalizar uma boa percepção da qualidade de vida, descreve-se que uma parcela significativa não possui esta mesma percepção, sugerindo a importância de considerar a subjetividade e o possível sofrimento de cada um que não julga ter uma boa qualidade de vida, pois a mesma reflete-se na saúde.

A investigação e avaliação de associações entre saúde mental e trabalho podem implicar em melhorias das condições do ambiente de trabalho e dele propriamente dito, a fim de promover melhor qualidade de vida aos profissionais, o que carrega bastante importância, principalmente no que se refere aos policiais militares (MOURA, 2019). Nesse sentido, revela-se a necessidade de pesquisas que evidenciem melhor estes objetos de estudo e discutam com maior propriedade a qualidade de vida dos policiais militares, corroborando assim para uma melhoria das condições de trabalho destes profissionais (BRASIL; LOURENÇÃO, 2017).

A partir de uma perspectiva ampla, visualiza-se a importância do estudo da qualidade de vida e sua relação com o trabalho dos sujeitos. Identifica-se que fatores negativos e positivos relacionados à ocupação dos indivíduos interferem de algum modo na qualidade de vida dos mesmos, assim como na saúde. É fundamental, portanto, a investigação destes aspectos, para a melhoria da qualidade de vida e das condições de saúde dos trabalhadores.

No contexto da polícia militar, inúmeros são os estressores, e essa relação vem sendo estudada pela literatura científica, no entanto, resultados dos estudos tem diferenças regionais, que precisam ser cada vez mais exploradas através de novas investigações. Somente assim poderá ocorrer o diagnóstico preciso da situação em questão e intervenções poderão ser planejadas.

3.2 Síndrome de *Burnout*

A partir de uma definição mais consensual na literatura, delimita-se o *Burnout* ou a Síndrome de *Burnout* (SB) como uma síndrome tridimensional que acomete trabalhadores cujas tarefas profissionais estão principalmente relacionadas à ajuda e prestação de cuidados ou serviços a outras pessoas. Expressa-se pela exaustão emocional (sensação de cansaço e

impotência para fornecer mais apoio aos outros), despersonalização (mostrando uma atitude descomprometida, cínica, fria e antipática em relação às pessoas no trabalho, especialmente aquelas que procuram ajuda ou pedem serviços) e sentimentos de baixa realização profissional (sentimento de inadequação pessoal e profissional e maior probabilidade de cometer erros durante as tarefas de trabalho (MASLACH; JACKSON, 1981). A partir do seguimento da pesquisa pelos autores, afirmou-se que o *burnout* ocorre com maior frequência entre os profissionais que trabalham com outras pessoas (MASLACH; LEITER, 2016; MASLACH, 2017).

O *burnout* vem chamando a atenção da comunidade científica e se tornando uma preocupação para os trabalhadores, sendo reconhecido como um grave risco profissional e psicossocial no desempenho das atividades profissionais (QUEIRÓS *et al.*, 2020). Sua avaliação envolve as dimensões: exaustão emocional, despersonalização e sentimento de baixa realização profissional (BRASIL, 2018).

Dentre os profissionais que mais estão sujeitos a esse problema de saúde, encontram-se os policiais, além de educadores, profissionais da saúde, assistentes sociais, entre outros. Os momentos em que pode aparecer estão relacionados principalmente a situações de reestruturação organizacional, por exemplo, dispensas temporárias, redução da carga horária laboral e necessidade de demissão de pessoal. Descreve-se um maior risco para aqueles que vivem ameaça de mudanças compulsórias na carga horária de trabalho e redução significativa do salário, sendo que em geral, fatores de insegurança social e econômica aumentam o risco (BAHIA, 2014).

Uma revisão meta-analítica avaliou a relação entre idade, sexo, estado civil e número de filhos e as dimensões do Inventário de Burnout de Maslach (exaustão emocional, despersonalização e realização pessoal) em policiais. Foram incluídos dados de 43 estudos empíricos, sendo utilizado coeficiente de correlação bivariada como a métrica do tamanho do efeito. Os resultados demonstraram que todos os tamanhos de efeito médios foram baixos e a maioria deles não estatisticamente significativo. No entanto, observou-se que os estudos não relataram informações estatísticas suficientes para estimar com efetividade os tamanhos médios de efeito, limitando assim a disponibilidade de informações e contribuindo para continuar a encontrar resultados contraditórios na literatura (AGUAYO *et al.*, 2017).

Os fatores de mais importância que predisõem o *burnout* são: papel conflitante, perda de controle ou autonomia e ausência de suporte social. Pode haver um histórico de grande envolvimento do trabalhador no desempenho de sua ocupação, ou em relação a sua profissão ou empreendimento assumido, passando o mesmo a ver como missão; sentimentos de

desgaste emocional e esvaziamento afetivo; percepção do profissional de reação negativa, falta de sensibilidade ou afastamento excessivo por parte do público receptor de seus serviços (despersonalização); percepção de sentimento de diminuição da competência e do sucesso no cumprimento de suas atividades. Alguns sintomas inespecíficos podem estar associados, como fadiga, insônia, tristeza, irritabilidade, falta de interesse, angústia, apatia, tremores e inquietação, parecendo se instalar uma síndrome depressiva e/ou ansiosa (BAHIA, 2014).

Essa síndrome também conhecida como síndrome do esgotamento profissional, é um distúrbio psíquico no qual a dedicação e as exigências do trabalho absorvem ou "queimam" as energias do trabalhador que se esgota. Acomete especialmente profissionais da educação, saúde, agentes penitenciários e policiais (TRT-MG, 2017). Acrescenta-se que o trabalho realizado por policiais envolve uma intensa carga emocional e riscos aos quais estão sujeitos, envolvendo o estresse constante (GUIMARÃES et al., 2014).

Assim, pesquisas vêm sendo conduzidas considerando a possibilidade do *burnout* nesta população e possíveis associações desta síndrome com outras condições. Estudos internacionais (VIOLANTI et al., 2018; LAMBERT et al., 2018; VALIEIEV et al., 2019; QUEIRÓS et al., 2020; GONG; NIU, 2021) vem trazendo resultados significativos.

Estudo norte-americano evidenciou que o desequilíbrio esforço-recompensa e o comprometimento excessivo foram positiva e significativamente associados com a despersonalização e a exaustão, enquanto a eficácia profissional mostrou uma associação inversa com o excesso de comprometimento. Pontuações de despersonalização e exaustão foram significativamente maiores em policiais que relataram tanto comprometimento excessivo quanto desequilíbrio esforço-recompensa em comparação com seus colegas, apontando que o envolvimento extremo no trabalho pode afetar negativamente a eficácia. Este excesso de comprometimento pode estar relacionado à necessidade de aprovação e à incapacidade de os policiais se retirarem do trabalho, mesmo fora do serviço (VIOLANTI et al., 2018).

Na Índia, estudo analisou dados de 827 policiais usando uma amostra aleatória sistemática. Identificou-se que o envolvimento no trabalho e a satisfação no trabalho foram associados a níveis mais baixos em todas as três dimensões de *burnout*. O estresse no trabalho associou-se ao desgaste emocional e à redução na realização pessoal. O alto comprometimento afetivo foi associado a níveis mais baixos de uma sensação reduzida de realização pessoal, enquanto o comprometimento de continuidade foi associado a níveis mais elevados de desgaste emocional e despersonalização. Os resultados sugerem que o estresse no

trabalho, o envolvimento no trabalho, a satisfação no trabalho, o comprometimento afetivo e o compromisso de continuidade têm efeitos sobre o esgotamento entre os policiais indianos, como foi anteriormente verificado entre os oficiais ocidentais (LAMBERT *et al.*, 2018).

Pesquisa ucraniana objetivou determinar o nível de *burnout* dos policiais e o efeito do gênero, mandato e local de trabalho principal (trabalho de campo ou serviço de escritório, em uma amostra de 129 homens e 55 mulheres. Demonstrou-se que 53,8% e 30,4% dos policiais revelaram níveis altos e médios de exaustão emocional, respectivamente. Apenas 15,8% dos policiais revelaram baixo nível de despersonalização e redução na realização pessoal. Não houve relação estatisticamente significativa entre *burnout* e gênero. Entretanto, houve uma fraca correlação entre mandato e *burnout*. O local de trabalho primário foi identificado como um preditor significativo de exaustão emocional, despersonalização e medida global agregada de *burnout*. Os autores destacam que o estado e a estrutura de *burnout* ocupacional revelados pelos policiais ucranianos atestam o seu nível de risco e a necessidade do seu constante acompanhamento e apoio psicológico (VALIEIEV *et al.*, 2019).

Estudo português, com 2057 policiais, identificou valores moderados de estresse operacional, angústia e *burnout*. No entanto, considerando os pontos de corte, 85% da amostra apresentou níveis elevados de estresse operacional, 11% valores críticos para *burnout* e 28% níveis elevados de estresse. E ainda, cerca de 28% apresentaram altos níveis de sofrimento, com 55% da amostra em risco de um transtorno psicológico. Esses resultados reforçam a necessidade de prevenir o estresse e investir na saúde ocupacional dos policiais (QUEIRÓS *et al.*, 2020).

Na China, estudo sobre o efeito do empoderamento psicológico no *burnout*, a partir de uma perspectiva centrada na variável e na pessoa, identificou que, quando o policial sente um nível mais alto de capacitação psicológica, o desgaste do trabalho pode ser reduzido. Da perspectiva centrada na pessoa, verificou-se três diferentes esgotamentos de trabalho, incluindo baixo desgaste do trabalho, moderado desgaste do trabalho e alto desgaste do trabalho. Policiais com alto nível de exaustão emocional eram mais propensos a ter o perfil de esgotamento profissional alto em comparação com os outros dois perfis de esgotamento profissional. Policiais com baixo nível de despersonalização e reduzida realização pessoal eram mais propensos a ter o perfil de desgaste moderado e baixo do trabalho em comparação com outros. Perfis diferentes de esgotamento profissional podem ser afetados pelo empoderamento psicológico (GONG; NIU, 2021).

Ressalta-se assim que os estudos internacionais, sejam orientais ou ocidentais, avançam constantemente na pesquisa acerca da temática. Estes estudos deixaram de apenas

diagnosticar o *burnout* no serviço policial, e passaram a estudar possíveis correlações. É consensual o fato dessa população ser de risco para o desenvolvimento da síndrome, assim, assume-se esse pressuposto ao realizar novos estudos, e evolui-se ao se estudar novas interações com o trabalho e fatores intrínsecos ao indivíduo.

No contexto nacional, diversas investigações vêm sendo realizadas, nos últimos anos, com intuito de avaliar o *burnout* em policiais militares diferentes estados e regiões brasileiras, além de buscar identificar possíveis associações (ASCARI *et al.*, 2016; BRASIL; LOURENÇÃO, 2017; PEREIRA, 2018; LIMA *et al.*, 2018; RAMOS; SILVA, 2020).

Estudo com 127 policiais do oeste catarinense verificou que apesar de não constatar incidência de *burnout* entre os policiais militares participantes, contudo, evidenciou-se que mais de 66% dos profissionais estão em situação de risco para seu desenvolvimento, pois apresentam exaustão emocional em alto nível (ASCARI *et al.*, 2016). Outra pesquisa no oeste catarinense com 72 policiais militares, também não foi identificado *Burnout* entre os policiais, mas os resultados apontaram para o risco de seu aparecimento, expresso em 34,7% da amostra que apresentou nível médio e 25% nível alto de exaustão emocional e 40,3% de nível alto de despersonalização (PEREIRA, 2018). No Rio Grande do Sul, em uma pesquisa com 98 policiais militares, destacou-se que há poucos policiais militares da Fronteira Oeste do estado que são acometidos pela síndrome de *Burnout*, contudo, os autores sinalizaram a importância de se atentar para o significativo percentual de policiais com potencial risco para desenvolvimento da doença (RAMOS; SILVA, 2020).

No nordeste brasileiro, Lima *et al.* (2018) avaliaram 80 policiais do Ceará e identificaram que 87,5% dos militares apresentaram fase inicial de *burnout*, destacando que nenhum policial do sexo masculino apresentou ausência total de SB, 16,7% apresentavam risco de desenvolver a síndrome, 60,0% denotaram fase inicial da doença e 5,0% apresentaram fase considerável da mesma. Entre o grupo feminino, 100% encontravam-se na fase inicial da síndrome, demonstrando a sensibilidade das policiais militares para seu desenvolvimento.

Pesquisa realizada em Minas Gerais, com 195 policiais militares, obteve em seus resultados uma prevalência de *Burnout* de 64%, destacando-se entre os policiais com baixo nível de atividade física e que executam a atividade de trabalho operacional e não administrativa. A maioria dos participantes apresentou indicadores de *Burnout* geral classificados como “Grave” e classificados como sedentários na avaliação da atividade física. Com relação aos aspectos afetivos, descreveu-se que estes exercem influência no trabalho e

que conflitos familiares estão associados com o risco de desenvolvimento do *Burnout* (SOARES *et al.*, 2019).

Assim, pode se observar que resultados dos estudos acerca da prevalência do *Burnout* têm resultados diferentes entre distintas localidades do Brasil. No entanto como já foi revelado anteriormente, não é um assunto tão explorado no cenário nacional, assim, há localidades onde não foram identificadas publicações acerca da temática, representando uma lacuna e necessidade de investigação da mesma, como é o caso do Paraná. Além disso, ainda são poucos estudos que exploram as correlações com outras variáveis, portanto, também se torna importante atentar para isto.

3.3 O Impacto do *Burnout* na Qualidade de Vida e no Trabalho do Policial Militar

Em geral, a atividade militar exige dos profissionais um elevado nível de preparo físico e emocional. No seu trabalho, estes precisam confrontar sentimentos como o medo e a ansiedade, além de enfrentar condições como o cansaço físico extremo, a privação de sono, fazendo-se necessária a manutenção da estabilidade emocional para a obtenção de sucesso no desempenho de suas funções (MOREIRA, 2019). Condições de trabalho árduas e suicídios de colegas são responsáveis por provocar sofrimento contínuo e dor psicológica capazes de afetar policiais, suas famílias e suas atividades em domínios importantes da vida urbana: segurança e proteção da população (QUEIRÓS *et al.*, 2020).

Além disso, a dinâmica da organização do trabalho de policiais pode gerar sobrecarga e tensão ocupacional (PEREIRA, 2018). Assim, um aspecto importante a ser considerado também, que interfere na saúde e no trabalho dos policiais é a cultura organizacional, principalmente no que se refere às consequências que podem ser geradas pela hierarquia e disciplina, muito presentes nas corporações. Estas podem contribuir para o surgimento de condições como o estresse ocupacional, o *burnout*, entre outras (BRASIL, 2016).

Dessa forma, refere-se que elementos como a pressão por resultados, risco de óbito, trabalho noturno, sono excessivo, estresse, ansiedade, além de falta de valorização da sua profissão, falta de cumprimento das leis e trabalho em feriados e finais de semana, podem estar envolvidos no aparecimento do *Burnout*. Não obstante, estes fatores assim como a própria síndrome, podem colaborar para que o policial não tenha qualidade de vida no seu trabalho (PEREIRA, 2018).

Como já mencionado, o *Burnout* decorre principalmente da vivência do estresse. O estresse no local de trabalho, estresse no trabalho ou estresse ocupacional pode ser

conceituado como um padrão de respostas fisiológicas, emocionais, cognitivas e comportamentais que surgem em decorrência de demandas de trabalho que não correspondem aos seus conhecimentos ou habilidades e que desafiam sua capacidade de lidar com isso (PATEL; HUGGARD; VAN TOLEDO, 2017). É um processo que se origina a partir da interação das condições de trabalho com as características de cada indivíduo, sendo que a demanda do trabalho ultrapassa a habilidade do indivíduo para enfrentá-la. Resultam desta interação danos, ameaças ou desafios, que passam a servir como mediadores da resposta de estresse (MOREIRA, 2019).

Por meio deste mecanismo, percebem-se influências negativas, que afetam o bem-estar, o desempenho e a produtividade do trabalhador (QUICK; HENDERSON, 2016). Além disso, o *Burnout* pode ser um processo de longo prazo de esgotamento de recursos e respostas inadequadas ao estresse crônico no trabalho (SCHAUFELI, 2017). O desempenho de funções sob altos níveis de estresse laboral pode repercutir mental e fisicamente na vida dos trabalhadores, denotando a necessidade de valorização do *Burnout* enquanto uma patologia que demanda apoio clínico e psicológico para os afetados. O adoecimento leva ao impacto psicológico, social e físico, que reduzem a qualidade de vida, satisfação pessoal e, o desempenho profissional (MOREIRA, 2019).

O *Burnout* prejudica o bem-estar dos profissionais, que reflete em mal-estar para as suas atitudes e desempenhos, comprometendo a eficácia da segurança pública (SANTOS, 2012). Esta síndrome pode impactar negativamente os oficiais individuais, a organização que os emprega, os cidadãos com os quais esses oficiais pública (SANTOS, 2012). Esta síndrome pode impactar negativamente os oficiais, de forma individual, a organização que os emprega, os cidadãos com os quais esses oficiais interagem diretamente e a comunidade de maneira mais ampla (LAMBERT *et al.*, 2018).

Em uma revisão sistemática, demonstrou-se que o *Burnout* foi um preditor significativo das seguintes consequências físicas: hipercolesterolemia, diabetes tipo 2, doença coronariana, hospitalização devido a distúrbio cardiovascular, dor musculoesquelética, mudanças nas experiências de dor, fadiga prolongada, dores de cabeça, problemas gastrointestinais, problemas respiratórios, lesões graves e mortalidade abaixo da idade de 45 anos. Os efeitos psicológicos foram: insônia, sintomas depressivos, uso de medicamentos psicotrópicos e antidepressivos, hospitalização por transtornos mentais e sintomas psicológicos de doença (SALVAGIONI *et al.*, 2017).

Além destas consequências, foram identificadas aquelas associadas ao trabalho, a saber: insatisfação no trabalho, absenteísmo, pensão por invalidez, demandas de trabalho,

recursos do trabalho e presenteísmo. Em conclusão, os autores destacaram que vários estudos prospectivos e de alta qualidade demonstraram que o *Burnout* apresenta consequências físicas, psicológicas e ocupacionais para os trabalhadores (SALVAGIONI *et al.*, 2017).

Especificamente entre os militares, já se encontrou associações positivas do *Burnout* com fatores presentes em sua vida, como a privação do sono, carga horária excessiva, funções acumuladas, disciplina rigorosa, alta exigência física e moral dos trabalhadores. Destacou-se a questão dos transtornos mentais comuns entre esses profissionais, pois além do impacto social que representam, estão entre as principais causas que incapacitam os mesmos para o trabalho (MOREIRA, 2019).

O sofrimento e o adoecimento psíquico em decorrência do exercício laboral vêm chamando atenção devido ao aumento do número de ocupações que enfrentam esta problemática e devido ao fato de não haver procedimentos padronizados para guiar a resolução destas situações. Ainda há uma invisibilidade das cargas psíquicas presentes no trabalho. O sofrimento psíquico está relacionado à presença de angústia em situações que envolvem o trabalho (BRASIL, 2018).

Inúmeros fatores estão envolvidos nos danos à saúde mental dos trabalhadores, desde fatores relacionados à exposição a agentes tóxicos a elementos presentes na organização do trabalho. As mudanças, seja em processos tecnológicos ou na organização do trabalho aumentaram a ocorrência e a frequência de novas maneiras de adoecer, que ainda não são tão conhecidas. Em referência à organização do trabalho, podem ser citados como estressores, a pressão pelo desempenho e pela produtividade, a fragmentação do trabalho, os mecanismos de controle, ritmo de trabalho acelerado, falta de controle do trabalhador sobre a execução de sua atividade, divisão entre planejamento e execução, carga horária excessiva, com pouca ou nenhuma pausa, turnos alternados, trabalho noturno, ritmo intenso, rigidez da chefia, que por vezes se apresenta desrespeitosa, pouco flexível e/ ou excessivamente normatizada, desconsiderando diferenças e vulnerabilidades dos trabalhadores (BRASIL, 2018).

Estas características da organização do trabalho são consideradas como determinantes do sofrimento psíquico e adoecimento mental relacionado ao trabalho. Em um ambiente em que se estimula a competitividade e a individualidade, ocorre a falta de solidariedade entre os pares, que é considerada um fator de proteção à saúde dos funcionários. O assédio moral também é um grave risco psicossocial, que pode desencadear problemas físicos e psicológicos, destacando-se o *Burnout*, dentre outros como a depressão, transtornos do sono, etilismo, ansiedade. A violência também é outro estressor que pode levar a estes. Algumas funções estão ligadas a uma maior frequência de sujeitos etilistas crônicos, em especial

aquelas socialmente desprestigiadas, perigosas e com grande exigência de atividade mental, com repetição das atividades, que impõem isolamento e maior afastamento de casa. Outra questão a ser pensada, é as comorbidades que podem ser associadas, como por exemplo, os acidentes de trabalho juntamente com os transtornos psíquicos (BRASIL, 2018).

No estudo de Talavera-Velasco *et al.* (2018), com 223 policiais da Espanha, evidenciou-se que os policiais perceberam demandas cognitivas excessivas e poucas recompensas em seu trabalho. Além disso, apresentaram valores moderados de *burnout* e altos níveis de personalidade resistente. Dentre as correlações realizadas, apontou-se relação entre maior frequência de sintomas somáticos e sintomas de ansiedade, insônia e depressão, e maiores níveis de exaustão emocional. Ressalta-se que houve correlação positiva e significativa entre percepção de pior saúde mental e maiores níveis de exaustão emocional e despersonalização. Também foi revelado que a percepção de baixo suporte no trabalho estava significativamente associada a altos níveis de cansaço emocional. Em geral, as percepções adversas dos fatores de risco psicossociais foram associadas a altos níveis de exaustão emocional e despersonalização.

Estes dados são relevantes, pois oportunizam um olhar sobre as apreensões, angústia e consequências do estresse ocupacional, como por exemplo, o *Burnout*. Estas últimas não são refletidas apenas na qualidade de vida e saúde dos policiais, como também na vida de todos os cidadãos, que precisam do serviço policial, e que estes o desempenhem de maneira calma, sensata e saudável. A partir do momento que estes efeitos do estresse afetam os policiais, supõe-se que ocorra uma redução de produtividade, que leva à prejuízos na habilidade de tomada de decisão destes indivíduos, que colocariam em risco à segurança e a proteção de todos (LIPP; COSTA; NUNES, 2017).

O papel que os policiais desempenham na sociedade é de suma importância, assim, é fundamental o desenvolvimento de estratégias de prevenção de agravos e de promoção da saúde. Do mesmo modo, é necessário que as instituições de segurança recebam atenção por parte do Estado, uma vez que é de singular importância que os responsáveis pela segurança da população sintam-se seguros e estáveis emocionalmente para realizarem seu trabalho, combatendo a violência e a opressão com eficácia e eficiência, tendo sua segurança e direitos assegurados. Necessita-se, portanto, de políticas públicas mais efetivas, voltadas para esse enfoque, para dar condições dignas de trabalho, preservando a integridade física e mental dos militares. Outro fato necessário é a desconstrução do imaginário da sociedade sobre o papel do policial militar, pois ainda prevalece um discurso viril de que o mesmo não pode sentir medo, expressar sentimentos, procurar ajuda psicológica e social, situação que pode dificultar

o reconhecimento das dificuldades físicas e psíquicas, por parte do próprio policial militar e de seus familiares (MOURA, 2019).

Nesse sentido, são necessárias campanhas preventivas que sejam capazes de colaborar para que estes profissionais adquiram estratégias de enfrentamento do estresse e consigam consequentemente reduzir o nível de estresse. Não obstante, devem ser planejados programas de controle do estresse para os policiais que já sofrem com esta condição. Transformações no ambiente organizacional devem ser implementadas, visando que os membros das corporações possam desenvolver suas competências recebendo apoio e reconhecimento de seu valor. Em contrapartida, a sociedade também precisa valorizar mais o papel do policial, devendo ser incluído este tópico em qualquer programa de ação que tenha como objetivo a redução do estresse e melhoria da qualidade de vida dessa classe ocupacional (LIPP; COSTA; NUNES, 2017).

Destaca-se, portanto, que os impactos individuais e sociais do *Burnout* evidenciam a necessidade de intervenções preventivas e identificação precoce dessa condição de saúde no ambiente de trabalho (SALVAGIONI *et al.*, 2017). Outro fato importante é que deve haver atenção especial no que se refere ao gerenciamento da situação de saúde dos policiais, necessitando de monitoramento periódico da saúde mental e física dos mesmos (PEREIRA, 2018). Ao mesmo tempo, devem ser valorizados os vínculos familiares destes trabalhos, pois são considerados protetores da saúde destes, uma vez que se refletem de forma positiva na forma com que os sujeitos respondem a situações conflitantes (MOREIRA, 2019).

Em síntese, cabe destacar que este capítulo se concentrou em suscitar os impactos do *Burnout* na qualidade de vida do policial, no seu trabalho e na vida em sociedade. Como verificado, diversas são as consequências, o que gera inquietação, e leva a refletir acerca das necessidades de mudanças neste cenário, que só serão possíveis a partir do entendimento real da situação, que ainda permanece obscura em alguns aspectos.

4 METODOLOGIA

4.1 Tipo de Estudo

Este estudo é vinculado ao Grupo de Estudos e Pesquisas em Epidemiologia, Gestão e Trabalho em Saúde (GEPEGeTS), da Universidade Federal do Rio Grande - FURG, sendo oriundo do projeto matricial: “*Estresse, qualidade de vida, satisfação no trabalho, estratégias de enfrentamento e burnout entre policiais militares*”.

Trata-se de um estudo transversal, descritivo e correlacional entre policiais militares do 3º Batalhão de Polícia Militar do Estado do Paraná. Nos estudos transversais o fator (exposição/causa) e efeito são observados num mesmo momento, não permitindo estabelecer relação de causa e efeito, ou seja, informam sobre a possibilidade de estar doente, mas não a de ficar doente. São estudos observacionais, nos quais o pesquisador não exerce controle sobre as variáveis. Tem como foco populações bem definidas e medem a prevalência de uma doença ou evento de interesse (ROUQUAYROL; ALMEIDA-FILHO, 2012).

Na pesquisa quantitativa, todos os fenômenos quantificáveis são considerados, tratando-se de uma tradução das informações e opiniões em números, visando classificar e analisar as mesmas. Exige-se o emprego de recursos e técnicas estatísticas para sua realização. Uma formulação de hipóteses ocorre e a relação entre as variáveis é avaliada, para que resultados precisos sejam garantidos. A abordagem quantitativa é utilizada em vários tipos de pesquisas, incluindo as descritivas, tipo de pesquisa em que o pesquisador faz o registro e a descrição dos fatos observados, sem interferência sobre eles. Assim, ocorre a descrição das características de uma determinada população ou fenômeno ou o estabelecimento de relações entre variáveis (PRODANOV; DE FREITAS, 2013).

Este estudo se classifica também como correlacional, pois irá descrever relações entre duas ou mais variáveis ou conceitos em um momento determinado. Os estudos correlacionais podem se limitar a estabelecer relações causais entre variáveis sem tornar preciso o sentido da causalidade ou pretender analisar relações causais (SAMPIERI; COLLADO; LUCIO, 2013).

Estudos transversais são recomendados para estimar a frequência com que um determinado evento de saúde se manifesta em uma determinada população, assim como os fatores associados com o mesmo (BASTOS; DUQUIA, 2007).

4.2 Local do Estudo

O estudo foi realizado no 3º Batalhão de Polícia Militar do Paraná (3, pertencente ao 5ª Comando Regional de Polícia Militar do Estado.

Este Batalhão de Polícia Militar é uma das unidades mais antigas da Polícia Militar do Estado do Paraná. Com sede na Cidade de Pato Branco, possui um contingente de 312 policiais militares, distribuídos em três Companhias, sediadas nas cidades de Pato Branco, Palmas e Coronel Vivida, que realizam o policiamento nas áreas urbana e rural, fiscalização de trânsito, aplicação de cães farejadores, presença em shows e eventos, contanto ainda com estrutura para intervenção em distúrbios civis e rebeliões (PMPR, 2017b).

A população atendida pelo 3º Batalhão é de aproximadamente 260 mil habitantes, distribuída numa extensão territorial de 9.668 Km², em 16 (dezesesseis) municípios da microrregião do Sudoeste do Paraná (PMPRb, 2017).

4.3 População e Amostra

A população do estudo foi constituída por todos os policiais militares integrantes do 3º Batalhão de Polícia Militar do Paraná, totalizando 312 policiais. Foram excluídos os profissionais que estavam de férias ou afastados das atividades profissionais, por qualquer outro motivo, no período da coleta dos dados.

O tamanho amostral foi definido a partir do número de policiais da corporação (N), considerando-se margem de erro (e) de 5% e nível de confiança (z) de 95%, conforme fórmula abaixo.

$$\frac{\frac{z^2 \times p(1-p)}{e^2}}{1 + \left(\frac{z^2 \times p(1-p)}{e^2 N} \right)}$$

Sendo: N = tamanho da população; e = margem de erro (porcentagem no formato decimal); z = escore z (1,96). Considerando possíveis perdas (*missing*), ao tamanho amostral foi acrescido um percentual de 20%. Assim, a amostra mínima foi de 208 policiais militares.

4.4 Instrumentos de Coleta de Dados

Para a coleta de dados foram utilizados três instrumentos autoaplicáveis: um questionário elaborado pelos autores, contendo informações sobre o perfil demográfico e profissional dos policiais (APÊNDICE A); o Instrumento de Avaliação de Qualidade de Vida da Organização Mundial de Saúde (OMS) - WHOQOL-Bref – versão abreviada (ANEXO A); e o Inventário de Burnout de Maslash (ANEXO B).

O primeiro instrumento foi elaborado pelos pesquisadores e contém informações como sexo, faixa etária, estado civil, escolaridade, cargo, tempo de serviço, jornada de trabalho, turno de trabalho, prática de atividade física, se já respondeu por transgressões disciplinares, se refere ou não problemas que comprometem a saúde e a qualidade de vida. Estes dados serão utilizados para caracterizar a população do estudo.

O segundo instrumento (WHOQOL-Bref) é composto por 26 questões, das quais duas são gerais, sendo que uma se refere à vida e a outra à saúde. As demais 24 perguntas são relativas a quatro domínios e suas respectivas facetas, sendo:

Domínio Físico, incluindo as facetas: dor e desconforto, energia e fadiga, sono e repouso, atividades da vida cotidiana, dependência de medicação ou de tratamentos, capacidade de trabalho.

Domínio Psicológico, que engloba as facetas: sentimentos positivos, pensar, aprender, memória e concentração, autoestima, imagem corporal e aparência, sentimentos negativos, espiritualidade, religiosidade e crenças pessoais.

Domínio Relações Sociais, com as facetas: relações pessoais, suporte (apoio) social, atividade sexual.

Domínio Meio Ambiente, que envolve as facetas: segurança física e proteção, ambiente no lar, recursos financeiros, cuidados de saúde e sociais (disponibilidade e qualidade, oportunidade de adquirir novas informações e habilidades, participação), recreação/lazer, ambiente físico (poluição, ruído, trânsito, clima, transporte).

As respostas para as questões do WHOQOL-Bref foram dadas em uma escala do tipo *Likert*. As perguntas foram respondidas através de quatro tipos de escalas (dependendo do conteúdo da pergunta): intensidade, capacidade, frequência e avaliação.

O terceiro instrumento (Inventário de Burnout de Maslash) é composto por 22 perguntas fechadas relacionadas à frequência com que as pessoas vivenciam determinadas situações em seu ambiente de trabalho e refletem três dimensões: Exaustão Emocional,

Despersonalização e Realização Pessoal. Apresenta escala do tipo Likert, que varia de 1 a 5, sendo: 1 - nunca, 2 - raramente, 3 - algumas vezes, 4 - frequentemente, 5 - sempre (MASLACH; JACKSON; LEITHER, 1996).

4.5 Procedimento de Coleta de Dados

Os dados foram coletados no primeiro semestre de 2018, por pesquisadores do Grupo de Estudos e Pesquisas em Epidemiologia, Gestão e Trabalho em Saúde (GEPEGTS), da Universidade Federal do Rio Grande – FURG, utilizando os instrumentos autoaplicáveis supramencionados.

Para a coleta dos dados, após autorização do Coronel, responsável pelo 3º Batalhão de Polícia Militar do Paraná, os pesquisadores contataram os Comandantes das três Companhias pertencentes ao BPM (Pato Branco, Palmas e Coronel Vivida), explicaram os objetivos do estudo, entregaram os instrumentos, de acordo com o número de policiais de cada Companhia, que foram distribuídos para todos policiais e recebidos pelos respectivos Comandantes, após preenchimento, pelos respectivos Comandantes, em envelope fechado, para evitar identificação. Após receber os instrumentos respondidos, os Comandantes contataram os pesquisadores, para entrega dos envelopes.

Ao receber os questionários, antecedendo a coleta dos dados, foi solicitado a todos os policiais que aceitaram participar do estudo, após os esclarecimentos necessários sobre a pesquisa, que assinassem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (APÊNDICE B) em duas vias, ficando uma com o policial e a outra com os pesquisadores.

Dos 312 questionários distribuídos, 268 foram devolvidos preenchidos e, destes, um foi descartado por estar incompleto.

4.6 Análise dos Dados

Os dados obtidos foram armazenados em um banco de dados utilizando-se uma planilha do programa Microsoft Excel® e verificados por dois pesquisadores, para garantir a consistência e possibilitar a adequada análise, de forma a atender aos objetivos propostos, utilizando-se o programa SPSS, versão 20.0.

O indicador de consistência interna Alfa de *Cronbach* foi utilizado para verificar a confiabilidade das medidas dos domínios do WHOQOL-Bref. Os escores de cada um dos domínios do WHOQOL-Bref foi calculado de acordo com a Sintaxe oferecida pelo

WHOQOL Group, disponível em português. Os escores dos domínios foram pontuados de forma independente, considerando que o construto qualidade de vida é multidimensional. Os escores foram medidos em direção positiva, em escala de 4 a 20, sendo:

Domínio Físico: $(\text{Media} \times 6(Q3+Q4+Q10+Q15+Q16+Q17+Q18)) \times 4$.

Domínio Psicológico: $(\text{Media} \times 5(Q5+Q6+Q7+Q11+Q19+Q26)) \times 4$.

Domínio Social: $(\text{Media} \times 2(Q20+Q21+Q22)) \times 4$.

Domínio Meio Ambiente: $(\text{Media} \times 6(Q8+Q9+Q12+Q13+Q14+Q23+Q24+Q25)) \times 4$.

Os escores mais altos indicam melhor avaliação de QV. Para auxiliar na análise dos dados e favorecer a comparação com outros estudos, os escores obtidos na escala de 4 a 20 foram convertidos para uma escala de 0 a 100 por meio da fórmula $[(\text{Média}-4) \times 100/16]$, onde a Média corresponde aos escores 0 a 20 calculados anteriormente, para cada domínio.

Para a análise da qualidade de vida foram utilizados os seguintes procedimentos de cálculo e análise:

- Frequências e medidas estatísticas descritivas para as questões gerais referentes à “vida” e à “saúde” dos indivíduos estudados (*Como você avaliaria sua qualidade de vida?; Quão satisfeito(a) você está com a sua saúde?*).

- Escores médios para cada domínio e para cada faceta do WHOQOL-Bref.

Para o cálculo do *Burnout*, inicialmente avaliou-se a consistência interna das respostas do Inventário de Burnout de Maslach, utilizando o coeficiente Alfa de *Cronbach*. Para o cálculo dos escores das dimensões do instrumento foi realizada a somatória dos pontos dos itens relativos a cada dimensão, sendo: Exaustão Emocional – itens 1, 2, 3, 6, 8, 13, 14, 16 e 20; Despersonalização – itens 5, 10, 11, 15 e 22; e Realização Pessoal – itens 4, 7, 9, 12, 17, 18, 19 e 21.

Para este estudo, os níveis de *Burnout* foram classificados em baixo, médio e alto, sendo que um nível baixo de *Burnout* consiste em baixos escores nas subescalas “Exaustão Emocional” e “Despersonalização” e escores elevados na subescala “Realização Pessoal”. Um nível alto de *Burnout* é representado por escores altos para as subescalas de “Exaustão Emocional” e “Despersonalização”, e escores baixos na “Realização Pessoal”, considerando-se os valores apresentados no Quadro 1 (Maslach, Jackson, Leiter, 2010).

Quadro 1. Categorização dos valores dos escores do Inventário de *Burnout* de Maslash.

Subescalas do Inventário de <i>Burnout</i> de Maslash	Níveis de <i>Burnout</i>		
	Baixo	Moderado	Alto
Exaustão Emocional	≤ 16	17 – 26	≥ 27
Despersonalização	≤ 6	7 – 12	≥ 13
Realização Pessoal	≥ 39	38 – 32	≤ 31

A comparação da qualidade de vida, segundo os níveis de *Burnout* foi realizada pelo teste F na análise de variância (ANOVA), considerando-se um nível de significância de 95% ($p < 0,05$).

Por fim, realizou-se a análise de correlação entre os domínios da qualidade de vida e as subescalas do *Burnout*, utilizando-se o teste de correlação de Pearson, com nível de significância de 95% ($p < 0,05$). A correlação entre as variáveis foi considerada fraca para valores de r até 0,30, moderada para valores entre 0,40 e 0,60, e forte para valores maiores que 0,70 (CORDIOLI et al., 2019).

4.7 Aspectos Éticos

O projeto matricial “*Estresse, qualidade de vida, satisfação no trabalho, estratégias de enfrentamento e burnout entre policiais militares*” foi submetido à apreciação do Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto (FAMERP), sob CAAE n. 47885715.8.0000.5415, e aprovado em 04 de dezembro de 2017, com Parecer n. 2.412.594 (ANEXO C).

Todos os princípios éticos das pesquisas que envolvem seres humanos foram seguidos de acordo com a resolução 510/2016. Anteriormente à coleta dos dados, todos os profissionais que concordaram em participar do estudo assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (APÊNDICE B).

5 RESULTADOS

Foram incluídos no estudo 267 policiais militares, que responderam todos os instrumentos da pesquisa. Houve predomínio de profissionais do sexo masculino (84,6%), na faixa etária de 31 a 40 anos (46,4%), com ensino superior incompleto (45,3%), casados (67,4%), ocupantes do cargo de soldado (82,7%), exercendo funções operacionais (70,0%) e trabalhando em turnos de escalas (72,3%), sendo que 136 (50,9%) faziam escalas de 24x48 horas.

A maioria dos policiais (54,3%) tinha entre três e 10 anos de atuação na corporação militar; 90,6% dos policiais não exerciam outra atividade remunerada, 25,6% não praticavam atividade física, 48,3% já havia cometido alguma transgressão disciplinar e 33,7% referiram a existência de problemas que comprometem a qualidade de vida.

Tabela 1. Características sociodemográficas e profissionais dos policiais do 3º Batalhão de Polícia Militar do estado do Paraná – Brasil, 2018.

		n	%
Sexo	Masculino	226	84,6
	Feminino	41	15,4
Faixa Etária	21 - 30 anos	111	41,6
	31 - 40 anos	124	46,4
	41 - 50 anos	32	12,0
Escolaridade	Ensino Médio	72	27,0
	Ensino Superior Incompleto	121	45,3
	Ensino Superior Completo	71	26,6
	Não respondeu	3	1,1
Estado Civil	Casado	180	67,4
	Solteiro	70	26,2
	Separado	14	5,2
	Viúvo	3	1,1
Cargo	Soldado	220	82,7
	Cabo	15	5,6
	Sargento	13	4,9
	Subtenente	2	0,8
	Aspirante	5	1,9
	Tenente	7	2,6
	Capitão	3	1,1
	Major	1	0,4
Função	Administrativo	80	30,0
	Operacional	187	70,0

Tabela 1 (continuação). Características sociodemográficas e profissionais dos policiais do 3º Batalhão de Polícia Militar do estado do Paraná – Brasil, 2018.

		n	%
Jornada de Trabalho	Seis horas	8	3,0
	Oito horas	80	30,0
	24 x 48 horas	136	50,9
	Outros*	42	15,7
	Não respondeu	1	0,4
Turno de Trabalho	Manhã e Tarde	62	23,2
	Tarde e Noite	11	4,1
	Escalas**	193	72,3
	Não respondeu	1	0,4
Tempo de Atuação	Até três anos	59	22,1
	Três a 10 anos	145	54,3
	10 a 20 anos	33	12,4
	Mais de 20 anos	30	11,2
Outra Atividade Remunerada	Sim	25	9,4
	Não	241	90,6
Atividade Física	Sim	198	74,4
	Não	68	25,6
Transgressão Disciplinar	Sim	129	48,3
	Não	138	51,7
Problema que Comprometa QV	Sim	90	33,7
	Não	175	65,5
	Não respondeu	2	0,8

* Jornada de trabalho de 12x24 ou 12x48 horas. ** Turno de trabalho: 12x24 - 12x48 ou 24x48 horas.

Os resultados referentes à qualidade de vida dos policiais militares chamam a atenção para a percepção destes profissionais quanto às suas condições de saúde e qualidade de vida. Conforme mostra a Tabela 2, 28 (10,5%) policiais avaliaram a qualidade de vida (questão 1) como muito ruim ou ruim e 29 (10,8%) referiram-se muito insatisfeitos ou insatisfeitos com a saúde (questão 2). Além disso, 67 (25,1%) policiais consideram sua qualidade de vida como “nem ruim nem boa” e 63 (23,6%) se dizem “nem satisfeito nem insatisfeito” com a sua saúde.

Tabela 2. Percepção dos policiais militares do 3º Batalhão de Polícia Militar do estado do Paraná quanto às condições de saúde e qualidade de vida – Brasil, 2018.

Questão	Opções de resposta	n	%
<i>Como você avaliaria sua qualidade de vida?</i>	<i>1-muito ruim</i>	4	1,5
	<i>2-ruim</i>	24	9,0
	<i>3-nem ruim nem boa</i>	67	25,1
	<i>4-boa</i>	152	56,9
	<i>5-muito boa</i>	20	7,5
	Escore Médio	3,6	
	Desvio-padrão	0,8	
<i>Quão satisfeito(a) você está com a sua saúde?</i>	<i>1-muito insatisfeito</i>	2	0,7
	<i>2-insatisfeito</i>	27	10,1
	<i>3-nem satisfeito nem insatisfeito</i>	63	23,6
	<i>4-satisfeito</i>	146	54,7
	<i>5-muito satisfeito</i>	29	10,9
	Escore Médio	3,7	
	Desvio-padrão	0,8	

A consistência interna das respostas dos policiais militares ao Whoqol-Bref foi adequada para os domínios Físico ($\alpha=0,795$), Psicológico ($\alpha=0,800$), Relações Sociais ($\alpha=0,773$) e Meio Ambiente ($\alpha=0,727$).

Em relação aos domínios do Whoqol-Bref, os policiais militares apresentaram maior comprometimento do domínio Meio Ambiente (escore 58,7), que engloba aspectos relacionados à Segurança física e proteção; Ambiente no lar; Recursos financeiros; Cuidados de saúde e sociais: disponibilidade e qualidade; Oportunidades de adquirir novas informações e habilidades; Participação em/e oportunidades de recreação/lazer; Ambiente físico: poluição, ruído, trânsito e clima; Transporte.

Nos demais domínios, os escores obtidos pelos policiais militares foram próximos a 70 pontos, evidenciando boa qualidade dos policiais nestes aspectos (Figura 1).

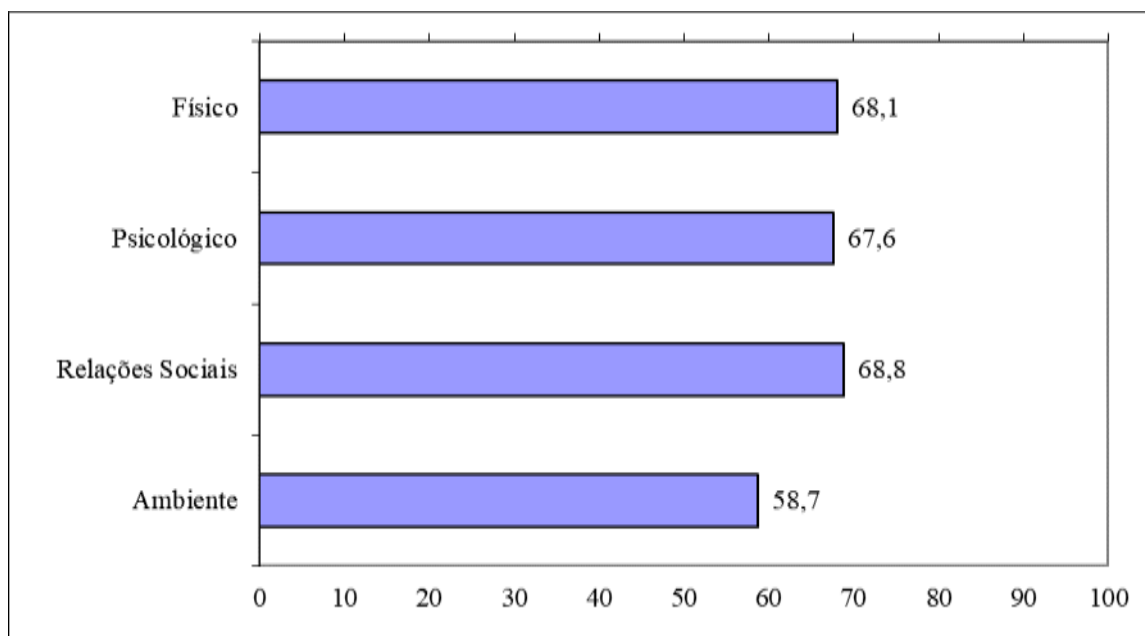


Figura 1. Escores médios para os domínios do Whoqol-Bref, segundo avaliação dos policiais militares do 3º Batalhão de Polícia Militar do estado do Paraná – Brasil, 2018.

Conforme mostra a Figura 2, em relação aos aspectos relacionados à qualidade de vida que são avaliados pelo Whoqol-Bref, os policiais militares apresentaram comprometimento relacionado aos Recursos Financeiros, cujo escore foi inferior a 50 pontos.

Outros aspectos em que os policiais demonstraram fragilidades foram: Recreação e lazer (51,8), Sono e repouso (53,9), Novas informações e habilidades (55,9), Cuidados de saúde (57,1), Ambiente físico (57,7) e Sentimentos positivos (58,4), cujos escores foram superiores a 50 pontos e inferiores a 60 pontos.

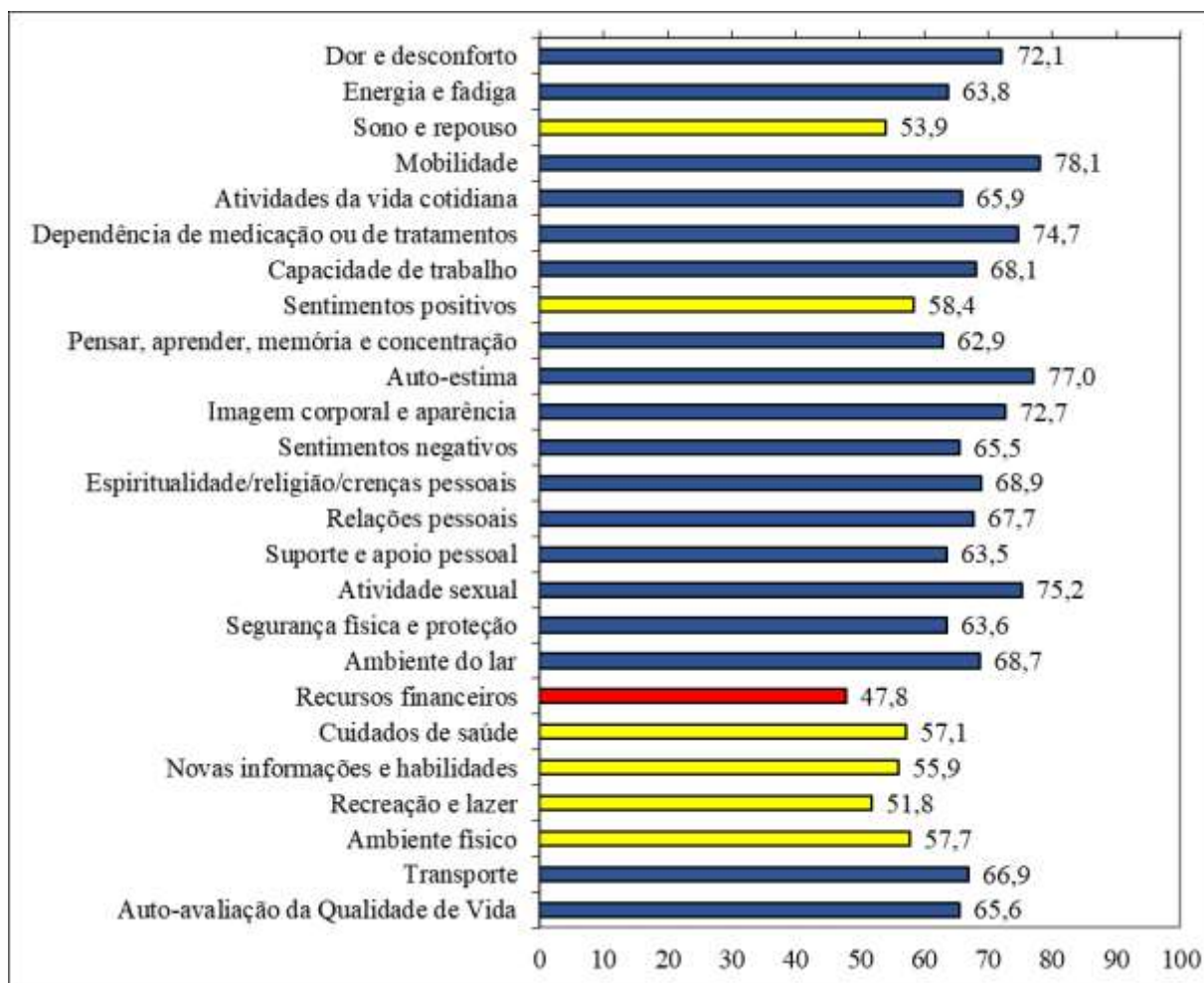


Figura 2. Escores médios para as facetas dos domínios do Whoqol-Bref, segundo avaliação dos policiais militares do 3º Batalhão de Polícia Militar do estado do Paraná – Brasil, 2018.

Em relação ao *Burnout*, a consistência interna do Inventário de *Burnout* de Maslash aplicado nos policiais militares foi adequada para as dimensões Exaustão Emocional ($\alpha=0,900$), Realização Pessoal ($\alpha=0,721$) e Despersonalização ($\alpha=0,816$).

Os resultados apontam que 90 (33,7%) policiais apresentam Síndrome de *Burnout*, sendo que 77 (28,8%) policiais tiveram nível alto e 13 (4,9%) policiais apresentam nível moderado de *Burnout*. Destaca-se, ainda, que 93 (34,8%) policiais apresentam alto nível de Exaustão Emocional e 167 (62,8%), alto nível de Despersonalização. Há, no entanto, alto nível de policiais com alto nível de Realização Pessoal (82,0%).

Tabela 3. Escores médios e categorização do Burnout, segundo avaliação dos policiais militares do 3º Batalhão de Polícia Militar do estado do Paraná – Brasil, 2018.

Subescala	Escore Médio (DP)	Níveis de <i>Burnout</i>		
		Baixo	Moderado	Alto
Exaustão Emocional	24,0 (7,0)	14,6%	50,6%	34,8%
Despersonalização	13,8 (3,7)	2,2%	35,0%	62,8%
Realização Pessoal	27,2 (4,8)	0,8%	17,2%	82,0%

DP: desvio padrão.

Na análise da qualidade de vida, segundo os níveis de *Burnout* observou-se que os policiais militares que não tinham *Burnout* apresentaram melhor qualidade de vida do que aqueles que tinham níveis moderado ou alto de *Burnout*. Da mesma forma, quanto maior o nível de *Burnout*, menor a qualidade de vida dos policiais, conforme mostra a Tabela 4.

Tabela 4. Avaliação da qualidade de vida, segundo os níveis de *Burnout* nos policiais militares do 3º Batalhão de Polícia Militar do estado do Paraná – Brasil, 2018.

	Domínios de Qualidade de Vida			
	Físico	Psicológico	Relações Sociais	Meio Ambiente
	Média (DP)	Média (DP)	Média (DP)	Média (DP)
Burnout				
Ausente	72,1 (12,8)	75,6 (10,1)	71,8 (15,4)	66,5 (9,9)
Moderado	68,9 (10,8)	71,4 (13,4)	68,5 (10,3)	61,2 (12,1)
Alto	58,8 (15,2)	57,3 (16,4)	61,9 (20,6)	51,4 (12,9)
Valor-p**	0,000	0,000	0,000	0,000

DP: desvio padrão. **Teste Anova.

Conforme mostra a Tabela 5, a Exaustão Emocional e a Despersonalização se correlacionam negativamente com a qualidade de vida, ou seja, quanto maiores os níveis de Exaustão Emocional e de Despersonalização, menores os níveis de qualidade de vida em todos os domínios do Whoqol-Bref. Por outro lado, há uma correlação positiva entre a Realização Pessoal e os níveis de qualidade de vida, evidenciando que, quanto mais alto o nível de Realização Pessoal, melhores os níveis de qualidade de vida.

Observou-se correlação negativa e moderada entre a subescala Exaustão Emocional e os domínios Físico ($r: -0,552$; $p=0,000$), Psicológico ($r: -0,557$; $p=0,000$) e Meio Ambiente ($r:$

-0,442; $p=0,000$); e correlação positiva e moderada da subescala Realização Pessoal com o domínio Psicológico ($r: 0,452$; $p=0,000$).

Tabela 5. Correlações entre os domínios da qualidade de vida e as subescalas do *Burnout* nos policiais militares do 3º Batalhão de Polícia Militar do estado do Paraná – Brasil, 2018.

Domínios da Qualidade de Vida	Subescalas do <i>Burnout</i>			
		Exaustão Emocional	Despersonalização	Realização Pessoal
Físico	<i>r</i>	-0,552**	-0,264**	0,372**
	<i>valor-p</i>	0,000	0,000	0,000
Psicológico	<i>r</i>	-0,557**	-0,285**	0,452**
	<i>valor-p</i>	0,000	0,000	0,000
Relações Sociais	<i>r</i>	-0,360**	-0,257**	0,322**
	<i>valor-p</i>	0,000	0,000	0,000
Meio Ambiente	<i>r</i>	-0,442**	-0,341**	0,371**
	<i>valor-p</i>	0,000	0,000	0,000

**. Correlação significativa no nível 0,01.

6. DISCUSSÃO

O perfil sociodemográfico dos policiais estudados assemelha-se ao encontrado em outros estudos brasileiros com policiais militares, isto é, predomínio de profissionais do sexo masculino, na faixa etária de adultos jovens, com ensino médio e casados; maior contingente de soldados, atuando em funções operacionais e trabalhando em regime de escalas (ALMEIDA et al., 2016; ARROYO; BORGES; LOURENÇÃO, 2019; ASCARI et al., 2016; SANTOS et al., 2021).

O predomínio de profissionais do sexo masculino reforça os padrões de gênero vigentes na sociedade, que considera a mulher como frágil e inábil para atividades intensas e arriscadas, como as desenvolvidas pela polícia militar (CAPELLE; MELO, 2010; SANTOS et al., 2021).

As barreiras de opressão e machismo encontradas dentro destas instituições militares estão relacionadas à hostilidade dos policiais do sexo masculino, que estimulam a depreciação e a discriminação da mulher policial com piadas, brincadeiras e políticas administrativas, como a atribuição de atividades operacionais às militares, além do assédio sexual por superiores hierárquicos. Esses fatores podem influenciar diretamente na saúde e na qualidade de vida das mulheres policiais (RIBEIRO, 2018).

Outro aspecto que pode comprometer as condições de saúde e a qualidade de vida dos policiais militares é o trabalho em escalas e em turnos, associado a longas jornadas sob atividade intensa e arriscada, que podem predispor ao cansaço físico e mental. Esses fatores podem explicar a percepção negativa apresentada pelos policiais militares estudados, quanto à sua qualidade de vida e sua saúde (ARROYO, 2016; BRASIL, 2019; SANTOS et al., 2021).

Por outro lado, para melhorar o desempenho físico nas atividades laborais e operacionais, ostensivas e preventivas, os policiais militares estão diretamente conectados à prática de atividade física regular e sistemática. Conforme revelam alguns estudos, há influência positiva da atividade física na qualidade de vida e na saúde dos policiais, principalmente nos aspectos psicológicos e sociais, com diminuição dos níveis de ansiedade, estresse e insônia, redução no consumo de medicamentos e melhora na interação social (ROPKE et al., 2017; MEDEIROS, 2019; NETO et al., 2020). Nesse contexto, acredita-se que o fato de a maioria dos policiais militares do presente estudo apresentarem uma boa percepção das condições de saúde e qualidade de vida pode estar relacionada ao bom preparo físico destes profissionais.

De acordo com a literatura, há uma relação positiva do nível de satisfação dos policiais militares com a sua percepção de saúde e boa qualidade de vida. Condições que comprometem a satisfação dos profissionais, como a falta de apoio social, baixa remuneração, falta de tempo para recreação e lazer e ambiente de trabalho hostil podem interferir negativamente no domínio Meio Ambiente, fato que foi observado neste estudo (BRASIL; LOURENÇÃO, 2017; PELEGRINI *et al.*, 2018; COSTA *et al.*, 2020; FILHO *et al.*, 2015).

Destaca-se que os resultados inerentes aos domínios e às facetas da qualidade de vida apresentados pelos policiais militares do 3º BPM/PR corroboram estudo realizado com policiais militares do estado de São Paulo, que identificou comprometimento da qualidade de vida no domínio Meio Ambiente e nas facetas Recursos financeiros, Recreação e lazer e Ambiente Físico, reforçando que as condições ambientais têm grande impacto na saúde e na qualidade de vida dos policiais militares (ARROYO; BORGES; LOURENÇÃO 2019). Esse impacto negativo decorre das condições de trabalho a que estes profissionais estão frequentemente expostos, como jornadas excessivas de trabalho, falta de equipamentos adequados de segurança e de trabalho, sobrecarga de peso dos instrumentos de trabalho (arma, munição e colete), acionamentos imprevisíveis em diferentes horários, baixa renumeração e exaustão emocional (PELEGRINI *et al.*, 2018).

A precariedade das condições de trabalho dos policiais militares denota perdas em vários aspectos da atividade laboral do policial, gerando insatisfações e repercutindo de maneira negativa nos aspectos de saúde e bem-estar psicossocial dos policiais e em seu desempenho (MINAYO; SOUZA; CONSTANTINO, 2008; MINAYO, 2013; PELEGRINI *et al.*, 2018). Além de comprometer a qualidade de vida, as tensões inerentes ao exercício profissional dos policiais militares podem repercutir no bem-estar psicológico, levando ao adoecimento emocional, que pode culminar com o desenvolvimento da Síndrome de Burnout (COELHO-ALVES; BENDASSOLLI; GUEDES-GONDIM, 2017).

Os resultados deste estudo mostram que quase um terço dos policiais apresentam níveis *burnout* moderado ou alto, que pode estar relacionado ao desgaste causado pelas condições precárias de trabalho associadas aos altos índices de violência encontrados no Brasil (SILVEIRA *et al.*, 2019). Apesar disso, os níveis de *burnout* apresentado pelos policiais militares paranaenses são inferiores ao demonstrado em estudo com policiais civis e militares do estado de Mato Grosso do Sul, que apontou nível de *burnout* grave em 56% dos profissionais (GUIMARÃES *et al.*, 2014).

O esgotamento emocional decorrente da sobrecarga física e mental relacionada ao trabalho do policial militar pode comprometer seu desempenho e prejudicar a segurança

pública, uma vez que os policiais com *burnout* tendem a desenvolver sentimentos negativos sobre os cidadãos, que refletem negativamente na sua atuação profissional, levando a atitudes despersonalizadas e inadequadas às suas atribuições (DE OLIVEIRA; DE OLIVEIRA, 2016; SCHAUFELI, 2017).

O percentual de policiais que apresentaram alto nível de Despersonalização corrobora estudo realizado com policiais catarinenses (ASCARI et al., 2016) e pode culminar com o comprometimento das relações sociais destes profissionais com colegas de farda e com cidadãos, uma vez que estes profissionais tendem a demonstrar comportamentos de frieza, indiferença, falta de sensibilidade e postura desumanizada frente aos problemas e demandas laborais e sociais (BRAGA et al., 2021; CARLOTTO, 2010).

Os resultados deste estudo evidenciam que os estressores do trabalho podem interferir nas relações sociais do policial militar e vice-versa e esse somatório de situações altera a qualidade de vida e saúde destes profissionais. Conforme demonstrado, quanto maior o nível de exaustão emocional dos policiais militares, menor será sua qualidade de vida nos aspectos físico, psicológico, social e ambiental. Nesse contexto, Minayo (2013) destaca que é importante que os gestores estaduais, responsáveis pelas políticas organizacionais das corporações militares, invistam em ações de valorização e reconhecimento destes profissionais, como melhoria das condições salariais; aperfeiçoamento das possibilidades de apoio social ao policial; dimensionamento adequado do contingente de profissionais nas corporações; aprimoramento dos planos de carreira e suas promoções, com oferta de planos de saúde para o servidor e seus familiares.

A necessidade e importância destes investimentos é reforçado pela correlação positiva entre a Realização Pessoal e os níveis de qualidade de vida, que reforçam que elevada satisfação/realização pessoal dos policiais favorece sua qualidade de vida. Nesse contexto, os resultados demonstram que o nível de satisfação destes servidores públicos em relação ao que o estado maior lhes proporciona, gera sentimentos de valorização ou de falta de reconhecimento ao empenho e aplicação de sua função laboral, aumentando ou diminuindo os níveis de qualidade de vida destes profissionais (PELEGRINI *et al.*, 2018).

Por fim, destaca-se como limitações deste estudo a amostra restrita a apenas um Batalhão de Polícia Militar, que restringe a possibilidade de generalização dos resultados. Assim, recomenda-se que novos estudos sejam realizados, com amostras de profissionais de diferentes regiões do Brasil, permitindo explorar as questões destacadas com maior profundidade.

7. CONCLUSÃO

Diante da relevância da atuação do policial militar para a sociedade e dos diferentes agravos aos quais o mesmo está suscetível, o presente trabalho desvelou o nível de qualidade de vida e de *Burnout* em um batalhão da polícia militar de um município do sudoeste paranaense. Os dados apresentados demonstraram prejuízo na qualidade de vida dos policiais, haja visto que parte dos profissionais avaliou a qualidade de vida como ruim ou muito ruim, ao passo que parte dos pesquisados também referiu se sentir insatisfeito ou muito insatisfeito com a saúde.

Com relação aos domínios que constituem a qualidade de vida, houve maior comprometimento do domínio Meio Ambiente e aquele relacionado aos Recursos Financeiros. Ademais, no que tange ao *Burnout*, observou-se a presença de nível alto e moderado em parte significativa da corporação, sendo que a exaustão emocional e a despersonalização se correlacionaram negativamente com a qualidade de vida e houve correlação positiva entre a realização pessoal e os níveis de qualidade de vida.

Nesse contexto, assim como os resultados sobre os níveis de *burnout* e o comprometimento de alguns aspectos relacionados à qualidade de vida dos policiais militares evidenciam a necessidade de maiores investimentos e de ações de melhoria das condições de trabalho destes profissionais, a correlação moderada e negativa entre a Exaustão Emocional e os domínios da qualidade de vida deixa claro que um ambiente de trabalho menos desgastante física e emocionalmente favorece as condições de saúde e de qualidade de vida dos policiais.

Desse modo, visualiza-se a necessidade de implementar intervenções que considerem o ambiente de trabalho e as questões salariais dos policiais militares, sendo mister implementar melhores condições de trabalho, que levem a melhorias nos espaços de convivência, garantam recursos materiais necessários para o exercício da profissão e a melhor gratificação ao profissional militar.

Não obstante, políticas de saúde devem ser planejadas sob esse olhar, mas não tão somente, uma vez que os horizontes devem ser ampliados para o policial, sua família e demais recursos/redes de suporte social, às quais ele recorre.

REFERÊNCIAS

- ASCARI, R. A. et al. Prevalence of risk for burnout syndrome among military police. **Cogitare enferm.**, Curitiba, v. 21, n. 2, p. 1–10, 2016. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v21i2.44610>. Acesso em: 10 set. 2019.
- ALMEIDA, D. M. et al. Satisfação no Trabalho dos Policiais Militares do Rio Grande do Sul: um Estudo Quantitativo. **Psicol. cienc. prof.**, v. 36, n. 4, p. 801-815, 2016. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1982-3703000362016>. Acesso em 12 nov. 2020.
- ANSCHAU, Camila; STEIN, Deise Josene. Stress e qualidade de vida: um olhar sobre o professor. **Revista saberes e sabores educacionais**, v. 1, n. 3, p. 180-3, 2016. Disponível em: https://eventos.uceff.edu.br/eventosfai_dados/artigos/semic2016/484.pdf. Acesso em: 12 nov. 2020.
- ARAÚJO, M. R. L. A qualidade de vida no trabalho de professores de escolas públicas. Dissertação Mestrado em Administração – FUMEC. Belo Horizonte, p. 13. 2010. Disponível em: http://www.fumec.br/anexos/cursos/mestrado/dissertacoes/completa/marcia_rios_lamounier_a_raujo.pdf. Acesso em: 23 out. 2018.
- ARROYO, T. R. **Qualidade de vida de policiais militares do Comando de Policiamento do Interior–5ª Região (CPI-5) do Estado de São Paulo**. 2016. Dissertação (Mestrado em Psicologia e Saúde) – Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto, São José do Rio Preto, SP, 2016. Disponível em <http://bdtd.famerp.br/handle/tede/489>. Acesso em 03 nov. 2019.
- ARROYO, T. R.; BORGES, M. A.; LOURENÇÃO, L. G. Saúde e qualidade de vida de policiais militares. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 32:7738, 2019. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5020/18061230.2019.7738>. Acesso em: 28 out. 2019.
- BAKKER, A. B. Building engagement in the workplace. In **R. J. Burke & C. L. Cooper (Eds.), The peak performing organization**. Oxon, UK: Routledge. p. 50–72, 2009.
- BEZERRA, Claudia de Magalhães; MINAYO, Maria Cecília de Souza; CONSTANTINO, Patrícia. Estresse ocupacional em mulheres policiais. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, p. 657-666, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2013.v18n3/657-666/pt/>. Acesso em 25 jun. 2021.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Saúde do trabalhador e da trabalhadora [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Cadernos de Atenção Básica, n. 41 – Brasília: Ministério da Saúde, 2018. 136 p. : il. Modo de acesso: World Wide Web: ISBN 978-85-334-2685-6
- BRASIL. **Resolução nº 510, de 07 de abril de 2016**. Conselho Nacional de Saúde. Diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa em seres humanos. 2016. Disponível em: <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2016/Reso510.pdf>. Acesso em: 03 fev. 2021.

CAPPELLE, Mônica Carvalho Alves; MELO, Marlene Catarina de Oliveira Lopes. Mulheres policiais, relações de poder e de gênero na Polícia Militar de Minas Gerais. **RAM. Revista de Administração Mackenzie**, v. 11, n. 3, p. 71-99, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ram/a/G7pHhNgxmWrKfzbHbzJY7kc/?lang=pt>. Acesso 23 jun. 2021

CASTRO, Maria Cristina; ROCHA, Ricelli; CRUZ, Roberto. Saúde mental do policial brasileiro: tendências teórico-metodológicas. **Psic., Saúde & Doenças**, Lisboa, v. 20, n. 2, p. 525-541, ago. 2019. doi: <http://dx.doi.org/10.15309/19psd200220>

CARDOSO, Anderson Braga Rodrigues et al. Avaliação da qualidade de vida de policiais militares que trabalham no município de Marabá, Pará. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 1, p. 188-202, 2021. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/22660>. Acesso em: 23 jun. 2021.

CARLOTTO, Mary Sandra. Síndrome de Burnout: diferenças segundo níveis de ensino. **Psico**, v. 41, n. 4, p. 4, 2010.

COELHO-ALVES, Joatã Soares; BENDASSOLLI, Pedro Fernando; GUEDES-GONDIM, Sônia Maria. Emotional Labor and Burnout: A Study with the military Police. **Avances en Psicología Latinoamericana**, v. 35, n. 3, p. 459-472, 2017.

CORDIOLI, D. F. C. et al. Occupational stress and work engagement in primary health care workers. **Rev Bras Enferm.**, v. 72, n. 6, p. 1580-7, 2019. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0681>

COSTA, Francis Ghignatti da et al. Qualidade de vida, condições de saúde e estilo de vida de policiais civis. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 41, 2020. Disponível em: <https://www.seer.ufrgs.br/RevistaGauchadeEnfermagem/article/viewFile/108361/58813>. Acesso em 25 jun. 2020.

DE OLIVEIRA, Luciano Oliveira; DE OLIVEIRA, Simone Machado Kühn. A SÍNDROME DE BURNOUT NAS ORGANIZAÇÕES. **Maiêutica-Estudos Contemporâneos em Gestão Organizacional**, v. 4, n. 1, 2016.

DE SOUZA LEITE, Monique Lulio et al. Qualidade de Vida dos Policiais Militares de Vitória da Conquista–BA/Quality of Life of Military Policies of Vitória da Conquista–BA. **ID on line Revista de Psicologia**, v. 13, n. 48, p. 333-341, 2019. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/2182>. Acesso em 25 jun. 2021.

DA SILVA, Luan Clementino et al. Qualidade de vida no 19º Batalhão da Polícia Militar, Novo Gama-Goiás. **Revista Brasileira de Estudos de Segurança Pública**, v. 12, n. Especial, p. 42-53, 2019. Disponível em: <https://revista.ssp.go.gov.br/index.php/rebsp/article/view/441>. Acesso em 25 jun. 2020.

FBSP (FÓRUM BRASILEIRO DE SEGURANÇA PÚBLICA). **Anuário Brasileiro de Segurança Pública 2020**. São Paulo. Disponível em: <https://forumseguranca.org.br/wp-content/uploads/2020/10/anuario-14-2020-v1-interativo.pdf>

FELTRIM, V; ZAAK SARAIVA, I. Por um modelo explicativo do sistema brasileiro de prevenção de acidentes de trabalho e doenças ocupacionais. Anais SECITEC –Semana da Ciência e Tecnologia. Instituto Federal Catarinense. Luzerna, SC. 2016.

FERREIRA, A. Y. da D. S. & COSTA, A. L. D. da. Qualidade de vida no trabalho do policial militar. **Biblioteca digital de segurança pública**. Polícia Militar do Estado de Goiás (PMGO). Goiás, 2018. Disponível em: <https://acervodigital.ssp.go.gov.br/pmgo/bitstream/123456789/588/1/FERREIRA%2C%20Adiel%20Yhan%20da%20Silveira.pdf>. Acesso em: 24 out. 2018.

FERREIRA, A. Y. da D. S.; COSTA, A. L. D. da. Qualidade de vida no trabalho do policial militar. **Biblioteca digital de segurança pública**. Polícia Militar do Estado de Goiás (PMGO). Goiás, 2018. Disponível em: <https://acervodigital.ssp.go.gov.br/pmgo/bitstream/123456789/588/1/FERREIRA%2C%20Adiel%20Yhan%20da%20Silveira.pdf>. Acesso em: 24 out. 2018.

FERREIRA, Mário César. **Qualidade de Vida no Trabalho. Uma abordagem centrada no olhar dos trabalhadores**. Paralelo 15, 2012.

FILHO, Maurício José de Souza et al. Avaliação da qualidade de vida de policiais militares por meio do instrumento WHOQOL-Bref. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 23, n. 4, p. 159-169, 2015. doi: <http://dx.doi.org/10.18511/0103-1716/rbcm.v23n4p159-169>. Acesso em 28 jan. 2020.

FLECK, M. P. A.; et al. Aplicação da versão em português do instrumento WHOQOL-BREF. **Rev. Saúde Públ.**, São Paulo, v. 34, n. 2, 2000, p. 178-83.

FLECK, Marcelo Pio de Almeida. O instrumento de avaliação de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-100): características e perspectivas. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, p. 33-38, 2000. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232000000100004>

GONÇALVES, S. J. C., VEIGA, A. J. S.; RODRIGUES, L. M. S. (2012). Qualidade de Vida dos Policiais Militares que Atuam na Área da 2ª CIA do 10º Batalhão Militar (Miguel Pereira e Paty do Alferes). **Revista Fluminense de Extensão Universitária**, 2(2), 53-76. Disponível em: <http://editorauss.uss.br/index.php/RFEU/article/view/557>. Acesso em 26 out. 2017.

GONÇALVES, S. P.; NEVES, J. Bem-estar subjetivo nos profissionais de polícia e militares: comparação entre grupos profissionais e diferentes Países Europeus. **Revista de Psicologia Militar**, v. 19, n. 2, p. 119-143, 2010.

GONG, Zhenxing; LI, Meiying; NIU, Xiaoqing. The Role of Psychological Empowerment in Reducing Job Burnout Among Police Officers: A Variable-Centered and Person-Centered Approach. **SAGE Open**, v. 11, n. 1, p. 2158244020983305, 2021. doi: <https://doi.org/10.1177%2F2158244020983305>. Acesso em: 31 jan. 2021.

GUIMARÃES, L. A. M. et al. Síndrome de Burnout e qualidade de vida de policiais militares e civis. **Revista Sul Americana de Psicologia**, v. 2, p. 98–122, 2014. Disponível em: <http://ediciones.ucsh.cl/ojs/index.php/RSAP/article/view/1736>. Acesso em: 30 jan. 2021.

HOUDMONT, Jonathan. UK police custody officers' psychosocial hazard exposures and burnout. **Policing: An International Journal of Police Strategies & Management**, 2013. doi: <https://doi.org/10.1108/PIJPSM-11-2012-0109>. Acesso em: 30 jan. 2021.

JARDIM, L.M.D.S. O direito fundamental do trabalhador ao meio ambiente de trabalho saudável. 2015. Disponível em: <<http://www.direitonet.com.br/artigos/exibir/8873/O-direito-fundamental-do-trabalhador-ao-meio-ambiente-de-trabalho-saudavel>>. Acesso em: 30 jan. 2021.

LAMBERT, Eric G. et al. Job stress, job involvement, job satisfaction, and organizational commitment and their associations with job burnout among Indian police officers: A research note. **Journal of Police and Criminal Psychology**, v. 33, n. 2, p. 85-99, 2018. doi: <https://doi.org/10.1007/s11896-017-9236-y>. Acesso em: 30 jan. 2021.

LIMA, FRB et. al. Identificação preliminar da síndrome de burnout em policiais militares. **Revis. Motricidade**. vol. 14, n. 1, pp. 150-156. 2018. Disponível em: <https://search.proquest.com/openview/dccf16be2e1add96dba7b0773b314a75/1?pq-origsite=gscholar&cbl=616555>. Acesso em: 30 jan. 2021.

LIPP, M. E. N.; COSTA, K. R. S. N.; NUNES, V. O. (2017) Estresse, qualidade de vida e estressores ocupacionais de policiais: Sintomas mais frequentes. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, 17(1), 46-53. doi: 10.17652/rpot/2017.1.12490. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpot/v17n1/v17n1a06.pdf>. Acesso em 27 out. 2017.

MASLACH, C. LEITER, M. P. Understanding burnout: New models. In C. L. Cooper & J. C. Quick (Eds.), **The handbook of stress and health: A guide to research and practice** (p. 36–56). Wiley Blackwell. doi: <https://doi.org/10.1002/9781118993811.ch3>. Acesso em 30 jan. 2021.

MASLACH, C.; JACKSON, S.; LEITHER, M. P. **Maslach Burnout Inventory Manual**. Palo Alto: Consulting Psychologists Press, 1996.

MASLACH, Christina. Finding solutions to the problem of burnout. **Consulting Psychology Journal: Practice and Research**, v. 69, n. 2, p. 143, 2017. doi: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/cpb0000090>. Acesso em: 30 jan. 2021.

MASLACH, Christina; JACKSON, Susan E. The measurement of experienced burnout. **Journal of organizational behavior**, v. 2, n. 2, p. 99-113, 1981. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>. Acesso em 30 jan. 2021.

MERLO, et al. Atenção ao sofrimento e ao adoecimento psíquico do trabalhador e da trabalhadora: cartilha para profissionais do Sistema Único de Saúde – SUS / org. Álvaro Roberto Crespo Merlo , Carla Garcia Bottega , Karine Vanessa Perez ; il. Augusto Franke Bier –Porto Alegre : Evangraf, 2014. 28 p. ; il. Color.

MEDEIROS, Thiago Oliveira de et al. Nível de atividade física e de qualidade de vida dos alunos do curso de formação de soldados da polícia militar da Paraíba. 2019. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/123456789/17602/1/TOM17012020.pdf> Acesso em 23. jun. 2021.

MONTEIRO, Jefferson dos Santos et al. Avaliação da qualidade de vida, sintomas osteomusculares e fadiga em polícias militares. **Archives of Health Investigation**, v. 9, n. 1, 2020. doi: <http://dx.doi.org/10.21270/archi.v9i1.4967>

MOREIRA, T. S. V. O impacto do estresse ocupacional e Síndrome de Burnout entre militares do Exército Brasileiro. **EsSEX: Revista Científica**, v. 2, n. 3, p. 29-35, 26 nov. 2019. Disponível em: <http://ebrevistas.eb.mil.br/RCEsSEx/article/view/3208>. Acesso em: 01 fev. 2021.

MOURA, Simone Vivian de. Os impactos do trabalho sobre a saúde mental do policial militar. **Psycologia: Saúde Mental & Segurança Pública**, v. 4, n. 8, 2019. Disponível em: <https://revista.policiamilitar.mg.gov.br/index.php/psicologia/article/view/793/707>. Acesso em: 23 jan. 2021.

MINAYO, M. C. S.; SOUZA, E. R.; CONSTANTINO, P. coords. Estratégias de Pesquisa: triangulando métodos, técnicas e perspectivas. In: **Missão prevenir e proteger: condições de vida, trabalho e saúde dos policiais militares do Rio de Janeiro** [online]. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, p. 24-40, 2008. Disponível em: <http://books.scielo.org/id/y28rt/pdf/minayo-9788575413395-03.pdf>. Acesso em 20 jun. 2021.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. Valorização profissional sob a perspectiva dos policiais do Estado do Rio de Janeiro. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, p. 611-620, 2013. Disponível em: https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/csc/v18n3/07.pdf. Acesso em 23 jun. 2021.

NETO, Virgílio de Queiroz Campos; DOS SANTOS MOTA, Adailton; RIBEIRO, Yara Mesquita. A QUALIDADE DE VIDA DE POLICIAIS MILITARES ASSOCIADA AO ACOMETIMENTO MUSCULOESQUELÉTICO: REVISÃO BIBLIOGRÁFICA. **Revista Cathedral**, v. 2, n. 1, 2020. Disponível em: <http://cathedral.ojs.galoa.com.br/index.php/cathedral/article/view/93>. Acesso em 25 jun. 2021.

ROPKE, Lucilene Maria et al. Efeito da atividade física na qualidade do sono e qualidade de vida: revisão sistematizada. **Archives of Health Investigation**, v. 6, n. 12, 2017. Disponível em: <https://archhealthinvestigation.emnuvens.com.br/ArcHI/article/view/2258/pdf>. Acesso em: 25 jun. 2021.

RIBEIRO, Ludmila. Polícia Militar é lugar de mulher?. **Estudos Feministas**, v. 26, n. 1, p. 1-15, 2018. Disponível em: <https://www.jstor.org/stable/90018797>. Acesso em 25 jun. 2021.

OLIVEIRA, Katya Luciane de; SANTOS, Luana Minharo dos. Percepção da saúde mental em policiais militares da força tática e de rua. **Sociologias**, v. 12, n. 25, p. 224-250, 2010. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1517-45222010000300009>

OLIVEIRA, P. L. M.; BARDAGI, M. P. Estresse e comprometimento com a carreira em policiais militares. **Bol. psicol**, São Paulo, v. 59, n. 131, 2010, p.153-66. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/bolpsi/v59n131/v59n131a03.pdf>. Acesso em 27 out. 2017.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Ambientes de trabalho saudáveis**. Um modelo formulado de política e profissionais. Tradução do serviço social da indústria, p.16.

Brasília; SESI/DN, 2010. Disponível em:
<https://www.who.int/occupational_health/ambientes_de_trabalho.pdf>. Acesso em: 26 out. 2018.

PATEL, Rajeev; HUGGARD, Peter; VAN TOLEDO, Annik. Occupational stress and burnout among surgeons in Fiji. **Frontiers in public health**, v. 5, p. 41, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2017.00041>. Acesso em: 02 fev. 2021.

PEREIRA, A. P. Incidência da Síndrome de Burnout em policiais militares. **Anais de Medicina**, 21 mar. 2018. Disponível em: <https://unoesc.emnuvens.com.br/anaisdemedicina/article/view/15961>. Acesso em: 01 fev. 2021.

PEREIRA, Érico Felden; TEIXEIRA, Clarissa Stefani; SANTOS, Anderlei dos. Qualidade de vida: abordagens, conceitos e avaliação. **Rev. bras. educ. fís. esporte**, São Paulo, v. 26, n. 2, p. 241-250, June 2012. Disponível em: doi: <https://doi.org/10.1590/S1807-55092012000200007>. Acesso em 23 jun. 2021.

PELEGRINI, Andreia et al. Percepção das condições de trabalho e estresse ocupacional em policiais civis e militares de unidades de operações especiais. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 26, n. 2, p. 423-430, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadbto/a/hnQmnQ5fbN6dNQxDpkPhf9K/?lang=pt>. Acesso em 25 jun. 2021.

PORTO, Diego; DA SILVA, Daniel Nunes. Prevenção do suicídio na polícia militar: a percepção do problema e alguns cuidados importantes a serem tomados pelos comandantes. **Revista Ordem Pública**, v. 10, n. 1, p. 197-219, 2018.

PRODANOV, Cleber Cristiano; DE FREITAS, Ernani Cesar. **Metodologia do trabalho científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico-2ª Edição**. Editora Feevale, 2013. Disponível em: <http://www.feevale.br/Comum/midias/8807f05a-14d0-4d5b-b1ad-1538f3aef538/E-book%20Metodologia%20do%20Trabalho%20Cientifico.pdf>. Acesso em: 03 fev. 2021.

QUEIRÓS, Cristina et al. Burnout and stress measurement in police officers: Literature review and a study with the operational police stress questionnaire. **Frontiers in psychology**, v. 11, 2020. doi: <https://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00587>. Acesso em 29 jan. 2021.

QUICK, James Campbell; HENDERSON, Demetria F. Occupational stress: Preventing suffering, enhancing wellbeing. **International journal of environmental research and public health**, v. 13, n. 5, p. 459, 2016. doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph13050459>. Acesso em: 02 fev. 2021.

RAMOS, M.; SILVA, A. H. Síndrome de burnout: uma investigação com policiais militares do estado do rio grande do sul. **Anais do Salão Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão**, v. 8, n. 2, 28 fev. 2020. Disponível em: <https://periodicos.unipampa.edu.br/index.php/SIEPE/article/view/90919>. Acesso em: 31 jan. 2021.

RIBEIRO, L.; SANTANA, L. Qualidade de vida no trabalho: Fator decisivo para o sucesso organizacional. **Revista de Iniciação Científica –RIC Cairu**. Jun., v. 2, n. 2, jun./ 2015, p. 75-96. Disponível em:

http://www.cairu.br/riccairu/pdf/artigos/2/06_QUALIDADE_VIDA_TRABALHO.pdf.

Acesso em: 27 out. 2017.

ROUQUAYROL, M. Z.; ALMEIDA-FILHO, N. **Epidemiologia e Saúde**. Rio de Janeiro: Medbook, 2012.

SALVAGIONI, Denise Albieri Jodas et al. Physical, psychological and occupational consequences of job burnout: A systematic review of prospective studies. **PloS one**, v. 12, n. 10, p. e0185781, 2017. doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0185781>. Acesso em: 30 jan. 2021.

SANTOS, F. B. et al. Occupational stress and work engagement in Military Police. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, n. 2, sup.2, 2021, p. 5987-5996. doi: <https://doi.org/10.1590/1413-812320212612.14782021>. Acesso em: 16 mai. 2022.

SAMPIERI, R. H; COLLADO, C.F.; LUCIO, M.P.B. **Metodologia de pesquisa**. 5.ed. Porto Alegre (RS): Penso, 2013. 624p.

SANTOS, C. Burnout e Empatia em Advogados em Prática Individual: Diferenças de Gênero. Dissertação (Mestrado Integrado em Psicologia do Comportamento Desviante e da Justiça). Porto: F.P.C.E.U.P, 2012.

SANTOS, Rosemary de O.; HAUER, Roseli D.; FURTADO, Tânia MG. O sofrimento psíquico de policiais militares em decorrência de sua profissão: revisão de literatura. **Revista Gestão & Saúde**, v. 20, n. 2, p. 14-27, 2019. Disponível em:

<http://www.herrero.com.br/files/revista/file5dfa2537646329c3af309b8cb4672fc0.pdf>. Acesso em 03 fev. 2021.

SCHAUFELI W. B. Burnout: a short socio-cultural history. In: *Burnout, Fatigue, Exhaustion: An Interdisciplinary Perspective on a Modern Affliction*. 2017. Eds Neckel S., Schaffner A. K., Wagner G. (London: Palgrave Macmillan), 105–127. doi: <https://doi.org/10.1007/978-3-319-52887-85>. Acesso em: 02 fev. 2021.

SOUZA FILHO, M. J; NOCE, F; ANDRADE, A. G. P; CALIXTO, R. M; ALBUQUERQUE, M. R; COSTA, V. T. Avaliação da qualidade de vida de policiais militares. **R. bras. Ci. e Mov** 2015; 23(4): 159-169. Disponível

em:<https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/5551/4099>. Acesso em 23 jan. 2021

SOUZA, E. E. G. DE. Síndrome de Burnout em médicos residentes do hospital Universitário da Universidade Federal do Maranhão. 2018. P.55. Artigo (Bacharel Medicina) Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal do Maranhão, São Luís, 2018.

Disponível em:

<https://monografias.ufma.br/jspui/bitstream/123456789/2373/1/Einart%20Eudes%20Guedes.pdf> Acesso em: 2 jan. 2021.

SOUZA FILHO, M. J; NOCE, F; ANDRADE, A. G. P; CALIXTO, R. M; ALBUQUERQUE, M. R; COSTA, V. T. Avaliação da qualidade de vida de policiais militares. **R. bras. Ci. e Mov** 2015; 23(4): 159-169. Disponível

em:<<https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/5551/4099>>. Acesso em 23 out. 2018.

SOARES, Deiveskan Serra et al. Influência da atividade física no burnout em policiais militares. **Journal of Physical Education**, v. 30, n. 1, 2019. Disponível em: <file:///Users/evellymvieira/Downloads/42580-Article%20Text-751375166770-1-10-20190621.pdf> Acesso em 2. Fev. 2021

SECRETARIA DE SEGURANÇA PÚBLICA E ADMINISTRAÇÃO PENITENCIÁRIA; POLICIA MILITAR DO PARANÁ [PMMPR]. **Histórico**. Curitiba, 2017a. Disponível em: <http://www.pmpr.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteudo=3>. Acesso em: 25 out. 2017.

SECRETARIA DE SEGURANÇA PÚBLICA E ADMINISTRAÇÃO PENITENCIÁRIA; POLICIA MILITAR DO PARANÁ [PMMPR]. **5º Comando Regional de Polícia Militar: 3º BPM – Histórico**. Curitiba, 2017b. Disponível em: <http://www.pmpr.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteudo=402>. Acesso em: 25 out. 2017.

SEIDL, Eliane Maria Fleury; ZANNON, Célia Maria Lana da Costa. Qualidade de vida e saúde: aspectos conceituais e metodológicos. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 2, p. 580-588, Apr. 2004. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2004000200027>.

SILVA, Liliane Neris da; SEHNEM, Scheila Beatriz. Avaliação da saúde mental de policiais militares. **Pesquisa em Psicologia-anais eletrônicos**, p. 43-60, 2018. Acesso em: https://portalperiodicos.unoesc.edu.br/pp_ae/article/view/19184

SILVEIRA, Andrei Rocha Valladão et al. A VIOLÊNCIA CONTRA POLICIAIS. **Jornal Eletrônico Faculdade Vianna Júnior**, v. 11, n. 1, p. 17-17, 2019. Disponível em: <https://jornaleletronicofivj.com.br/jefvj/article/view/668/668>. Acesso em: 23 jun. 2021.

SOARES, D. S.; MELO, C. C. DE; SOARES, J. L. DA S. S.; NOCE, F. Influência da atividade física no burnout em policiais militares. **Journal of Physical Education**, v. 30, n. 1, p. e-3059, 21 Jun. 2019. doi: <https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v30i13059>. Acesso em: 01 fev. 2021.

SOUZA, Edinilsa Ramos de et al. Fatores associados ao sofrimento psíquico de policiais militares da cidade do Rio de Janeiro, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 28, n. 7, p. 1297-1311, 2012. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2012000700008>

TALAVERA-VELASCO, Beatriz et al. Psychosocial risk factors, burnout and hardy personality as variables associated with mental health in police officers. **Frontiers in psychology**, v. 9, p. 1478, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01478>. Acesso em: 02 fev. 2021.

TRIBUNAL REGIONAL DO TRABALHO DE MINAS GERAIS [TRT-MG].-JURÍDICAS. **Reportagem especial sobre depressão no trabalho**. Disponível em: <https://portal.trt3.jus.br/internet/imprensa/noticias-juridicas/nj-especial-vamos-conversar->

sobre-depressao-no-trabalho. Acesso em: 27 out. 2017.

VALIEIEV, Ruslan et al. The Effects of Gender, Tenure and Primary Workplace on Burnout of Ukrainian Police Officers. **Postmodern Openings/Deschideri Postmoderne**, v. 10, n. 4, 2019. Disponível em: <https://web.b.ebscohost.com/>. Acesso em: 31 jan. 2021.

VILAS BOAS, A. A.; MORIN, E. M. Fatores de Qualidade de Vida no Trabalho em Universidades Públicas: Uma Comparação entre Brasil e Canadá. Anais do 14º Congresso de Stress da ISMA (International Stress Management Association) e do 16º Fórum de Qualidade de Vida no Trabalho, Porto Alegre, RG, Brasil, 2014.

VILAS BOAS, A. A.; SOUZA PIRES, A. A.; FARIA, D. A.; MORIN, E. M. Indicadores de qualidade de vida no trabalho de docentes de instituições federais de ensino superior das regiões sudeste, centro-oeste e Distrito Federal. **Braz. Ap. Sci. Rev**, Curitiba, v. 2, n. 1, p. 19-51, jan./mar. 2018. Disponível em: < <http://www.brjd.com.br/index.php/BASR/article/view/268/225> > Acesso em 26. out. 2018.

VILAS BOAS, A.A.; MORIN, E. M. Indicadores de qualidade de vida no trabalho para professores de instituições públicas de ensino superior: uma comparação entre brasil e Canadá. **Revista Contemporânea de Economia e Gestão**. vol 14. n 2, 170-198, abr/jul 2016. Disponível em: < <http://periodicos.ufc.br/contextus/article/view/32270/pdf> > Acesso em: 26. out. 2018.

VIOLANTI, John M. et al. Effort–reward imbalance and overcommitment at work: Associations with police burnout. **Police quarterly**, v. 21, n. 4, p. 440-460, 2018. doi: <https://doi.org/10.1177%2F1098611118774764>. Acesso em: 31 jan. 2021.

WHOQOL GROUP et al. The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): position paper from the World Health Organization. **Social science & medicine**, v. 41, n. 10, p. 1403-1409, 1995. doi: [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(95\)00112](https://doi.org/10.1016/0277-9536(95)00112)

APÊNDICES

APÊNDICE A

Instrumento I: Características demográficas e socioeconômicas dos trabalhadores

Idade: _____ Sexo: () Masculino () Feminino

Estado Civil: () Casado () Solteiro () Separado () Viúvo () Outros

Nº de Filhos: _____ Qual a idade deles? _____

Escolaridade: () Fundamental () Médio () Superior Completo () Superior Incompleto

Cargo: _____

Função: _____

Jornada de Trabalho: () 6 horas () 8 horas () 12 x 36 () outro: _____

Turno de Trabalho: () manhã () tarde () noite () integral

Tempo de trabalho como policial: _____ meses

Possui alguma outra atividade remunerada? () Sim () Não

Já respondeu por transgressões disciplinares? () Sim () Não

Pratica Atividade Física? () Sim () Não Qual? _____

Há quanto tempo: _____ meses Com que Frequência? _____ vezes por semana

Há, no momento, algum problema que comprometa sua qualidade de vida? () Sim () Não

Quais fatores você considera positivos na sua profissão?

Na sua opinião, quais as maiores dificuldades da sua profissão?

APÊNDICE B

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Prezado(a) Senhor(a),

Meu nome é Fernando Braga dos Santos, sou PM e aluno do Programa de Mestrado em Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande (FURG). Sob orientação do Prof. Dr. Luciano Garcia Lourenção, estou realizando um estudo sobre “**Estresse, qualidade de vida, *engagement*, estratégias de enfrentamento e burnout entre policiais militares**”, com os objetivos de: descrever o perfil demográfico e socioeconômico dos policiais militares estudados; avaliar a qualidade de vida dos policiais nos domínios: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente; avaliar o nível de *engagement* dos policiais; avaliar o nível de estresse laboral destes profissionais; identificar as estratégias de enfrentamento dos policiais militares; verificar os níveis de burnout dos policiais.

Sabemos que seu dia a dia é bastante corrido e que seu tempo é bem escasso, mas gostaríamos de solicitar sua valiosa contribuição para este estudo, respondendo os questionários que se destinam à obtenção dos dados sobre este estudo.

Ressaltamos que os riscos existentes se referem a algum constrangimento em responder às questões e que, porém, o(a) senhor(a) não é obrigado(a) a responder às questões que lhe causem qualquer tipo de desconforto. Destacamos, ainda, que sua participação é voluntária e, caso o(a) senhor(a) responda os questionários, garantimos o sigilo e o anonimato das informações.

Esclarecemos que os resultados obtidos com o estudo serão utilizados com fins estritamente científicos, a partir do diagnóstico dos níveis de estresse, qualidade de vida, *engagement*, estratégias de enfrentamento e burnout dos policiais militares, subsidiando propostas de intervenção.

Os resultados serão divulgados em eventos científicos e publicações de meios especializados. Desta forma, os profissionais do estudo serão beneficiados, contribuindo com a melhora do serviço de segurança pública, podendo o material produzido servir de estudo para outros profissionais.

A suspensão do estudo poderá ocorrer se for constatada qualquer possibilidade de risco ou prejuízo para os profissionais estudados. Além disso, esclarecemos que você tem a liberdade de retirar seu consentimento a qualquer momento e, então, retirar-se do estudo.

Contando com sua colaboração, antecipadamente agradecemos e colocamo-nos a disposição para melhores esclarecimentos.

Eu, _____, portador do RG Nº _____, sinto-me suficiente e devidamente esclarecido sobre o objetivo deste estudo, como está escrito neste termo, e declaro que consinto em participar do mesmo por livre vontade, não tendo sofrido nenhuma forma de pressão ou influência indevida.

Data: ____/____/____ Assinatura: _____

Atenciosamente,

Fernando Braga dos Santos
Pós-graduando

Luciano Garcia Lourenção
Prof. Dr. Luciano Garcia Lourenção
Pesquisador Responsável

Telefones para contato:

Fernando Braga dos Santos – (46) 99107-4985
Prof. Luciano – (17) 9144-5597 / (53) 99960-5597
Comitê de Ética em Pesquisa FAMERP – (17) 3201-5813

ANEXOS

ANEXO A

Instrumento II: Qualidade de Vida (Whoqol-bref)

WHOQOL - ABREVIADO

Versão em Português

PROGRAMA DE SAÚDE MENTAL
ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE
GENEVA

Coordenação do GRUPO WHOQOL no Brasil

Dr. Marcelo Pio de Almeida Fleck
Professor Adjunto
Departamento de Psiquiatria e Medicina Legal
Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Porto Alegre – RS - Brasil

Instruções

Este questionário é sobre como você se sente a respeito de sua qualidade de vida, saúde e outras áreas de sua vida. **Por favor, responda a todas as questões**. Se você não tem certeza sobre que resposta dar em uma questão, por favor, escolha entre as alternativas a que lhe parece mais apropriada. Esta, muitas vezes, poderá ser sua primeira escolha.

Por favor, tenha em mente seus valores, aspirações, prazeres e preocupações. Nós estamos perguntando o que você acha de sua vida, tomando como referência as **duas últimas semanas**. Por exemplo, pensando nas últimas duas semanas, uma questão poderia ser:

	nada	muito pouco	médio	muito	completamente
Você recebe dos outros o apoio de que necessita?	1	2	3	4	5

Você deve circular o número que melhor corresponde ao quanto você recebe dos outros o apoio de que necessita nestas últimas duas semanas. Portanto, você deve circular o número 4 se você recebeu "muito" apoio como abaixo.

	nada	muito pouco	médio	muito	completamente
Você recebe dos outros o apoio de que necessita?	1	2	3	4	5

Você deve circular o número 1 se você não recebeu "nada" de apoio.

Por favor, leia cada questão, veja o que você acha e circule no número e lhe parece a melhor resposta.

		muito ruim	ruim	nem ruim nem boa	boa	muito boa
1	Como você avaliaria sua qualidade de vida?	1	2	3	4	5

		muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
2	Quão satisfeito(a) você está com a sua saúde?	1	2	3	4	5

As questões seguintes são sobre o quanto você tem sentido algumas coisas nas últimas duas semanas.

		nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	extremamente
3	Em que medida você acha que sua dor (física) impede você de fazer o que você precisa?	1	2	3	4	5
4	O quanto você precisa de algum tratamento médico para levar sua vida diária?	1	2	3	4	5
5	O quanto você aproveita a vida?	1	2	3	4	5
6	Em que medida você acha que a sua vida tem sentido?	1	2	3	4	5
7	O quanto você consegue se concentrar?	1	2	3	4	5
8	Quão seguro(a) você se sente em sua vida diária?	1	2	3	4	5
9	Quão saudável é o seu ambiente físico (clima, barulho, poluição, atrativos)?	1	2	3	4	5

As questões seguintes perguntam sobre quão completamente você tem sentido ou é capaz de fazer certas coisas nestas últimas duas semanas.

		nada	muito pouco	médio	muito	completamente
10	Você tem energia suficiente para seu dia-a-dia?	1	2	3	4	5
11	Você é capaz de aceitar sua aparência física?	1	2	3	4	5
12	Você tem dinheiro suficiente para satisfazer suas necessidades?	1	2	3	4	5
13	Quão disponíveis para você estão as informações que precisa no seu dia-a-dia?	1	2	3	4	5
14	Em que medida você tem oportunidades de atividade de lazer?	1	2	3	4	5

As questões seguintes perguntam sobre **quão bem ou satisfeito** você se sentiu a respeito de vários aspectos de sua vida nas últimas duas semanas.

		muito ruim	ruim	nem ruim nem bom	bom	muito bom
15	Quão bem você é capaz de se locomover?	1	2	3	4	5

		muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
16	Quão satisfeito(a) você está com o seu sono?	1	2	3	4	5
17	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de desempenhar as atividades do seu dia-a-dia?	1	2	3	4	5
18	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade para o trabalho?	1	2	3	4	5
19	Quão satisfeito(a) você está consigo mesmo?	1	2	3	4	5
20	Quão satisfeito(a) você está com suas relações pessoais (amigos, parentes, conhecidos, colegas)?	1	2	3	4	5
21	Quão satisfeito(a) você está com sua vida sexual?	1	2	3	4	5
22	Quão satisfeito(a) você está com o apoio que você recebe de seus amigos?	1	2	3	4	5
23	Quão satisfeito(a) você está com as condições do local onde mora?	1	2	3	4	5
24	Quão satisfeito(a) você está com o seu acesso aos serviços de saúde?	1	2	3	4	5
25	Quão satisfeito(a) você está com o seu meio de transporte?	1	2	3	4	5

As questões seguintes referem-se a **com que frequência** você sentiu ou experimentou certas coisas nas últimas duas semanas.

		nunca	algumas vezes	frequentemente	muito frequentemente	sempre
26	Com que frequência você tem sentimentos negativos tais como mau humor, desespero, ansiedade, depressão?	1	2	3	4	5

Alguém lhe ajudou a preencher este questionário?.....

Quanto tempo você levou para preencher este questionário?.....

Você tem algum comentário sobre o questionário?

OBRIGADO PELA SUA COLABORAÇÃO

ANEXO B

Instrumento III: Inventário de Burnout de Maslach

INSTRUÇÕES. A seguir há uma série de afirmações sobre o seu trabalho e os seus sentimentos sobre ele. Pedimos a sua colaboração, respondendo-as sobre como se sente. Não há melhores ou piores respostas. A resposta correta é aquela que expressa a verdade sobre sua própria existência. Os resultados deste questionário são estritamente confidenciais. Sua finalidade é contribuir para o conhecimento das condições de seu trabalho e melhorar o seu nível de satisfação.

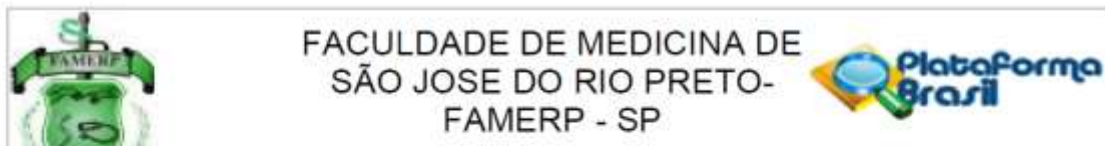
Por favor, leia atentamente cada uma das afirmações a seguir e indique o quanto experimenta no seu trabalho (atividade profissional) o que é relatado. Tome como referência os últimos 30 dias. Dê sua resposta de acordo com a escala abaixo, anotando ao lado de cada afirmação o número correspondente.

1	2	3	4	5
Nunca	Raramente	Algumas vezes	Frequentemente	Sempre

		1	2	3	4	5
1	Sinto-me emocionalmente decepcionado (a) com meu trabalho.					
2	Quando termino minha jornada de trabalho sinto-me esgotado (a).					
3	Quando me levanto pela manhã e me deparo com outra jornada de trabalho, já me sinto esgotado.					
4	Sinto que posso entender facilmente as pessoas que tenho que atender.					
5	Sinto que estou tratando algumas pessoas, as quais tenho que atender no meu trabalho, como se fossem objetos impessoais.					
6	Sinto que trabalhar todo o dia com pessoas me cansa.					
7	Sinto que trato com muita eficiência os problemas das pessoas as quais tenho que atender.					
8	Sinto que meu trabalho está me desgastando.					
9	Sinto que estou exercendo influência positiva na vida das pessoas através do meu trabalho.					
10	Sinto que me tornei mais duro(a) com as pessoas desde que comecei este trabalho.					
11	Fico preocupado (a) que este trabalho esteja me enrijecendo emocionalmente.					
12	Sinto-me muito vigoroso (a) no meu trabalho.					
13	Sinto-me frustrado (a) com meu trabalho.					
14	Sinto que estou trabalhando demais.					
15	Sinto que realmente não me importa o que ocorre com as pessoas as quais tenho que atender profissionalmente.					
16	Sinto que trabalhar em contato direto com as pessoas me estressa.					
17	Sinto que posso criar, com facilidade, um clima agradável com as pessoas que tenho que atender.					
18	Sinto-me estimulado (a) depois de haver trabalhado diretamente com quem tenho que atender.					
19	Tenho conseguido muitas coisas valiosas nesse trabalho.					
20	Sinto-me como se estivesse no limite de minhas possibilidades.					
21	No meu trabalho eu manejo com os problemas emocionais com muita calma.					
22	Parece-me que os receptores do meu trabalho (clientes, pacientes) culpam-me por alguns de seus problemas.					

ANEXO C

PARECER DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DA EMENDA

Título da Pesquisa: Estresse, qualidade de vida, satisfação no trabalho, estratégias de enfrentamento e burnout entre policiais militares

Pesquisador: LUCIANO GARCIA LOURENCAO

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 47885715.8.0000.5415

Instituição Proponente: Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto- FAMERP - SP

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 2.412.594

Apresentação do Projeto:

Diante dos elevados níveis alcançados na última década, a violência, tanto no campo quanto nas cidades, vem se constituindo numa das maiores preocupações da sociedade brasileira.¹

Nesse contexto, como agente da Segurança Pública, a Polícia Militar (PM) exerce um papel fundamental para a manutenção da ordem social nos Estados, seja combatendo a criminalidade, seja atuando em projetos sociais. As situações de violência que acometem a população brasileira, com as quais os Policiais Militares lidam no dia a dia do trabalho ocasionam importante impacto na qualidade de vida desses profissionais. Desta forma, exige-se destes profissionais uma demanda física e mental elevada para garantir suas atuações.

Alguns autores destacam que a profissão de policial militar é uma atividade de alto risco, uma vez que esses profissionais, no seu cotidiano, convivem com a violência, a brutalidade e a morte. A literatura aponta que os policiais estão entre os profissionais que mais sofrem de estresse, pois estão constantemente expostos ao perigo e à agressão, devendo frequentemente intervir em situações de problemas humanos de muito conflito e tensão.²⁻⁵ Assim, pelas características da profissão, o policial é um forte candidato a ter sérios prejuízos em suas condições de saúde e qualidade de vida.

Esse comprometimento ao qual estes profissionais estão sujeitos justifica a necessidade e relevância de estudos que avaliem as condições de saúde e qualidade de vida desses trabalhadores.

Endereço: BRIGADEIRO FARIA LIMA, 5416

Bairro: VILA SÃO PEDRO

CEP: 15.090-000

UF: SP

Município: SÃO JOSÉ DO RIO PRETO

Telefone: (17)3201-5813

Fax: (17)3201-5813

E-mail: cepfamerp@famerp.br



FACULDADE DE MEDICINA DE
SÃO JOSÉ DO RIO PRETO-
FAMERP - SP



Continuação do Parecer: 2.412.594

Crescente importância tem sido atribuída à questão da qualidade de vida. Na área da saúde, existem perspectivas de mensurar a qualidade de vida de modo subjetivo⁶ e, no Brasil, existe um instrumento específico, validado e voltado para o tema.⁷ Ao emergir de situações vividas por cada indivíduo que compõe o sistema vigente, em relação aos aspectos econômicos, social, ambiental, cultural e físico⁶, a qualidade de vida pode ser percebida sob diversas óticas e, assim, é influenciada em decorrência das condições de trabalho, como jornada de trabalho longa, poucas horas de sono e a pressão sobre a atividade, o que é comum dentro da polícia militar.⁸ Portanto, a mensuração da qualidade de vida dentro da polícia militar parece ser apropriada, uma vez que, esse tipo de conhecimento resulta em melhorias sobre as políticas públicas para a criação de novos modelos de intervenção relacionados ao processo saúde-doença, com ações de tratamento, reabilitação, prevenção e promoção da saúde.^{9,10}

Não obstante, o contexto laboral tem sofrido importantes transformações na sociedade contemporânea, apontando a necessidade de estudos sobre riscos psicossociais no trabalho, identificados como um dos maiores desafios contemporâneos para a segurança e saúde no trabalho, guardando ligação com problemas tais como o estresse.¹¹

A Organização Mundial da Saúde (OMS) reconhece o estresse como uma epidemia global, atingindo mais de 90% da população do mundo. O estresse é responsável pela diminuição da qualidade do desempenho profissional, da satisfação e do bem-estar do indivíduo; pela estagnação do desenvolvimento pessoal, pelo absenteísmo laboral, pela diminuição da qualidade dos serviços prestados, pelo aumento do número de erros e pelos elevados custos financeiros.¹²

Assim, dor, sofrimento, impotência, angústia, medo, desesperança, sensação de desamparo e perda permeiam as atividades laborais dos policiais militares e constituem demandas psicológicas com possível efeito deletério à saúde e à qualidade de vida dos profissionais.¹³ Esses fatores, atuando separadamente ou em conjunto, podem gerar prejuízos no desempenho profissional, sobrecarga de trabalho, estresse e interferir na saúde mental dessas pessoas.

Os estressores são enfrentados de acordo com o significado que eles têm para os envolvidos. Enfrentar um problema significa tentar superar o que lhe está causando estresse, podendo redirecionar o significado atribuído às dificuldades, orientar a vida do indivíduo e manter estáveis os estados físicos, psicológicos e sociais.¹⁴ Esses estressores, desse modo, devem ser identificados, para que medidas de enfrentamento sejam adotadas, a fim de minimizar o adoecimento e promover o bem-estar, a qualidade de vida do trabalhador e a motivação para o trabalho.

Portanto, conhecer as condições de estresse, qualidade de vida, satisfação no trabalho, estratégias

Endereço: BRIGADEIRO FARIA LIMA, 5416

Bairro: VILA SÃO PEDRO

CEP: 15.090-000

UF: SP

Município: SÃO JOSÉ DO RIO PRETO

Telefone: (17)3201-5813

Fax: (17)3201-5813

E-mail: cepfamerp@famerp.br



FACULDADE DE MEDICINA DE
SÃO JOSÉ DO RIO PRETO-
FAMERP - SP



Continuação do Parecer: 2.412.594

de enfrentamento e burnout desses profissionais permitirá o direcionamento de ações que contribuam para amenizar os impactos causados pelo desgaste inerente ao exercício profissional dos policiais militares, colaborando para a melhoria do ambiente de trabalho destes profissionais.

Objetivo da Pesquisa:

Geral:

Avaliar o nível de estresse, qualidade de vida, satisfação no trabalho, estratégias de enfrentamento e burnout de policiais militares do Comando de Policiamento do Interior – 5ª Região (CPI-5) do estado de São Paulo e policiais militares do 3º Batalhão de Polícia Militar do Estado do Paraná.

Específicos:

1. Descrever o perfil demográfico e socioeconômico dos policiais militares estudados.
2. Avaliar a qualidade de vida dos policiais nos domínios: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente.
3. Avaliar o nível de satisfação no trabalho (sentimentos em relação ao trabalho) dos policiais.
4. Avaliar o nível de estresse laboral destes profissionais.
5. Identificar as estratégias de enfrentamento dos policiais militares.
6. Verificar os níveis de burnout dos policiais.
7. Verificar se há diferenças estatisticamente significantes entre os valores encontrados para os níveis estresse, qualidade de vida, satisfação no trabalho, estratégias de enfrentamento e burnout para as diferentes funções desempenhadas dentro da corporação e os diferentes níveis hierárquico dos policiais.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos:

Os riscos existentes são mínimos e se referem a possíveis constrangimentos em responder às questões, os quais serão controlados, preservando-se a identificação e a privacidade dos policiais ao responderem os questionários (garantia de anonimato e ambiente privativo para responder os questionários).

Benefícios:

Endereço: BRIGADEIRO FARIA LIMA, 5416
Bairro: VILA SÃO PEDRO **CEP:** 15.090-000
UF: SP **Município:** SÃO JOSÉ DO RIO PRETO
Telefone: (17)3201-5813 **Fax:** (17)3201-5813 **E-mail:** cepfamerp@famerp.br



FACULDADE DE MEDICINA DE
SÃO JOSÉ DO RIO PRETO-
FAMERP - SP



Continuação do Parecer: 2.412.594

Conhecer as condições de estresse, qualidade de vida, satisfação no trabalho e estratégias de enfrentamento desses profissionais permitirá o direcionamento de ações que contribuam para amenizar os impactos causados pelo desgaste inerente ao exercício profissional dos policiais militares, colaborando para a melhoria do ambiente de trabalho destes profissionais.

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Trata-se de uma emenda ao protocolo apresentada pelo pesquisador contendo a seguinte justificativa:

A Escala de Lipp, que verifica estresse geral, foi substituída pela Escala de Estresse no Trabalho (EET) de Tamayo e Paschoal, específica para verificação do estresse laboral. Houve a inclusão do Inventário de Burnout de Maslach, para verificação do Burnout nos policiais. Houve a inclusão na população do estudo dos policiais militares do 3º Batalhão de Polícia Militar do Paraná (3ºBPM), pertencente ao 5º Comando Regional de Polícia Militar do Estado, sediado em Pato Branco/PR.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

De acordo.

Recomendações:

Não foram observados óbices éticos.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Emenda aprovada.

Considerações Finais a critério do CEP:

O Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da FAMERP aprova a nova versão do projeto de pesquisa, Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - Versão de 01/12/17, Declaração ao CEP de 01/12/17 e inserção da Escala de Estresse no Trabalho (EET) de Tamayo e Paschoal e Inventário de Burnout de Maslach; referentes ao estudo CAAE: 47885715.8.0000.5415 sob a responsabilidade de Luciano Garcia Lourenção com o título: "Estresse, qualidade de vida, satisfação no trabalho, estratégias de enfrentamento e burnout entre policiais militares"

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BASICAS_658653 E1.pdf	01/12/2017 09:57:40		Aceito

Endereço: BRIGADEIRO FARIA LIMA, 5416

Bairro: VILA SÃO PEDRO

CEP: 15.090-000

UF: SP

Município: SÃO JOSÉ DO RIO PRETO

Telefone: (17)3201-5813

Fax: (17)3201-5813

E-mail: cepfamerp@famerp.br



FACULDADE DE MEDICINA DE
SÃO JOSE DO RIO PRETO-
FAMERP - SP



Continuação do Parecer: 2.412.594

Declaração de Pesquisadores	Declaracao_CEP_PR.pdf	01/12/2017 09:52:42	LUCIANO GARCIA LOURENCAO	Aceito
Declaração de Pesquisadores	Declaracao_CEP_SP.pdf	01/12/2017 09:52:22	LUCIANO GARCIA LOURENCAO	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_Novo.pdf	01/12/2017 09:50:18	LUCIANO GARCIA LOURENCAO	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Proj_Pesquisa_PM_Emenda.doc	01/12/2017 09:50:05	LUCIANO GARCIA LOURENCAO	Aceito
Folha de Rosto	Folha_Rosto.pdf	05/08/2015 13:59:14		Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

SAO JOSE DO RIO PRETO, 04 de Dezembro de 2017

Assinado por:
GERARDO MARIA DE ARAUJO FILHO
(Coordenador)

Endereço: BRIGADEIRO FARIA LIMA, 5416
Bairro: VILA SAO PEDRO CEP: 15.090-000
UF: SP Município: SAO JOSE DO RIO PRETO
Telefone: (17)3201-5813 Fax: (17)3201-5813 E-mail: cepfamerp@famerp.br