

Vulnerabilidades Psicológicas na Carreira Policial: Fatores de Risco para o Desenvolvimento de Transtornos Mentais.

Amanda Marques de Vasconcelos^{1*}, Priscila de Carvalho Tenorio², Rosália Cellis dos Santos³

¹Graduando em Psicologia, Centro Universitário Brasileiro (UNIBRA), Brasil

(*Autor correspondente: amandamarquesdevasconcelos@gmail.com)

²Graduando em Psicologia, Centro Universitário Brasileiro (UNIBRA), Brasil.

³Professora de Psicologia no Centro Universitário Brasileiro (UNIBRA), Brasil.

RESUMO

A carreira policial, marcada por violência constante, riscos operacionais e rigidez institucional, expõe seus profissionais a condições que favorecem o adoecimento psíquico. Transtornos como Estresse Ocupacional, Ansiedade Generalizada, Estresse Pós-Traumático e Estresse Agudo apresentam alta prevalência, agravados pelo estigma, pela subnotificação e pela naturalização do sofrimento dentro das corporações. A crescente incidência de afastamentos e suicídios confirma a gravidade dessa realidade. Os objetivos foram identificar e compreender as vulnerabilidades psicológicas na carreira policial brasileira, analisando os fatores de risco institucionais, ocupacionais e psicosociais que contribuem para o desenvolvimento de transtornos mentais. O estudo empregou uma Revisão Sistemática da Literatura, com abordagem qualitativa, utilizando artigos publicados entre 2020 e 2025, coletados nas bases Google Scholar, SciElo, PubMed e EBSCO. Após triagem por resumos, exclusão de materiais prévios a 2019 e leitura integral, os estudos foram categorizados segundo eixos temáticos. As buscas utilizaram descritores relacionados à saúde mental e atividade policial. Os achados revelam que o adoecimento decorre de fatores como sobrecarga emocional, estrutura organizacional rígida, falta de reconhecimento, jornadas exaustivas, conflitos hierárquicos e ausência de políticas eficazes de saúde mental. Prevalecem sintomas de estresse, burnout, ansiedade, depressão, distúrbios psiquiátricos menores e TEPT. Também se destacam o impacto do suporte familiar, da atividade física, da resiliência e da escolaridade como fatores de proteção, enquanto gênero, baixa patente e exposição contínua ao trauma intensificam a vulnerabilidade. O sofrimento psíquico policial resulta da interação entre demandas emocionais, riscos operacionais e fragilidades institucionais. Torna-se essencial implementar políticas preventivas, apoio psicológico contínuo e estratégias organizacionais que promovam qualidade de vida e reduzam o adoecimento.

Palavras-Chaves: Estresse ocupacional, Saúde mental, Polícia, Vulnerabilidade, Transtornos mentais;

Psychological Vulnerabilities in Police Careers: Risk Factors for the Development of Mental Disorders

ABSTRACT ou RESUMEN

Police work, marked by constant exposure to violence, operational risks, and institutional rigidity, places professionals in conditions that foster psychological distress. Disorders such as Occupational Stress, Generalised Anxiety, Post-Traumatic Stress, and Acute Stress are highly prevalent, intensified by stigma, underreporting, and the normalisation of suffering within police institutions. The growing rates of mental health-related leave and suicide highlight the seriousness of this scenario. The objectives were to identify and understand the psychological vulnerabilities present in the Brazilian police career, analysing institutional, occupational, and psychosocial risk factors associated with the development of mental disorders. This study employed a Systematic Literature Review with a qualitative approach, using articles published between 2020 and 2025 from Google Scholar, SciElo, PubMed, and EBSCO. After screening abstracts, excluding materials prior to 2019, and conducting full-text analysis, studies were categorised into thematic axes. Keywords related to mental health and police work guided the search strategy. Findings indicate that psychological distress stems from emotional overload, rigid organisational structure, lack of recognition, exhaustive work schedules, hierarchical conflicts, and insufficient mental health policies. High prevalence of stress, burnout, anxiety, depression, minor psychiatric disorders, and PTSD was identified. Protective factors included family support, physical activity, resilience, and higher education, while gender, lower rank, and continuous exposure to trauma increased vulnerability. Psychological suffering in police work results from the interaction between emotional demands, operational risks, and institutional weaknesses. Implementing preventive policies, continuous psychological support, and organisational strategies that promote well-being is essential to reduce mental health deterioration.

Keywords: Occupational stress, Mental health, Police, Vulnerability, Mental disorders;

Exemplo A, Exemplo, BC, Exemplo CD. Exemplo de título exemplo de título. *Nome do Periódico.* Ano;volume(edição):página inicial – página final.



Direitos do Autor. A Revista Universitária Brasileira utiliza a licença Creative Commons (CC BY 4.0)

1. Introdução

A carreira policial, por sua natureza de alta complexidade, representa um dos campos profissionais mais exigentes quando posta sob a luz do campo psicológico. Habitualmente expostos a situações de violência, riscos iminentes, exigências institucionais rigorosas e uma cultura organizacional marcada pela rigidez, os profissionais da segurança pública enfrentam um cotidiano propício ao desenvolvimento de diversos adoecimentos psíquicos. Essa realidade, embora amplamente conhecida nos bastidores das corporações, ainda é subnotificada e frequentemente invisibilizada, seja pelo estigma associado ao sofrimento mental, seja pela naturalização de práticas que desconsideram o impacto subjetivo dessa função¹.

Diante do presente contexto, emergem as vulnerabilidades psicológicas da carreira policial que vão além do estresse circunstancial e se configuram como elementos estruturais da profissão. Tais vulnerabilidades não apenas comprometem o bem-estar emocional dos profissionais, mas também colocam em risco a eficiência operacional e a qualidade dos serviços prestados à sociedade. É perante uma cultura institucional rígida e que muitas vezes valoriza o controle emocional excessivo, que a expressão de fragilidade é desencorajada, dificultando, consequentemente, a detecção de sintomas iniciais de sofrimento psíquico e retardando diagnósticos e intervenções adequadas².

Ao longo das últimas décadas, diversos estudos têm apontado a alta incidência de transtornos como o Estresse Ocupacional, o Transtorno de Ansiedade Generalizada, o Transtorno de Estresse Pós-Traumático e o Transtorno de Estresse Agudo entre os profissionais da segurança pública. Essas condições, quando não diagnosticadas e tratadas, comprometem a saúde mental dos indivíduos, assim como sua vida social, familiar e o próprio desempenho funcional. Ademais, o adoecimento psíquico recorrente nessa categoria não pode ser compreendido de forma isolada ou individualizante, pois trata-se de um fenômeno coletivo, atravessado por fatores institucionais, políticos e culturais³.

A escolha por investigar esse tema surgiu a partir da constatação da urgência em se reconhecer os danos psicológicos que atravessam o exercício da função policial no Brasil. Dados recentes reforçam a gravidade dessa realidade, em 2024, somente no estado de Pernambuco, quatrocentos e sessenta e dois policiais militares foram 8 afastados por motivos relacionados à saúde mental, reflexo direto da ausência de políticas efetivas de suporte emocional e da sobrecarga psicossocial vivida do dia a dia da função⁴. Em um nível nacional, estudos apontam que mais de doze mil policiais civis e militares foram diagnosticados com transtornos mentais entre os anos de 2015 e 2022, revelando uma tendência de adoecimento crescente, marcada por estresse, ansiedade e depressão⁵.

Esses dados não apenas demonstram a incidência alarmante de sofrimento psíquico em policiais, como também denunciam uma lacuna histórica no que se refere à saúde mental desses profissionais. A taxa de suicídio entre policiais brasileiros que estão na ativa da profissão, por exemplo, cresceu 26,2% em 2023, tornando-se a principal causa de morte não natural entre membros das corporações⁶. Essa estatística evidencia que o adoecimento mental não é uma exceção, mas sim uma manifestação recorrente que exige visibilidade, enfrentamento institucional e investimento em estratégias de prevenção e cuidado.

Este trabalho está delimitado à investigação das vulnerabilidades psicológicas na carreira policial, com foco na realidade brasileira e nos principais fatores de risco que favorecem o desenvolvimento do Estresse Ocupacional, o Transtorno de Ansiedade Generalizada, o Transtorno de Estresse Pós-Traumático e o Transtorno do Estresse Agudo. A análise será conduzida por meio da revisão bibliográfica, com uma abordagem qualitativa, visando compreender o fenômeno sob uma ótica de estudos científicos publicados em bases acadêmicas reconhecidas. O espaço temporal adotado foi de 2020 a 2025, com a exclusão de produções anteriores a 2019, para garantir a atualidade das evidências analisadas.

2. Referencial Teórico

O presente referencial teórico tem como objetivo apresentar os fundamentos conceituais que embasam a análise das vulnerabilidades psicológicas na carreira policial, com ênfase nos fatores de risco para o desenvolvimento de estresse ocupacional e transtornos mentais associados. A estrutura deste trabalho está amparada nas áreas da Psicologia e da Psicopatologia, a fim de entender os impactos psicológicos gerados pela contínua exposição a situações de risco, pressão e exigências corporativas, características da carreira policial.

Para isso, os primeiros subtópicos desta análise estão direcionados à explicação detalhada destas disfunções psicológicas que são comumente associadas ao contexto da segurança pública, sendo elas o Estresse Ocupacional, o Transtorno de Ansiedade Generalizada, o Transtorno de Estresse Pós-Traumático e o Transtorno do Estresse Agudo. As explicações apresentadas seguem os critérios diagnósticos definidos e apresentados pelo Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, DSM-5-TR.

2.1 *O Estresse Ocupacional na carreira policial*

A carreira policial, como uma profissão que possui alta exigência de rendimento e a necessidade de se permanecer em um constante estado de alerta, pode vir a gerar impactos negativos e distúrbios prejudiciais na saúde física e na saúde mental dos profissionais da segurança pública. A rotina da profissão também envolve constante exposição a situações de risco, violência e estresse contínuo, o que favorece também o surgimento de elementos danosos à saúde¹.

Essa sobrecarga física e mental se agrava diante de que, embora a carreira policial proporcione certos níveis de estabilidade financeira e profissional, também se apresenta munida de grandes exigências emocionais, embora não percebidas no início do exercício da profissão. A vivência constante de situações traumáticas, a rigidez da hierarquia e os turnos prolongados de trabalho contribuem para o desenvolvimento do estresse e de quadros emocionais diversos. Os elementos mencionados impactam não só a saúde dos profissionais, como também sua eficiência e rendimento no trabalho².

Diante disso, o estresse ocupacional, especialmente na carreira policial, é um fenômeno crescente devido à natureza exigente e traumática de suas funções. Através de pesquisas, se destacam as condições de saúde relacionadas ao estresse, enfatizando a importância da implementação de medidas de intervenção e suporte eficientes para reduzir os efeitos do estresse no bem-estar físico e emocional dos profissionais³.

Conforme as exigências citadas, entende-se que as respostas ao estresse estão diretamente relacionadas à forma como o indivíduo percebe sua habilidade de enfrentar as demandas impostas pelo ambiente. No cenário policial, é compreendido que essa percepção está diretamente conectada ao clima organizacional, que envolve riscos constantes e tensão operacional. A insatisfação e sobrecarga no trabalho intensificam a vulnerabilidade ao estresse, comprometendo a saúde emocional e a satisfação profissional⁷.

Essa percepção do ambiente institucional influencia também a forma como os policiais interpretam suas experiências e enfrentam situações adversas, sendo um dos agravantes principais para o surgimento de transtornos mentais. A banalização do estresse, frequentemente encarado como inerente à profissão, pode atrasar a identificação de sintomas iniciais de sofrimento psíquico².

Como consequência, no campo da saúde mental, observa-se uma alta incidência de estresse ocupacional, ansiedade e depressão entre os policiais, frequentemente associada à fatores ocupacionais e à sua constante exposição ao perigo. A exigência de controle emocional e a manutenção de uma postura idealizada dificultam a expressão das emoções e o acesso ao apoio psicológico. Ademais, a vida social destes profissionais também é impactada pelas preocupações constantes com a segurança pessoal e pelas limitações de convivência impostas pela rotina de trabalho, corroborando com o comprometimento da qualidade de vida¹.

2.2 *O desenvolvimento do Transtorno de Ansiedade-Generalizada entre policiais*

Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – DSM-5- TR, a preocupação excessiva, quando experienciada de maneira contínua, persistente, inquietante e de uma forma que acarrete graves prejuízos no funcionamento psicosocial do indivíduo, pode se configurar como TAG. Dentro do contexto policial, o diagnóstico do TAG pode ganhar contornos ainda mais preocupantes quando considerado o ambiente de trabalho altamente estressor e marcado por pressões constantes⁸ . O TAG é caracterizado por uma preocupação extrema e persistente que é difícil de controlar, ocorrendo na maioria dos dias durante pelo menos seis meses, em relação a diversas atividades e obrigações da vida cotidiana. Os sintomas estão associados à fadiga, dificuldade de concentração, inquietação, tensão muscular, irritabilidade e perturbação do sono⁹.

Dentro do ambiente policial, a manifestação do TAG pode estar diretamente relacionada à sobrecarga de trabalho, à imprevisibilidade das ocorrências e à constante tensão experienciada nas situações de risco⁸ . Essa realidade torna-se ainda mais alarmante quando se considera que os policiais, muitas vezes, podem ser submetidos à cultura do silêncio emocional, o que dificulta a verbalização do sofrimento psíquico e retarda a procura por apoio profissional adequado¹⁰. Estudos demonstram que, entre os policiais, os quadros de ansiedade não apenas possuem uma alta prevalência, mas também estão muito ligados à percepção da vulnerabilidade pessoal e institucional. A insegurança diante das demandas da função, o constante receio por sua própria vida e pela vida de seus colegas, e a escassez de suporte psicológico efetivo são elementos que podem contribuir diretamente para o desenvolvimento e manutenção do Transtorno de Ansiedade Generalizada na carreira policial¹¹.

2.3 *Transtorno de Estresse Pós-Traumático na carreira policial*

O TEPT é um transtorno que surge como resposta a eventos traumáticos externos, nos quais o indivíduo se sentiu ameaçado, em risco real de morte, sofreu lesões graves ou foi exposto de forma repetida à detalhes aversivos do evento traumático ou violência sexual⁹. Na carreira policial, o contato com situações de violência é recorrente, e essas vivências impactam não apenas o corpo físico do servidor da segurança pública, mas também a sua estrutura psíquica.

O profissional policial, ao ser frequentemente exposto a episódios de agressões, morte, ameaças e tragédias urbanas, é inserido em um ambiente de vulnerabilidade psicológica propício ao desenvolvimento do TEPT, inclusive, estudos apontam que o adoecimento mental por TEPT está entre as principais causas do afastamento funcional nesta categoria². Sendo essa uma das consequências mais sérias da sobrecarga emocional e da rotina hostil experienciada na profissão¹².

É importante esclarecer que o TEPT pode se desenvolver não apenas após eventos extremos, mas também a partir do acúmulo de situações adversas no ambiente de trabalho, como injustiças institucionais, desvalorização profissional e a constante sobrecarga profissional. Com o tempo, esse cenário afeta diretamente a qualidade de vida, a convivência familiar e social, e o desempenho na função exercida, comprometendo inclusive a segurança coletiva¹³.

2.4 *Transtorno de Estresse Agudo e sua ocorrência no cotidiano policial*

Segundo o DSM-5-TR⁹ , os sintomas do Transtorno de Estresse Agudo (TEA) duram de três dias a no máximo trinta dias após a vivência traumática, com manifestações como a recordação intrusiva do evento, dissociação, esquiva persistente, alterações negativas no humor e reatividade exacerbada. Conforme evidenciado por estudos recentes, o TEA é frequentemente confundido com reações “normais” ao estresse diário, o que dificulta a identificação precoce e, consequentemente, atrasa as intervenções fundamentais¹².

Isso é especialmente preocupante na profissão policial pois os indivíduos que possuem este transtorno

costumam adotar pensamentos catastróficos ou muito negativos acerca do seu papel no evento traumático, por exemplo, o policial que possui o TEA pode experimentar um sentimento intenso de culpa por não ter conseguido impedir o evento traumático ou por não ter superado a experiência com mais triunfo⁹.

O impacto dessas experiências não se limita ao momento em que ocorrem, mas reverbera de forma intensa e imediata no estado emocional dos profissionais, favorecendo o desenvolvimento do TEA, especialmente quando não há espaço para o processamento adequado dessas vivências¹². Comportamentos caóticos e impulsivos também podem estar dentro dos sintomas apresentados em pessoas que possuem o transtorno, como por exemplo a direção perigosa e imprudente, tomar decisões irrationais e tristezas agudas⁹.

Alguns estudos internacionais também apontam que muitos policiais sequer conseguem reconhecer os sinais do transtorno, o que dificulta a adesão ao tratamento¹⁴. Além de uma tendência institucional existente que normaliza o sofrimento psíquico, que muitas vezes é visto como parte natural da rotina, dificultando a autopercepção e retardando a busca por suporte¹³.

3. Material e Métodos

A análise qualitativa concentra-se na interpretação dos dados coletados, buscando identificar padrões, significados e relações presentes na literatura. Diferente da abordagem quantitativa, que se baseia em dados numéricos e estatísticos, a análise qualitativa valoriza a compreensão aprofundada dos fenômenos estudados, permitindo uma avaliação crítica e reflexiva das informações obtidas. Dessa forma, essa abordagem se mostra essencial para captar nuances e contextos que não seriam evidenciados caso apenas feitos através de demais meios, contribuindo para uma investigação mais ampla e detalhada¹⁵.

Abordagem metodológica aplicada para a execução do seguinte estudo foi a Revisão Sistemática de Literatura, utilizada na coleta e análise de dados bibliográficos. Esta metodologia foi escolhida pela possibilidade de aprofundar o entendimento das discussões acadêmicas na área escolhida, viabilizando uma visão abrangente sobre o tema em questão para fornecer melhor triagem de informações para tópicos mais específicos e, portanto, condizentes. Ademais, a Revisão Sistemática da Literatura permite a coleta de dados através de múltiplas fontes, garantindo solidez para a análise qualitativa por meio da identificação de tendências na literatura¹⁵.

Os dados contidos nesse estudo foram coletados através de plataformas acadêmicas de acesso à literatura científica, como o Google Scholar, SciElo, Pubmed e EBSCO tendo como base eliminatória da triagem a exclusão de documentos publicados no ano 2019 e anteriores. As respectivas plataformas são amplamente utilizadas tanto para a publicação de artigos científicos, periódicos e teses, quanto para a coleta de dados bibliográficos, portanto alinhando-se com os requisitos do estudo. Através da utilização dessas ferramentas, é conferido uma coleta de informações coesa para a fundamentação da análise qualitativa da literatura, garantindo a sua veracidade e embasamento científico^{16,17}.

A Revisão Sistemática foi realizada ao longo do mês de março de 2025, durante esse período, iniciou-se a coleta da literatura científica que serviu de base para a fundamentação teórica do estudo. Os materiais selecionados foram inicialmente avaliados por meio da leitura de seus resumos e, após a triagem, os artigos completos foram analisados para validação do conteúdo. Para guiar a busca, foram utilizadas as seguintes palavras-chave: “Saúde + Mental”, “Policial”, “Estresse”, “Depressão”, “Transtorno + de + estresse + pós-traumático”, “Ansiedade”, “Vulnerabilidade”, “Carreira + Policial”, “Policial + Psicologia” + “Vulnerabilidade + Policial”.

Figura 01 - Fluxograma das etapas da pesquisa científica



Fonte: elaborado pelos autores

Conforme visualizado na figura 1, a revisão sistemática foi conduzida em diversas etapas, iniciando com a definição do objetivo da pesquisa e o estabelecimento do corpus de seu conteúdo. Em seguida, foi elaborada e validada a estratégia de pesquisa, dando continuidade à coleta dos dados. Após essa fase, foram realizadas a leitura dos resumos e a aplicação de critérios de exclusão para a limpeza dos dados que não satisfaziam as especificações estabelecidas previamente através do estabelecimento do corpus de pesquisa. Por fim, a última etapa envolveu a leitura integral dos artigos, análise dos dados obtidos e a exclusão de duplicatas. Diante da metodologia adotada, foi conduzida uma revisão sistemática que consiste na leitura criteriosa dos artigos previamente selecionados. O objetivo dessa etapa foi aprofundar a compreensão acerca das singularidades e convergências presentes nos estudos analisados, permitindo uma visão mais clara e estruturada sobre o tema em questão. Foi então realizada uma análise descritiva que possibilitará a categorização e a organização dos dados, bem como uma análise de conteúdo, auxiliando no preenchimento de lacunas no conhecimento produzido¹⁵.

4. Resultados e Discussão

A presente discussão de resultados busca articular os principais achados da literatura analisada com a realidade do trabalho policial, evidenciando como diferentes dimensões desta prática profissional impactam a saúde mental desses sujeitos. Os estudos demonstram que o adoecimento psicológico não decorre apenas da exposição direta à violência, mas é profundamente influenciado por fatores organizacionais, institucionais e sociais que atravessam o cotidiano policial. Assim, a análise foi estruturada em eixos temáticos, de modo a favorecer a compreensão integrada do fenômeno. Essa organização visa não apenas sintetizar os resultados, mas também estabelecer um diálogo crítico entre os estudos, destacando complementaridades e lacunas que contribuem para o avanço das reflexões sobre a saúde mental policial.

Tabela 1 – Relação entre artigos selecionados

Nº	Título	Autores	Ano de Publicação
01	A atividade física, o stress e o estilo de vida na Polícia de Segurança Pública	Batista, Catarina Silva	2014
02	A vulnerabilidade ao estresse apresentada pelo policial militar frente ao clima organizacional	Ana Paula Grillo Rodrigues, Daniel Pinheiro, Luiz Ricardo Duarte	2021
03	Análise socioclinica do contexto do trabalho e sua relação com o adoecimento mental de policiais militares do Distrito Federal	Cledinaldo Aparecido Dias, Marcus Vinicius Soares Siqueira, Leonardo Borges Ferreira	2023
04	Aspectos de saúde mental investigados em policiais: uma revisão integrativa	Raphaela Campos de Sousa, Sabrina Martins Barroso, Ariadne Christie Silva Ribeiro	2022
05	Democratic Policing and Officer Well-Being	Kimberly C. Burke	2020
06	Distúrbios psiquiátricos menores e estresse em policiais militares	Vanessa Aquino Garcia, Janine Kieling Monteiro, Vanessa Ruffatto Gregoviski	2023
07	Estresse ocupacional e engajamento no trabalho entre policiais militares	Fernando Braga dos Santos, Luciano Garcia Lourenço, Evellym Vieira, Francisco Rosemilo Guimarães Ximenes Neto, Adriane Maria Netto de Oliveira, Jacqueline Flores de Oliveira, Márcio Andrade Borges, Thiago Roberto Arroyo	2021
08	Fatores associados à Síndrome de Burnout em policiais: revisão de escopo	Beatriz Maria dos Santos Santiago Ribeiro, Fabio Scorsolini-Comin, Maria Lucia do Carmo Cruz Robazzi, Sérgio Valverde Marques dos Santos, Fábio de Souza Terra, Rita de Cassia de Marchi Barcellos Dalri	2024
09	Fatores associados ao adoecimento emocional de policiais militares	Raphaela Campos de Sousa, Sabrina Martins Barroso	2023
10	Fatores de risco e proteção para o desenvolvimento do estresse na Polícia Rodoviária Federal	Léa Pintor de Arruda Oliveira, Lucio Garcia de Oliveira, Heráclito Barbosa de Carvalho	2023
11	Impacto dos Transtornos Mentais em Policiais Militares	Renato Neres de Andrade, Mateus Santos Silva, Samila Marques Leão	2023
12	Mental Disorders and Mental Health Promotion in Police Officers	Siriporn Santre	2024
13	Avaliação Psicológica Continuada: Prevenção do Adoecimento Mental	Luiz Carlos Marques de Queiroz	2025

14	Síndrome da Disfunção da Articulação Temporomandibular e o Estresse Presente no Trabalho Policial: Revisão Integrativa	Giselle Urbani Eliana Napoleão Cozendey-Silva Lêda Freitas de Jesus	2019
15	O papel das variáveis psicológicas, demográficas, ocupacionais e clínicas na avaliação da propensão ao risco de portar arma de fogo em policiais civis	Michelle Vecchi	2023
16	Perfil de policiais militares com estresse ocupacional	Marcos Vinicius de Mendonça Menezes, Cláudio José Pinto de Souza Júnior, Luana Rocha de Souza, Roberta Machado Pimentel Rebello de Mattos, Deborah Pimentel	2022
17	Police Stress and Deleterious Outcomes: Efforts Towards Improving Police Mental Health	Tina B. Craddock, Grace Telesco	2022
18	Policies for the police – mental health issues among police officers	Liliane Vilete, Mariana Pires Luz	2022
19	Polícia e saúde: Entrevista com o Diretor Geral de Saúde da Polícia Militar do Estado do Rio de Janeiro	Alberto Alves Borges	2021
20	Prática Policial e o Not Being-at-ease	Guilherme Bertassoni da Silva, Raíssa Miranda da Cunha Vargas, Adriano Furtado Holanda	2023
21	Prevalence of Mental Illness and Mental Health Care Use Among Police Officers	Katelyn K Jetelina et al.	2020
22	Prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse em policiais militares	Alexciana Santos da Silva, Alanna Silva dos Santos, Priscilla Maria Castro Silva, Ana Claudia Torres de Medeiros, Gigliola Marcos Bernardo de Lima	2023
23	Prevalência de Transtornos Mentais e Percepção de Suporte Familiar em Policiais Civis	Maria Cristina d'Avila de Castro, Roberto Moraes Cruz	2021
24	Qualidade de Vida do Policial Civil: Fatores de Estresse Ocupacional	Felipe Silva de Souza Souza	2020
25	Repercussões do Estresse Ocupacional entre Militares no Brasil: Revisão Integrativa	Helton Camilo Teixeira, David Lopes Neto, Allyson Guimarães da Costa, Henry Walber Dantas Vieira, Jandra Cibele Rodrigues de Abrantes Pereira Leite, Marlei Novaes de Sousa	2024
26	Repercussões do trabalho na vida de policiais: uma revisão integrativa	Gledson Peres Jacinto, Débora Carneiro Zuin	2024
27	The association between stress mindset and physical and psychological well-being: testing a stress beliefs model in police officers	Jacob J. Keech, Kaitlyn L. Cole, Martin S. Hagger, Kyra Hamilton	2020

28	The Function of the Police Force: A Behaviour-Analytic Review of the History of How Policing in America Came to Be	Natalie Parks, Beverly Kirby	2021
29	Transtorno de estresse agudo e estresse pós-traumático: Diferenças e diagnóstico	Guilherme Bennett Volpato, Maria Jessica Alves Pinheiro, Raissa Pires Scherer Vinicius Studzinski da Silva, Elisa Souza Dezan, Ivna Lima Barros, Matheus Freire Barcelos, Giovanna Coutinho Bettoni, João Victor Marendino de Almeida, Vanessa Maria Vaz Ramos, Naomi Vallada Kitayama, Murilo Dotti Pimentel, Larissa Maria Cabral Medeiros	2025

Fonte: elaborado pelos autores

4.1 Condições de Trabalho e Estrutura Organizacional das corporações

No estudo de Dias et al.¹³ é possível observar que o adoecimento psíquico dos policiais militares, está fortemente vinculado às condições de trabalho e à estrutura organizacional da corporação. A partir de uma análise socioclinica, os autores identificaram que a rigidez hierárquica, os mecanismos de controle burocrático, a pressão psicológica contínua e a ausência de espaços de reconhecimento, segundo os autores, produzem um ambiente marcado por silenciamento e isolamento. Esses fatores, somados ao estado permanente de alerta e ao tratamento desumanizado relatado, configuram um cenário em que a saúde mental dos policiais é progressivamente comprometida. A pesquisa revela que não é apenas a exposição direta à violência que desencadeia o sofrimento psíquico, mas especialmente a forma como o trabalho é organizado e conduzido, criando um paradoxo em que o policial é simultaneamente agente de segurança e sujeito fragilizado pela própria instituição. Esse quadro corrobora a necessidade de compreender o impacto do contexto organizacional como determinante e central no adoecimento psicológico, estabelecendo um elo fundamental com outras investigações que analisam os efeitos da estrutura institucional sobre a saúde mental policial.

Em continuidade à análise das condições institucionais que incidem sobre o adoecimento psicológico, Souza¹⁸ investigou os fatores de estresse que influenciam na qualidade de vida dos policiais civis, evidenciando que a sobrecarga de trabalho, a infraestrutura deficitária e a ausência de apoio organizacional estão entre os principais elementos que comprometem o bem-estar desses profissionais. Diferente da percepção social de que o risco que é inerente à atividade policial seria o fator predominante de estresse, o estudo demonstra que são os aspectos burocráticos e estruturais que mais impactam negativamente a saúde mental, confirmando que o desgaste se intensifica pelo modo como o trabalho é organizado e não apenas pela exposição à violência. Ademais, foi observado no estudo que os policiais recorrem a estratégias variadas de enfrentamento, que vão desde comportamentos adaptativos, como atividades de lazer, apoio familiar e religioso e mecanismos de esquiva ou de risco, como isolamento, abuso de álcool e outras condutas desadaptativas.

Ampliando a compreensão acerca da relação entre organização institucional e saúde mental, Vilete e Luz¹⁹ evidenciam que os problemas de saúde mental entre policiais não decorrem apenas da exposição à violência, como também mencionou Souza¹⁸, mas sobretudo da ausência de políticas públicas efetivas e do ambiente organizacional que naturaliza o sofrimento e impõe barreiras ao cuidado psicológico. As autoras apontam índices elevados de burnout, uso abusivo de álcool e risco de suicídio, agravados pelo estigma e pela falta de confidencialidade nos atendimentos. Esses achados complementam as análises de Dias et al.¹³ e

Souza¹⁸, ao demonstrar que a fragilidade organizacional e a carência de políticas de saúde mental são determinantes centrais para o adoecimento psíquico, exigindo ações estruturais voltadas à promoção da qualidade de vida policial.

Em consonância com os estudos que apontam a necessidade de políticas institucionais voltadas à saúde dos policiais, Borges²⁰, em entrevista enquanto Diretor Geral de Saúde da Polícia Militar do Estado do Rio de Janeiro, apresenta um panorama sobre os principais problemas físicos e mentais enfrentados por esses profissionais e as estratégias em curso para enfrentá-los. Entre os achados, destacam-se altos índices de hipertensão, sedentarismo, sobre peso e, no campo da saúde mental, uma prevalência significativa de transtornos relacionados ao estresse e de humor, configurando-se como uma das principais causas do afastamento de serviço.

Silva et al.²¹ analisam a prática policial a partir do conceito fenomenológico de not being-at-ease, destacando que o sofrimento psíquico está intimamente relacionado à dificuldade de dissociar a vida pessoal da profissional, sobretudo quando o policial se vê simultaneamente como parte de sua comunidade e como agente opressor dela. Essa condição de constante ambiguidade, somada ao contato frequente com violência, à ausência de reconhecimento social e ao estigma que recai sobre a corporação, gera um estado de alerta permanente, elevando a vulnerabilidade para quadros graves, como depressão, ideação suicida e uso abusivo de substâncias. Ao mesmo tempo, o estudo reforça que os investimentos em políticas preventivas e programas institucionais de atenção biopsicossocial são caminhos fundamentais para romper esse ciclo de adoecimento.

Esses achados, somados às contribuições de Dias et al.¹³, Souza¹⁸, e Vilete e Luz¹⁹, consolidam a compreensão de que o adoecimento psíquico policial não pode ser desvinculado das condições organizacionais e estruturais do trabalho. Tal constatação abre espaço para o próximo eixo de análise, voltado à relação entre saúde ocupacional, estresse e burnout, no qual se aprofundam as repercussões psicossociais dessas dinâmicas sobre a vida desses profissionais.

4.2 Saúde Ocupacional, Estresse e Burnout

Jacinto e Zuin¹, ao realizarem uma revisão integrativa da literatura brasileira sobre saúde ocupacional de profissionais de segurança pública, destacam que a complexidade da atividade policial repercute de forma ampla nas dimensões física, psicológica e social da vida do trabalhador. Distúrbios do sono, alterações musculoesqueléticas, dor lombar, ansiedade, depressão e síndrome de burnout foram apontados como consequências recorrentes, intensificadas pela rigidez institucional, pelo estado permanente de alerta e por condições laborais insalubres. Esses achados dialogam diretamente com a revisão de Ribeiro et al.²², que evidencia a forte associação entre fatores laborais específicos, como confrontos com civis, insatisfação com a corporação e turnos irregulares e a Síndrome de Burnout, além de consequências como perda de empatia, piora do sono e aumento da morbimortalidade.

Os resultados também convergem com o estudo exploratório de Rebello de Mattos et al.²³, que identificou elevada prevalência de estresse ocupacional entre policiais militares de Aracaju, sendo o próprio exercício da função o principal fator estressor. A predominância de casos em estágios de resistência e exaustão, associada a manifestações de agressividade e ideação suicida, também complementam os achados de Ribeiro et al.²², ao evidenciar que a progressão do desgaste emocional não apenas compromete a saúde individual, mas também repercute nas relações sociais, familiares e profissionais. Em conjunto, tais

resultados reforçam a necessidade urgente de suporte psicológico estruturado e contínuo, a fim de evitar o agravamento do quadro clínico e suas consequências institucionais.

De modo semelhante, o artigo de Santos et al.²⁴ revela que 46,7% de policiais com níveis significativos de estresse, destacando fatores como falta de perspectivas de crescimento, deficiências no treinamento e favoritismo organizacional. Embora os participantes tenham apresentado bom nível de engajamento, sobretudo na dimensão do constructo de “Dedicação” relacionada a profissão, a correlação negativa entre estresse e envolvimento profissional indica que o desgaste progressivo reduz a motivação e o desempenho. Esse dado também complementa a análise de Rebello de Mattos et al.²³, ao mostrar que, mesmo em contextos de engajamento elevado, a pressão institucional e a ausência de estratégias de valorização profissional corroem gradativamente a saúde mental e o vínculo com a corporação.

Rodrigues et al.⁷ acrescentam detalhes relevantes ao relacionar o estresse ocupacional não apenas aos riscos da profissão, mas também a fatores estruturais da carreira, como percepção de desvalorização, ausência de plano de cargos e salários e remuneração inadequada. A maior vulnerabilidade observada em praças, mulheres e policiais operacionais dialoga com os resultados de Santos et al.²⁴, reforçando que a hierarquia, as desigualdades de gênero e a divisão de funções amplificam o adoecimento. Essa perspectiva também se conecta às análises de Jacinto e Zuin¹, ao evidenciar como a sobreposição da identidade profissional à vida pessoal e o sentimento de desvalorização institucional aprofundam a sobrecarga psicológica.

Ampliando o tópico, Teixeira et al.³, em revisão integrativa sobre militares brasileiros, corroboram os achados anteriores ao demonstrar que a natureza exigente e traumática da função policial e militar resulta em elevado desgaste físico e mental, manifestando-se em burnout, TEPT, hipertensão e disfunções somáticas. Urbani et al.²⁵, em seu estudo, reforçam como comorbidade física inerente ao estresse ocupacional a Síndrome da Disfunção Temporomandibular (DTM). Ao investigar a relação entre o estresse dos policiais brasileiros e a DTM, os autores identificaram que, fatores característicos da profissão, tais quais risco de vida, sobrecarga de trabalho, baixa remuneração e falta de reconhecimento como elementos etiológicos centrais, fazendo ponte com os estudos de Teixeira et al.³ e Jacinto e Zuin¹. A DTM pode afetar diretamente o desempenho profissional, manifestando-se em dores orofaciais e tonturas, reforçando a necessidade de abordagens multidisciplinares e de pesquisas adicionais voltadas à prevenção e ao tratamento dessa condição e demais comorbidades citadas neste estudo.

Considerando os estudos apresentados e a relevância da análise aprofundada dos transtornos psicológicos e suas implicações diretas na jornada e no desempenho da carreira policial, Volpato et al.¹², em revisão integrativa, detalham as distinções diagnósticas e clínicas entre o Transtorno de Estresse Agudo (TEA) e o Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT). A pesquisa, baseada em cinco estudos de alta relevância, evidenciou que ambos os transtornos compartilham sintomas como revivescência do trauma, evitação e alterações emocionais e cognitivas, mas diferem quanto à duração e ao momento de manifestação. O TEA surge logo após o evento traumático, com duração limitada a até um mês, frequentemente acompanhando sintomas dissociativos, como desorientação e sensação de irrealdade. Já o TEPT caracteriza-se por uma resposta prolongada, podendo emergir semanas ou meses após o trauma, ocasionando prejuízos significativos à vida cotidiana, como hipervigilância, isolamento social e irritabilidade. Esses achados dialogam diretamente com os resultados de Teixeira et al.³, reforçando que transtornos como TEPT e TEA contribuem para o agravamento da saúde mental de oficiais da polícia.

Com base nos achados de Volpato et al.¹² e Teixeira et al.³ acerca do impacto do estresse traumático e dos transtornos relacionados, Oliveira et al.²⁶, em estudo sobre a Polícia Rodoviária Federal (PRF) no estado de São Paulo, investigaram os fatores de risco e proteção relacionados ao desenvolvimento de estresse ocupacional em policiais. A pesquisa identificou uma prevalência de estresse de 43,1%, majoritariamente na fase de resistência segundo o modelo de Lipp, com predomínio de sintomas psicológicos. Entre os fatores de risco, destacaram-se ideação suicida, baixa satisfação com o trabalho, percepção de remuneração inadequada, insônia, conflito entre trabalho e família e sensação de falta de treinamento. Em contrapartida, fatores de

proteção incluíram a prática de lazer e maior nível de escolaridade, que reduziram significativamente a probabilidade de desenvolvimento de estresse, embora o efeito do lazer fosse atenuado em contextos de elevado conflito familiar, como mencionado anteriormente no estudo de Rebello de Mattos et al.²³. Os achados reforçam que o estresse ocupacional não depende exclusivamente da exposição a situações críticas ou risco de vida diário, mas é fortemente influenciado por condições organizacionais, evidenciando a necessidade de implementação de programas preventivos e de promoção da saúde.

Diante da convergência dos artigos acima, conclui-se que o estresse ocupacional não se restringe a um fenômeno individual, mas é estruturado pelas condições organizacionais e pela precariedade das políticas de saúde ocupacional. Assim, a literatura revisada indica consenso quanto à necessidade de intervenções institucionais amplas, voltadas à valorização profissional, à redução de cargas horárias, à implementação de programas de resiliência e ao fortalecimento do apoio psicológico, como medidas essenciais para a promoção da saúde e da qualidade de vida policial.

4.3 Transtornos Mentais e Adoecimento Psíquico

Diante do cenário proposto anteriormente, Garcia et al.¹¹ aprofundam a análise ao evidenciar que tais fatores repercutem diretamente no desenvolvimento de distúrbios psiquiátricos menores entre policiais. O estudo identificou prevalência de 33,7% desses quadros, com sintomas como dificuldade de dormir e nervosismo, sendo a incidência ainda maior entre mulheres, o que revela a vulnerabilidade de grupos específicos dentro da corporação. Embora a maioria dos participantes tenha relatado elevado controle sobre as tarefas e apoio social satisfatório, o que pode configurar um ambiente de trabalho ativo quando se trata do modelo demanda e controle; os dados de afastamento laboral, a insatisfação financeira e a recorrência de acidentes de trabalho demonstram que a sobrecarga contínua de demandas se mantém como um fator de risco significativo. Dessa forma, os distúrbios psiquiátricos menores despontam como marcadores clínicos da sobreposição entre estresse organizacional e adoecimento psíquico, reforçando a compreensão de que a saúde mental policial deve ser analisada a partir da interação entre as condições institucionais e as respostas individuais de enfrentamento.

No contexto da saúde mental de policiais militares, Queiroz²⁷, em seu estudo, analisou os fatores de risco psicológicos e institucionais associados ao adoecimento dessa categoria, propondo a implementação de avaliações psicológicas periódicas como estratégia preventiva. O autor destaca que os policiais militares estão expostos a condições de trabalho caracterizadas por tensão constante, sobrecarga emocional e risco de vida, fatores que favorecem o desenvolvimento de transtornos como ansiedade, depressão, síndrome de Burnout e transtorno de estresse pós-traumático. A pesquisa também aponta que a cultura organizacional e o estigma relacionado à busca por apoio psicológico dificultam o reconhecimento do sofrimento mental, resultando em subnotificação e agravamento dos quadros clínicos. Como medida preventiva, Queiroz propõe a institucionalização de avaliações psicológicas contínuas e periódicas.

A revisão integrativa conduzida por Sousa et al.²⁸ teve como objetivo identificar quais aspectos da saúde mental dos policiais foram mais investigados através da literatura de anos anteriores e sistematizando evidências sobre prevalência de adoecimento, fatores de risco e de proteção. O levantamento contemplou 84 artigos publicados no período, agrupados em quatro eixos temáticos e revelou que a maioria dos estudos adotou delineamento transversal (95,2%) e abordagem quantitativa (92,9%). As patologias abordadas mais recorrentes foram o estresse (43,75%), o Transtorno de Estresse Pós-Traumático (19,68%), a depressão (18,41%), a Síndrome de Burnout (13,6%) e a ansiedade (16,85%), além de registros preocupantes de suicídio, cuja incidência foi estimada em até 7,6 vezes maior do que na população geral. Entre os principais fatores de risco, destacaram-se o desgaste físico e emocional, a exposição contínua à violência, a sobrecarga hierárquica e a ausência de suporte institucional, enquanto fatores de proteção incluíram atividade física regular, suporte social e espiritualidade. As autoras também evidenciaram a relutância dos policiais em buscar ajuda psicológica, motivada pelo medo de estigmatização e pela cultura de endurecimento emocional nas corporações. Por fim,

a revisão ressaltou a escassez de estudos voltados a intervenções preventivas e de promoção da saúde mental, apontando a necessidade de políticas institucionais voltadas ao fortalecimento de fatores protetivos e ao enfrentamento das barreiras culturais que dificultam o cuidado psicológico no contexto policial.

Apesar de estudos como Sousa et al.²⁸ ressaltarem os altos níveis de adoecimento psicológico entre policiais, também é referenciada a atividade física como fator de proteção contra a alta incidência de psicopatologias no setor. Nesse sentido, Batista²⁹, em sua dissertação sobre a Polícia de Segurança Pública (PSP) de Portugal, destaca a importância da atividade física como fator de resiliência frente às exigências emocionais e ocupacionais da profissão. A autora investigou 245 agentes de diferentes patentes e unidades operacionais, observando que níveis elevados de AF estavam associados a estilos de vida mais saudáveis e a menor vulnerabilidade ao stress. Ainda que não tenha sido encontrada uma correlação estatisticamente significativa entre o nível total de AF e a vulnerabilidade ao stress, identificou-se uma relação inversa entre estilo de vida e vulnerabilidade psicológica, sugerindo que hábitos cotidianos saudáveis podem atuar como mediadores da saúde mental. Assim, os achados de Batista²⁹ ampliam a discussão sobre as vulnerabilidades na carreira policial ao evidenciar que estratégias de promoção da saúde física também podem funcionar como ferramentas preventivas contra o adoecimento psíquico.

A partir da constatação de que os distúrbios psiquiátricos menores funcionam como marcadores iniciais do sofrimento, Andrade et al.⁸ aprofundam a análise do impacto dos transtornos mentais em policiais, evidenciando que a natureza conflituosa da atividade policial, associada à sobrecarga laboral e ao contato frequente com situações de violência e morte, expõe esses profissionais a quadros graves de depressão, ansiedade, transtornos do humor, abuso de substâncias e risco de suicídio. Entre as contribuições centrais deste estudo, destaca-se a defesa da necessidade de identificação precoce de sinais de instabilidade emocional, para que seja possível encaminhar o policial ao tratamento adequado e favorecer sua reinserção no ambiente familiar, social e profissional, evitando processos de estigmatização.

A fim de ampliar a compreensão dos impactos dos transtornos mentais na corporação, Silva et al.²¹ investigaram a prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse em policiais militares de Campina Grande (PB), revelando que, embora a maioria dos profissionais não apresentasse níveis elevados desses sintomas, alguns subgrupos mostraram maior vulnerabilidade, especialmente as mulheres, que tiveram tendências superiores ao desenvolvimento de quadros depressivos e ansiosos. O estudo evidenciou ainda que fatores como baixa patente e sobrecarga hierárquica estavam associados a níveis mais elevados de estresse, enquanto a prática regular de atividade física mostrou-se um importante fator de proteção. Entretanto, a ausência de acompanhamento psicológico entre a maioria dos policiais destacou o peso do estigma institucional, que frequentemente desestimula a busca por apoio especializado. Esses resultados complementam os achados de Andrade et al.⁸, indicando que, mesmo em contextos nos quais a prevalência de sintomas clínicos não se apresenta de forma alarmante, a combinação de desigualdades de gênero, pressões hierárquicas e barreiras culturais ao cuidado psicológico podem configurar um terreno fértil para o adoecimento psíquico, reforçando a necessidade de intervenções preventivas e de suporte contínuo dentro da corporação.

Em continuidade à análise da prevalência de transtornos mentais entre policiais, Castro e Cruz¹⁰ investigaram a ocorrência desses quadros em policiais civis e sua relação com a percepção de suporte familiar, identificando que 15,9% dos participantes apresentaram algum transtorno mental, com destaque para transtornos de ansiedade, depressão e abuso de substâncias. Os resultados mostraram ainda que os policiais que perceberam maior suporte familiar apresentaram menor probabilidade de adoecimento, evidenciando o papel protetivo das relações familiares frente às pressões institucionais e às demandas do trabalho policial. Em contrapartida, a ausência desse suporte foi associada a maior vulnerabilidade, reforçando a importância dos vínculos sociais como mediadores da saúde mental.

Na sequência, Sousa e Barroso² investigaram a prevalência do adoecimento emocional em policiais militares de Minas Gerais, definido pela presença simultânea de sintomas de depressão e burnout, encontrando incidência de 14,8% na amostra. O estudo identificou como fatores associados o estresse elevado, a

insatisfação com o trabalho, a percepção negativa da saúde mental e baixos níveis de resiliência, que atuaram como variáveis preditoras do adoecimento. Apesar de a maior parte dos policiais não apresentar indicadores clínicos graves, os autores alertam para a naturalização de situações traumáticas e estressoras, que pode mascarar quadros de sofrimento psíquico e retardar a busca por ajuda. A relevância da resiliência enquanto fator protetivo se destacou, apontando caminhos para intervenções institucionais voltadas ao fortalecimento de recursos internos e sociais.

4.4 Variáveis Psicológicas, Culturais e Demográficas

Em consonância com os achados deste trabalho, o estudo de Craddock et al.³¹, realizado nos Estados Unidos, evidencia como policiais expostos diariamente a incidentes críticos acumulam traumas ocupacionais que afetam tanto a vida pessoal quanto os vínculos sociais. Uma pesquisa com 408 policiais e ex-policiais confirmou correlações significativas entre anos de serviço e a ocorrência de eventos traumáticos, bem como entre eventos traumáticos e sintomas de estresse pós-traumático e alterações na visão de mundo e na percepção dos outros. O texto também destaca a desconfiança em relação aos outros e o impacto nas relações familiares, com incidentes como abuso ou morte de crianças sendo os mais perturbadores para os oficiais.

Santre³², em acordo com os estudos de Craddock³¹, ressalta que policiais constituem um grupo de alto risco para o desenvolvimento de transtornos mentais em razão da natureza desafiadora e estressante de suas funções. A literatura também aponta uma prevalência significativamente maior de TEPT e depressão quando comparada à população geral. Fatores de risco incluem a falta de apoio social organizacional, altas demandas, carga de trabalho excessiva, cultura policial e a exposição repetida a eventos traumáticos, levando a consequências negativas para a saúde mental e física, que incluem problemas conjugais, dificuldades de sono, lesões ocupacionais, hipertensão, aumento da agressividade, abuso de substâncias e ideação suicida. Apesar da alta incidência de adoecimento, os policiais frequentemente hesitam em buscar ajuda, em grande parte devido aos preconceitos associados à carreira. Ademais, foi enfatizada a importância de programas proativos de promoção da saúde mental, mencionando iniciativas bem-sucedidas no Canadá, na Grécia e nos Estados Unidos.

Os dados disponibilizados por Santre³² dialogam diretamente com o estudo de Jetelina et al.¹⁴, que identificou, na cidade de Dallas, uma prevalência discrepante de sintomas de transtornos mentais, em que 26% dos policiais entrevistados apresentaram sintomas atuais de transtornos mentais, enquanto apenas 17% buscaram atendimento psicológico nos últimos 12 meses. O estudo identificou as principais barreiras para a busca de ajuda, incluindo o medo de serem considerados "inaptos para o serviço", a preocupação com a confidencialidade e a crença de que os psicólogos não conseguem compreender a natureza da profissão. Além disso, observou-se que policiais com ideação suicida ou comportamentos auto lesivos tinham sete vezes mais chances de demonstrar interesse em tratamento, evidenciando a urgência de intervenções que integrem triagem psicológica regular e estratégias para mitigar o estigma institucional.

Keech et al.³³ destacam que a mentalidade sobre o estresse exerce um papel indireto, apesar de significativo, na saúde dos policiais. A pesquisa demonstrou que, quando o estresse é percebido de forma mais positiva, há maior propensão à adoção de comportamentos proativos de enfrentamento, redução dos sintomas físicos associados e, consequentemente, melhor bem-estar psicológico e físico. Esses achados sugerem que, além de medidas institucionais e culturais, aspectos cognitivos individuais podem atuar como fatores de proteção em contextos ocupacionais de alto risco.

estudo de Parks e Kirby³⁴ amplia a discussão ao situar o sofrimento psíquico policial não apenas em fatores ocupacionais ou individuais, mas também em um contexto histórico e estrutural conectado com o racismo. As autoras argumentam que a polícia foi concebida como um aparato de controle social para manutenção de desigualdades, reforçando práticas discriminatórias e um ambiente organizacional permeado pela impunidade. Assim, além dos riscos ligados à exposição a situações críticas, o próprio sistema atua como fator de risco, normalizando o estresse, inibindo a busca por ajuda psicológica e fragilizando a saúde mental

dos profissionais.

Nesse sentido, Burke³⁵, em concordância com Parks e Kirby³⁴, também oferece uma perspectiva complementar ao evidenciar que estratégias de policiamento democrático, baseadas em justiça processual e policiamento comunitário, podem atenuar esses impactos. Em estudo realizado em um departamento na Califórnia, a autora identificou que maior apoio a essas práticas está significativamente associado à redução do estresse ocupacional, da ansiedade, da depressão e do afeto negativo. As entrevistas revelaram que tais abordagens reduzem a ameaça percebida nas interações intergrupais, aumentam as oportunidades de contato positivo com a comunidade e contribuem para uma autoimagem mais positiva dos policiais, reafirmando o conteúdo explorado em Keech et al.³³. O estudo reforça, portanto, que mudanças culturais no policiamento, orientadas por princípios de empatia e cooperação, não apenas promovem o bem-estar psicológico dos oficiais, como também fortalecem a segurança pública.

Em contraste com os achados internacionais, a dissertação de Vecchi³⁶ amplia o panorama para o cenário brasileiro, no qual foram investigadas variáveis psicológicas, demográficas, ocupacionais e clínicas associadas ao risco no porte de arma entre policiais civis. O estudo foi composto por três etapas: uma revisão de escopo identificou como preditores de risco a presença de transtornos mentais, abuso de álcool, ansiedade e acesso facilitado a armas; uma revisão integrativa destacou a relevância de características de personalidade, processos cognitivos e indicadores clínicos, geralmente avaliados por entrevistas e testes psicométricos; e, por fim, uma investigação empírica com 250 policiais civis revelou uma correlação negativa significativa entre idade e funções cognitivas, sugerindo maior propensão ao risco em policiais mais velhos. Nos resultados, porém, não foram encontradas associações entre transtornos mentais e baixo desempenho cognitivo ou alterações de personalidade, reforçando a necessidade de aprimorar os métodos de avaliação psicológica para o porte de arma, a fim de aumentar a precisão na identificação de indivíduos com maior probabilidade de adotar comportamentos de risco.

4.5 Conclusão geral dos dados coletados

Perante os dados observados, compreender as vulnerabilidades psicológicas vividas por policiais vai além de uma necessidade acadêmica, mas trata-se de um compromisso ético com a manutenção da saúde mental desses profissionais. É importante reconhecer que o peso emocional da rotina policial tem levado a um aumento significativo nos afastamentos por questões psicológicas. Em São Paulo, entre 2019 e 2023, o número de policiais militares afastados por complicações na saúde mental cresceu quase 40%, passando de mil duzentos e três para mil seiscentos e sessenta e sete³⁷. Já no Tocantins, nesse mesmo intervalo, setecentos e quarenta e três policiais militares solicitaram afastamento por transtornos mentais, o que representa, em média, um pedido de afastamento a cada três dias³⁸.

5. Conclusão

O presente estudo atendeu ao objetivo de compreender, por meio de uma abordagem bibliográfica, como as condições de trabalho, estrutura organizacional, fatores ocupacionais, transtornos mentais, recursos psicoculturais e variáveis demográficas se entrelaçam para produzir o adoecimento psíquico nos policiais. A pesquisa conseguiu mapear evidências em diferentes eixos temáticos, sintetizar resultados de uma gama de artigos nacionais e internacionais relevantes, e demonstrar que o sofrimento psicológico policial vai além da exposição ao risco ou violência direta, ele também envolve dimensões institucionais, estruturais e pessoais. Assim, confirmou-se a hipótese inicial de que o estresse e os transtornos adquiridos na carreira policial estão fortemente condicionados por variáveis externas e internas, o que demonstra que o presente estudo atendeu integralmente à proposta de investigar tais relações.

De maneira sintética, os agrupamentos da discussão demonstraram que no eixo de condições de trabalho e estrutura organizacional, emergiram como centrais fatores a rigidez hierárquica, infraestruturas deficitárias, naturalização do sofrimento, falta de reconhecimento, excesso de escalas e burocracias; no bloco da saúde ocupacional, estresse e burnout, identificou-se prevalência significativa de sintomas de esgotamento ocupacional, altas demandas, jornadas exaustivas, baixa qualidade de programas institucionais de prevenção e suporte psicológico, e correlação entre burnout e falhas organizacionais; no eixo de transtornos mentais e adoecimento psíquico, os artigos revelaram alta incidência de depressão, ansiedade e sintomas psiquiátricos menores, influência de gênero, suporte familiar e estigmas institucionais; e, por fim, no tema de variáveis psicológicas, culturais e demográficas, destacam-se que fatores individuais como escolaridade, crenças culturais, identidade profissional e suporte social modulam tanto a vulnerabilidade quanto os mecanismos de proteção frente ao adoecimento psíquico.

Entretanto, é válido destacar que o estudo possui limitações, ele foi restrito a uma revisão bibliográfica, o que impede a captação de nuances contextuais atuais dos diferentes estados brasileiros; foi utilizado apenas artigos publicados, o que pode implicar na inserção não proposital do viés presente nas publicações. Essas limitações, contudo, abrem oportunidades para pesquisas futuras que realizem levantamento de campo, estudos mistos com uso de dados primários, acompanhamento longitudinal de policiais, avaliações regionais e interdisciplinares, de modo a aprofundar o entendimento dos mecanismos de adoecimento psíquico e testar intervenções institucionais propostas.

6. Referências

- 1- Jacinto GP, Zuin DC. Repercussões do trabalho na vida de policiais: uma revisão integrativa. *Revista de Gestão e Secretariado (GeSec)*. 2024;15(5):1–20. [Internet]. [acesso em 25 abr 2025]. Disponível em: <https://ojs.revistagesec.org.br/secretariado/article/view/3609/2381>
- 2- Sousa RC, Barroso SMF. Fatores associados ao adoecimento emocional de policiais militares. *Avaliação Psicológica*. 2023 jul-set;22(3):298–308. [Internet]. [acesso em 25 abr 2025]. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712023000300298
- 3- Teixeira HC, Neto DL, Costa AG, Vieira HWD, Pereira Leite JCRA, Sousa MN. Repercussões do estresse ocupacional entre militares no Brasil: revisão integrativa. *Psicologia*. 2024;28(138):1–21. [Internet]. [acesso em 22 abr 2025]. Disponível em: <https://revistaft.com.br/repercussoes-do-estresseocupacional-entre-militares-no-brasil-revisao-integrativa/>
- 4- Tribuna Online. Pernambuco: mais de 460 policiais afastados em 2024 por questões de saúde mental. [Internet]. 2025 [acesso em 26 mai 2025]. Disponível em: <https://tribunaonline.com.br/pernambuco/cidades/pernambuco-mais-de-460-policiais-afastados-em2024-por-questoes-de-saude-mental-207260>
- 5- Agência Gov. Pressão constante e exposição a situações extremas aumentam os casos de depressão e suicídio entre os profissionais de segurança pública e saúde. [Internet]. 2024 [acesso em 26 mai 2025]. Disponível em: <https://agenciagov.ebc.com.br/noticias/202410/pressao-constante-e-exposicao-a-situacoes-extremas-aumentam-os-casos-de-depressao-e-suicidio-entre-os-profissionais-deseguranca-publica-e-saude>
- 6- Jornal da USP. Suicídio é a maior causa de morte entre policiais no Brasil. [Internet]. 2025 [acesso em 26 mai 2025]. Disponível em: <https://jornal.usp.br/campus-ribeirao-preto/suicidio-e-a-maiorcausa-de-morte-entre-policiais-no-brasil>
- 7- Rodrigues APG, Luiz DP, Duarte R. A vulnerabilidade ao estresse apresentada pelo policial militar diante

do clima organizacional da corporação. *Revista Brasileira de Estudos de Segurança Pública*. 2021;14(1):1–15. [Internet]. [acesso em 21 abr 2025]. Disponível em: <https://revista.ssp.go.gov.br/index.php/rebesp/article/view/503>

8- Andrade RNN, Silva MS, Leão SM. Impacto dos transtornos mentais em policiais militares. *Revista F&T – Ciências Humanas, Ciências Jurídicas e Ciências Sociais*. 2023 jun;27(123):1–20. [Internet]. [acesso em 16 abr 2025]. Disponível em: <https://revistaft.com.br/impacto-dos-transtornos-mentais-empoliciais-militares/>

9- Associação Americana de Psiquiatria. *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5-TR. 5^a ed. rev.* Porto Alegre: Artmed; 2022.

10- Castro MCD, Cruz RM. Prevalência de transtornos mentais e percepção de suporte familiar em policiais civis. *Psicologia: Ciência e Profissão*. 2015;35(2):271–89. doi:10.1590/1982-370300702013

11- Garcia VA, Monteiro JK, Gregoviski VR. Distúrbios psiquiátricos menores e estresse em policiais militares. *Revista Brasileira de Revisão em Saúde*. 2023 mai–jun;6(3):11537–51. doi:10.34119/bjhrv6n3-248.

12- Volpato GB, et al. Transtorno de estresse agudo e estresse pós-traumático: diferenças e diagnóstico. *Revista Médica de Biociências e Pesquisa*. 2025;2(2):129–41. doi:10.70164/jmbr.v2i2.574. 32

13- Dias CA, Siqueira MVS, Ferreira LB. Análise socioclínica do contexto do trabalho e sua relação com o adoecimento mental de policiais militares do Distrito Federal. *Cadernos EBAPE.BR*. 2023;21(1):e-2022-0095. doi:10.1590/1679-395120220095

14- Jetelina KK, et al. Prevalência de transtornos mentais e uso de cuidados em saúde mental entre policiais. *Rede JAMA Aberta*. 2020 out;3(10):e2019658. doi:10.1001/jamanetworkopen.2020.19658.

15- Creswell JW, De L, Imilda M. Projeto de pesquisa: métodos qualitativos, quantitativo e misto. Porto Alegre: Artmed; 2010.

16- Puccini S, et al. Ferramentas de busca na internet para educação médica: vantagens e desvantagens do Google Acadêmico, PubMed e SciELO. *Cadernos UniFOA*. 2025;7(1 Sup):132–132.

17- Packer AL, et al. SciELO: uma metodologia para publicação eletrônica. *Ciência da Informação*. 1998;27(2). doi:10.1590/S0100-19651998000200001

18- Souza FS. Qualidade de vida do policial civil: fatores de estresse ocupacional. *Revista da Escola Superior de Polícia Civil*. 2020;1(3):1–15. [Internet]. [acesso em 24 set 2025]. Disponível em: https://www.escola.pc.pr.gov.br/sites/espc/arquivos_restritos/files/documento/2020-05/artigo_3_felipe_souza.pdf

19- Luz MP, Vilete L. Políticas para a polícia: questões de saúde mental entre policiais. *Revista de Psicologia Criminal e Policial*. 2022;38:1–10. [Internet]. [acesso em 24 set 2025]. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/FVk6nMVP4KHvZp9sm5KQVsR/?format=pdf&lang=pt>

20- Borges AA. Polícia e saúde: entrevista com o Diretor-Geral de Saúde da Polícia Militar do Estado do Rio de Janeiro. *Ciência e Saúde Coletiva*. 2021 mar;18(3):1–13. [Internet]. [acesso em 24 set 2025]. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/4nKf9xs6WCrQFhX8SbhMcNC/?lang=pt>

- 21- Bertassoni da Silva G, Miranda da Cunha Vargas R, Furtado Holanda A. Prática policial e o “não estar em paz”: a importância do investimento em saúde mental na polícia. *Revista Brasileira de Segurança Pública*. 2023;17(2):332–47. doi:10.31060/rbsp.2023.v17.n2.1683.
- 22- Ribeiro BMS, Scorsolini-Comin F, Robazzi MLC, Santos SVM, Terra FS, Dalri RC. Fatores associados à síndrome de Burnout em policiais: revisão de escopo. *Revista Brasileira de Enfermagem*. 2024;76(4):e20220421. [Internet]. [acesso em 24 set 2025]. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/cKHqQRsBFRghCW6k7rbKzDc/?lang=pt>
- 23- Menezes MVM, Souza Júnior CJP, Souza LR, Rebello de Mattos RMP, Pimentel D. Perfil de policiais militares com estresse ocupacional. *Revista da Defensoria Pública do Estado do Paraná*. 2023;3(2):1–15. [Internet]. [acesso em 24 set 2025]. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/328/299>
- 24- Santos FB, et al. Estresse ocupacional e engajamento no trabalho entre policiais militares. *Ciência e Saúde Coletiva*. 2021;26:5987–5996. [Internet]. [acesso em 24 set 2025]. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/H96LNxsR5T6TpsspRQGnc8gN/?format=pdf&lang=pt>
- 25- Urbani G, Cozendey-Silva EN, de Jesus LF. Síndrome da disfunção da articulação temporomandibular e o estresse presente no trabalho policial: revisão integrativa. *Ciência e Saúde Coletiva*. 2019 mai;24(5):1753–65. [Internet]. [acesso em 24 set 2025]. Disponível em: <https://research.ebsco.com/c/gwafqq/viewer/pdf/tsoguif6qv>
- 26- Oliveira LPA, Oliveira LG, Carvalho HB. Fatores de risco e proteção para o desenvolvimento do estresse na Polícia Rodoviária Federal. *Estudos de Psicologia (Campinas)*. 2022;40:e210194. 33 [Internet]. [acesso em 24 set 2025]. Disponível em: <https://periodicos.puccampinas.edu.br/estpsi/article/view/10407>
- 27- Queiroz LCM. Avaliação psicológica continuada: prevenção do adoecimento mental do policial militar. *Revista Foco*. 2025;18(2):1–17. [Internet]. [acesso em 24 set 2025]. Disponível em: <https://research.ebsco.com/c/gwafqq/viewer/pdf/jihktvhwdj>
- 28- Sousa RC, et al. Aspectos de saúde mental investigados em policiais. *Saúde e Sociedade*. [acesso em 24 set 2025]. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/dK4NbsXDRCbwYDXQRS9Mnk/>
- 29- Batista CS. A atividade física, o estresse e o estilo de vida na Polícia de Segurança Pública. Abril. 2014. [acesso em 24 set 2025]. Disponível em: <https://comum.rcaap.pt/entities/publication/10ab2d3a1ac2-48c7-b30f-887cbe08d5e1>
- 30- Silva AS, Santos AS, Silva PMC, Medeiros ACT, Lima GMB. Prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse em policiais militares. *Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental*. 2023;15:e12225. doi:10.9789/2175-5361.rpcfo.v15.12225. [acesso em 24 set 2025]. Disponível em: <https://seer.unirio.br/cuidadofundamental/article/view/12225>
- 31- Craddock TB, Telesco G. Estresse policial e consequências prejudiciais: esforços para melhorar a saúde mental na polícia. *Revista de Psicologia Policial e Criminal*. 2022;37(1):173–82. doi:10.1007/s11896-021-09488-1. [acesso em 24 set 2025]. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34776601/>
- 32- Santre S. Transtornos mentais e promoção da saúde mental em policiais. *Psicologia da Saúde*. 2024;12:e93904. doi:10.52965/001c.93904. [acesso em 24 set 2025]. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38375073/>

- 33- Keech JJ, Cole KL, Hagger MS, Hamilton K. Associação entre crenças sobre o estresse e bemestar físico e psicológico: testando um modelo de crenças sobre estresse em policiais. *Psicologia & Saúde*. 2020 nov;35(11):1306–25. doi:10.1080/08870446.2020.1743841. [acesso em 24 set 2025]. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32212946/>
- 34- Parks N, Kirby B. A função da força policial: uma revisão analítico-comportamental da história de como a polícia surgiu na América. *Análise Comportamental na Prática*. 2021;15(4):1205–12. [acesso em 24 set 2025]. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36605154/>
- 35- Burke KC. Polícia democrática e bem-estar do policial. *Fronteiras em Psicologia*. 2020;11:874. doi:10.3389/fpsyg.2020.00874. [acesso em 24 set 2025]. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32528350/>
- 36- Vecchi M. O papel das variáveis psicológicas, demográficas, ocupacionais e clínicas na avaliação da propensão ao risco de portar arma de fogo em policiais civis. 2023. 142 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) — Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2023. [acesso em 24 set 2025]. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/256562>
- 37- SBT News. Afastamento de policiais militares por problemas de saúde mental aumenta quase 40% em São Paulo. 2024. [acesso em 26 mai 2025]. Disponível em: <https://sbtnews.sbt.com.br/noticia/saude/afastamento-de-policiais-militares-por-problemas-de-saudemental-aumenta-quase-40-em-sao-paulo>