

## CARACTERIZAÇÃO DA SÍNDROME DE BURNOUT EM POLICIAIS MILITARES RELACIONADA AOS RISCOS OCUPACIONAIS: REVISÃO DE LITERATURA

Ana Letícia Costa Carneiro<sup>1</sup>; Carla Viviane Nobre<sup>1</sup>; Rebeca de Souza Maciel<sup>1</sup>;  
Huana Carolina Candido Morais<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá.  
E-mail: leticiacarneiro1506@gmail.com; u7vivianenobreu7@hotmail.com;  
rebecamaciel32@gmail.com

<sup>2</sup>Docente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá.  
E-mail: huanamorais@unicatolicaquixada.edu.br

### RESUMO

A Síndrome de Burnout (SB) é caracterizada por um distúrbio psíquico de caráter depressivo, denominado como um estresse ocupacional precedido de esgotamento físico e mental intenso, sendo um estado de esgotamento físico e mental cuja causa está intimamente ligada à vida profissional, onde uma das principais profissões acometidas são os Policiais Militares (PM). Assim, ressalta-se a necessidade de discussões que englobem os PM e os riscos ocupacionais presentes. Nessa perspectiva, a presente pesquisa objetivou analisar através de uma revisão de literatura a caracterização da SB em PM decorrente da jornada de trabalho. Trata-se de uma revisão de literatura, realizada nos bancos de dados científico SciELO e BVS, pelo cruzamento dos descritores de Ciência em Saúde: Síndrome de Burnout e Riscos Ocupacionais. Os critérios de inclusão foram: artigos completos publicados no período 2006 a 2017, de domínio público e disponível na língua portuguesa e que apresentassem a caracterização da Síndrome de Burnout nos policiais militares decorrente dos riscos ocupacionais. Foram excluídos os artigos com duplicidade. Foram encontrados 14 artigos, mas somente 8 artigos compuseram a amostra do estudo. Dos resultados obtidos, foi possível perceber que os riscos ocupacionais só aumentam na jornada de trabalho dos PM, ocorrendo sempre o estresse, sobrecarga e pressão. Os profissionais de saúde também devem se empoderar sobre o assunto para que posteriormente deem suporte e assistência a esse público. É notório a importância que essa temática seja mais abordada na sociedade, para que assim, uma nova percepção sobre o tema seja conquistada.

**Palavras-chave:** Estresse Ocupacional. Riscos Ocupacionais. Cansaço emocional.

### INTRODUÇÃO

A Síndrome de Burnout (SB) vem se tornando um problema psíquico frequente no cotidiano, sabe-se que ela é considerada um distúrbio emocional, que se centraliza na vida pessoal do indivíduo, o levando a questionamentos em relação a sua responsabilidade e personalidade desenvolvida nas suas vivências de trabalho (FERREIRA et al., 2016).

A literatura mostra que os Policiais Militares (PM) são um dos profissionais que mais sofrem de estresse no dia a dia, pois estão constantemente expostos ao perigo e à agressão, devendo frequentemente intervir em situações de problemas humanos de muito conflito e tensão. Pelas características da sua profissão, o PM tem alto índice de desenvolver a SB, considerando um tipo específico de estresse crônico (COSTA et al., 2007).

A SB é uma síndrome que afeta profissionais que estão em contato com pessoas durante suas jornadas de trabalho, causando exaustão emocional e despersonalização. Uma

característica desta síndrome é o aumento de sentimentos relacionados à exaustão emocional, aliada ao desenvolvimento de sentimentos e atitudes negativas frente às pessoas que se relacionam no e pelo trabalho (ASCARI, 2016).

Segundo Andrade (2017) o comportamento das pessoas no ambiente de trabalho é interferido justamente pelas características pessoais, tais como: a personalidade, motivação, habilidades, capacidade, entre outros. A proatividade do indivíduo no trabalho influencia de forma positiva na qualidade de vida profissional, assim como a saúde física e mental.

A atuação dos profissionais de saúde é fundamental para que ocorram as devidas orientações, tais como: ter uma boa alimentação; a prática ativa de exercícios físicos; ter momentos de lazer; realizar atividades; distribuir as atividades de forma adequada; cultivar o relacionamento entre amigos e familiares, arrumar um tempo para si e sempre que possível relaxar.

O objetivo do presente trabalho é caracterizar a Síndrome de Burnout nos Policiais Militares decorrente dos riscos ocupacionais, e posteriormente, trazer a percepção de que essa síndrome está presente na sociedade e principalmente expor os fatores que influenciam os PM a sofrerem a SB. Além disso, o trabalho também tem como finalidade mostrar a importância desses profissionais buscarem um bom relacionamento com os colegas de trabalho; saber administrar o tempo; evitar longas jornadas de trabalho e tentar proporcionar um ambiente agradável.

## METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão de literatura de caráter exploratório, com os Policiais Militares (PM) abordando sobre os riscos ocupacionais presentes durante a jornada de trabalho dos mesmos denotando a Síndrome de Burnout (SB).

O estudo foi realizado nos bancos de dados científico SciELO e BVS, pelo cruzamento dos descritores de Ciência em Saúde: Síndrome de Burnout e Riscos Ocupacionais. Os critérios de inclusão foram: artigos completos publicados no período 2006 a 2017, de domínio público e disponível na língua portuguesa e que apresentassem a caracterização da Síndrome de Burnout nos policiais militares decorrente dos riscos ocupacionais. Foram excluídos os artigos com duplicidade. Foram encontrados 14 artigos, mas somente 8 artigos compuseram a amostra do estudo.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

O profissional vive sob pressão constante e em consequência, sofre alteração no seu padrão normal de pensar e agir, além de apresentar dificuldades para estabelecer prioridades ocasionando sensações de hesitação, visão estreita, raciocínio confuso e ilógico que passam a fazer parte do seu dia a dia (PORTELA et al., 2007).

Segundo Garbarino et al. (2014) defende que o estresse pode estar relacionado tanto à vida pessoal como à vida social dos indivíduos, manifestando-se de maneira distinta em cada indivíduo.

Dependendo da intensidade dessas condições de desgaste, o estresse se manifesta e acaba impactando diretamente na saúde das pessoas (WALVEKAR et al., 2015).

Segundo Dantas et al. (2010) o exercício da profissão de policial ou de guarda municipal leva esses indivíduos a enfrentar diariamente contingências de muito desgaste psicológico, pois precisam estar sempre prontos para proteger a sociedade, atentos para perceber qualquer situação de perigo e agir de forma preventiva, sem que haja perda do controle da situação.

A SB tem sido considerada um problema social de grande relevância e vem sendo investigada em diversos países, uma vez que se encontra vinculada a grandes custos organizacionais. Alguns destes custos devem-se a rotatividade de pessoal, absenteísmo, problemas de produtividade e qualidade e também por associar-se a vários tipos de disfunções pessoais, como o surgimento de graves problemas psicológicos e físicos podendo levar o trabalhador a incapacidade total para o trabalho (FERREIRA et al., 2016).

## CONCLUSÕES

Percebe-se que na maioria dos Policiais Militares (PM) desenvolvem a síndrome no nível intermediário, apresentando a sintomatologia de cefaleia, dificuldade para se concentrar, insônia e principalmente pela sobrecarga no trabalho.

Havendo a necessidade de medidas concretas, tais como, a criação de espaços de escuta dos problemas que os policiais vivenciam no cotidiano e em momentos de grandes tensões, para que melhore o desempenho técnico e a maior qualidade de vida para eles e suas famílias.

Recomenda-se projetos de bem-estar psicológico direcionados ao policial militar, pois situações de risco podem, em longo prazo, gerar efeitos colaterais severos como o desenvolvimento de patologias, ou na falta de controle acerca do comportamento agressivo, esses fatores constituem risco direto à população.

## REFERÊNCIAS

- FERREIRA, W. F. S.; VASCONCELOS, C. R.; OSELAME, G. B.; OLIVEIRA, E. M.; DUTRA, D. A. A síndrome de burnout em um hospital militar e sua interrelação com a enfermagem. **C&D-Revista Eletrônica da Fainor**, Vitória da Conquista, v.9, n.2, p.124-145, jul./dez. 2016.
- COSTA, M.; JÚNIOR, H. A. OLIVEIRA, J. MAIA, E. Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. **Rev Panam Salud Publica**, Natal, v.21, n.4, 2007, p.217-22.
- ASCARI, R. A.; DUMKE, M; DACOL, P. M.; JUNIOR, S. M.; SÁ, C. A.; LAUTERT, L. Prevalência de risco para síndrome de burnout em policiais militares. Santa Catarina, **Cogitare Enferm.** 2016 Abr/jun; v.21, n.2, p:01-10.
- ANDRADE, J. de S.; GUIMARÃES, L. A. M. Estresse ocupacional, hardiness, qualidade de vida de policiais militares. **R. Laborativa**, v. 6, n. 1 (especial), p. 80-105, abr./2017. Disponível: <<http://ojs.unesp.br/index.php/rlaborativa>>
- PORTELA, A.; BUGHAY FILHO, A. Nível de estresse de policiais militares: comparativo entre sedentários e praticantes de atividade física. **Rev. Digital**, v.11, n.106, 2007.
- GARBARINO, S.; CHIORRI, C.; MAGNAVITA, N. Personality traits of the Five-Factor Model are associated with work-related stress in special force police officers. **International Archives of Occupational and Environmental Health**, Bethesda, v. 87, n. 3, p. 295-306, 2014. Disponível em: <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23463443>>
- WALVEKAR, S. S.; AMBEKAR, J. G.; DEVARANAVADAGI, B. B. Study on Serum cortisol and Perceived Stress Scale in the Police Constables. **Journal of Clinical and**

**Diagnostic Research**, Bethesda, v. 9, n. 2, p. 10-4, 2015. Disponível em: <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4378726/pdf/jcdr-9-BC10.pdf>>

DANTAS, M. A., BRITO, D. V. C., RODRIGUES, P. B.; MACIENTE, T. S. Avaliação de estresse em policiais militares [Stress assessment in military police]. **Psicologia: Teoria e Prática**, v.12, n.3, p.66-77, 2010.