

# AS FONTES ESTRESSORAS OCUPACIONAIS E A POLÍCIA MILITAR DO ESTADO DE MATO GROSSO: ANÁLISE DE UM BATALHÃO DA CAPITAL

Grasielle Paes Silva Bugalho<sup>1</sup>  
Manoel Bugalho Neto<sup>2</sup>

## RESUMO

Este estudo aborda o estresse e suas fases, as fontes estressoras ocupacionais e a relação entre ambos. Foram analisados dados disponibilizados pela Secretaria de Segurança Pública de Mato Grosso, resultantes da aplicação, por profissionais da psicologia, do Kit Lipp de avaliação do estresse, composto por: Inventário de Sintomas de Stress de Lipp (ISSL), Inventário de Fontes Estressoras no Trabalho e Escala analógica Visual. Foram selecionados dados de 147 policiais militares de um mesmo Batalhão da Capital, analisados quali-quantitativamente. Foi constatado que 40% dos mapeados estavam com sintomas do estresse, com expressiva diferença entre mulheres (73%) e homens (37%). A atividade profissional foi considerada altamente estressante, os estressores ocupacionais foram avaliados como muitos/excessivos e intensos, sendo evidenciada a relação direta entre eles e o estresse.

**Palavras-chaves:** *Estresse - Fontes Estressoras Ocupacionais - Policial Militar.*

## ABSTRACT

This study deals with stress and its phases, occupational stress sources and the relationship between them. We analyzed data provided by the Public Security Bureau of Mato Grosso, resulting from application by professionals from psychology, Kit stress assessment Lipp, composed of Lipp Stress Symptoms Inventory (LSSI), Police Officers Stressors Questionnaire (POSQ) and Stress Assessment scale. Data 147 military police from the same Battalion Capital were selected, analyzed qualitative and quantitatively. It was found that 40% of the mapped were with symptoms of stress, with a significant difference in women (73%) and men (37%). The occupation was considered highly stressful, occupational stressors were evaluated as many/excessive and intense, evidencing the direct relationship between them and stress.

**Keywords:** *Stress - Causes of occupational stress - Police Officer.*

---

<sup>1</sup> Tenente Coronel da Polícia Militar do Estado de Mato Grosso. Graduação: Curso de Formação de Oficiais, APMCV, Várzea Grande-MT. Bacharel em Direito, Universidade de Cuiabá-MT. Pós Graduação Lato Sensu: Gestão de Segurança Pública/Curso de Aperfeiçoamento de Oficiais, Universidade do Estado de Mato Grosso - UNEMAT/APMCV. Curso de Especialização em Terapia Comportamental Cognitiva, Instituto de Psicologia e Controle do Stress Marilda Lipp, São Paulo-SP.

<sup>2</sup> Tenente Coronel da Polícia Militar do Estado de Mato Grosso. Graduação: Curso de Formação de Oficiais, APMCV, Várzea Grande-MT. Pós Graduação Lato Sensu: Gestão de Segurança Pública/Curso de Aperfeiçoamento de Oficiais, Universidade do Estado de Mato Grosso - UNEMAT/APMCV. Curso de Especialização em Terapia Comportamental Cognitiva, Instituto de Psicologia e Controle do Stress Marilda Lipp, São Paulo-SP.

## INTRODUÇÃO

Atualmente, como expoente das demandas sociais brasileiras, a violência tem sido discutida em vários setores da sociedade e amplamente noticiada pela mídia. Neste contexto, esta temática e suas variáveis têm pautado estudos acadêmicos em várias áreas do conhecimento.

O Estado brasileiro estruturou a segurança pública a fim de trabalhar as questões de justiça criminal, o que envolve a temática da violência. Dentre outras, uma instituição criada constitucionalmente para fazer frente às demandas de segurança pública foi a Polícia Militar que possui como atribuições as atividades de polícia ostensiva e a manutenção da ordem pública.

A atividade policial é caracterizada pela constante exposição de seus operadores às situações conflituosas, como a violência presente nas ocorrências atendidas, a tomada de decisão rápida em situações de risco, na diversidade de ambientes onde são realizadas as operações, e outros fatores que, segundo Lipp (2009, p. 594) torna esta ocupação suscetível a intensas e frequentes fontes de tensão, tendo uma das maiores incidências de estresse dentre as profissões.

Estudos evidenciam que o estresse ao atingir determinados níveis, acarreta problemas fisiológicos e psicológicos na pessoa. Selye (apud LIPP; MALAGRIS, 2011, p.618) demonstra como o organismo reage aos agentes externos, sejam eles químicos ou físicos, o que compromete a capacidade do indivíduo em vários aspectos e principalmente no laboral.

Assim, entender as causas e consequências do estresse na atividade policial é imprescindível para delinear as ações que minimizem os efeitos nocivos aos policiais militares. Nesse aspecto, tanto a Psicologia quanto a Administração têm buscado, através da atividade científica, a compreensão e a gestão destes problemas (LIPP, 2009), (LIPP, 2010), (COOPER, SLOAN, WILLIANS, 1988 apud KILIMNIK, SANT'ANNA, 2011).

A qualidade na prestação do serviço policial à sociedade depende, em vários aspectos, da adequada gestão dos recursos e das pessoas, sendo a qualidade

de vida do policial fundamental para o bom cumprimento do seu papel social de servir e proteger. Portanto, nesta pesquisa é questionado a relação entre as fontes estressoras organizacionais e os níveis de estresse dos policiais militares da PMMT.

Considerando que, dentre os desafios organizacionais, cabe a instituição policial militar buscar estratégias de gestão adequadas para atender as demandas de seus integrantes, o objetivo geral da pesquisa consiste em compreender em que medida as fontes estressoras organizacionais afetam os níveis de estresse dos policiais militares da PMMT.

Para a consecução deste objetivo foi coletado e discutido os dados disponibilizados pela Gerência de Qualidade de Vida da Secretaria de Estado de Segurança Pública de Mato Grosso, os quais são resultantes da aplicação, por profissionais da psicologia do Kit Lipp, que inclui 4 (quatro) instrumentos de avaliação: Inventário de Sintomas de Stress (ISSL), o Inventário de Qualidade de Vida (IQV), o Inventário de Fontes Estressoras no Trabalho e a Escala Analógica Visual.

Fazendo uma correlação do estresse com as fontes estressoras organizacionais<sup>4</sup> presentes na Polícia Militar, podemos verificar como estas influenciam o nível de estresse dos policiais militares, demonstrando, assim, a necessidade de medidas que contribuam com sua saúde e qualidade de vida do profissional, o que, conseqüentemente, poderá agregar melhoria na prestação de serviço à sociedade.

## O ESTRESSE

O estresse é tema que tem sido abordado em várias pesquisas, tanto a nível nacional quanto internacional, devido a sua influência na saúde, pois ele está associado a ontogênese de várias doenças. A permanência prolongada em estado de estresse compromete o bem-estar psicológico e a qualidade de vida da pessoa (LIPP; TANGANELLI, 2002, p. 537).

---

<sup>4</sup> Neste trabalho são usados como sinônimos os termos: ocupacional, organizacional e do trabalho

Dado o impacto negativo que estresse provoca nas atividades profissionais, alguns pesquisadores tem jogado luz sobre esta temática, sendo diversos os estudos feitos sobre o estresse ocupacional em vários seguimentos laborais: Magistrados da Justiça do Trabalho (LIPP; TANGANELLI, 2002), Policiais Federais (ROSSETTI et al., 2008), Policiais Civis (COLETA; COLETA, 2008), Mulheres Policiais (DE MAGALHÃES BEZERRA; DE SOUZA MINAYO; CONSTANTINO BEZERRA, 2013), Policiais Militares da Força Tática (OLIVEIRA; SANTOS, 2010), Enfermeiros (MARTINS et al., 2000). Dantas et al. (2010), Costa et al. (2007), Oliveira e Bagardi (2009), apresentaram estudos sobre Policiais Militares.

Mas o que é o estresse? Para Selye (apud LIPP; MALAGRIS, 2011, p.620), é uma reação não específica, de efeito mental ou físico, provocada por qualquer demanda o qual o organismo é submetido. No conceito de Lipp (apud LIPP; MALAGRIS 2011, p. 620) é “uma reação do organismo com componentes físicos, psicológicos, mentais e hormonais gerada pela necessidade de lidar com algo que, naquele momento, ameaça a estabilidade mental ou física”.

Lipp (apud LIPP; MALAGRIS 2011, p. 621) apresenta o estresse como um processo físico, o qual se divide em quatro, sendo: alerta, resistência, quase-exaustão e exaustão, as quais são caracterizadas:

**Alerta:** frente à um estímulo estressor, o corpo se prepara com às “armas” necessárias para lutar ou fugir. Algumas reações presentes são taquicardia, tensão muscular e sudorese. Se o agente estressor continua presente, o organismo passa ao estágio seguinte (LIPP; MALAGRIS, 2011, p.621; DANTAS et al., 2010, p.70).

**Resistência:** O organismo procura restabelecer a homeostase (equilíbrio interior), gastando muita energia através das múltiplas adaptações. Os sinais iniciais podem desaparecer aparentando uma melhora, porém há a debilitação do organismo, o que possibilita a agregação de outros sintomas como sensação de desgaste generalizado, sem causa aparente, e dificuldades de memória (LIPP; MALAGRIS, 2011, p.621; DANTAS et al., 2010, p.70).

**Quase exaustão:** Se o agente estressor continuar presente, pode acontecer que organismo não consiga canalizar energia para resistir ou fazer as adaptações necessárias, o que acarretará desorganizações emocionais e vulnerabilidades

biológicas, iniciando um processo de adoecimento (LIPP; MALAGRIS, 2011, p.621; DANTAS et al., 2010, p.70).

Exaustão: Exposta a um período de grande estresse, a pessoa perde a capacidade de adaptação e resistência. As reservas de energia se extinguem e a exaustão psicológica e a física se manifestam, com o aparecimento de doenças graves como: depressão, ansiedade, incapacidade de tomar decisões, vontade de fugir de tudo, alterações orgânicas, hipertensão arterial essencial, úlcera gástrica, psoríase, vitiligo e diabetes (LIPP; MALAGRIS, 2011, p.621; DANTAS et al., 2010, p.70).

No ambiente organizacional a presença do estresse, em todos os seus níveis, é definida como estresse ocupacional, sendo descrito como um problema com características negativas que resulta da ausência de capacidade do indivíduo em lidar com as fontes estressoras no ambiente do trabalho, o que pode acarretar doenças mentais, físicas e organizacionais (COOPER, SLOAN, WILLIAMS, 1988 apud KILIMNIK, SANT'ANNA, 2011, p. 184)

O estresse ocupacional é definido por Lipp e Tanganelli (2002, p. 539) como um estado emocional desagradável, motivado por tensão, frustração, ansiedade, exaustão mental em razão dos aspectos do trabalho os quais o próprio indivíduo define como ameaçadores, que podem ainda se agravar, quando em sua percepção sobre as responsabilidades, vislumbra pouca autonomia e controle. As dificuldades de adaptação às situações levam ao estresse.

Nesta temática do estresse e o trabalho existem estressores organizacionais, ou seja, as fontes estressoras do trabalho que estão relacionadas à estrutura física ambiental (iluminação, ruídos, temperatura, etc.) e àqueles que estão relacionados à atividade a ser executada e os relacionamentos que dela advém (papel conflitante, problemas no grupo, características da organização). E ainda, influenciam no trabalho os estressores extra organizacionais como: relacionamento familiar, problemas econômicos e distância do local de trabalho (PRESTON, IVANCEVICH, MATTESON, 1981 apud MARTINS et al, 2000, p. 52).

Segundo os estudos de Braga, Zille e Zille Pereira (2011), o estresse no ambiente de trabalho ou estresse ocupacional e suas abordagens conceituais são

essenciais para que se possam identificar as fontes de tensão que podem ter como consequência o estresse associado ao trabalho.

### **Fontes estressoras organizacionais**

As fontes estressoras ou estressores são caracterizados por Lipp (2011, p 17 e 18) como aquilo que gera estresse, podendo ser de vários tipos e ter impactos diferentes nas pessoas. Ela divide os estressores em duas categorias, sendo elas, as fontes internas relacionadas ao modo de ser e de agir, dos valores e crenças da pessoa e as fontes externas relativas a fatores como a profissão, relacionamentos interpessoais, perdas, problemas financeiros, fatores que vem de fora do organismo e muitas vezes passíveis de mensuração.

Complementando o entendimento sobre as fontes externas de estresse relacionadas ao trabalho, Zille (apud BRAGA; ZILLE; ZILLE PEREIRA, 2011, p. 209-2010) desenvolve um Modelo Teórico que explica o Estresse Ocupacional em gerentes, o qual demonstra que as fontes de tensão no trabalho são construtos de primeira ordem e as dividem em três: os processos de trabalho e as relações no trabalho, a insegurança na relação de trabalho e a convivência com indivíduos de personalidade difícil.

Uma outra concepção de fontes de pressão no trabalho apresentada e adaptada por Moraes e Kilimnik (apud AVELAR; PAIVA, 2011 p. 229), consideram seis indicadores de análise, sendo eles: fatores intrínsecos ao trabalho, o papel do indivíduo na organização, os relacionamentos interpessoais, as perspectivas futuras e satisfação do indivíduo com a carreira, o clima e a estrutura organizacionais e a interface casa-trabalho.

Lipp (2009, p. 4 e 5) desenvolveu instrumentos para avaliação do estresse organizacional a fim de averiguar suas causas e consequências. O Inventário de Fontes Estressoras no Trabalho demonstra como o profissional vê seu trabalho em relação ao número e intensidade dos estressores ocupacionais. A Escala Analógica Visual afere a percepção do indivíduo quanto ao estresse (em escala de 1 a 10) que o exercício do seu trabalho envolve.

A utilização de versões destes inventários elaborados especialmente para uso com a Polícia Militar é encontrada nas pesquisas divulgadas por Lipp (2009) com integrantes da Polícia Militar do Estado de São Paulo, onde examina as fontes estressoras relacionadas ao trabalho e as estratégias de enfrentamento, demonstram que os policiais militares percebem sua profissão como muito estressante e são mencionados vários estressores que influenciam nos níveis de estresse dos policiais militares, e ainda Lipp (2010) com integrantes da Polícia Militar do Estado de Mato Grosso.

## **METODOLOGIA E CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA**

Para se chegar à compreensão de como as fontes estressoras organizacionais se relacionam com os níveis de estresse dos policiais militares da PMMT, é necessária a articulação da forma de pensar para estudar ou explicar o fenômeno, como esclarece Gil (2003), que afirma que toda investigação científica depende de um conjunto de procedimentos intelectuais e técnicos para que seus objetivos sejam atingidos, o método.

Foram elaboradas as seguintes hipóteses a fim de serem testadas: os níveis de estresse dos policiais militares são afetados fortemente pelas fontes estressoras organizacionais; as características dos indivíduos como o grau hierárquico, o sexo e a idade influenciam na forma como as fontes estressoras organizacionais afetam os níveis de estresse, podendo ser falseadas ou validadas por meio do método hipotético-dedutivo para a aplicação prática dirigida a solução de problema específico, como salienta Lakatos e Marconi (2003).

Quanto ao objetivo, a pesquisa se caracteriza como descritiva, uma vez que tem a finalidade entender uma situação da população determinada, baseada na coleta de informações em banco de dados, resultante dos inventários de avaliação do estresse aplicados em policiais militares no ano de 2015, descrevendo e comparando os fenômenos.

Foram adotados procedimentos através de uma pesquisa bibliográfica e documental, baseada fundamentalmente no manuseio de obras literárias, elaborada

com base em materiais publicados, artigos (impressos e virtuais), bem como, em documentos e dados disponibilizados pela Secretaria de Segurança Pública do Estado de Mato Grosso (SESPMT), que foram organizados em planilha excel e, submetidos à análise (quanti-qualitativa), por meio de técnicas estatísticas.

Os dados disponibilizados pela Gerência de Qualidade de Vida da SESP são resultantes da aplicação, por profissionais da psicologia, do Kit Lipp que inclui 04 (quatro) instrumentos de avaliação, conforme descreve Lipp (2010, p. 4-5):

O Inventário de Sintomas de Stress (ISSL) que permite o diagnóstico do nível e da fase de stress em que a pessoa se encontra e revela se a vulnerabilidade maior está na área física ou psicológica, em termos de prevalência dos sintomas detectados;

O Inventário de Qualidade de Vida (IQV). O IQV visa levantar como está a qualidade de vida do policial em 4 áreas fundamentais para o bem estar geral: saúde, social, profissional e afetiva. (...)

O Inventário de Fontes Estressoras no Trabalho que revela como o policial vê o seu trabalho em termos do número e da intensidade dos estressores ocupacionais presentes no dia a dia. (...) No caso presente se utilizou uma versão especialmente elaborada para uso com a Polícia Militar.

A Escala analógica Visual: A fim de verificar qual a percepção subjetiva que os policiais tinham quanto ao stress que o exercício do seu trabalho envolve, foi solicitado que cada respondente desse uma nota de 1 a 10, sendo 10 a nota indicadora de “extremamente estressante” e 1 “pouco estressante” ao stress ocupacional da sua atividade. Esta escala de avaliação do stress foi utilizada pelo Instituto de Ciência e Tecnologia da Universidade de Manchester em 1992 em um estudo que comparou 19 profissões quanto ao nível de stress ocupacional envolvido em cada uma (University of Manchester, 1987) e, portanto, tem uma boa aceitação científica.

Neste artigo são trabalhados os dados resultantes da aplicação do Inventário de Sintomas de Stress de Lipp (ISSL), do Inventário de Fontes Estressoras no Trabalho e da Escala Analógica Visual (EAV).

Foram selecionados dados de 147 policiais militares de um mesmo Batalhão da Capital do Estado de Mato Grosso<sup>5</sup> que participaram, no primeiro semestre do ano de dois mil e quinze, de palestras sobre estresse e qualidade de vida, ocasião em que foram avaliados pelos instrumentos do Kit Lipp (anteriormente explanado), com os quais é possível aferir o nível de stress e a qualidade de vida, as fontes de stress ocupacional e suas intensidades, de acordo com a percepção de cada policial.

---

<sup>5</sup> Por orientação da Gerência de Qualidade de Vida da SESP não será especificado qual o Batalhão de lotação dos policiais militares mapeados, a fim de não expô-los.

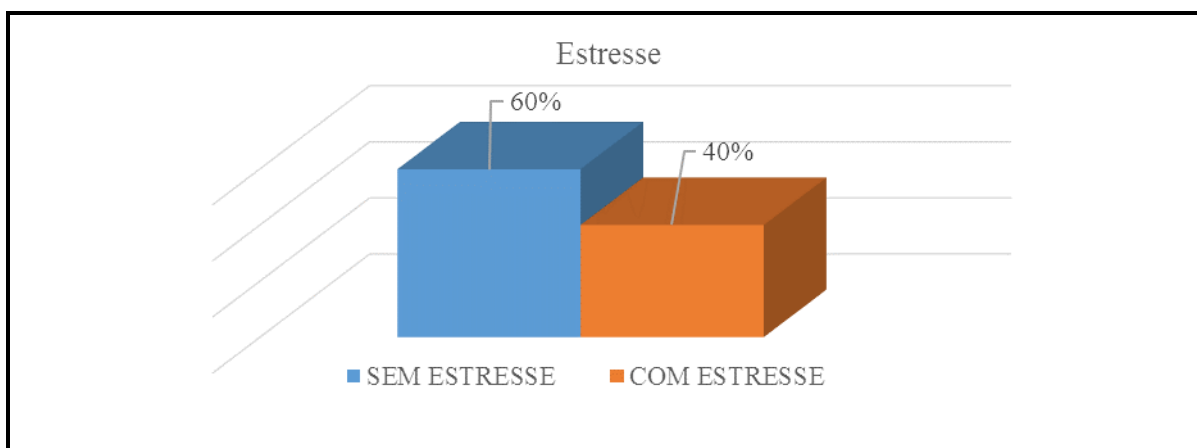


Dados biográficos dos participantes: 9 Oficiais (de 2º Tenente a Major) e 138 Praças (de Soldado a Sub Tenente), com idades de 21 a 53 anos, sendo 95 casados, 51 solteiros e 1 não respondente. Quanto ao sexo: 136 homens e 11 mulheres.

## ANÁLISE E DISCUSSÃO

Antes de serem apresentados os dados relacionados aos estressores ocupacionais, são necessárias a exposição e a análise descritiva dos dados de estresse e seus níveis.

Os resultados da aplicação do Inventário de Sintomas de Stress de Lipp (ISSL), indicam que 40% da amostra apresentam algum nível de estresse, conforme demonstra o Gráfico 1:

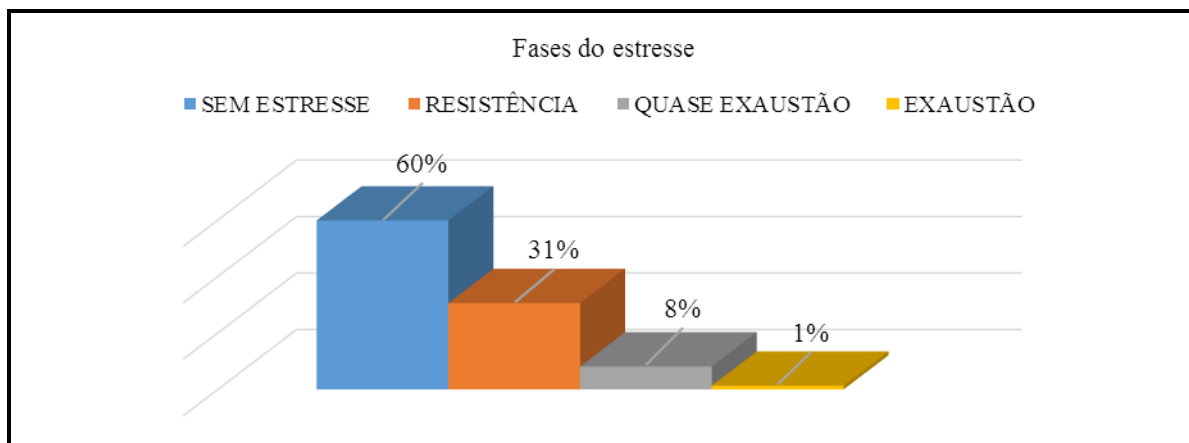


**Fonte:** Secretaria de Estado de Segurança Pública de MT

**Gráfico 1** – Policiais com ou sem estresse

Os dados mostram uma sensível redução no percentual de policiais militares com sintomas de estresse (40%) em relação ao apresentando por Lipp (2010, p. 13), que em um levantamento feito na PMMT no ano de 2010 detectou que 50 % dos avaliados apresentaram sintomas de estresse. De igual forma está abaixo do percentual (45%) apresentado por Dantas et al. (2010, p. 72) em estudo com policiais militares. Ficou próximo (43%) do estudo de Lipp (2009, p. 593) com Oficiais da Polícia Militar do Estado de São Paulo. Apesar da evolução, o percentual de policiais militares com estresse está acima da média geral da população brasileira que é de 35% (LIPP, 2010, p. 14).

O ISSL classifica o estresse em quatro fases (alerta, resistência, quase exaustão e exaustão), com diferentes consequências para a saúde e formas de enfrentamento diferenciadas no contexto laboral. No Gráfico 2 são apresentadas as fases que os policiais militares se encontram.



Fonte: Secretaria de Estado de Segurança Pública de MT

**Gráfico 2** – Fases do Estresse dos Policiais Militares

Como indicado, a fase com maior frequência dentre aqueles que apresentaram algum nível de estresse (31%) foi a de resistência, situação semelhante às apresentadas nos estudos de Lipp (2009; 2010), de Rosseti et al. (2008), de Dantas et al. (2010) e de Costa et al. (2008). Nesta fase os indivíduos demandam muito esforço para lidar com os estressores, utilizando sua energia adaptativa para reequilibrar-se, o que gera tensão, sensação de desgaste, dentre outros sintomas.

O ser humano não consegue ficar muito tempo em resistência e se nada for feito a fim de instrumentalizar o indivíduo com técnicas para lidar com a situação, ela poderá evoluir para quase exaustão ou exaustão.

Como demonstrado acima, 8% dos avaliados estão na fase de quase exaustão e 1% estão na fase de exaustão. Na primeira, o organismo não consegue canalizar energia para resistir ou fazer as adaptações necessárias, o que acarretará desorganizações emocionais e vulnerabilidades biológicas, iniciando um processo de adoecimento. Na segunda a pessoa perde a capacidade de adaptação e resistência. As reservas de energia se extinguem e a exaustão psicológica e a física se manifestam, com o aparecimento de doenças graves como: depressão, ansiedade, incapacidade de

tomar decisões, vontade de fugir de tudo, alterações orgânicas, hipertensão arterial essencial, úlcera gástrica, psoríase, vitiligo e diabetes (LIPP; MALAGRIS, 2011, p.621; DANTAS et al., 2010, p.70). Para Lipp (2010, p. 17), esta fase exige cuidados de especialistas na área do estresse, sem os quais a recuperação pode levar meses e até anos.

A fim de detalhar um pouco mais a presença do estresse frente às características biográficas dos avaliados, foi construída a Tabela 1 com dados de carreiras (Oficiais e Praças) e idades, separados pela presença ou não de estresse.

**Tabela 1** – Carreiras e faixas etárias, com e sem estresse

	Carreiras				Faixas etárias (anos)					
	Oficiais		Praças		21-30		31-40		> 41 (até 53)	
<b>Total</b>	9		138		49		69		29	
<b>Sem estresse</b>	5	56%	83	60%	31	63%	38	55%	19	66%
<b>Com estresse</b>	4	44%	55	40%	18	37%	31	45%	10	34%

**Fonte:** Secretaria de Estado de Segurança Pública de MT

Os dados apresentados não foram submetidos a verificação de correlação por procedimento estatístico que pudesse confirmar ou refutar tal situação, mas alguns números merecem ser comentados, como a situação das carreiras, onde 44% dos Oficiais encontram-se com estresse ao passo que as Praças apresentam 40% de participantes com estresse.

Essa distinção assemelha-se às apresentadas por Lipp (2010, p. 14) com Oficiais com 55% e Praças 49% com estresse. Bem como Costa et al. (2007, p. 219) que avaliou os Oficiais com 49% e Praças com 41% com estresse e demonstra que os Oficiais apresentam maior percentual com estresse associado as funções exercidas e as responsabilidades atribuídas.

A idade dos participantes com estresse indica uma tendência ao estresse na faixa etária dos 31 a 40 anos (45% com estresse), enquanto os mais novos (21 a 30 anos) e os mais velhos (maiores de 41) apresentam respectivamente 37% e 34% de policiais com estresse.

**Tabela 2** – Estado civil e sexo, com e sem estresse

	Estado Civil			Sexo	
	Casado	Solteiro	Não resp.	Masculino	Feminino
<b>Total</b>	95	51	1	136	11
<b>Sem estresse</b>	60	28		85	3
	63%	55%		63%	27%
<b>Com estresse</b>	35	23		51	8
	37%	45%		38%	73%

**Fonte:** Secretaria de Estado de Segurança Pública de MT

Os resultados apresentados na Tabela 2 com relação ao estado civil dos participantes, indicam uma tendência ao estresse maior nos policiais militares solteiros, pois 45% dos avaliados apresentaram algum nível de estresse, frente os 37% dos policiais militares casados. Esta diferenciação percentual percebida, apesar de significativa, não é conclusiva, uma vez que os dados não foram submetidos a uma análise estatística de correlação de variáveis.

Quanto ao sexo dos avaliados, foi verificada que a proporção de policiais militares mulheres com algum nível de estresse é maior que a dos homens, sendo que 73% das mulheres avaliadas apresentam estresse e 37% dos homens. Este resultado significativo da presença maior de estresse em mulheres policiais militares foi percebido em diversas pesquisas (LIPP; TANGANELLI, 2002, LIPP; DANTAS et al., 2010, MALAGRIS, 2011, DE MAGALHÃES BEZERRA; DE SOUZA MINAYO; CONSTANTINO BEZERRA, 2013).

Segundo Lipp (2009, p. 599), em pesquisa com Oficiais da Polícia Militar do Estado de São Paulo ao demonstrar a diferença entre os sexos, destaca que as mulheres com estresse (54%) estão nas fases mais avançadas do estresse (Resistência 41%, Quase Exaustão 7% e Exaustão 6%) enquanto os homens apresentaram 40% de estresse divididos em: Alerta 2%, Resistência 35%, Quase Exaustão 2% e Exaustão 1%. Ela associa esta situação à condição social das mulheres que vive no “triple work shift”. Este termo refere-se aos três papéis que as mulheres muitas vezes vivenciam: esposa, mãe e carreira, o que divide sua atenção e demandam muitas horas, que diminui o tempo disponível para a adequação do bem-estar, resultando em um ciclo vicioso.

Estudo específico com mulheres policiais militares relacionam o estresse aos fatores estressantes no trabalho indicam que seus relacionamentos são mais

afetados ainda que o dos homens sobretudo os familiares e laborais. Associam a origem do estresse a questão organizacional e gerencial do trabalho, à discriminação de gênero e ao assédio, onde o fato de ser mulher se apresenta como um fator detonador de estresse (BEZERRA; MINAYO; CONSTANTINO, 2013).

### Percepção do estresse ocupacional

A Tabela 3 apresenta a comparação entre a presença de estresse diagnosticado pelo ISSL e dados obtidos pela Escala Analógica Visual (EAV), na qual os avaliados apontaram o nível de estresse ocupacional que envolve sua atividade profissional em uma escala de 1 a 10, onde 1 significa “pouco estressante” e 10 “extremamente estressante”, conforme estudos de Lipp (2009; 2010).

**Tabela 3** - Comparação entre ter ou não estresse e notas dados na EAV pelos policiais militares.

	Pessoas	Média	Desvio Padrão	Mediana
Sem estresse	88	6,00	2,39	6,00
Com estresse	59	7,04	2,41	8,00

**Fonte:** Secretaria de Estado de Segurança Pública de MT

Segundo Lipp (2002, p. 541; 2009, p. 596; 2010, p. 18) “Esta escala de avaliação do estresse foi utilizada pelo Instituto de Ciência e Tecnologia da Universidade de Manchester em 1987 em um estudo que comparou 19 profissões quanto ao nível de estresse ocupacional”.

A média da nota atribuída na EAV pelos policiais militares com estresse foi de 7,04 e sem estresse de 6,00, com desvio padrão de respectivamente 2,41 e 2,39. Esses dados indicam que os policiais militares avaliados consideram a atividade profissional altamente estressante, e, existe uma relação direta entre os resultados do ISSL e do EAV, onde os policiais militares avaliados com estresse atribuem notas maiores na escala analógica.

Os resultados assemelham-se aos apresentados por Lipp (2009, p. 596; 2010, p. 18) com 7,8 atribuídos por Oficiais da Polícia Militar de São Paulo e 7,37 apontados por Polícias Militares do Estado de Mato Grosso, todos em consonância

com as obtidas nos estudos do Instituto de Ciência e Tecnologia da Universidade de Manchester em 1987: policiais e pilotos (7,5) e bombeiros (6,3) (University of Manchester, 1987 apud Lipp 2009, p. 596; 2010, p.18).

### Estressores ocupacionais mais frequentes

Lipp (2009; 2010), com base na revisão da literatura e em estudo piloto, desenvolveu o Inventário de Fontes Estressoras no Trabalho para Policiais Militares, instrumento que possibilita mapear como o policial militar percebe sua atividade em termos numérico, bem como a intensidade das fontes de estresse ocupacional enfrentadas. O inventário é composto por sessenta e três eventos que ocorrem no exercício da profissão, possibilitando a pesquisa de quantos apresentam tensão para cada respondente e quanto de tensão é gerada por cada evento.

São cinco as categorias que são enquadrados os 63 eventos (fontes) estressores: sofrimento alheio; aspectos familiares e pessoais; exercício da rotina policial militar; sentimento de desvalorização da profissão e interação com outros setores (LIPP, 2009, p. 596; 2010, p. 20).

Na Tabela 4 são apresentadas as principais fontes estressoras apontadas pelos participantes do mapeamento. (No Anexo A consta todos as fontes estressoras do inventário e as indicações dos policiais militares mapeados).

**Tabela 4** - Fontes de estresse mais apontadas pelos policiais militares.

Nº	Estressores	% de PM que assinalaram
01	Morte de parceiro	82
02	Ter sobrecarga de trabalho	82
03	Ter que ir ao Fórum, Delegacia ou Corregedoria em dias de folga ou no dia seguinte a uma noite de trabalho	80
04	Ver crianças espancadas ou mortas	80
05	Ver colega policial ser desmoralizado e maltratado no Fórum, Delegacia ou Corregedoria	78
06	Sentir interferência política de pessoas de fora de seu departamento de trabalho	78
07	Mudança de escala sem aviso prévio	76
08	Ser designado para fazer tarefas desagradáveis	76
09	Ver colega morto no cumprimento do dever	76
10	Receber salário insuficiente	74

**Fonte:** Secretaria de Estado de Segurança Pública de MT

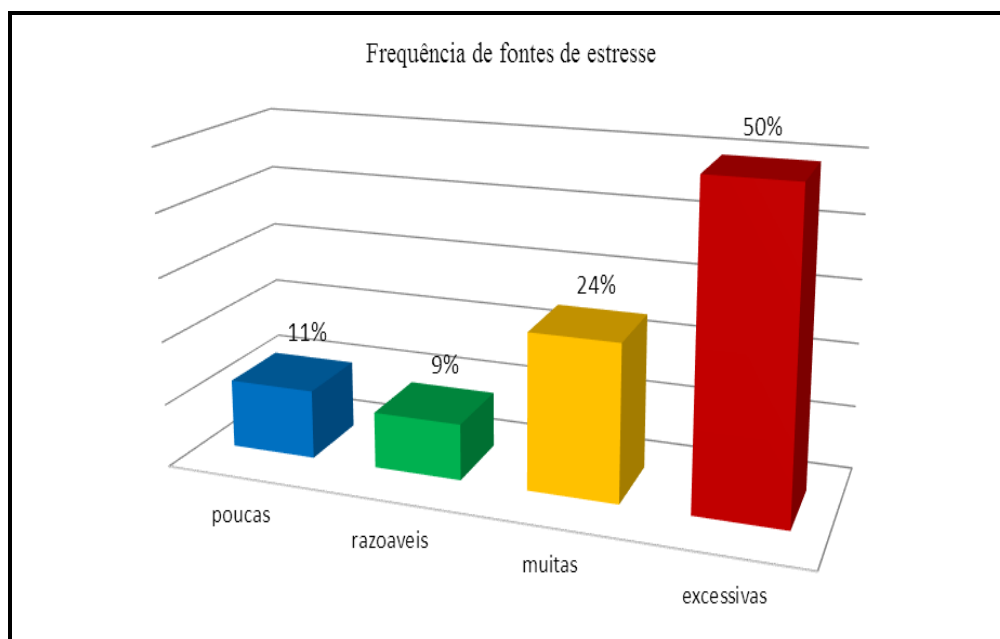
Os principais estressores apontados foram: “morte de parceiro” e “ter sobrecarga de trabalho” com 82% de menção, seguidos por “ter que ir ao Fórum, Delegacia ou Corregedoria em dias de folga ou no dia seguinte a uma noite de trabalho” e “ver crianças espancadas ou mortas” com 80%. Esses dados diferem dos apresentados por Lipp (2010, p. 21) por ocasião de mapeamento realizado com uma grande amostra de policiais militares (1017), onde apontou que as principais fontes eram: “não receber apoio dos superiores” (95%) e “interpretação errônea da mídia (Sentimento de Desvalorização da Profissão)” (94,74%), conforme descrito no quadro abaixo.

N °	ESTRESSORES	No. De vezes mencionados	% de pessoas que assinalaram
01	Não receber apoio dos superiores	957	95
02	Interpretação errônea da mídia (Sentimento de Desvalorização da Profissão)	954	94,74
03	Ter equipamento de má qualidade para trabalhar	953	94,64
04	Ver colega morto no cumprimento do dever	948	94,14
05	Ter que ir ao Fórum, Delegacia ou Corregedoria em dias de folga ou no dia seguinte a uma noite de trabalho	947	94,04

Fonte: Lipp (2010, p. 21)

#### Quadro 1 - Fontes de stress mais frequentes na PM

Outro aspecto que o inventário possibilita analisar é a auto percepção que os policiais militares possuem sobre o número de fontes estressoras que são enfrentadas no dia a dia de trabalho. O Gráfico 3 apresenta os percentuais de respondentes e suas considerações sobre o número de fontes estressoras que enfrenta na profissão.



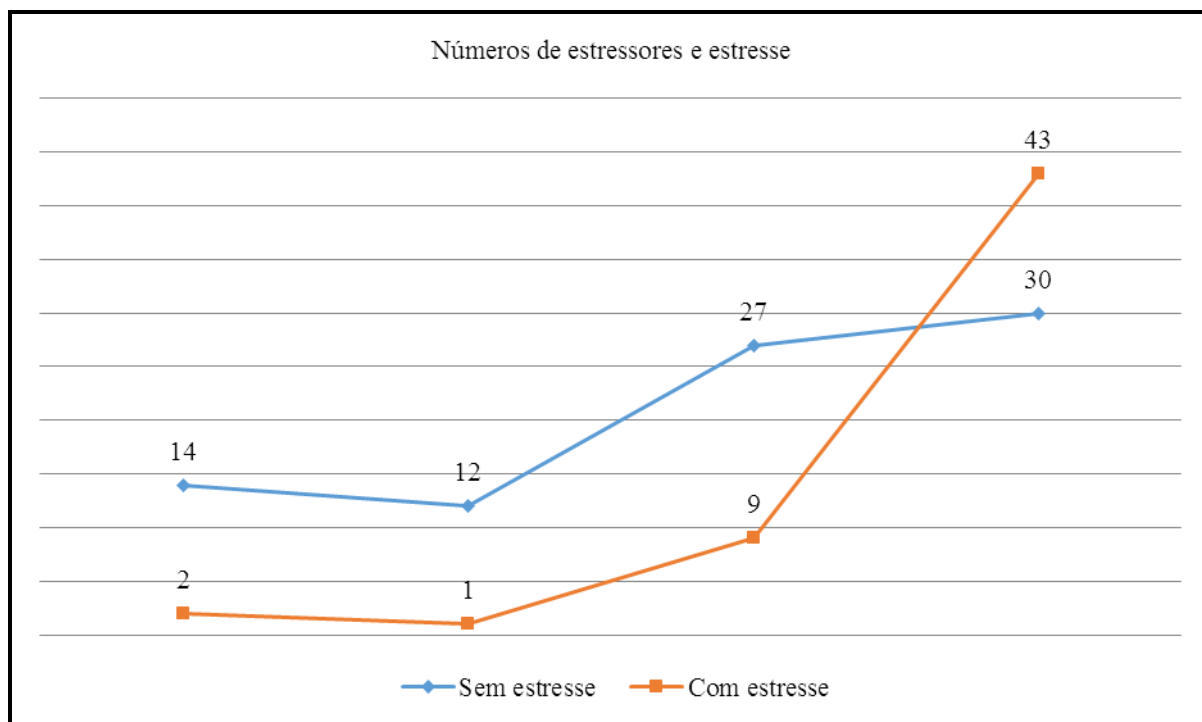
**Fonte:** Secretaria de Estado de Segurança Pública de MT

**Gráfico 3** – Percentual de policiais militares e a frequência (quantidade) de fontes de estresse que enfrentam no exercício das suas funções.

Os dados apontam que 74% dos policiais militares consideram como muitas/excessivas as fontes de estresse enfrentadas na profissão, enquanto 20% consideram pouca/razoáveis. O estudo de Lipp (2010, p. 24) apresentou resultado semelhante, uma vez que grande parte dos respondentes (85%) indicaram que são muitas/excessivas as fontes de estresse.

Foi realizada uma correlação entre os números de fontes de estresse indicados pelos policiais militares e a presença de estresse obtida no ISSL, conforme demonstra o Gráfico 4, abaixo.





**Fonte:** Secretaria de Estado de Segurança Pública de MT

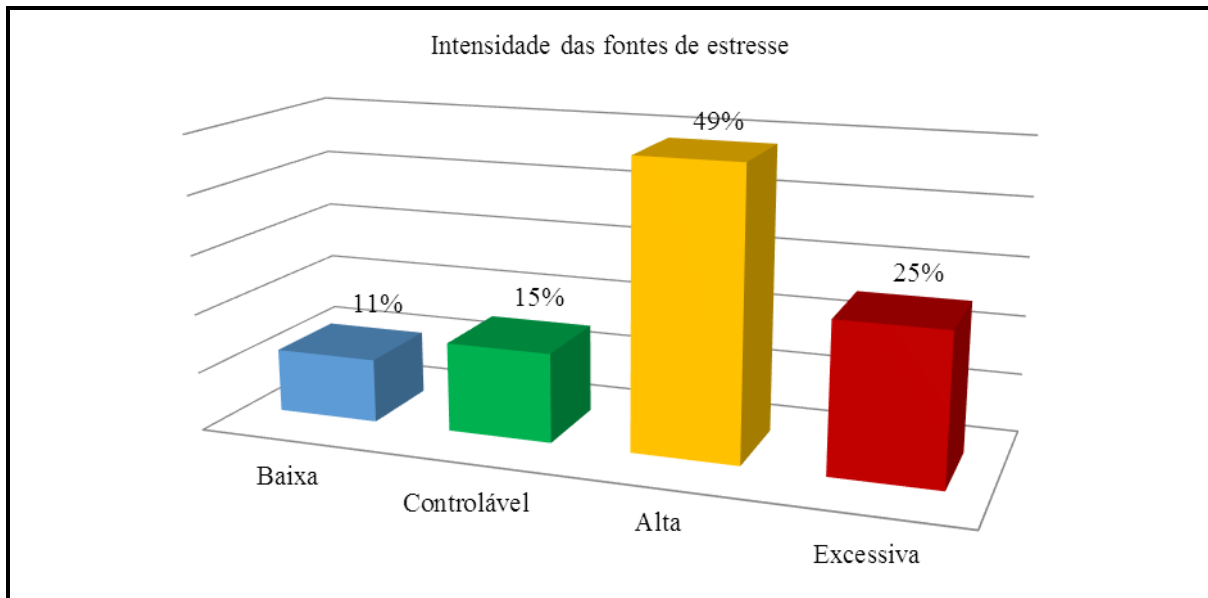
**Gráfico 4** - Relação entre números de fontes estressoras ocupacionais e sintomas de estresse.

O Gráfico 4 mostra a relação entre o número de fontes de estresse apontado pelos mapeados e a presença de estresse diagnosticada pelo ISSL. Quanto mais fontes de estresse ocupacional indicadas pelo policial militar, mais estresse ele tem. Situação semelhante foi apresentada no estudo de Lipp (2010, p. 24 e 25).

### **Intensidade da tensão das fontes de estresse ocupacional**

A intensidade da tensão das fontes de estresse no trabalho atribuída pelos mapeados foi outro aspecto levantado, tendo como classificação: “baixa, controlável, alta, ou excessiva”, conforme a nota atribuída pelos participantes.

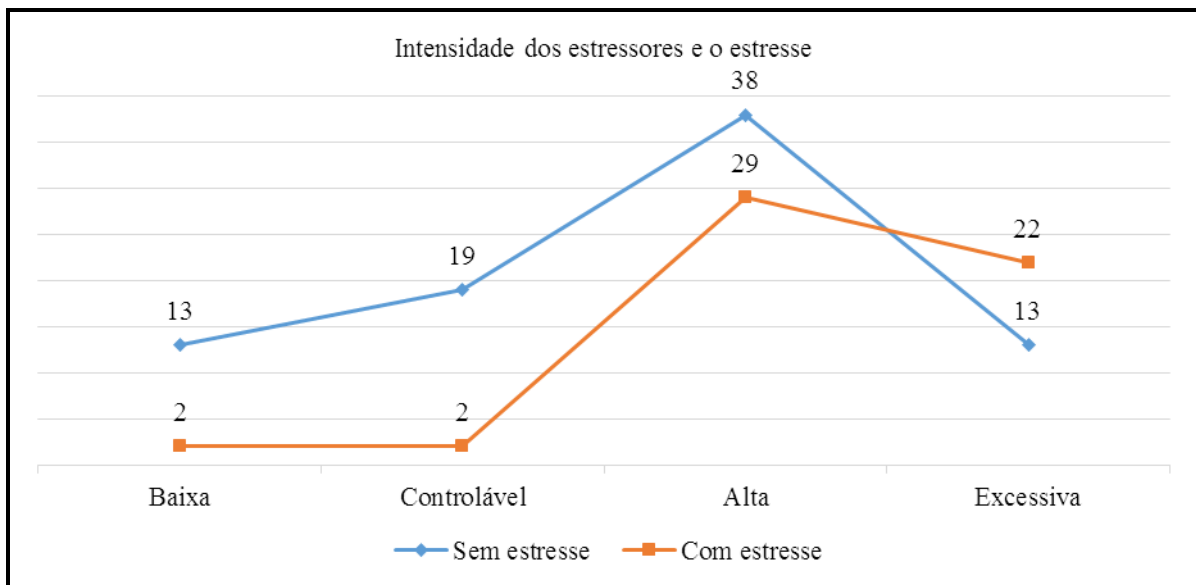
Foram divididos em percentuais as classificações indicadas pelos policiais militares: baixa 10%, controlável 14%, alta 46% e excessiva 24%. Estas duas últimas somadas representam 70% das opiniões dos participantes, o que caracteriza a atividade policial militar como intensamente estressante. No Gráfico 5 estão dispostos os resultados.



Fonte: Secretaria de Estado de Segurança Pública de MT

**Gráfico 5** - Percentual de policiais militares e a intensidade de fontes de estresse que enfrentam no exercício das suas funções.

O Gráfico 6, apresenta a análise da relação entre a intensidade dos estressores e incidência de estresse nos policiais militares.



Fonte: Secretaria de Estado de Segurança Pública de MT

**Gráfico 6** - Relação entre intensidade de fontes estressoras ocupacionais e sintomas de estresse.

Em consonância com o estudo de Lipp (2010, p. 26), os dados apontam uma importante relação entre a intensidade dos estressores e a presença de estresse nos policiais militares avaliados, pois quanto mais intensas as fontes de estresse ocupacional maior é a incidência de estresse diagnosticado entre os policiais participantes da avaliação.

## CONCLUSÃO

O presente estudo evidenciou que o objetivo, proposto nesta pesquisa, de compreender em que medida as fontes estressoras organizacionais afetam os níveis de estresse dos policiais militares, foi alcançado.

Ao questionarmos a relação entre as fontes estressoras organizacionais e os níveis de estresse dos policiais militares da PMMT, baseados nas análises dos dados disponibilizados pela Gerência de Qualidade de Vida da Secretaria de Estado de Segurança Pública, resultantes da aplicação por profissionais da psicologia de instrumentos de avaliação (inventários) e amparados por pesquisas realizadas na mesma temática, vislumbrou-se resultados que confirmam as hipóteses levantadas apontando manifestações de estresse ocupacional associado às fontes estressoras organizacionais do trabalho policial militar.

Os resultados obtidos da análise dos dados do mapeamento de 147 policiais militares, lotados em um mesmo Batalhão da Capital do Estado de Mato Grosso, demonstram que 40% dos participantes apresentaram sintomas de estresse. Este percentual demonstra uma importante redução em relação aos dados relatados por Lipp (2010) que, em pesquisa com policiais militares deste Estado, diagnosticou estresse em 50% dos mapeados. Porém, o resultado está acima da média geral da população brasileira de 35%.

Os mapeados foram classificados nas fases do estresse da seguinte forma: 31% resistência, 8% quase exaustão e 1% exaustão.

As características individuais como: carreiras e idade dos policiais militares mapeados apresentaram influência no nível de estresse. Quanto às carreiras

foi verificado que 44% dos Oficiais e 40% das Praças apresentaram sintomas de estresse. Com relação à idade dos participantes, a faixa etária dos 31 a 40 anos, foi que a assinalou maior incidência de estresse (45%), enquanto os mais novos (21 a 30 anos) e os mais velhos (maiores de 41), apresentaram níveis próximo à média geral brasileira, com respectivamente 37% e 34% de policiais com estresse.

Uma importante variável estudada foi a diferença entre mulheres e homens da Polícia Militar, com um expressivo percentual de mulheres com sintomas de estresse (73%), frente ao patamar de homens (37%). A diferença entre os sexos, como demonstrada na análise e discussão deste artigo, está associada à condição social das mulheres que desempenham variados e importantes papéis na sociedade como os do lar (esposa e mãe), que somam-se aos da carreira, e agregam outros fatores estressantes originados na questão organizacional e gerencial do trabalho, que estão relacionados à discriminação de gênero e ao assédio. O fato de ser mulher se apresenta como um fator de estresse e indica que seus relacionamentos são mais afetados do que o dos homens, em todos os ambientes, sobretudo os familiares e laborais.

A análise de dados confirma a hipótese de que os níveis de estresse dos policiais militares são fortemente afetados pelas fontes estressoras organizacionais. O resultado verificado na média da Escala Analógica Visual (EAV) pontuada pelos policiais militares com estresse foi de 7,04 e sem estresse de 6,00, indicando que a atividade profissional é considerada altamente estressante. Existe ainda, uma relação direta entre os resultados do Inventário de Sintomas de Stress de Lipp (ISSL) e do EAV, onde os policiais avaliados com estresse atribuem notas maiores na escala analógica.

As principais fontes estressoras apontadas pelos policiais militares mapeados foram: “morte de parceiro” e “ter sobrecarga de trabalho” com 82% de menção, seguidos por “ter que ir ao Fórum, Delegacia ou Corregedoria em dias de folga ou no dia seguinte a uma noite de trabalho” e “ver crianças espancadas ou mortas” com 80%.

Quanto a auto-percepção que os policiais militares possuem sobre o número de fontes estressoras que são enfrentadas no dia a dia de trabalho, 74% consideram como muitas/excessivas, enquanto 20% consideram pouca/razoáveis.

A relação entre o número de fontes de estresse apontadas e a presença de estresse mapeada pelo ISSL denota que, quanto mais fontes de estresse ocupacional indicadas pelo policial militar, mais estresse ele tem. Esta constatação corrobora com a confirmação da hipótese de que os níveis de estresse dos policiais militares são fortemente afetados pelas fontes estressoras organizacionais.

A intensidade da tensão das fontes de estresse no trabalho atribuída pelos mapeados foi outro aspecto levantado, tendo como classificação: “baixa (10%), controlável (14%), alta (46%), e excessiva (24%)”, que caracteriza a atividade policial militar como intensamente estressante.

A análise da relação entre a intensidade dos estressores e a presença de estresse aponta que, quanto mais intensas as fontes de estresse ocupacional maior é a incidência de estresse diagnosticado entre os policiais militares participantes da avaliação, o que, novamente confirma a hipótese.

Um dos aspectos positivos evidenciados nesta pesquisa foi a sensível redução do percentual de policiais militares com estresse, quando comparado com os dados apresentados por Lipp (2010). As causas desta redução não foi foco deste estudo, mas é sugestivo que as ações integradas (treino de controle do estresse, circuito de qualidade de vida, aquisição de academias de ginástica, avaliação da raiva, “workshop” sobre estresse, e, programa de acompanhamento, recuperação e reinserção dos trabalhadores às suas atividades) realizadas pela SESP e suas instituições vinculadas, tiveram impacto positivo.

Todavia os resultados ainda são importantes, pois as fontes estressoras presentes na organização podem, através do estresse, comprometer a saúde física e mental do policial militar, o que reflete prejuízo à instituição e a sociedade.

Assim, permanecem os desafios do Estado em continuar a busca por estratégias de gestão que minimizem os efeitos do estresse ocupacional na Polícia Militar, através de ações voltadas à prevenção, diagnóstico e tratamento.

Por fim, cabe salientar que esta pesquisa não buscou esgotar o assunto, mas sim jogar luz sobre esta importante temática que é o estresse ocupacional, o qual compromete a capacidade de atuação de pessoas que exercem uma essencial profissão para sociedade, a do policial militar.

## REFERÊNCIAS

AVELAR, Vanessa Luciana Lima de Melo; PAIVA, Kely César Martins. Qualidade de Vida e estresse ocupacional em Central de Regulação Médica de Serviço de Atendimento Móvel de Urgência. KILIMNIK, Zélia Miranda; SANT'ANNA, Anderson de Souza, organizadores. **Qualidade de Vida no Trabalho: abordagens e fundamentos**. Rio de Janeiro: Elsevier, p. 222-258, 2011.

BRAGA, Clarissa Daguer; PEREIRA, Luciano Zille; ZILLE, Giancarlo Pereira. Estresse Ocupacional: Como os gestores brasileiros estão respondendo às transformações na função gerencial? KILIMNIK, Zélia Miranda; SANT'ANNA, Anderson de Souza, organizadores. **Qualidade de Vida no Trabalho: abordagens e fundamentos**. Rio de Janeiro: Elsevier, p. 200-220, 2011.

COLETA, Alessandra dos Santos Menezes Dela; COLETA, Marília Ferreira Dela. Fatores de estresse ocupacional e coping entre policiais civis. **PsicoUSF**, v. 13, n. 1, p. 59-68, 2008.

COSTA, Marcos et al. Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. **Rev Panam Salud Publica**, v. 21, n. 4, p. 217, 2007.

DANTAS, Marilda Aparecida et al. Avaliação de estresse em policiais militares. **Psicologia: teoria e prática**, v. 12, n. 3, p. 66-77, 2010.

BEZERRA, Claudia de Magalhães; DE SOUZA MINAYO, Maria Cecília; CONSTANTINO, Patrícia. Mulheres Policiais Militares e Estresse Ocupacional. **Ciência & Saúde Coletiva**, 18(3):657-666, 2013.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6ª ed. São Paulo, Atlas, 2003.

KILIMNIK, Zélia Miranda; SANT'ANNA, Anderson de Souza. Relações entre Qualidade de Vida no Trabalho e estresse ocupacional: perspectivas teóricas. KILIMNIK, Zélia Miranda; SANT'ANNA, Anderson de Souza, organizadores. **Qualidade de Vida no Trabalho: abordagens e fundamentos**. Rio de Janeiro: Elsevier, p. 177-199, 2011.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. **Técnicas de pesquisa**. In: Fundamento de metodologia científica. 5ª ed. São Paulo: Atlas, 2003.

LIPP, Marilda E. Novaes. Q que eu tenho é stress? De onde ele vem? LIPP, Marilda E. Novaes, organizadora. **O stress está dentro de você**. São Paulo: Contexto, p. 07-18, 2011.

LIPP, Marilda E. Novaes. Relatório Gerencial Sobre Níveis de Stress, Qualidade de Vida e Estressores Ocupacionais de Policiais. Polícia Militar Secretaria de Justiça e Segurança Pública do Estado de Mato Grosso. Campinas: IPCS, 2010.

LIPP, Marilda E. Novaes. Stress and quality of life of senior Brazilian police officers. **The Spanish journal of psychology**, v. 12, n. 02, p. 593-603, 2009. Disponível em: <<http://journals.cambridge.org/action/displayAbstract?fromPage=online&aid=8805689&fileId=S1138741600001967>> Acesso em: 20 nov. 2015.

LIPP, Marilda E. Novaes; TANGANELLI, M. Sacramento. Stress e qualidade de vida em Magistrados da Justiça do Trabalho: diferenças entre homens e mulheres. **Psicol. Reflex. Crit.**, Porto Alegre, v. 15, n. 3, p. 537-548, 2002.

LIPP, M. E. N.; MALAGRIS, L. E. N. Estresse: aspectos históricos, teóricos e clínicos. Rangé B, organizador. **Psicoterapias cognitivo-comportamentais: um diálogo com a psiquiatria**. São Paulo: Artmed, p. 617-32, 2011.

MARTINS, Luciana Monteiro Mendes et al. Agentes estressores no trabalho e sugestões para amenizá-los: opiniões de enfermeiros de pós-graduação. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 34, n. 1, p. 52-58, 2000.

OLIVEIRA, Katya Luciane de; MINHARO DOS SANTOS, Luana. Percepção da saúde mental em policiais militares da força tática e de rua. **Sociologias**, v. 12, n. 25, p. 224-250, 2010.

OLIVEIRA, Paloma Lago Marques de; BARDAGI, Marúcia Patta. Estresse e comprometimento com a carreira em policiais militares. **Boletim de Psicologia**, v. 59, n. 131, p. 153-166, 2009.

ROSSETTI, Milena Oliveira et al. O inventário de sintomas de stress para adultos de lipp (ISSL) em servidores da polícia federal de São Paulo. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 4, n. 2, p. 108-120, 2008.



ANEXO A - Relação dos Estressores Ocupacionais e número de vezes assinalados pelos policiais militares mapeados em 2015.

<b>ESTRESSORES OCUPACIONAIS</b>	<b>Nº</b>	<b>%</b>
34. Morte de parceiro	121	82
38. Ter sobrecarga de trabalho	121	82
11. Ter que ir ao Fórum, Delegacia ou Corregedoria em dias de folga ou no dia seguinte a uma noite de trabalho.	118	80
44. Ver crianças espancadas ou mortas	118	80
36. Ver colega policial ser desmoralizado e mal tratado no Fórum, Delegacia ou Corregedoria.	115	78
49. Sentir interferência política de pessoas de fora de seu departamento de trabalho	114	78
2. Mudança de escala sem aviso prévio	112	76
39. Ser designado para fazer tarefas desagradáveis	112	76
20. Ver colega morto no cumprimento do dever	111	76
37. Receber salário insuficiente	109	74
46. Excesso de burocracia	108	73
60. Falta de equipamento para o trabalho	108	73
41. Ter que cumprir leis consideradas injustas	107	73
32. Ter equipamentos de trabalho de má qualidade	106	72
47. Trabalhar junto com colegas que não desempenham bem sua função de policial	106	72
59. Dificuldade e falta de assistência médica	106	72
1. Situações que requeiram o uso da força.	105	71
10. Ser punido disciplinarmente	105	71
9. Não receber apoio do superior	103	70
16. Atender a um crime em andamento	103	70
19. Confronto com multidões agressivas	103	70
21. Tomar conhecimento de interpretações errôneas do noticiário quanto a ações policiais	103	70
26. Ser insultado pessoalmente pelo público	102	69
48. Sentir interferência política dentro de seu departamento de trabalho	102	69
3. Ser designado para missões para as quais não foi preparado	101	69
7. Receber Treinamento insuficiente ou inadequado	101	69
50. Sentir falta de apoio de seus colegas e superiores no serviço	101	69
12. Ser designado para executar trabalho com colega que não se dá bem	100	68
24. Ineficiência do sistema judiciário	99	67
45. Ter que por em liberdade criminosos por questão burocrática	99	67
17. Ver a polícia criticada publicamente	97	66
61. Abusos de infratores no trânsito	97	66
22. Sentir incapacitado de tomar a ação que julga necessária em um trabalho policial	96	65
27. Sentir a possibilidade da família do policial ser insultada pelo público	96	65
63. Ouvir do público que a polícia ganha bem e não trabalha suficiente	96	65
14. Sofrer situações de crise na Polícia	94	64
28. Falta de reconhecimento pelo bom serviço	94	64
5. Ver crianças sentindo dor	92	63
23. Tomar decisões urgentes no trabalho	92	63
30. Sofrer pressões da família para que permaneça mais tempo em casa	92	63
15. Ter que dirigir em alta velocidade	88	60
52. Ficar sabendo de atitudes negativas de outras pessoas para com a polícia	88	60
55. Fazer parte de um setor que possua número insuficiente de policiais para poder executar satisfatoriamente o serviço	88	60
57. Ter que chegar perto de pessoas que estejam com doenças transmissíveis	87	59

8. Ver a morte de outras pessoas	85	58
33. Ter aumento de responsabilidade	85	58
42. Ter que efetuar prisões sozinho	85	58
58. Perceber a falta de interesse do público para com a polícia	85	58
13. Comunicar morte de alguém aos familiares	84	57
40. Matar alguém no cumprimento do dever	83	56
56. Pertencer a um departamento que imponha muita disciplina	83	56
6. Sofrer ferimento no trabalho	81	55
51. Não ter bom relacionamento com seu superior	81	55
25. Ficar sabendo de exoneração de colega policial	78	53
29. Ser exposto ao suborno e à tentação	75	51
35. Ser excluído de participação em tomadas de decisões	75	51
18. Ter que agir contra uma pessoa do sexo oposto	74	50
43. Competir para promoção	73	50
54. Falta de eficiência do sistema carcerário e correccional	71	48
4. Ver adultos sentindo dor	68	46
53. Ter dificuldades de se relacionar bem com as pessoas no trabalho	68	46
31. Ser promovido ou elogiado	47	32
62. Morar em cidades distantes do local de trabalho	47	32

Fonte: Secretaria de Estado de Segurança Pública de MT