

## O IMPACTO DO ESTRESSE , DEPRESSÃO E SÍNDROME DE BURNOUT NA VIDA DOS PROFISSIONAIS DE SEGURANÇA PÚBLICA.

Carlos Elton Elbert Junior\*

\*Mestrando no curso Resolução de Conflitos e Mediação

Universidad Europea Del Atlántico – Santander – Espanha

**Resumo: Introdução:** A Constituição de 1988 traz no seu texto os direitos sociais do brasileiro, que são a educação, a saúde, a alimentação, o trabalho, a moradia, o lazer, a segurança, a previdência social, a proteção à maternidade e à infância e a assistência aos desamparados. **Objetivo:** O objetivo principal deste estudo, se configura em analisar a ocorrência de estresse e síndrome de burnout nos profissionais de segurança pública. De forma complementar será possível diferenciar de forma teórica a respeito do estresse, depressão e síndrome de burnout. **Métodos:** A metodologia de pesquisa adotada foi exploratória, onde buscando prover uma visão ampla sobre o fato que está sendo pesquisado. Optou-se pela a abordagem quantitativa, com instrumentos de coleta de dados, com o objetivo de analisar o impacto do estresse, depressão e síndrome de burnout na vida de profissionais de segurança pública. **Resultados e Discussão:** As informações, a seguir, foram retiradas do questionário disponibilizados aos participantes, e as repostas foram transformadas em dados, para uma melhor tabulação e análise. Desse modo, apresentam-se o perfil dos respondentes do referido instrumento de pesquisa. A primeira parte da pesquisa foi identificar o perfil dos profissionais de segurança pública.

**Palavras- chaves:** Estresse ; Síndrome de Burnout ; Segurança Pública .

**Abstract: Introduction:** The 1988 Constitution brings in its text the social rights of Brazilians, which are education, health, food, work, housing, leisure, security, social security, protection of motherhood, childhood, and care for the homeless. **Objective:** The main objective of this study is to analyze the occurrence of stress and burnout syndrome in public safety professionals. In a complementary way it will be possible to differentiate theoretically about stress, depression and burnout syndrome. **Methods:** The research methodology adopted was exploratory, where seeking to provide a broad view of the fact that is being researched, granting a better understanding of the problem. (VERGARA, 2004). The quantitative approach was chosen, with data collection instruments, with the objective of analyzing the impact of stress, depression and burnout syndrome on the lives of public safety professionals. **Results and Discussion:** The following information was taken from the questionnaire made available to the participants, and the responses were transformed into data, for a better tabulation and analysis. Thus, the profile of the respondents of this research instrument is presented. The first part of the research was to identify the profile of public security professionals.

**Keywords:** Stress ; Burnout syndrome ; Public Safety.

## INTRODUÇÃO

A Constituição de 1988 traz no seu texto os direitos sociais do brasileiro, que são a educação, a saúde, a alimentação, o trabalho, a moradia, o lazer, a segurança, a previdência social, a proteção à maternidade e à infância e a assistência aos desamparados. A segurança pública, direito de 2ª geração, aparece como sendo um direito de todos e dever do Estado. Ocorre que a Constituição, não pautou regras necessárias a efetivar a tal direito de forma ampla e irrestrita, muito em decorrência do passado recente e do contexto histórico ao qual existia à época da promulgação da Constituição.

A constitucionalização dos direitos sociais assume destaque diante da afirmação do caráter normativo da Constituição, apresentando os direitos sociais de forma incontestável na condição de autênticos direitos fundamentais. Neste sentido, e considerando que os direitos fundamentais são parte integrante do núcleo básico do princípio da dignidade de pessoa humana, podemos concluir que uma existência humana digna tem ligação direta com a observância dos direitos sociais. A questão da Segurança Pública, nas últimas décadas, passou a ser considerada problema de fundamental importância, se configurando num desafio de grandes proporções para o Estado de Direito no Brasil e no Mundo. O debate em torno da Segurança Pública vem ganhando destaque, tendo em vista o crescimento das taxas de criminalidade, nos mais variados aspectos, acarretando um aumento da sensação de insegurança, de modo mais pungente nos grandes centros urbanos.

A competência da segurança pública no Brasil se encontra a cargo dos Estados, com a atuação de suas forças policiais, geralmente compostas de Polícia Civil e Polícia Militar, de acordo com modelo adotado pelo Estado ou Distrito Federal. Nos municípios, as prefeituras vêm montando Guardas Municipais, que a princípio foram instituídas para a proteção dos bens, serviços e instalações do poder público municipal, mas o que vem ocorrendo na prática é que elas acabam exercendo o policiamento ostensivo nas ruas das cidades.

Neste contexto se destacam os profissionais de segurança pública, que de forma frequente aparecem na mídia, tendo a sua imagem associada ao uso da violência nas ações policiais, sem respeito aos direitos humanos, encarado somente como uma máquina com falhas. Não é comum a ocorrência de reportagens jornalísticas retratando as condições de vida e de trabalho dos policiais, de suas condições enquanto um ser humano dotado de

capacidades emocionais, enfim, como alguém que também sofre as pressões do mundo moderno que se somam àquelas específicas de seu campo de trabalho (Rodrigues, 2012).

De acordo com Marçal e Schlindwein (2020) o policial, cuja imagem foi construída ao longo do tempo pela sociedade, sendo representada através de figura fardada, de posse de uma arma e agindo com truculência. Existe a possibilidade de pelo fato de usar um uniforme, igualando aos demais policiais e devido à sua atuação, quase sempre em grupo, possa contribuir para a não percepção de sua singularidade e subjetividade. E, de forma complementar, o equipamento utilizado para sua proteção (farda, algemas, armas) possa ocultar a fragilidade que pode existir por trás dessa “armadura”. Neste sentido, esse policial acaba sendo percebido com uma impessoalidade e uma imagem de força pública (como também é conhecida) que, supostamente, dispensa o olhar sobre o sofrimento ao qual está exposto.

Para um indivíduo o trabalho e sua profissão possuem um caráter positivo para a consecução de seus sujeitos, uma vez que o ser humano, através de suas atividades laborais, tem a possibilidade de transformar e criar coisas, e no seu desempenho, transformar-se e se recriar.

Entretanto conforme as características da organização do trabalho, se destacando a subutilização do trabalhador, restrições da liberdade na condução do saber, níveis de flexibilidade, existe a possibilidade de que vivências de sofrimento surjam no trabalho. As vivências de sofrimento têm como característica, a presença de sentimentos como medo, insatisfação, insegurança, estranhamento, desorientação, alienação, frustração, angústia, tristeza, agressividade, impotência, desgaste físico, desvalorização, culpa, tensão, raiva, desestímulo, desânimo, inquietação. O trabalhador enfraquecido pela precarização da organização do trabalho busca formas de sobrevivência, utilizando assim defesas de proteção, como forma de dar conta do sofrimento no trabalho, e que podem se esgotar levando ao adoecimento (Mendes, 2007).

Desta forma a Psicodinâmica do Trabalho tem sua orientação voltada para o estudo da relação entre o Homem e o Trabalho, assim como das estratégias defensivas usadas como uma ferramenta que regula o sofrimento vivenciado no. Seu objeto de estudo não se configura em detectar as doenças mentais do trabalho, mas sim a forma como o trabalhador faz uso destas estratégias defensivas para se manter saudável em meio a uma organização do trabalho patologizante (defesas individuais e coletivas).

O Policial ocupa um lugar de controvérsia na sociedade: do policial trabalhador, que tem como função coibir a violência e manter a ordem, e ao mesmo tempo de braço armado do Estado, podendo reproduzir a violência. Assim esse policial pode ser algoz ou vítima,

herói ou vilão. A partir deste ponto pode-se perceber que é uma categoria profissional vulnerável, tanto pela atividade que desempenha, quanto pela ambivalência social a que estão submetidos (Spode & Merlo, 2006).

Muitos desses cenários são considerados estressantes, frustrantes, dramáticos e emocionalmente desafiantes (Lynch, 2007). De acordo com esta autora, uma diversidade de frustrações que ocorrem majoritariamente ao nível do contexto organizacional origina que os policiais mais empenhados possam vir a sofrer de um desligamento em relação ao seu trabalho devido ao cansaço e exaustão sofridos. A esta forma de exaustão dá-se o nome de burnout, e como refere Stinchcomb (2004), os profissionais de polícia estão particularmente vulneráveis.

Para exercer suas funções os policiais, como agentes da lei e repressores da violência e criminalidade, precisam estar constantemente em alerta e preparados para atuar nas mais variadas situações, de forma inesperada em face da violência urbana predominante nas cidades.

Sua atuação ocorre em ambientes perigosos e insalubres, sendo constantemente submetidos às pressões e exigências de uma jornada de trabalho desgastante. No caso da polícia militar, tem ainda que estar submetidos a uma rígida hierarquia. Todos estes fatores têm o potencial de causar estresse e desta forma afetar de forma negativa sua saúde e estilo de vida dos policiais. Desta forma verifica-se que os profissionais de segurança pública enfrentam desafios para promoção da ordem social e manutenção da segurança pública. Todo esse quadro pode favorecer o desenvolvimento da Síndrome do Burnout e outras doenças relacionadas ao trabalho.

O objetivo principal deste estudo, se configura em analisar a ocorrência de estresse e síndrome de burnout nos profissionais de segurança pública. De forma complementar será possível diferenciar de forma teórica a respeito do estresse, depressão e síndrome de burnout. Além disso, identificar quais as condições de trabalho que desencadeiam estresse e síndrome de burnout; levantar quais consequências sofrem a sociedade e os profissionais devido ao desgaste da saúde mental destes e identificar as causas que levam o profissional de segurança pública a sofrer com estas doenças: estresse, depressão ou síndrome de burnout.

A segurança pública é um dos pilares para uma sociedade organizada, dessa forma, manter profissionais desta área em condições psicológicas saudáveis é importante para que se estabeleça a ordem e proporcione ações adequadas e seguras para a população. Assim, entender a importância do combate ao estresse, depressão e síndrome de burnout, torna-se imprescindível para que profissionais de segurança pública exerçam suas funções de

maneira eficaz e eficiente. As dificuldades para os profissionais de segurança pública vêm se ampliando, acarretadas pela ausência de investimentos, ocasionadas pelas transformações políticas e econômicas das últimas décadas, o que passa a representar um risco à saúde e à vida desses trabalhadores.

O Anuário Brasileiro de Segurança Pública (2019) mostra que 343 policiais (entre civis ou militares) foram assassinados no ano de 2018, mesmo apontando uma redução de 8% com relação ao ano de 2017, entretanto cabe destacar que os policiais vítimas de suicídio perfaz um total de 104 suicídios no país, o que equivale a dizer que ao menos dois policiais tiraram a própria vida a cada semana, situação que deixa claro que a profissão policial é envolta de violência e letalidade.

## **SEGURANÇA PÚBLICA NO BRASIL**

O direito social à segurança, previsto no artigo 6º, da Constituição Federal brasileira aproxima-se do conceito de segurança pública que, como dever do Estado, representa o direito e responsabilidade de todos, sendo exercido, nos termos do artigo 144, “caput”, da Constituição Federal, para a preservação da ordem pública. Sarlet (2009) argumenta que a plena efetivação do direito à segurança pública está vinculada diretamente a uma atuação positiva por parte do Estado e se consagra ainda como responsabilidade de todos. Revelando assim, sua característica de “direito à prestação”, numa imposição de medidas positivas que visam à sua preservação, restauração ou efetivação.

Nesse cenário no qual as relações de proteção têm a sua ocorrência entre o Estado e os indivíduos, não existindo uma isonomia formal entre os atores, mas típicas relações de poder entre quem o exerce e seus envolvidos, assim como relações de poder entre quem o exerce e seus destinatários, diz-se que a eficácia é de natureza vertical. (Sarlet, 2013.p.221).

Neste sentido a segurança pública figura como um direito fundamental, que cada indivíduo possui, visando sua proteção e integridade física, sendo tal garantia responsabilidade do poder estatal, a partir da efetivação de políticas públicas adequadas. Seguindo tal linha de raciocínio, os Estados membros devem seguir o que determina a Constituição Federal, devendo estabelecer o cumprimento desta regra, prevendo o atendimento a esses direitos nas Constituições Estaduais, sob pena de cometer crimes de responsabilidade.

Nas políticas sociais, a complexidade da política de segurança pública envolve diversas instâncias governamentais e os três poderes da república. Cabe ao Poder Executivo o planejamento e a gestão de políticas de segurança pública que visem à prevenção e à repressão da criminalidade e

da violência e à execução penal; ao Poder Judiciário cabe assegurar a tramitação processual e a aplicação da legislação vigente; e compete ao Poder Legislativo estabelecer ordenamentos jurídicos, imprescindíveis ao funcionamento adequado do sistema de justiça criminal (Carvalho e Silva, 2011, p. 62).

O sistema de segurança público brasileiro que se encontra estabelecido tem sua gênese determinada pela Constituição Federal de 1988, comprometido com a segurança individual e coletiva da sociedade. Ocorre que as políticas de segurança pública não vislumbram planejamento de longo prazo, servindo apenas de como instrumentos paliativos que são utilizados em situações emergenciais, não sendo observadas a realidade social brasileira ou ainda regionais, desprovidas de perenidade, consistência e articulação horizontal e setorial (Carvalho e Silva, 2011).

A segurança pública é uma das áreas mais afetadas pelas ambiguidades presentes na discussão de proposição de um pacto federativo. O parágrafo 7º do artigo 144 da Constituição diz que a segurança pública é dever do Estado e deve ser exercida pelas polícias Federal, Rodoviária Federal, civis, militares e corpos de bombeiros militares. Portanto, acaba por envolver órgãos federais, estaduais e municipais nesta tarefa, mas a integração e articulação dessas diversas forças é um dos principais desafios na área.

## **TRABALHO E SAÚDE OCUPACIONAL**

O trabalho tem papel de destaque para a sobrevivência do homem moderno. Para Antunes e Alves (2004), a classe trabalhadora no século XXI, tendo em vista o processo crescente de globalização, pode ser considerada mais heterogênea e mais diversificada, assim acarretando danos expressivos, que atingem direitos e sentidos, em acordo mútuo com o caráter destrutivo da sociedade do capital. Onde o capital veio tornar a aumentar a precarização do trabalho, através da ocorrência de subempregados e desempregados, elevando os níveis de exploração para os que estão ocupando os postos de trabalho. O trabalho acaba consumindo uma grande parcela da existência dos indivíduos e se configura num potencial gerador de expectativas, triunfos e frustrações. Através do trabalho é que os indivíduos podem buscar as recompensas materiais, sociais e de forma complementar valorização e realização pessoal.

A valorização do trabalho se encontra positivada na legislação brasileira, sendo incluída no art. 1º da Constituição Federal de 1988 (CF), através da adoção dos valores sociais do trabalho (Inciso IV) como um dos fundamentos da República Federativa do Brasil.

Acrescentando ainda no art. 6º, onde existe a previsão do trabalho como direito social. Neste sentido, o direito ao trabalho é elencado como direito mínimo e indispensável à garantia de uma existência digna, tendo como escopo a preservação, por parte do Estado, de certas situações incorporadas ao patrimônio humano.

Observa-se que os direitos sociais demandam do Estado o implemento de políticas públicas para a assistência aos indivíduos mais necessitados, auxiliando-os a uma vida digna. Dessa forma, o trabalho como direito social exige do Poder Público uma proteção efetiva ao trabalhador, visto que este ocupa uma posição fragilizada no mercado de trabalho, ao mesmo tempo em que depende do labor para sua autodeterminação e, por conseguinte, para exercer sua dignidade.

O Estado entende o trabalho como sendo um direito do indivíduo na busca de providenciar os meios para sua subsistência, objetivando ter acesso aos meios garantidores de suas necessidades básicas materiais. Entretanto, esse entendimento se configura como sendo por demais simplistas, uma vez que ignora que o acesso a um trabalho digno e emancipador possibilita a realização do indivíduo, que tem a chance, de através de seu desempenho profissional diário, desde que realizado em um meio ambiente do trabalho equilibrado, um meio de alcançar bem-estar pessoal, socialização e felicidade (Sabongji, 2018).

Para Luz Pacheco Zerga (2007, p. 43-45), a centralidade do trabalho na vida humana e sua direta relação com a dignidade e o desenvolvimento da personalidade servem como pilares para a construção do ordenamento. A jurisprudência social, ao qualificar o trabalho como privilégio, dever e vocação da pessoa, põe manifesto que, apesar de ser uma obrigação, é um direito, que tem a categoria adicional de privilégio e vocação – trata-se, portanto, de um direito fundamental com particularidades. Ainda na visão do autor, o trabalho é também um privilégio, uma vez que a pessoa, ao trabalhar, transforma a natureza, adaptando-a às suas necessidades e podendo chegar a compreender seu sentido – diferença essencial entre a atividade humana e animal. É um direito e um dever que expressa, por um lado, a obrigação de servir socialmente e, por outro, a dignidade pessoal.

O trabalho acaba consumindo uma grande parcela da existência dos indivíduos e se configura num potencial gerador de expectativas, triunfos e frustrações. Através do trabalho é que os indivíduos podem buscar as recompensas materiais, sociais e de forma complementar valorização e realização pessoal. Tratando especificamente dos trabalhadores da Segurança Pública, às exigências do contexto de risco permanente vivido nas ruas, somam-se àquelas relacionadas à forma como o trabalho está organizado, marcado por um alto rigor prescritivo e alicerçado em um sistema de disciplina e vigilância também permanentes.

Destacam-se autores como Machado, Traesel, e Merlo (2015) e Spode e Merlo (2006), que estudam essa categoria pelo viés da psicodinâmica do trabalho. Suas pesquisas apontam que os policiais estão expostos a um alto nível de tensão, visto que a constante violência a que estão submetidos, somada à organização da atividade, tempos e ritmos instáveis, exigem dos profissionais um estado de vigilância contínuo, próprio desse segmento. Esta organização do trabalho acaba demandando comprometimento físico e psicológico muito grande, o que pode influenciar diretamente na saúde física e psicológica desses trabalhadores. O policial lida com riscos reais e imaginários, na profissão. Assim, o sofrimento e o estresse apresentam agravamentos e mesmo quando imaginários, podem desencadear respostas de alerta e até mesmo levá-lo à morte. Benevides-Pereira (2002) admite que os profissionais que trabalham em funções diretamente na assistência dos outros, estão suscetíveis ao estresse. Os sintomas podem ser definidos da seguinte forma: fadiga constante e progressiva, dores musculares, distúrbios do sono, perturbações gastrintestinais. Podem ocorrer também falta de atenção e concentração, alterações da memória, baixa autoestima, labilidade emocional, impaciência e dificuldades comportamentais associadas à negligência ou escrúpulo excessivo, à irritabilidade e aumento da agressividade, à dificuldade de relaxar, ao alto consumo de substâncias, ao risco de suicídio e aos sintomas defensivos que tangem tendência ao isolamento, sentimento de onipotência, perda de interesse pelo trabalho, ironia e cinismo.

Segundo Limongi-França (2002), o estresse no trabalho se refere a uma situação na qual a pessoa vê seu local de trabalho como ameaçador à sua necessidade de crescimento pessoal e profissional ou à sua saúde física e psíquica, prejudicando, assim, sua relação com o trabalho, à medida que este trabalho se torna muito excessivo para a pessoa ou esta não possui estratégias adequadas para lidar com a situação.

A polícia é uma instituição pública de prestação de serviços, com o propósito de fazer valer o direito à segurança. Assim sendo, pode-se dizer que a atividade do policial sofre pressões decorrentes tanto da organização do trabalho quanto dos fenômenos sociais. Outro elemento que se incorpora a essa dinâmica, formando uma tríade, é a precarização do trabalho. A precarização é resultante de um processo instituído por fatores sociais, políticos e econômicos, que estão presentes nas condições impróprias de trabalho (Silva e Vieira, 2008, p. 162).

No entanto, é preciso considerar que o estresse não advém apenas de eventos negativos, há eventos positivos que também vão representar uma carga emocional considerada excessiva como, por exemplo, uma promoção ou a mudança de cidade, em função das responsabilidades e consequências para a vida pessoal que representam. Nesse sentido, o estresse ocupacional é considerado uma relação particular entre o indivíduo, seu ambiente de trabalho e as demais situações à qual está submetido; que vai ser avaliada



pela pessoa como uma ameaça ou algo que exija demais das habilidades que a mesma tem para enfrentar a situação (Limongi-França, 2002). Os profissionais da saúde no trabalho têm observado que as condições de trabalho não só causam doenças profissionais específicas, mas podem, também, determinar o estado de saúde geral do trabalhador. Um dos fatores de saúde no trabalho que tem sido objeto de pesquisa é o estresse derivado da realização do trabalho é uma das principais causas de enfermidade laboral, de absenteísmo e da origem de muitos acidentes. Gil-Monte (2005) afirma que a prevenção dos riscos psicossociais no trabalho que pode gerar estresse e a prevenção dos acidentes laborais têm tido um grande destaque nos últimos tempos.

A qualidade de vida no trabalho proporciona descobertas que contribuem no auxílio das organizações para motivação de seus colaboradores, podendo contribuir com estratégias que promovam um ambiente que estimule e dê suporte ao indivíduo. Pode ser definida pela busca do equilíbrio físico e social onde são respeitadas as necessidades e limitações do ser humano resultando num crescimento pessoal e profissional e sem traumas. Afeta atitudes pessoais e comportamentais relevantes para a produtividade da organização. Com isso, a falta de qualidade de vida no trabalho produz impactos importantes nos resultados das empresas, tais como: baixa produtividade, custos altos com assistência médica e absenteísmo

A definição de estresse teve seu início ainda no século XVII, ocorre que apenas em 1926 um dos principais estudiosos sobre tal temática, Hans Selye, tentou definir estresse, sob uma perspectiva de sua dimensão biológica, assim descreveu o estresse como um estado de tensão do organismo, produzindo determinadas modificações na estrutura e na composição química do corpo, as quais podem ser observadas e mensuradas (Lipp, 2000). O estresse pode ser considerado como sendo um dispositivo normal e necessário ao organismo humano, tendo em vista que desempenha um papel fundamental fazendo com que os indivíduos se tornem mais ativos e sensíveis mediante vivências de situações do cotidiano que exijam respostas ou adaptações, onde existam perigos ou dificuldades. Até em situações encaradas como sendo positivas e benéficas, de ascensão profissional, casamentos desejados, nascimento de filhos, etc., podem produzir estresse significativo.

O processo laboral pode levar o ser humano ao sofrimento, ora percebido como estresse. Assim, conhecer suas possíveis causas se torna imprescindível para modificá-lo, possibilitando reelaborar contingências mais adaptativas ao processo de trabalho, em casos de profissões como os profissionais de Segurança Pública. Podemos concluir dessa forma que o estresse se configura como sendo uma reação fisiológica natural de sobrevivência. Na medida em que os indivíduos apresentam alguma dificuldade de adaptação às situações de

ameaça, o estresse pode assim se tornar patológico, acarretando na ocorrência de uma alteração hormonal crônica, que pode resultar em distúrbios passageiros e até em doenças mais complexas.

## **SÍNDROME DE BURNOUT**

O conceito é utilizado para indicar um estado de esgotamento completo da energia de um indivíduo associado a uma forte frustração com o trabalho. Freudenberger veio a estudar este fenômeno, realizando a primeira descrição clínica do mesmo, passando desta forma a ser objeto de estudo científico a partir da década de 1970. O burnout tem sido entendido como sendo uma síndrome psicológica, que decorre em função de uma tensão emocional crônica, afetando principalmente os profissionais cujo trabalho compreende a necessidade de se relacionar de forma intensa e frequente com pessoas que precisam de cuidados. Assim como o estresse ocupacional, a síndrome de burnout tem sua ocorrência a partir de situações relacionadas ao trabalho, neste sentido faz-se necessário pontuar que *burnout* não é o mesmo que estresse ocupacional, sendo o resultado de um longo processo de tentativas de conviver com determinadas condições de estresse, assim estresse pode ser visto como seu motivador, mas não acontece ao mesmo tempo que a síndrome de burnout.

Roazzi et al. 2000 argumenta que a síndrome de burnout tem configuração como sendo uma reação de stress crônico, aliado a um mal-estar psicológico, tornando o indivíduo indisposto para a vida em decorrência de uma situação laboral estressante. Neste sentido burnout pode ser notado no momento no qual expectativas individuais referentes à uma situação específica de trabalho, em conflito com uma realidade que faz com que sejam atendidas, se instalando sentimentos de fracasso, impotência e desespero. Assim burnout, é o produto resultante de um estresse demasiado no ambiente de trabalho, gerando irritação, esgotamento, esvaziamento e sensações de desilusão e de impotência. Um profissional portador desta síndrome, tem como características principais a apatia, cinismo em relação aos pacientes, clientes ou com que usufrui de seus serviços. Portanto, *burnout* não é um evento, mas um processo e, apesar de compartilharem duas características - esgotamento emocional e escassa realização pessoal - *burnout* e estresse ocupacional diferem pelo fator despersonalização.

Alguns são os fatores desencadeantes de Burnout, seja no aspecto individual (Alta competitividade e perfeccionismo, Intolerância a frustrações e Esgotamento emocional), socioeconômico (baixo salário), organizacional (Dificuldade de ter aumento da remuneração ou de ser promovido na carreira) ou trabalho (sobrecarga de trabalho), multiplicidade no

processo de trabalho, forma de gerir dominadora, objetivos e metas inatingíveis, supervisão rígida e problemas na comunicação e nos relacionamentos das equipes. Os efeitos negativos da Síndrome de Burnout são o resultado de uma tentativa de adaptação aos acontecimentos adversos trabalho. Tendo em vista que os trabalhadores não dispõem de recursos para superar o estresse no trabalho. Tal falta de habilidade no enfrentamento do estresse pode ser originada tanto por fatores pessoais, como condições ligadas ao trabalho em si e à organização. Entretanto, a mais influente definição de *burnout* foi desenvolvida por Maslach e Jackson em 1986. Sua definição multidimensional inclui três componentes: exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal.

O organismo sente algumas alterações provenientes desse transtorno. Sintomas físicos (fadiga constante e progressiva, distúrbios do sono, dores musculares, cefaléias, enxaquecas, imunodeficiência, transtornos cardiovasculares, distúrbios do sistema respiratório disfunções sexuais), cognitivos (falta de atenção e concentração, alterações de memória, pensamento lento, sentimentos de alienação e de solidão, impaciência, sentimento de Insuficiência, baixa autoestima, labilidade emocional, desânimo depressão, desconfiança, paranoia), comportamentais (negligência ou excesso de escrúpulos, irritabilidade, agressividade, incapacidade para relaxar, dificuldade em aceitar mudanças, perda de iniciativa, consumo de substâncias, comportamento de alto risco, suicídio) e defensivos (tendência ao isolamento, sentimento de onipotência, perda de interesse pelo trabalho e lazer, absentismo, ironia).

Maslach e Jackson argumentam que as características mais marcantes do burnout são a exaustão emocional, a despersonalização e a diminuição da realização pessoal. A Exaustão Emocional (EE) refere-se à sensação de esgotamento físico ou mental, onde o trabalhador sente que chegou ao seu limite. Os indivíduos que apresentam essa dimensão, percebem que a energia e os recursos emocionais próprios se esgotam, devido ao contato diário com os problemas do ambiente de trabalho. A Despersonalização (DE) é definida por Vieira et al (2006) como sendo uma alteração da personalidade do indivíduo, onde este pode tornar-se frio e indiferente quanto aos seus colegas de trabalho. Para avaliar a incidência da síndrome de burnout ,o MBI foi o primeiro instrumento a ser criado com este propósito. Christina Maslach e Susan Jackson em 1978 desenvolveram tal metodologia, que hoje tem sido largamente utilizado para avaliar como os profissionais vivenciam seus trabalhos nas mais diferentes profissões. Cabendo destacar a sua característica principal que é ser auto administrável. O primeiro grupo de profissionais submetidos ao MBI foram os enfermeiros, sendo uma profissão de natureza assistencial, que Maslach e Jackson

consideravam os mais predispostos à síndrome. Além disso, esse inventário no decorrer dos anos passou por um longo processo de validação em vários países, inclusive no Brasil.

A maioria dos trabalhos de investigação científica na área do burnout é baseada no Maslach Burnout Inventory (Maslach e Jackson, 1981). Assim, observamos que na década de 80 os trabalhos sobre o burnout adotaram uma metodologia mais quantitativa, recorrendo de uma forma mais sistemática à investigação empírica e fazendo uso de questionários dos quais o MBI de Maslach e Jackson (1981) foi o mais usado. O MBI, portanto, não pode ser considerado como meio de diagnóstico da síndrome sem associação com diagnósticos clínicos. Assim sendo, o instrumento é utilizado como meio de rastreamento para indivíduos com prevalência a alta predisposição ao desenvolvimento da SB. Ainda existem algumas deficiências no MBI, pois a prevalência da SB ainda não pode ser definida de forma segura. Os pontos de corte que estimam a prevalência são preliminares e precisam de mais pesquisas (Schaufeli et al. 2001).

## **CONCLUSÃO**

Com relação ao quesito que aborda “Sinto-me excessivamente exausto ao final da minha jornada de trabalho”. Constatou-se que 20,8% dos entrevistados afirmam que sentem diariamente tal sensação e 37,7% semanalmente, este número representa uma dura realidade presente no cotidiano destes profissionais. É importante destacar que a preponderância de exaustão física e mental é apontada como sendo um dos cinco elementos essenciais na definição do burnout, a exaustão emocional, considerada uma variável típica de estresse individual, é conceituada como o aspecto central do burnout.

Da análise dos dados presentes na pesquisa, torna-se possível inferir que os profissionais que trabalham com segurança pública apresentaram sintomas da Síndrome de Burnout, em todos os graus, desde possibilidade de desenvolver até a fase considerável da Síndrome. É importante destacar que grande parte dos profissionais pesquisados se sentem satisfeitos com sua profissão, sendo possível reconhecer que os motivos facilitadores para o surgimento da Síndrome de Burnout possivelmente se referem às condições e realização do trabalho, bem como a pressão sofrida no desenvolvimento de suas atividades profissionais.

Quanto à média geral, os profissionais de segurança pública apresentaram 24,70 pontos na Escala de Estresse Percebido. Considerando esta média, e comparando com o proposto neste estudo (25 pontos de tolerância na escala), é possível dizer que os profissionais de segurança pública não possuem uma percepção do estresse. Entretanto, dos

policiais que participaram da pesquisa em cidades consideradas metrópoles , 47,17 % atingiram 25 pontos ou mais, e demonstram ter a percepção do estresse.

Em resumo, depois de todos os estudos e argumentos vistos neste artigo , entendemos que o profissional de segurança pública , também precisa de um olhar mais humanitário e de cuidados. Trata-se de um ser humano que igualmente aos demais , requer apoio de toda a sociedade , mas também necessita ter condições favoráveis para o cumprimento de suas atividades laborais .

## REFERÊNCIAS

- Abreu KL, Stoll I, Ramos LS, Baumgardt RA, Kristensen CH. Estresse ocupacional e síndrome de Burnout no exercício profissional da psicologia. *Psic C Prof.* 2002;22:23-30. [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-98932002000200004](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932002000200004)
- Anchieta, V. C. C. et al. Trabalho e riscos de adoecimento: um estudo entre policiais civis. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 27, n. 2, p. 199-208, 2011. [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-37722011000200007&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-37722011000200007&script=sci_arttext)
- 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. <http://ojs.unesp.br/index.php/rlaborativa>
- Antunes, Ricardo; Alves, Giovanni. As mutações no mundo do trabalho na era da mundialização do capital. *Educação e Sociedade*, v. 25, n. 87, p. 335-351, 2004.
- Araujo, Luiz Alberto Davi; Nunes Junior, Vidal Serrano. *Curso de direito constitucional*. 8. ed. rev. e atual. Saraiva, 2004.
- Azkoul, Marco Antônio. *“A Polícia e sua Função Constitucional”*.: Editora Oliveira Mendes, 1998. 162 p.
- Baierle, Tatiana Cardoso. Percorrendo os (des) caminhos da produção de uma tese a partir da clínica psicodinâmica do trabalho. *Farol-Revista de Estudos Organizacionais e Sociedade*, v. 2, n. 5, p. 929-974, 2015.
- Benevides-Pereira, A. M. T. (Org.). *Burnout: quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador*. Casa do Psicólogo, 2002.
- Carvalho, Vilobaldo, Silva, Maria de Fátima. (2011), “Política de Segurança Pública no Brasil: Avanços, Limites e Desafios”. *Revista Katálysis*, vol. 14, no 1, pp. 59-67. [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-49802011000100007](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-49802011000100007)
- Carvalho, Adelídio de, V., Vieira & de Castro, A. (2020). Polícia Penal no Brasil:: realidade, debates e possíveis reflexos na segurança pública. *Revista Brasileira de Execução Penal - RBEP*, 1(2), 273-297. <http://rbepdepen.depen.gov.br/index.php/RBEP/article/view/artigos2>

Cerqueira, Daniel Ricardo de Castro. *Política Nacional de Segurança Pública orientada para a efetividade e o papel da Secretaria Nacional de Segurança Pública*. <http://repositorio.ipea.gov.br/handle/11058/8068>

Cohen S, Williamsom GM. Perceived Stress in a Probability Sample of United States. In: Spacapan S, Oskamp S, editores. *The Social Psychology of Health: Claremont Symposium on applied social psychology*. Newbury Park, CA: Sage; 1988

Couto, H. A. *Stress e qualidade de vida dos executivos*.: COP, 1987.

Conselho Federal de Psicologia. Álcool e outras drogas. *Diálogos*, ano 6, n. 6, nov. 2009.

Dezem, Guilherme Madeira. *Curso de Processo Penal*. 4º ed. São Paulo: Revista dos Tribunais, 2018.

Dolan, Simon L.; Pineda, Eduardo Soto. *Os 10 mandamentos para Gestão de Pessoas*. Qualitymark, 2008.

Dias, J. B., A Influência do estresse na qualidade de vida do policial militar. Monografia UNB 2011. [https://bdm.unb.br/bitstream/10483/2993/1/2011\\_JanaryBarbosaDias.pdf](https://bdm.unb.br/bitstream/10483/2993/1/2011_JanaryBarbosaDias.pdf)

Dias, E. C. (1994). *A atenção à saúde dos trabalhadores no setor saúde (SUS), no Brasil*. Tese de Doutorado, Faculdade de Ciências Médicas, Universidade Estadual de Campinas.

Fernandes, J. D. et al. Saúde mental e trabalho: significados e limites de modelos teóricos. *Rev Latino-Am Enfermagem*, v.14, n.5, set/out, 2006.

Ferraz Jr. Tércio Sampaio. *Introdução ao Estudo do Direito*. 2. Ed., Atlas, 1994.

França FM, Ferrari R. Síndrome de Burnout e os aspectos sócio-demográficos em profissionais de enfermagem. *Acta Paul Enferm* 2012; 25(5): 743-8.

Gil-Monte, P. R. (2005). Factorial validity of the Maslach Burnout Inventory (MBI-HSS) among Spanish professionals. *Revista Saúde Pública*, 39(1), 23- 35.

Jibeli, C. *Questionário Jibeli para identificação preliminar da Burnout* [inspirado no Maslach Burnout Inventory – MBI]. 2009. [http://www.chafic.com.br/index\\_arquivos/Burnout.pdf](http://www.chafic.com.br/index_arquivos/Burnout.pdf)

Lima, Renato Brasileiro de. *Manual de processo penal*. 6ª ed. JusPodivim, 2018.

Limongi-França, A.C. (2002). *Stress e trabalho: Uma abordagem psicossomática*. In: Sampaio, J.R. & Galasso, L. (Ed.), *Stress no mundo do trabalho: Trajetória conceitual*. (pp. 54-71). Atlas.

Lipp, M. E. N. (1996). *Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco*. Papirus.

Luft, C. B.; Sanches, S. O.; Mazo, G. Z.; Andrade, A. *Versão Brasileira da Escala de Estresse Percebido*: tradução e validação. *Revista Saúde Pública*, p. 606-61, 2007.

Lynch, J. (2007). *Burnout and engagement in probationary police officers: A scoping paper*. Commonwealth of Austrália, 1. [http://www.acpr.gov.au/pdf/ACPR\\_S1.pdf](http://www.acpr.gov.au/pdf/ACPR_S1.pdf)

Maslach, C., & Jackson, S. E. (1986) (2 ed). *Maslach Burnout Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press.

Marx K. *O capital: crítica da economia política*. Civilização Brasileira; 1968.

Manica, Fernando Borges. *O Setor Privado nos Serviços Públicos de Saúde*. Belo Horizonte: Fórum, 2010.

Mendes, A.M. (2007). *Da Psicodinâmica à Psicopatologia do trabalho*. Em Mendes, A.M. (org.). *Psicodinâmica do trabalho: teoria, método e pesquisas* (p. 29– 48). São Paulo: Casa do Psicólogo.

Pereira, P. A. P. *Discussões conceituais sobre política social como política pública e de direito de cidadania*. In: BOSCHETTI, I. (Org.). *Política social no capitalismo: tendências contemporâneas*. São Paulo: Cortez, 2009.

Robbins, Stephen P. *Comportamento Organizacional*. São Paulo: Pearson, 2005.

Rodrigues, Maria Ângela Moura. *Trajetória institucional de policiais militares afastados do trabalho por transtornos mentais no Espírito Santo*. 2012. 76 f. il. Orientador: Luiz Henrique Borges. Dissertação (mestrado) – Escola Superior de Ciências da Santa Casa de Misericórdia de Vitória, EMESCAM. [http://www.emescam.br/wp-content/uploads/2020/03/50\\_maria\\_angela\\_moura\\_rodrigues.pdf](http://www.emescam.br/wp-content/uploads/2020/03/50_maria_angela_moura_rodrigues.pdf)

Sabongi, Camila Martinelli. *O dano existencial na jurisprudência trabalhista brasileira e a necessidade de harmonização de políticas públicas labor-ambientais para o seu enfrentamento*. 2018. 103 f. Dissertação de Mestrado – Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Franca, 2018

Sarlet, Ingo Wolfgang. *Direitos Fundamentais e Estado Constitucional: Estudos em homenagem a J.J. Canotilho*. São Paulo: *Revista dos Tribunais*, 2009. p. 214, 218, 223, 234.

Schaufeli, W. B.; Enzmann, D. *The burnout companion to study and practice: a critical analysis*. London: Taylor and Francis, 1998

Schimitz, José Carlos. A dignidade humana, o valor social do trabalho e aplicação do princípio da proteção no direito do trabalho no Brasil. *Rev. Jurídica CCJ*, Blumenau, v. 16, nº. 32, p. 121 - 138, ago./dez. 2012

Silva, M. B.; Vieira, S. B. O processo de trabalho do Militar Estadual e a Saúde Mental. *Saúde e Sociedade*, São Paulo, v. 17, n. 4, p. 161-170, 2008. Recuperado de <https://www.scielo.org/article/sausoc/2008.v17n4/161-170/pt/>

Souza, Edinilsa Ramos de et al. *Fatores associados ao sofrimento psíquico de policiais militares da cidade do Rio de Janeiro*. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 28, n. 7, p. 1297-1311, 2012. <https://www.scielo.org/pdf/csp/v28n7/08.pdf>

Spode, C. B.; Merlo, Á. R. C. Trabalho policial e saúde mental: uma pesquisa junto aos capitães da polícia militar. *Psicol Reflex Crit*. 2006, v.19, n.3, p. 362-70. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722006000300004>