
Stress no trabalho policial: uma análise das estratégias de enfrentamento

Jacqueline Mari Machado

Graduada em Psicologia - Faculdade Evangélica do Paraná

Giovana Veloso Munhoz da Rocha

Doutora em Psicologia - Universidade de São Paulo

Docente do Programa de Pós-Graduação em Psicologia - Universidade Tuiuti do Paraná

Resumo

Este artigo apresenta um estudo cujo objetivo foi identificar as estratégias de enfrentamento utilizadas no manejo de fatores estressores do trabalho policial militar. Os dados foram obtidos pela aplicação de um questionário semi-estruturado desenvolvido pelas autoras, Inventário de Habilidades Sociais (IHS), Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos de Lipp (ISSL) e Escala dos Pilares da Resiliência (EPR) em 41 profissionais, de ambos os gêneros, com idades entre 25 e 49 anos. Os resultados apontaram para a predominância de indivíduos na fase de Resistência do *stress* e com manifestações de sintomas psicológicos. Os escores gerais de habilidades sociais apresentaram prevalência de índices de repertório acima da média, destacando-se os escores do fator 3 (conversação e desenvoltura social), altos para ambos os sexos. Testes estatísticos apontaram significância moderada entre *stress* e atributos da resiliência, no que se refere a autoconfiança ($\rho = -0,495$; $\rho = 0,001$) e ao controle emocional ($\rho = -0,506$; $\rho = 0,001$).

Palavras-chave: Polícia Militar. Estratégias de enfrentamento. *Stress*

Abstract

This article presents a study whose goal was identify the coping strategies used to management of stress factors in military police. The data was obtained by application of a semi-structured questionnaire developed by authors, Social Skills Inventory (IHS), Lipp's Stress Symptoms Inventory (ISSL) e Pillars of Resilience Scale (EPR) in 41 professionals, both genres, with ages between 25 e 49 years. Predominated individuals on phase Resistance with psychological symptoms. Social Skills score showed prevalence of superior repertory, highlighting factor 3 score (conversation and social easiness), high to both genres. Statistic tests pointed moderate significance between stress and resilience attributes, relative to self confidence ($\rho = -0,495$; $\rho = 0,001$) and emotional control ($\rho = -0,506$; $\rho = 0,001$).

Keywords: Military Police. Coping strategies. Stress.

Frequentemente, o fenômeno da violência estampa a capa de vários jornais nacionais e, configurando-se como um tema de ampla relevância social (Caldeira, 2008), é discutido ininterruptamente nas mídias e analisado profundamente em artigos científicos. A vitimização da população, a desigualdade social, as psicopatias, o sistema penal, são assuntos de destaque de mesas de bar a anfiteatros universitários. O trabalho policial também é mencionado em discussões, geralmente, sem ovações, mas com muitas críticas. Comenta-se sobre o policial corrupto, a agressividade na abordagem, a demora no atendimento à ocorrência, sobre a morte de “mais um” no embate com a marginalidade.

Muito se diz, pouco se reflete. A ideia de um “homem de ferro”, obrigado a ficar nos momentos em que todos os outros fogem, contribui muito para a cobrança de postura, do que para o olhar empático, a estes indivíduos que, muitas vezes, deixam de ser vistos, até por si mesmos, como seres humanos dotados de vulnerabilidade.

Pouco se sabe sobre a polícia, visto que as pesquisas no campo da Segurança Pública são incipientes. Parafrazeando Romano *apud* Faria, 2008, pode se dizer que, particularmente no Brasil, quase nada se produziu em relação aos processos de adoecimento do policial no cumprimento da lei. Tal desinteresse acadêmico acaba por implicar no desconhecimento do sofrimento físico e psíquico de tais profissionais, que se expõem constantemente à situações complexas, desumanas e hostis (Faria, 2008; Santana & Sabino, 2012).

Perante tais pontuações, percebe-se a necessidade da elaboração de constructos científicos sobre a Polícia e seus agentes. Do mesmo modo, fazem-se oportunos os roteiros de investigação voltados a aspectos conceituais da segurança pública, da polícia e das demandas laborais que interferem na qualidade de vida dos policiais, com o objetivo de responder a questões como: O que é a Polícia? Qual é o papel do agente de segurança pública na contemporaneidade? É o policial um ser autossuficiente, infalível e imune às adversidades? Propondo-se a tal função, o presente estudo debruçou-se sobre a temática do *stress* que atinge grande parte dos policiais (Santana & Sabino, 2012), a fim de compreender como a atividade policial afeta a saúde dos profissionais da área, bem como, quais seriam as estratégias utilizadas por estes, no

manejo do *stress*, tendo como público de pesquisa a polícia militar.

O trabalho policial militar e as demandas estressoras

De acordo com o Art.144, §5º, da Constituição Federal (Brasil, 1988), a garantia da segurança dos cidadãos é dever do Estado, que o cumpre por meio das forças policiais, personificadas pela polícia federal, polícia rodoviária federal, polícia ferroviária federal, polícia civil, polícias militares e corpos de bombeiros. No que tange às polícias militares, o texto constitucional preceitua, que às mesmas, compete o policiamento ostensivo e a preservação da ordem pública.

Configurando-se como uma força auxiliar do Exército, a Polícia Militar mantém preceitos de disciplina e hierarquia, bem como a estrutura de patentes e graduações. O caráter militar se apresenta na linguagem, nas cerimônias e símbolos institucionais. O uniforme personifica o compromisso profissional e distingue os agentes do resto da população (Torrent Robles, 1997). Os policiais desenvolvem um sentimento de pertencimento à instituição, acreditando na sua filosofia e seguindo-a (Mayer, 2006).

A cultura organizacional militar estabelece, ainda, distinções quanto ao comportamento dos sujeitos,

imputando a seus membros um sentido de dever; descrença na melhora da ordem existente; isolamento de civis e solidariedade com o grupo institucional; conservadorismo moral e social (Torrent Robles, 1997).

Em geral, os indivíduos são atraídos à carreira policial militar, pelo *status* da profissão, pela possibilidade de ascensão profissional e estabilidade do concurso público. Contudo, com o passar do tempo, percebem os aspectos negativos pertinentes ao trabalho policial, tais como “a falta de reconhecimento, a percepção de risco e risco real, as perdas de colegas e o sofrimento mental represado pela corporação” (Dantas et al., 2010, p.67).

Consonantemente a tal concepção, a literatura aponta que o trabalho policial está diretamente relacionado ao *stress*, pois a atividade laboral desenvolve-se em um meio conflitivo (Coleta, 2007). A saúde deste profissional seria afetada tanto pela operacionalidade do trabalho policial, caracterizada por atividades externas de policiamento ostensivo e preventivo, nas quais a exposição à situações adversas é inerente, envolvendo risco e sofrimento (Spode & Merlo, 2006), quanto pelos aspectos organizacionais que englobariam cargas excessivas de trabalho, responsabilidade e a burocratização dos serviços públicos.

Segundo Zakir (2003) a presença de fatores

estressores como os apontados, evocam nos indivíduos uma série de respostas que se classificam em dois tipos: *stress* e enfrentamento. Observando-se a íntima ligação destes dois termos (Queiroz, 2009), apresenta-se a seguir, suas definições e inter-relações.

Stress

Conceitualmente, o *stress* é definido como uma reação natural do organismo humano, diante de um estímulo ou situação de emoção ou tensão, que se estabelece como uma forma dinâmica de resiliência, aguçando a capacidade de atenção e mobilizando os corpos para o enfrentamento de situações adversas, bem como, mantendo a homeostase, sem danos ao organismo (França, 2008; McEwen & Lasley, 2003; Neto & Lima, 2003). Contudo, o *stress* assume um caráter negativo, quando um estado de excitação excessiva esgota a capacidade de adaptação do indivíduo, causando-lhe danos à qualidade de vida e apresentando sintomas físicos e/ou psicológicos.

De acordo com Lipp (2000), o desenvolvimento do *stress* engloba as seguintes fases: Alerta, Resistência, Quase-exaustão e Exaustão. Em suma, tem-se que a primeira seria desencadeada no momento em que o sujeito se defronta com a situação estressora, preparando-se para lutar ou fugir, apresentando

taquicardia, alteração da pressão arterial, sudorese, boca seca, etc. Na fase de resistência, o organismo tentaria reequilibrar-se, fazendo uso de toda sua energia adaptativa, caracterizando-se pela presença de cansaço, distúrbios de memória, sensação de desgaste e irritabilidade. O processo de adoecimento, iniciaria no estágio seguinte, a quase-exaustão, com o enfraquecimento do sistema imunológico. Por fim, na exaustão, com a quebra da resistência, ocasionar-se-iam o desenvolvimento de depressão, úlceras, problemas cardíacos, dermatológicos, sexuais, câncer e até mesmo a morte.

A literatura demonstra que o trabalho pode ser fonte de *stress* negativo quando as demandas laborais excedem a capacidade de enfrentamento do indivíduo. Tanto fatores externos (condições de trabalho) quanto as exigências físicas e mentais da atividade (questões organizacionais) elencam o rol de estressores responsáveis pelos quadros de *stress* (Sadir & Lipp, 2009).

Em seus estudos, Sadir e Lipp (2009) verificaram que as fontes de *stress* mais relatadas são: excesso de atividades; falta de planejamento; conflito de interesses e valores; problemas interpessoais; dificuldades em lidar com cobranças; falta de reconhecimento do funcionário, entre outros. Similarmente, Nandi (2013) pesquisando o tema junto a profissionais de Tecnologia

da Informação, constatou que, fatores como padrões de gestão e remuneração inadequada, também seriam responsáveis pelo desencadeamento do processo de *stress* organizacional.

Dentre os fatores estressantes no contexto policial encontrar-se-iam os inerentes ao posto de trabalho (características físicas insatisfatórias do trabalho, trocas de turno, trabalho excessivo ou insuficiente, perigo físico); os derivados da função (função desempenhada, responsabilidade sobre a segurança de pares e outras pessoas); associados ao desenvolvimento da carreira (gratificação excessiva ou insuficiente, falta de congruência na categoria, falta de segurança no trabalho, expectativas insatisfeitas); derivados da estrutura e atmosfera de trabalho (escassez ou nenhuma participação nas decisões, restrições de comportamento); associados às relações pessoais no trabalho (relações com companheiros, subordinados e superiores); exteriores ao ambiente ocupacional (mobilidade geográfica, relações familiares).

Outrossim, a incidência do stress ocupacional traz consequências negativas, não somente para o indivíduo, mas também, para a instituição/ organização e, no caso do profissional da segurança pública, para toda a sociedade (Nandi, 2013; Sadir & Lipp, 2009). O desgaste pessoal e funcional, ao

qual o profissional é submetido, alteram sua atividade laboral, culminando em diminuição da produtividade, desmotivação, absenteísmo, consumo de álcool e/ou drogas, entre outros fatores contraproducentes.

Perante tais repercussões negativas do *stress*, compreende-se que a utilização de estratégias de enfrentamento tornaria-se um fator importante aos indivíduos, uma vez que os instrumentalizaria-os na busca do *stress* ideal, caracterizado pela alternância entre estado de alerta e relaxamento, o qual conduziria à homeostase necessária para a regeneração do organismo e para a evitação da exaustão do sistema (Lipp, 2000).

Estratégias de enfrentamento

As estratégias de enfrentamento compor-se-iam por uma gama de processos cognitivos e comportamentais, funcionais e/ou disfuncionais, utilizadas pelos sujeitos frente a demandas aversivas que ultrapassam a capacidade de gerenciamento. Consistiriam em respostas eliciadas por estímulos estressores e mantidas por consequências bem-sucedidas, formando mecanismos que se instalam no repertório comportamental ao longo do desenvolvimento humano (Antoniazzi et al, 1998; Bolzan, 2012; Grassi-Oliveira et al., 2008; Zakir, 2003).

As técnicas de enfrentamento utilizadas pelo indivíduo, seriam determinadas, parcialmente, por seus recursos (saúde, energia, crenças existenciais e recursos materiais) (Schincariol & Vasconcellos *apud* Coleta, 2007; Pesce et al., 2004). Conforme Lipp (1984). Outrossim, desencadeariam comportamentos positivos (prática de exercícios físicos, cuidados com a alimentação e saúde, busca por psicoterapia, prática religiosa, atividades de lazer e hobbies, treinamentos e experiências de crescimento pessoal) e/ou estratégias destrutivas (abuso de substâncias químicas - álcool, drogas, descontentamento nos outros, desamparo aprendido e autodestruição) (Trindade et al., 2009; Straatmann, 2010). Em meio às opções de manejo do *stress*, as variáveis resiliência, suporte social e habilidades sociais possuiriam funções significativas na manutenção da saúde dos indivíduos.

Compreendida como a aptidão dos seres humanos em se recuperarem, superarem e adaptarem-se a situações adversas, resignificando-as e saindo fortalecidos delas (Pesce et al., 2004; Taboada et al., 2006; Torres & Garcia, 2008), a resiliência configuraria-se como uma capacidade não-estática, variando em relação a idade, gênero, contexto cultural e ambiental, aos níveis de exposição e limites dos indivíduos (Polleto & Koller, 2006; Torres & Garcia, 2008; Pesce et al., 2004). No âmbito ocupacional, seria uma ferramenta

requerida pela dinâmica da modernidade, capaz de preservar uma relação saudável entre o profissional e o seu trabalho, em um ambiente permeado por modificações (Barlach et al., 2008).

Igualmente, o suporte social, pontuado por Coleta (2007), associar-se-ia a indicadores de presença/ausência de doenças, considerando-se que “pessoas socialmente isoladas têm saúde debilitada e taxa de mortalidade maior que as pessoas com muitos contatos sociais e relacionamentos” (*idem*, 2007, p.57). Este suporte caracterizar-se-ia como “um dos recursos oferecidos pela rede relacional de um indivíduo, num momento de susceptibilidade, com intenção de amenizar ou moderar o impacto causado pelo estresse” (Queiroz, 2009, p.17). E, estaria diretamente ligado ao nível de habilidades sociais apresentadas pelo sujeito, visto que quanto mais amplo for um repertório de competências sociais, maior será a qualidade da rede de relacionamentos interpessoais (Tavares et.al, 2012).

No que se refere às Habilidades Sociais (HS), estas seriam definidas como um rol de comportamentos emitidos pelo sujeito, num contexto interpessoal que permite a expressão de sentimentos, atitudes, desejos, opiniões ou direitos deste indivíduo, de forma adequada, respeitando o mesmo comportamento nos demais e resolve os problemas imediatos, bem como,

minimiza a chance de incidentes adversos futuros (Caballo, 2007). Porquanto, promovem a qualidade das interações entre os indivíduos, também podem atuar como mecanismo de enfrentamento do *stress*, como pontuaram, especulativamente, Murta e Tróccoli (2009), eventos cognitivos e comportamentais, mediados por habilidades sociais “reduziriam por fim a chance de ativação fisiológica e, por conseguinte, menos reações de estresse ocorreriam” (Murta & Tróccoli, 2009, p.37). Contribuindo para a veracidade de tais resultados, igualmente a pesquisa realizada por Gomide (2005) verificou a relação entre práticas educativas, depressão, *stress* e habilidades sociais, inferindo a ligação entre o repertório insuficiente de habilidades sociais e escores indicativos de *stress*.

Neste estudo, inicialmente, pertinente ao que parece uma “cultura policial” apontavam-se como hipóteses de manejo adotadas pelo agente de segurança, o isolamento (Coleta & Coleta, 2008) e a redução de rede de apoio. Destarte, a fim de averiguar a aplicabilidade de tal concepção na polícia militar paranaense, o presente estudo objetivou identificar as estratégias de enfrentamento utilizadas no manejo de fatores estressores do trabalho policial militar, bem como investigou as possíveis relações estabelecidas entre as variáveis pessoais, do desempenho social e do comportamento resiliente destes profissionais.

Método

Pesquisa de abordagem quantitativa realizada com 41 policiais de ambos os sexos, lotados em um Batalhão de Polícia Militar do Paraná da capital do Estado, com idades entre 24 e 49 anos, de diferentes níveis hierárquicos, divididos em dois grupos: 18 policiais que realizavam, atualmente, serviços operacionais e 23 que atuavam administrativamente.

Os critérios de inclusão foram o exercício das atividades policiais há, no mínimo, 2 anos na corporação e, no mínimo, 6 meses no Batalhão, bem como, a voluntariedade em participar da pesquisa.

Excluíram-se da participação, profissionais que possuíam tempo de serviço menor que 2 anos na Polícia Militar e menos de 6 meses no Batalhão. Foram excluídos, também, policiais que estavam respondendo a processo disciplinar ou afastados do serviço operacional devido a licença médica ou psicológica.

Para a coleta de dados os instrumentos utilizados foram, um questionário sociodemográfico, construído para a pesquisa; o Inventário de Stress para Adultos (ISSL); o Inventário de Habilidades Sociais (IHS) e a Escala dos Pilares da Resiliência (EPR). As aplicações, que ocorreram de forma individual, foram realizadas na primeira quinzena do mês de setembro, divididas em 3 encontros consecutivos, sendo que cada aplicação

durou em média 1 hora, dependendo do participante. A coleta de dados, por solicitação do comando policial, contou com a presença da Psicóloga responsável pelo Batalhão, a qual acompanhou o processo da pesquisa.

Os instrumentos, ISSL, IHS e EPR foram corrigidos conforme instruções de seus respectivos manuais, e, juntamente, com o questionário sociodemográfico, tiveram seus dados digitados em planilhas, bem como, analisados através do pacote estatístico SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) versão 20. Foram realizadas análises estatísticas descritivas e testes estatísticos de comparação. Os resultados foram dispostos em frequências e percentuais ou médias e desvios padrão, sendo os mesmos, apresentados em figuras e tabelas. Para as avaliações foi aplicado o teste não paramétrico de Spearman e Teste T para encontrar diferenças entre os grupos, considerando-se em todos os casos um valor de significância (p) inferior a 0,05 e 0,01.

Resultados

Compuseram a amostra, 41 policiais, de ambos os sexos, de diferentes níveis hierárquicos (soldado, cabo, sargento e capitão) e com tempos de serviço diversos (2 a 30 anos), sendo 88% do gênero masculino, 83% soldados, e 60% tendo entre 2 e 10 anos de tempo

TABELA 1: Frequência de Sintomas Psicológicos e Físicos

Sintomas Psicológicos	Frequência	%	Sintomas Físicos	Frequência	%
Irritabilidade Excessiva	17	41	Sensação de desgaste físico constante	21	51
Pensar constantemente em um só assunto	16	39	Problemas com a memória	16	39
Vontade súbita de iniciar novos projetos	14	34	Tensão muscular	14	34
Duvida quanto a si próprio	10	24	Insônia	12	29
Vontade de fugir de tudo	10	24	Cansaço Constante	11	27

de corporação. Do total de participantes (N=41), como demonstra a Figura 1, 56% dedicavam-se a trabalhos administrativos (N=23) e 44% a atividades operacionais (N=18).

Em relação aos níveis de stress, avaliados por meio do ISSL, constatou-se que 51% dos participantes apresentou diagnóstico negativo e 49% positivo para indicadores de stress. Dos participantes com indicativo de stress, 95% encontravam-se na fase de resistência e 5% na fase de quase-exaustão. Sintomas das fases de alerta e exaustão foram pontuados pelos policiais, contudo sem atingir os limites para diagnóstico positivo, como indica a Figura 2.

De acordo com a área de atuação (patrulha ostensiva/ atividades administrativas) o estudo indicou 24% de profissionais com sintomas atuando em funções operacionais e 24% no grupo de atividades administrativas. A análise estatística dos

dados utilizando o Teste t demonstrou não haver diferenças entre os dois grupos em relação à variável de controle de stress ($t=-0,616$; $p=0,542$).

Quanto a variável tempo de serviço, considerando-se a amostra que apresentou indicadores de stress (N=18), 66% tinham menos de 10 anos de profissão. Contudo, não há relação estatisticamente significativa entre stress e tempo de serviço ($t=-0,017$; $p=0,93$).

Analisando a ocorrência de stress por gênero, verificou-se que 40% do total de participantes do sexo feminino e 50% dos indivíduos do sexo masculino apresentaram indicativos de resultado positivo. A fase de stress mais avançada (quase exaustão), observada na pesquisa, foi representada por uma participante do sexo feminino. Entretanto, não há diferenças entre os gêneros, quanto ao stress ($t=-0,255$; $p=-0,800$).

Os quadros de stress manifestaram-se, de forma mais significativa por sintomas psicológicos (70%) em contraposição aos físicos (35%). Os sintomas mais citados pelos participantes são apresentados pela Tabela 1. Dentre os psicológicos destaca-se a irritabilidade excessiva (41%) e dentre os físicos a sensação de desgaste físico constante (51%).

De acordo com o questionário aplicado aos respondentes, dos fatores da atividade policial assinalados como estressores ocupacionais,

destacaram-se as dificuldades com chefias e/ou subordinados (51%) e carga horária (51%), seguidos por situações inerentes à função (trocas de tiros, abordagens) com 44%, questões salariais (27%), e outros (5%). Apenas 2% não consideram o trabalho estressante.

Quanto às formas de manejo do stress apresentadas, 78% afirmaram praticar algum tipo de atividade física, 41% disseram consumir algum tipo de substância lícita ou ilícita para aliviar sintomas, 22% já fizeram tratamento terapêutico, 15% relataram ter feito uso de medicamentos, e 68% responderam já terem tido comportamentos agressivos atribuídos ao stress.

A maioria dos participantes afirmou buscar apoio na família (56%), assim como lidar sozinho com o stress (44%). A procura por profissionais da saúde (psicólogos, psiquiatras) (5%) e por apoio de colegas de trabalho (2%) foram os comportamentos menos citados.

A aplicação do IHS, contou com 37 questionários válidos, visto que 4 sujeitos abstiveram-se de responder o instrumento. O teste não paramétrico de Spearman indicou a inexistência de correlação entre os índices de habilidades sociais e níveis de stress ($\rho=-0,198$; $p=0,239$). Verificou-se dentre o escore geral, que 51% dos participantes demonstraram possuir repertório de Habilidades Sociais acima da

média, 5% repertório na média e 38% receberam indicação para treinamento de habilidades, como se pode perceber na Figura 3.

Com relação aos escores fatoriais, os percentis mais altos foram verificados no fator 3 (conversa e desenvoltura social), com 58% (N=21) dos participantes apresentando repertório bastante desenvolvido. Em contrapartida, os escores fatoriais 4 e 5, vinculados, à verificação das habilidades de auto-exposição a desconhecidos/situações novas e autocontrole da agressividade em situações aversivas, respectivamente, apresentarem os percentis individuais mais baixos, sendo indicado treinamento a 29% dos participantes no fator 4 e a 23% no fator 5.

Em relação à resiliência dos profissionais, avaliada por meio do instrumento EPR, os atributos que se destacaram foram o fator independência, com 46% de indivíduos apresentando níveis acima da média e o fator reflexão, no qual 58% do grupo ficou com índices abaixo da média. A Tabela 2 (próxima página), mostra a distribuição de participantes por faixas de atributos, delimitando níveis abaixo e acima da média. É possível perceber que o atributo Independência (I), é o que apresenta número maior de indivíduos acima da média (N=19), ao contrário do atributo Reflexão (R), no qual há maior quantidade de participantes abaixo da média (N=24).

TABELA 2: Participantes por Faixa de Atributos do EPR

	AP	AC	AE	BH	CE	E	I	OPF	R	S	VP
MUITO BAIXO	13	14	12	11	14	17	5	15	14	14	6
BAIXO	7	3	8	7	9	6	5	7	10	9	14
MÉDIO	6	9	5	10	5	11	12	6	6	0	8
ALTO	7	7	10	9	8	4	9	10	7	9	9
MUITO ALTO	8	8	6	4	5	3	10	3	4	9	4

Verificou-se a existência de correlações negativas entre níveis de stress e atributos de resiliência. Houve correlações moderadas para autoconfiança ($\rho=-0,495$; $p=0,001$) e controle emocional ($\rho=-0,506$; $p=0,001$).

Discussão

Considerando a observação de proporções de indicadores negativos e positivos de *stress*, que se diferenciam minimamente, seria possível supor que as situações aversivas estariam mediadas por estratégias individuais de enfrentamento (Antoniazzi, et al., 1998; Schincariol & Vasconcellos *apud* Coleta, 2007; Pesce et al., 2004). Igualmente, as associações verificadas entre atributos da resiliência (autoconfiança, aceitação positiva de mudança, controle emocional e independência), confirmariam as hipóteses iniciais de

que as estratégias de enfrentamento (*coping*) vincular-se-iam ao manejo de fatores estressores.

Os resultados referentes às fases do *stress*, corroboram com os obtidos por Oliveira & Bardagi (2009), Costa et al.(2007) e Dantas et al.(2010), pelo fato destes autores, também, terem verificado a prevalência da fase de resistência em policiais. Esta fase, em que, embora, um desgaste ocorra e traga prejuízos à saúde (Dantas et al., 2010), consistiria em um estágio intermediário, um momento de busca de reequilíbrio do organismo no qual são possíveis a adaptação e eliminação dos agentes estressores. Contudo, se não existirem intervenções de estratégias de enfrentamento, os indivíduos ficarão sujeitos às fases subsequentes do *stress* (Lipp, 2000; Costa et al., 2012).

Os dados encontrados na literatura são confirmados na medida em que os estressores ocupacionais são elencados, pois as fontes de stress mais relatados referem-se a fatores como padrões de gestão, problemas interpessoais, carga horária e questões salariais (Sadir & Lipp, 2009; Minayo et al., 2011 e Nandi, 2013). Especula-se que a presença de maiores índices de sintomas psicológicos na amostra dar-se-ia pela insatisfação com o trabalho, tensão, ansiedade, instabilidade, tédio e protelação de atividades (Robbins, 2002).

No que tange às estratégias de enfrentamento apontadas em destaque pelos policiais, Trindade

et al.(2009) e Straatmann (2010), afirmam que os indivíduos poderiam dispor de estratégias destrutivas perante situações estressoras, tal qual o abuso de álcool demonstrado nas pesquisas de Oliveira (2010).O comportamento agressivo e o uso de substâncias lícitas/ilícitas, apontadas pelos policiais da amostra se enquadrariam neste tipo de estratégia.A auto percepção da agressividade foi discutida por Oliveira & Santos (2010), em seus estudos sobre a saúde mental de policiais militares da força tática e de rua, nos quais verificou que 66,7% dos profissionais percebiam-se agressivos sempre.Tal reconhecimento por parte dos policiais, seria um ponto positivo, pois seria o primeiro passo para uma mudança comportamental (Oliveira & Santos, 2010).

Alves (2008) encontrou associações entre a percepção de suporte familiar e os níveis de *stress*, sendo que frente ao aumento de uma das variáveis, a outra diminuiria. O suporte social buscado, por grande parte dos participantes na família demonstra que tal apoio tem sido eficiente em relação a administração do *stress*.Na pesquisa de Coleta (2007) com policiais civis, o cônjuge foi citado como uma das pessoas mais suportivas.Em contrapartida, o fato de alguns profissionais lidarem sozinhos com o *stress* poderia ser embasado na tendência do policial a isolar-se (Coleta & Coleta, 2008).

Os níveis gerais de habilidades sociais acima da média, bem como, os escores elevados no Fator 3 do IHS, referentes às habilidades de comunicação e desenvoltura social, expressados pelos participantes, assemelham-se aos dados apresentados por Oliveira (2010) de níveis de habilidades sociais de bombeiros. De acordo com a autora, poder-se-ia inferir que esta seria uma habilidade inerente aos bombeiros, visto que, os mesmos fazem primordialmente atendimento ao público.A justificativa, possivelmente, se enquadraria aos policiais, que também estabelecem contato direto com a comunidade.

As correlações negativas verificadas entre o *stress* e os atributos da resiliência, autoconfiança e controle emocional, contribuiriam para a demonstração da relação estabelecida entre resiliência e estratégias de enfrentamento (Pesce et al, 2004), uma vez que o stress se elevaria quando tais fatores estivessem diminuídos. A autoconfiança, característica que envolve a crença na própria capacidade de superar desafios, dentro da instituição militar encontraria obstáculos em face a pouca mobilidade para tomar decisões, uma vez que atividades militares estariam condicionadas ao cumprimento estrito de ordens superiores (Oliveira & Santos, 2010).Desta forma, a rigidez e a hierarquização do sistema (Brasil & Souza, 2010; Thomazi, 2008), causariam conflitos psicológicos, que poderiam

desencadear elevação nos quadros de *stress*. O controle emocional, compreendido neste estudo como controle comportamental, compreenderia a manipulação de variáveis para a emissão de respostas adaptadas (Skinner, 1972), o que no trabalho policial resultaria na seleção de comportamentos mais adequados e não violentos. Ressalta-se que, a diminuição do autocontrole das emoções, em virtude do *stress*, seria preocupante ao trabalho policial, pois, segundo Martínez & Sorribas (2014), tal atributo atuaria como um mecanismo de modulação do comportamento da polícia, possibilitando a contenção do uso indistinto da força em situações adversas. De mesmo modo, um desequilíbrio emocional poderia levar tal profissional a assumir atitudes irracionais, comprometendo a eficácia do trabalho policial e expondo, tanto os agentes de segurança, quanto a população a perigos potenciais (Oliveira & Santos, 2010).

Considerações finais

O estudo permitiu o levantamento das estratégias de enfrentamento utilizadas por policiais militares no manejo do *stress*. Contribuiu, ainda para a caracterização do repertório de habilidades sociais e do comportamento resiliente dos profissionais em questão.

O *stress* estaria diretamente ligado ao trabalho policial (Coleta, 2007), entretanto, foi possível observar que a maioria dos participantes da amostra se encontravam na fase de resistência e que nenhum deles apresentou indícios de exaustão. Desta forma, considera-se que os participantes dispõem de estratégias de enfrentamento eficazes, nas quais, a escolha do manejo de *stress* diferenciam-se individualmente.

Em meio aos aspectos importantes da pesquisa, destacou-se, a indiferenciação de indicadores de *stress* entre os indivíduos que exercem funções operacionais e administrativas. Questionamentos futuros, seriam relevantes, uma vez que o senso comum propaga a concepção de que atividades operacionais seriam mais estressantes e a literatura não possui um consenso sobre o assunto.

A pesquisa verificou correlações negativas entre sintomas de *stress* e atributos de resiliência confirmando a hipótese inicial de que haveriam associações estatisticamente significativas entre as duas variáveis. Todavia, a correlação ocorreu somente com quatro de onze fatores da testagem, não permitindo, maior inferência quanto à asserção de que, quanto mais resiliente o indivíduo, menores serão os sintomas de *stress*. Diante de tal resultado, e admitindo as limitações deste estudo, ressalta-se a necessidade de maiores amostras e aprofundamento teórico sobre o assunto.

Não obstante, tendo em vista, projetos de intervenção no nível organizacional, esta investigação forneceria bases para a formulação e uso de estratégias ocupacionais, que poderiam ser úteis para a diminuição dos quadros de *stress* e manutenção de um ambiente de trabalho saudável. Dentre as sugestões possíveis encontrar-se-iam o incentivo ao trabalho em grupo, para a promoção de vínculos entre os companheiros de profissão; desenvolvimento de programas de prevenção ao *stress*; a aplicação de treinamentos de habilidades sociais para os que apresentaram níveis abaixo da média; estímulo a prática de atividades

físicas; realização de avaliações psicológicas individuais mais frequentes, bem como, aplicação de pesquisas de clima organizacional; maior esclarecimento sobre a psicoterapia, para a análise e minoração de preconceitos e, conqumentemente, uma maior adesão a tratamentos.

Por fim, pode se considerar que os dados exibidos, bem como, suas interpretações à luz da literatura, contribuíram para a ampliação dos conhecimentos relativos aos constructos teóricos contemplados na pesquisa. Ademais, são relevantes para a saúde pública, para o profissional da segurança e para a Psicologia.

Referências

- ANTONIAZZI, A.S.; DELL'AGLIO, D.D. & BANDEIRA, D.R.(1998).O conceito de coping: uma revisão teórica.Estudos de Psicologia.vol.3, nº 2.
- BARLACH, L.; LIMONGI-FRANÇA, A.C.& MALVEZZI, S.(2008). O conceito de Resiliência aplicado ao trabalho das organizações.Intramerican Journal of Psychology.vol.42, nº1.
- BOLZAN, M.E.O. (2012).Estresse, Coping, Bunout, Sintomas Depressivos e Hardiness em residentes médicos.Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de Santa Maria.Santa Maria-RS.
- CABALLO, V.(2008). Manual de técnicas de terapia e modificação do comportamento.São Paulo: Santos.
- CALDEIRA, P.S. (2008).A violência nas “capas” dos jornais diários brasileiros.Rev.Levs.vol.1, nº2.
- COLETA, A.S.M.D.(2007).Estresse e suporte social em profissionais do setor de segurança pessoal e patrimonial.Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de Uberlândia.Uberlândia-MG.
- COLETA, A.S.M. D & COLETA, M.F.D.(2008) Fatores de estresse ocupacional e coping entre policiais civis.Psico-USF.vol.13, nº 1.
- Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. (1988).Brasília.Recuperado de <http://goo.gl/Josmn3>.
- COSTA, M.; ACCIOLY J.H.; OLIVEIRA, J. & MAIA, E.(2007).Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira.Rev Panam Salud publica, vol.4.
- DANTAS, M.A.; BRITO, D.V.C.; RODRIGUES, P.B.& MACIENTE, T.S.(2010).Avaliação de estresse em policiais militares. Rev.Psicologia: Teoria e Prática.vol.12, nº 3.
- FARIA, D.G.R. (2008).Aspectos teóricos do campo de estudos sobre segurança pública.Rev.Levs.vol.1, nº 1.
- FRANÇA, M.R. (2008).Habilidades sociais e stress:um estudo com crianças queimadas e hospitalizadas.Trabalho de Conclusão de Curso, Faculdade Evangélica do Paraná.Curitiba-PR.
- GOMIDE, P.I.C.; SALVO, C.G; PINHEIRO, D.P.N & SABBAG, G.M.(2005).Correlação entre práticas educativas, depressão, estresse e habilidades sociais.Psico-USF.vol.10, nº 2.
- GRASSI-OLIVEIRA, R.& FILHO, L.D; BRIETZKE, E.(2008).Coping como função executiva.Rev.Psico.vol.39, nº 3, 2008.
- LIPP, M.E.N.(1984).Stress e Suas Implicações.Estudos de Psicologia, v.3.

- _____.Manual de Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSI) (2000).São Paulo: Casa do Psicólogo.
- MARTÍNEZ, J.& SORRIBAS, P.M.(2014).Atribuciones sobre el uso de la fuerza policial desde la perspectiva del agente. *Psicol.Soc*, 2.
- MAYER, V.M.(2006).Síndrome de Burnout e qualidade de vida em policiais militares de Campo Grande.Dissertação de Mestrado, Universidade Católica Dom Bosco.Campo Grande-MS.
- MINAYO, M.C.S.; ASSIS, S.G.& OLIVEIRA, R.V.C.(2011).Impacto das atividades profissionais na saúde física e mental dos policiais civis e militares do Rio de Janeiro (RJ, Brasil).*Ciência & Saúde Coletiva*, vol.16, nº 4.
- MURTA, S.G.& TRÓCCOLI, B.T.(2009), Intervenções psicoeducativas para o manejo de estresse ocupacional: um estudo comparativo.*Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*.vol.11, nº 1.
- NANDI, L.E.(2013).Nível de estresse em profissionais de informática.Trabalho de Conclusão de Curso, Faculdade Evangélica do Paraná.Curitiba-PR.
- NETO, R.C.& LIMA, J.L.M.(2003).Nível de estresse na Polícia Militar.*Rev.Fisioterapia Brasil*.vol.4, nº 2.
- OLIVEIRA, P.L.M.& BARDAGI, M.P.(2009).Estresse e comprometimento com a carreira em policiais militares.(2009) *Bol.psicol*.vol.59, nº131.
- OLIVEIRA, P.A.(2010).Habilidades Sociais, Depressão, Ansiedade e Alcoolismo em Bombeiros: um estudo correlacional. Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de São Carlos.São Carlos-SP.
- PESCE, R.P., ASSIS, S.G., SANTOS, N.& OLIVEIRA, R.V.C.(2004).Risco e proteção: em busca de um equilíbrio promotor de resiliência.*Psicologia: Teoria e Pesquisa*.vol.20, nº 2.
- PESCE, R.P., ASSIS, S.G., AVANCI, J.Q.; SANTOS, J.C., MALAQUIAS, J.V.& CARVALHAES, R.(2005).Adaptação transcultural, confiabilidade e validade da escala de resiliência.*Cadernos de Saúde Pública*.vol.21, nº 2.
- POLETTI, M.& KOLLER, S.H.(2006).Resiliência: uma perspectiva conceitual e histórica.In Dell’Aglia, D.D., Koller, S.H., Yunes, M.A.M (Eds.), *Resiliência e psicologia positiva: interfaces do risco à proteção*.(pp.19-44).São Paulo: Casa do Psicólogo.
- QUEIROZ, I.P.A.R.(2009).Apoio Social, Coping e suas repercussões no humor depressivo.Dissertação de Mestrado, Pontifícia Universidade Católica de Goiás.Goiânia-GO.
- ROBBINS, S.P.(2002).Comportamento Organizacional.Rio de Janeiro: LTC.
- SADIR, M.A.& LIPP, M.E.N.(2009).As fontes de stress no trabalho.*Rev.de Psicologia da IMED* vol.1, nº 1.

- SADIR, M.A.; BIGNOTTO, M.M.& LIPP, M.E.N.(2010).Stress e qualidade de vida: influência de algumas variáveis pessoais.Paidéia (Ribeirão Preto).45.
- SANTANA, S.L.; SABINO, A.D.V.(2012).Estresse policial militar: efeitos psicossociais.Rev.Conexão.vol.9 , nº ½;
- Skinner, B.F.(1972).Tecnologia do Ensino.São Paulo: EPU.
- SPODE, C.B.& MERLO, A.R.C.(2006).Trabalho policial e saúde mental: uma pesquisa junto aos Capitães da Polícia Militar.Psicologia: Reflexão e Crítica.3.
- STRAATMANN, G.(2010).Estresse, estratégias de enfrentamento e a percepção da imagem corporal em adolescentes: relações com o estado nutricional.Tese de Doutorado, Faculdade de Filosofia , Ciências e Letras de Ribeirão Preto.Ribeirão Preto-SP.
- TABOADA, N.G.; LEGAL, E.J.& MACHADO, N.(2006).Resiliência: em busca de um conceito.Revista brasileira de crescimento e desenvolvimento humano.vol.16, nº 3.
- TAVARES, W.M.; COUTO, C.& SILVA, R.L.F.C.(2012).Perfil de relações interpessoais e habilidades sociais de estudantes de psicologia.Estudos disciplinares em Psicologia.vol.3, nº 1.
- THOMAZI, R.L.M.(2008).A hierarquia e a disciplina aplicadas às instituições militares: controle e garantias no regulamento disciplinar da brigada militar.Dissertação de Mestrado.Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul.Porto Alegre- RS.
- TORRENT ROBLES, D.(1997).La sociedad policial – poder, trabajo y cultura em una organizacion local de policía.Madri: Centro de Investigaciones Sociológicas.
- TORRES, E.M.V.& GARCIA, E.C.(2008).Resiliencia: El arte de navegar em los torrentes.Revista Panamericana de Pedagogia.
- TRINDADE, L.L.; LAUTERT, L.& BECK, C.L.C.(2009).Mecanismos de enfrentamento utilizados por trabalhadores esgotados e não esgotados da estratégia de saúde da família.Rev.Latino-am Enfermagem.vol.17, nº 5.
- ZAKIR, N.S.(2003) Mecanismos de coping.Em M.E.N.Lipp (org.) Mecanismos Neuropsicológicos do Stress: Teoria e Aplicações Clínicas, 1 ed., São Paulo: Casa do Psicólogo.

FIGURAS

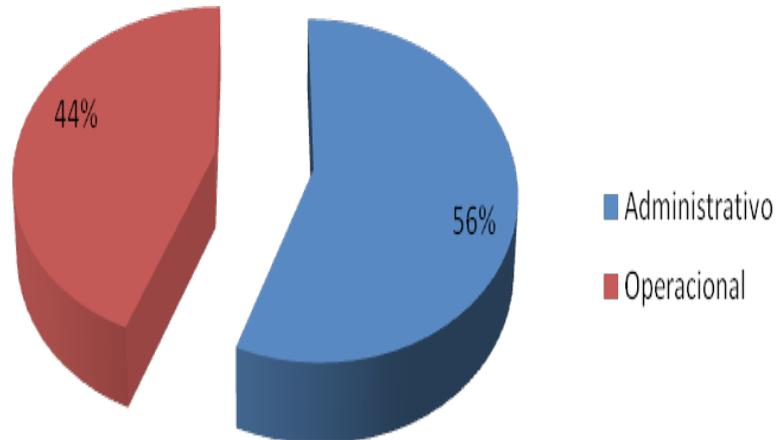


Figura 1. Distribuição dos sujeitos por categoria de atividade funcional.

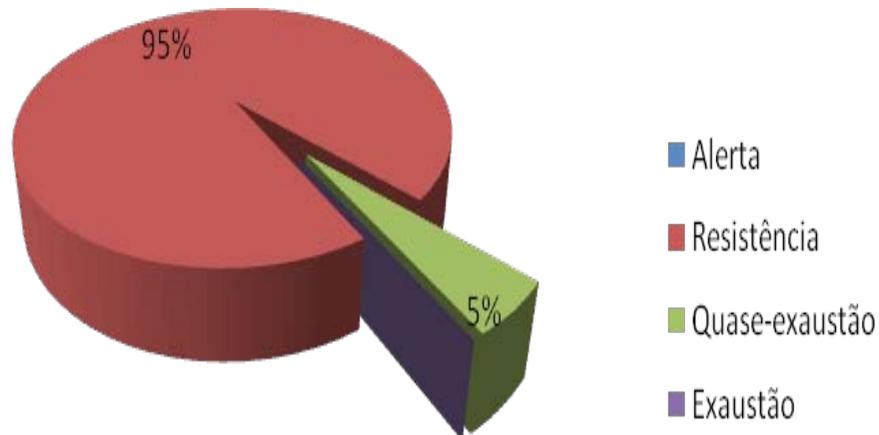


Figura 2. Distribuição dos resultados do ISSL por fases do stress

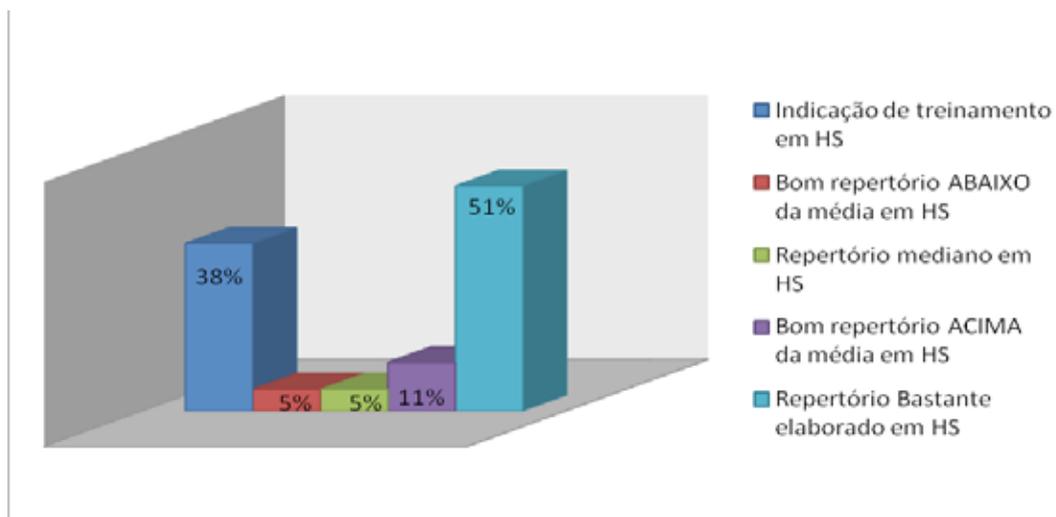


Figura 3. Distribuição de escores fatoriais do IHS.