

ANÁLISE DA QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DOS POLICIAIS MILITARES DA ROTAM: um desafio para o gestor público

Dan Álvaro Abreu Neto¹
Leonardo F. Faria²
Eduardo Di Oliveira Pires³

Resumo

O presente estudo se propõe a analisar a qualidade de vida no trabalho dos policiais militares da ROTAM (Ronda Ostensiva Tática Metropolitana), podendo ser um desafio para o gestor público no tocante aos dados levantados. Fizeram parte do estudo todos os policiais militares da ROTAM, sendo excluídos da pesquisa policiais militares que se encontraram na Junta Central de Saúde, de férias, Licença Especial, licença para tratar de interesse particular, dispensados e os que não tiveram disponibilidade para o estudo. O instrumento de coleta de dados a ser utilizado no trabalho foi o Questionário SF-36, Versão Brasileira, contendo 36 questionamentos sobre a condição da saúde física e mental do entrevistado. De acordo com o método foi utilizado à pesquisa quantitativa, aliado ao estudo bibliográfico. O trabalho apresenta tabelas, os quais descrevem os dados obtidos. Os resultados deste trabalho poderão ser usados pelo Comando da Corporação para subsidiar políticas de melhorias da qualidade de vida do policial militar lotado naquela Unidade.

Palavras-chave: Qualidade de Vida. Trabalho. Policiais Militares. ROTAM.

INTRODUÇÃO

As condições de vida e saúde têm melhorado no último século de forma contínua na maioria dos países, graças aos progressos políticos, econômicos, sociais e ambientais, assim como aos avanços na saúde pública e na medicina. Estudos de diferentes autores e os relatórios sobre a saúde mundial (WHO, 1998) e da região das Américas (OPAS, 1998) são conclusivos a esse respeito.

¹ Fisioterapeuta, Especialista em Osteopatia, Graduação em Fisioterapia pela Universidade Salgado de Oliveira – UNIVERSO. Email: danabreu@hotmail.com

² Psicólogo, Mestrando em Ciências Criminológicas-Forenses, Especialista em Neuropsicologia, Criminologia e Psicologia Jurídica. Psicólogo Criminal da Polícia Técnico-Científica do Estado de Goiás. Email: contato@leonardofaria.com.br

³ Fisioterapeuta, Especialista em Neurofuncional e Docente do Curso de Fisioterapia da Universidade Salgado de Oliveira – UNIVERSO. Email: eduardopires1975@gmail.com

Na América Latina, por exemplo, a expectativa de vida cresceu de 50 anos, depois da II Guerra Mundial, para 67 anos, em 1990, e para 69 anos, em 1995. Entretanto, as mesmas organizações são taxativas ao informar que ainda que tal melhoria seja incontestável, também o é a permanência de profundas desigualdades nas condições de vida e saúde entre os países e, dentro deles, entre regiões e grupos sociais. (BUSS, 1998).

Segundo França (2004), qualidade de vida no trabalho (QVT) é o conjunto das ações de uma empresa/instituição, que envolvem a implantação de melhorias e inovações gerenciais e tecnológicas no ambiente de trabalho. Com o mesmo entendimento, Vasconcelos (2001) relata que a construção da QVT ocorre a partir do momento em que se olha a empresa/instituição e as pessoas como um todo, o que chamamos de enfoque biopsicossocial. O posicionamento biopsicossocial representa o fator diferencial para a realização de diagnóstico, campanhas, criação de serviços e implantação de projetos voltados para a preservação e desenvolvimento das pessoas, durante o trabalho na empresa.

A qualidade de vida laboral é uma busca de humanização no trabalho, com o objetivo de alterar características próprias, permitindo maior satisfação do trabalhador e o conseqüente aumento de sua produtividade.

Seus principais elementos são a resolução de problemas, a reestruturação da natureza básica do trabalho, a inovação no sistema de recompensas e a melhoria no ambiente de trabalho. Entretanto, ressalta-se que as definições de qualidade de vida no trabalho diferem em alguns pontos e, assim, se mostram bastante dinâmicas. (MORAES *et al.*, 2000). Nessa linha de raciocínio, MERINO (2000) *apud* COLOMBO (2003), relatam que a qualidade de vida do trabalhador tem sido uma preocupação do homem desde o início de sua existência. Exemplo disto é a busca do aprimoramento dos instrumentos primitivos e da melhoria das condições de trabalho.

O trabalho, no decorrer da história, foi ocupando a maior parte do tempo do ser humano. O homem passa a maioria de sua vida em seus locais de trabalho, dedicando sua força, energia e esforços para as organizações, disponibilizando grande parte do seu tempo ao trabalho do que propriamente com suas famílias.

O nível de pressão por resultados, a concorrência e a complexidade

por um espaço no mercado, fazem com que o trabalho seja uma constante na vida humana. A organização, por outro lado, percebe cada vez mais a importância do ser humano para o alcance de resultados, pois a capacidade de raciocínio, de criatividade, de solucionar problemas, está presente nas pessoas e não nas máquinas. MORAES *et al.*, (2000) *apud* CAVASSANI *et al.*, (2006).

Dentre as várias profissões, a de policial militar é uma atividade de alto risco, uma vez que esses profissionais lidam, no seu cotidiano, com a violência, o risco eminente e a morte. De fato, a literatura aponta que os policiais estão entre os profissionais que mais sofrem de estresse, pois estão constantemente expostos ao perigo e à agressão, devendo frequentemente intervir em situações de problemas humanos de muito conflito e tensão. (COSTA *et al.*, 2006).

A relação existente entre a Instituição Polícia Militar (PM) e seus integrantes é marcada por uma forte identificação, ou seja, os policiais acreditam na filosofia da Instituição e a seguem. Assim sendo, a cultura organizacional parece deter uma grande parcela de influência no comportamento dos indivíduos que atuam nesta empresa.

De acordo com documentos internos da PM, ela pode ser identificada como uma organização que direciona suas ações para a clientela (população bastante heterogênea) e se preocupa muito com a difusão de seus valores através da atuação de seus integrantes. MAYER, (2006) *apud* ROSA, (2012).

Observa-se que o policial militar deve distinguir o bem do mal, não podendo desprezar o elemento ético de sua conduta. Ele terá que decidir entre o legal e o ilegal, o justo e o injusto e também entre o honesto e o desonesto (ROSA, 2001; VALLA, 2002). Nesta perspectiva, o estudo de Guimarães, Torres e Faria (2005) evidenciou que os policiais militares, quando questionados sobre ações inapropriadas, a maior parte dos respondentes repudiou tais ações. Para os participantes, os valores democráticos devem permanecer, visto que estes são respaldados no respeito aos direitos humanos. Contudo, nem sempre a prática policial permite essa clareza na atuação, e essa constante situação de estresse, gera nos profissionais estados de incertezas e angústias.

Os policiais sofrem influências de vários fatores negativos que geram estresse extremo. O cansaço físico e a falta de equilíbrio emocional podem

levar esses profissionais a assumirem atitudes irracionais durante crises e situações caóticas. Assim, tais atitudes podem levar à falta de eficácia no desempenho do exercício profissional, expondo os policiais e a população a perigos em potencial.

Por sua vez, o estresse pode ser definido como uma resposta não específica do corpo humano a qualquer evento ou circunstância à qual esteja submetido. Quando estas exigências do ambiente persistem além da capacidade de adaptação do indivíduo, dá-se o surgimento do estresse como doença, MORAES *et al.*, (2000).

Os sintomas do estresse podem variar de uma simples sensação de desconforto, a um total esgotamento e prostração do corpo e da mente. COUTO (1987) relata os dez principais sintomas: nervosismo, ansiedade, irritabilidade, fadiga, sentimentos de raiva, angústia, períodos de depressão, dor no estômago, dor nos músculos do pescoço e ombros e dores discretas no peito quando a pessoa se encontra sob situação de maior exposição à pressão.

Para COOPER *et al.*, (1988) os agentes estressores estão constantemente presentes no ambiente de trabalho, sendo divididos em seis grandes grupos: fatores intrínsecos ao trabalho, papel do indivíduo na organização, o relacionamento interpessoal, a carreira e a realização, a estrutura e o clima organizacional e a interface casa-trabalho.

Assim sendo, por entender que a profissão do policial militar é algo de suma importância para a sociedade e com base nas considerações trazidas, o presente estudo teve como objetivo fazer uma análise da qualidade de vida no trabalho dos policiais militares da Ronda Ostensiva Tática Metropolitana (ROTAM), lançando assim um desafio para o gestor público, uma vez que os policiais em diferentes atuações profissionais podem ser acometidos de cansaço físico e emocional e possivelmente terem a percepção de que estão estressados.

Sob esta perspectiva, a Polícia Militar procura através de seus cursos de especialização, promover estudos voltados para produzir conhecimentos científicos, com vistas a subsidiar o Comando em seu planejamento estratégico, com projetos voltados para a melhoria da qualidade de vida dos seus integrantes.

1. Métodos

1.1 Participantes

Participaram deste estudo 55 policiais militares do Batalhão de Polícia Militar de ROTAM (BPMROTAM), divididos em dois grupos conforme equipes que se revezam nas escalas diurnas.

A primeira entrevista aconteceu no dia 24 de abril, com 31 policiais militares. A segunda, no dia 25 de abril, com 24 policiais militares. Todas as entrevistas ocorreram no período matutino, após atividades físicas e antes das equipes assumirem o serviço.

Por ser uma atividade diferenciada do serviço ordinário da polícia militar, apenas uma mulher participou da entrevista.

1.2 Instrumentos

Para coleta de dados, o instrumento utilizado foi o Questionário SF-36, versão Brasileira. O SF-36 é um questionário autoexplicativo, de fácil entendimento e que contem 36 questionamentos sobre a condição da saúde física e mental do entrevistado. A coleta das informações nele depositadas, subsidiaram o presente trabalho científico, direcionando a formulação de alternativas na resolução dos problemas encontrados.

1.3 Procedimentos

A pesquisa acadêmica científica pauta-se sobre determinados princípios éticos, que visam assegurar a proteção do direito, bem-estar e dignidade dos participantes, bem como a finalidade e veracidade dos dados obtidos. No presente caso, buscou-se manter os requisitos de participação optativa e anonimato, assim como manter o comprometimento da não manipulação dos dados.

Inicialmente foi encaminhada Carta Ofício de solicitação ao Comandante do BPMROTAM, informando sobre o projeto e o público alvo do estudo. Após a resposta positiva, houve o convite aos voluntários através de visitas ao BPMROTAM, onde foram explicados os objetivos da pesquisa, além

dos aspectos éticos sobre o sigilo e o caráter optativo da participação no estudo, bem como solicitada a autorização dos policiais militares. Foi empregado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e a coleta de dados foi realizada em dois grupos e em dias alternados.

2 Resultado e Discussão

Os dados foram analisados estatisticamente, por meio do pacote SPSS 16.0, e serão apresentados nas tabelas a seguir:

Na tabela 1 procurou-se mensurar se o policial sentia algum tipo de dor que interferia no trabalho.

Verifica-se que 34,5% da amostra nunca tiveram a dor como variável de interferência em sua jornada de trabalho, 40% um pouco, 21,8% moderadamente e 3,6% bastante.

Tabela 1: DOR INTERFERIU NO SEU TRABALHO

	Frequency	Percent
DE MANEIRA ALGUMA	19	34,5
UM POUCO	22	40,0
MODERADAMENTE	12	21,8
BASTANTE	2	3,6
Total	55	100,0

Fonte: SPSS 16.0

Segundo Minayo *et al.*, (2011), o estudo de Gershon *et al.* avança na discussão das especificidades dos agravos à saúde dos policiais, ressaltando a importância do estresse cumulativo de cunho laboral, podendo levar dentre outras coisas a dores que variam de agudas a crônicas, convergindo com os resultados encontrados em nossa pesquisa.

Mohr *et al.*, (2003), corroboram nossos achados, destacando as condições de maior vulnerabilidade desses profissionais em relação à população em geral.

Na tabela 2 procurou-se mensurar se o policial sentia desanimado ou abatido.

Foi constatado que 5,5% se sentiam desanimados ou abatidos a maior parte do tempo, 18,2% uma boa parte do tempo, 18,2% alguma parte do tempo, 36,4% uma pequena parte do tempo e 21,8% nunca se sentia desanimado ou abatido.

Tabela 2: SENTIDO DESANIMADO OU ABATIDO

	Frequency	Percent
A MAIOR PARTE DO TEMPO	3	5,5
UMA BOA PARTE DO TEMPO	10	18,2
ALGUMA PARTE DO TEMPO	10	18,2
UMA PEQUENA PARTE DO TEMPO	20	36,4
NUNCA	12	21,8
Total	55	100,0

Fonte: SPSS 16.0

Na tabela 3 mensurou o cansaço durante a jornada de trabalho.

Quanto ao se sentir cansado 5,5% se sentia cansado todo o tempo, 14,5% a maior parte do tempo, 18,2% uma boa parte do tempo, 23,6% alguma parte do tempo e 34,5% uma pequena parte do tempo e somente 3,6% nunca sentiram cansaço.

Tabela 3: SENTIDO CANSADO

	Frequency	Percent
TODO TEMPO	3	5,5
A MAIOR PARTE DO TEMPO	8	14,5
UMA BOA PARTE DO TEMPO	10	18,2
ALGUMA PARTE DO TEMPO	13	23,6
UMA PEQUENA PARTE DO TEMPO	19	34,5
NUNCA	2	3,6
Total	55	100,0

Fonte: SPSS 16.0

No trabalho de Oliveira e Santos (2010), a maioria dos policiais sempre, ou às vezes, se percebe com cansaço físico (91,7%) e com cansaço emocional (83,3%) após o dia de trabalho.

Em nosso estudo encontramos que 41,9% dos entrevistados encontravam-se abatidos e desanimados e que 61,8% apresentaram-se cansados correlacionando-se respectivamente com o cansaço emocional e

cansaço físico. Possivelmente a diferença se explique pelo número menor da amostra do trabalho de Oliveira e Santos.

Correlacionando com as tabelas 2 e 3, a tabela 4 apresenta que somente 20% dos policiais entrevistados nunca se sentiram esgotados, e que menos da metade da amostra, 41,8% nunca se sentiram deprimidos, como mostra a tabela 5.

Tabela 4: SENTIDO ESGOTADO

	Frequency	Percent
TODO TEMPO	1	1,8
A MAIOR PARTE DO TEMPO	6	10,9
UMA BOA PARTE DO TEMPO	12	21,8
ALGUMA PARTE DO TEMPO	7	12,7
UMA PEQUENA PARTE DO TEMPO	17	30,9
NUNCA	11	20,0
Total	54	98,2
System	1	1,8
Total	55	100,0

Fonte: SPSS 16.0

Tabela 5: SENTIDO DEPRIMIDO, QUE NADA PODE ANIMÁ-LO

	Frequency	Percent
A MAIOR PARTE DO TEMPO	1	1,8
UMA BOA PARTE DO TEMPO	7	12,7
ALGUMA PARTE DO TEMPO	8	14,5
UMA PEQUENA PARTE DO TEMPO	16	29,1
NUNCA	23	41,8
Total	55	100,0

Fonte: SPSS 16.0

Analisando os resultados do estudo de Minayo *et al.*, (2011), percebe-se que as corporações policiais se destacam da população em geral e de outras categorias profissionais pela pesada carga de trabalho e sofrimento, motivo pelo qual apresenta maior desgaste físico e mental, justificando assim alta porcentagem de policiais esgotados e deprimidos encontrados em nosso estudo.

Silva e Vieira (2008) *apud* Barbosa (2011) apontaram aspectos que

refletem na saúde mental de policiais militares, tais como a hierarquia e a disciplina, pilares que tornam a organização policial militar complexa. A forma como tal fator se conjuga na organização, pode trazer implicações danosas à saúde mental do policial, podendo até justificar o alto número de licenças médicas advindas desses profissionais, por se sentirem deprimidos e/ou esgotados.

Quanto ao temperamento, a tabela 6 mostra que 1,8% apresentam nervosismo o tempo todo, 9,1% a maior parte do tempo, 20% uma boa parte do tempo, 21,8% alguma parte do tempo, 30,9% uma pequena parte do tempo e 16,4% nunca.

Tabela 6: SENTIDO PESSOA NERVOSA

	Frequency	Percent
TODO TEMPO	1	1,8
A MAIOR PARTE DO TEMPO	5	9,1
UMA BOA PARTE DO TEMPO	11	20,0
ALGUMA PARTE DO TEMPO	12	21,8
UMA PEQUENA PARTE DO TEMPO	17	30,9
NUNCA	9	16,4
Total	55	100,0

Fonte: SPSS 16.0

Cooper *et al.*, (1988) *apud* Moraes *et al.*, (2000), relatam que a partir da inter-relação entre estímulos e características individuais podem se desenvolver duas formas de estresse, que, apesar de biologicamente idênticas, apresentam consequências distintas para o indivíduo. São elas o distresse e o eustresse. O primeiro constitui o estresse negativo, resultante da percepção do estímulo como ameaça, ficando a energia retida no organismo para enfrentamento das pressões. O outro consiste em um estresse positivo no qual o excedente de energia é empregado de modo produtivo, sendo o estímulo estressor percebido como um desafio capaz de ser superado.

Do ponto de vista individual, Couto (1987) *apud* Moraes *et al.*, (2000), relacionam como principais sintomas de estresse o nervosismo, a ansiedade, a irritabilidade, a fadiga, o sentimento de raiva, a angústia, o período de depressão, a dor no estômago, a dor nos músculos do pescoço e ombros e dores discretas no peito quando o indivíduo se encontra sob situação de maior

exposição a pressão.

Nesse sentido, Santos e Cardoso (2010) afirmam que os profissionais que trabalham em funções diretamente na assistência dos outros, estão mais suscetíveis às tensões e ao estresse.

Mayer (2006) conclui que os agravos ocorrem pelo fato dos profissionais da polícia vivenciarem diariamente com situações de alto risco, estando sujeito a danos da sua integridade física e mental, como acidentes de trânsito, situações que requerem o emprego de força, troca de tiros com bandidos, presenciar crianças e adultos espancadas ou mortas, exposição ao suborno e outras tentações.

Para Oliveira e Santos (2010), a cada ocorrência há uma chance real de risco de morte, pois a probabilidade de acontecer uma tragédia é muito grande. De um lado, o policial pode ser vitimado e, de outro, ele pode presenciar durante um único dia muitos casos de cidadãos vitimados por acidentes ou episódios de violência. O fato é que o policial está em maior contato com a dor e com a morte e situações muito estressantes podem, a longo prazo, gerar efeitos colaterais severos como o desenvolvimento de patologias, ou na falta de controle acerca do comportamento agressivo, esses fatores constituem risco direto à população, pois o estresse afeta as interações interpessoais.

Tais dados vão ao encontro dos altos índices de tensão nervosa encontrados neste estudo.

Já na tabela 7, visualizamos que 43,7% da amostra tiveram moderada ou bastante interferência em atividades sociais devido a problemas físicos e emocionais.

Tabela 7: SAÚDE FÍSICA OU PROBLEMAS EMOCIONAIS INTERFERIRAM NAS ATIVIDADES SOCIAIS

	Frequency	Percent
DE FORMA NENHUMA	17	30,9
LIGEIRAMENTE	14	25,5
MODERADAMENTE	21	38,2
BASTANTE	3	5,5
Total	55	100,0

Fonte: SPSS 16.0

Os dados acima indicam que de alguma forma, 69,2% dos entrevistados alegaram que problemas emocionais interferiram nas atividades sociais. Correlacionando as tabelas acima com a tabela 8, verifica-se que em relação ao tempo de trabalho, apenas 23,6% dos policiais entrevistados apresentaram redução na sua carga laborativa. Tal fato pode ser decorrente de uma severa escala de trabalho e a um efetivo reduzido, fazendo com que o afastamento só ocorra em casos mais graves, ficando aquém do esperado se analisarmos os dados acima, onde esperávamos uma redução maior no tempo de trabalho.

Tabela 8: REDUZIU SEU TEMPO DE TRABALHO

	Frequency	Percent
SIM	13	23,6
NÃO	42	76,4
Total	55	100,0

Fonte: SPSS 16.0

A saga do policial militar de todos os tempos tem se caracterizado por uma vida plena de sacrifícios, de espírito de renúncia e silenciosa dedicação ao dever, elementos sem os quais não seria possível levar a bom termo a missão nobilitante de dar proteção à sociedade. Apesar das dificuldades (greves, protestos, corrupção) enfrentadas nos dias atuais pela Organização na maioria dos Estados Brasileiros em relação a suas corporações, os policiais parecem manter-se fiéis à instituição e, principalmente, às suas atividades. (ROSA, 2012). Talvez esta explicação demonstre o baixo percentual de entrevistados que reduziram sua carga de trabalho.

Segundo os achados de Minayo *et al.*, (2011), as corporações policiais militares se destacam da população em geral e de outras categorias profissionais pela pesada carga de trabalho e sofrimento, justificando, portanto, seu maior desgaste físico e mental. E que as tropas operacionais estão mais suscetíveis aos riscos e aos agravos provenientes do trabalho.

Apesar de não ter tido uma diminuição expressiva na jornada de trabalho, a tabela 9 mostra claramente que a respeito da execução de tarefas houve uma diminuição significativa, onde 41,8% dos entrevistados relataram uma diminuição das tarefas ordinárias.

Tabela 9: REALIZOU MENOS TAREFA

	Frequency	Percent
SIM	23	41,8
NÃO	32	58,2
Total	55	100,0

Fonte: SPSS 16.0

Concomitante com a redução das tarefas vista na tabela 9, percebemos também a presença de agentes limitadores durante sua jornada de trabalho como mostra a tabela 10, sendo que 34,5% dos entrevistados relataram algum tipo de limitação, física ou mental.

Tabela 10: ESTEVE LIMITADO NO SEU TIPO DE TRABALHO

	Frequency	Percent
SIM	19	34,5
NÃO	35	63,6
Total	54	98,2
System	1	1,8
Total	55	100,0

Fonte: SPSS 16.0

Ainda fazendo uma correlação com as tabelas acima, a tabela 11, demonstra que 32,7% dos integrantes da amostra não realizaram suas atividades com tanto cuidado.

Tabela 11: NÃO REALIZOU AS ATIVIDADES COM TANTO CUIDADO

	Frequency	Percent
SIM	18	32,7
NÃO	37	67,3
Total	55	100,0

Fonte: SPSS 16.0

Ferreira *et al.*, (2009), relata que as características ocupacionais revelam uma carga excessiva de trabalho, ao se levar em conta somente a media semanal de horas de trabalho e horas extras. Além disso, cerca de quatro em cada dez trabalhadores revelaram que não possui sequer um dia de folga por semana. Estas informações corroboram dados de outros Estados Federativos sobre as cargas excessivas e a dupla vinculação profissional, considerados características que contribuem negativamente para a saúde e o

desempenho profissional.

Silva (2010) complementa que a instituição policial militar deve estar atenta para as jornadas duplas de trabalho, proporcionando meios viáveis para que seus profissionais não precisem utilizar deste artifício, e assim, consigam render seu máximo durante o horário de trabalho.

Este estudo mostra que, mesmo que tenha a redução do tempo de trabalho e que este não altere o resultado, a redução das tarefas e a qualidade das mesmas são significantes.

A tabela 12 traz um resumo do SF-36, onde seus 36 questionamentos foram agrupados em 8 domínios: capacidade funcional, limitação por aspectos físicos, dor, estado geral de saúde, vitalidade, aspectos sociais, limitação por aspectos emocionais e saúde mental. De todos os 8 domínios, destacam-se a boa capacidade funcional da amostra com 88,76%, as limitações por aspectos emocionais apresentado por 67,87% dos policiais entrevistados e as limitações por aspectos físicos presentes em 69,69% da amostra.

Descriptive Statistics			
	N	Mean	
	Statistic	Statistic	Std. Error
CAPACIDADE FUNCIONAL	55	88,7677	1,77071
LIMITAÇÃO POR ASPECTOS FÍSICOS	55	69,6970	4,45476
DOR	55	64,6364	2,94144
ESTADO GERAL DE SAÚDE	55	74,6000	2,50368
VITALIDADE	55	60,6667	2,83497
ASPECTOS SOCIAIS	55	67,7273	3,12295
LIMITAÇÃO POR ASPECTOS EMOCIONAIS	55	67,8788	5,39940
SAÚDE MENTAL	55	67,7818	2,68763
Valid N (listwise)	55		

Fonte: SPSS 16.0

CONCLUSÃO

Este estudo evidenciou a existência de diversos fatores associados a alterações da QVT do público pesquisado, a exemplo da dor, da carga de trabalho semanal e alto índice de nervosismo da tropa.

No entanto, a tropa da ROTAM é altamente disciplinada e preparada fisicamente, com atividade física diária, inclusive nos finais de semana, sempre

supervisionada pelo Oficial de Serviço (ROTAM COMANDO) e com duração média de uma hora e meia.

Acerca da atividade laboral, verifica-se que trabalham cerca de quarenta e cinco horas semanais, além do serviço extra remunerado, podendo variar de acordo com a voluntariedade do policial.

Através dos dados levantados foi possível verificar ainda que a maioria dos entrevistados já sentiram dor que interferiram no trabalho. Esses dados sugerem estar relacionados ao desgaste físico realizado antes do início do trabalho com a atividade física ou até mesmo por desgaste emocional durante a atividade laboral, sendo necessário um estudo a respeito para esclarecer o que estaria provocando tais desconfortos.

Dentre à situação pesquisada, uma grande parcela dos participantes relatou que se encontra desanimada ou abatida em algum momento. A maioria dos entrevistados se sentiram esgotados, deprimidos e nervosos. Esses dados expressivos podem ter reflexos na vida social dos participantes uma vez que a maioria relatou alteração na saúde física e emocional.

Mesmo com altos índices de cansaço, esgotamento e desânimo evidenciados, esses dados não interferiram na redução do tempo de trabalho. No entanto, grande parte afirmou que realizaram menos tarefas e apresentaram limitações no trabalho, além de não terem cumprido suas atividades com cuidado, sendo necessário acompanhamento que identifique o objeto motivador de tais limitações, ou seja, se há uma alteração qualitativa no desempenho funcional do labor.

Torna-se evidente que a tropa pesquisada possui alto nível de estresse, talvez em decorrência de sua atividade fim, porém estes continuam trabalhando com dedicação.

Os resultados deste trabalho poderão ser usados pelo Comando da Corporação para adotar políticas de recursos humanos a fim de aumentar o efetivo da unidade pesquisada, bem como implementar medidas protetivas de saúde mental, evitando assim a sobrecarga de trabalho, e tornando as escalas de serviços menos desgastantes.

Além disso, faz-se necessário um rigoroso acompanhamento das atividades diárias no trabalho, e a elaboração de um planejamento de ações práticas e eficientes na resolução dos problemas encontrados.

A aplicação de um programa de diagnóstico, orientação e controle do estresse, sob a supervisão e acompanhamento de profissionais da área de saúde do Hospital do Policial Militar, bem como identificação dos agentes estressores presentes nas atividades da vida diária do público pesquisado, torna-se eficiente e conseqüentemente viável para o momento.

Referências

BARBOSA, L. O. A. **Avaliação do Estresse Ocupacional em uma Unidade da Polícia Militar de Pernambuco**, Caruaru, 2011. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Enfermagem) – Faculdade do Vale do Ipojuca, Caruaru, 2011.

BUSS, P. M. **Promoção da Saúde e Saúde Pública**. ENSP, Rio de Janeiro, 1998.

CAVASSANI, A. P.; CAVASSANI, E. B.; BIAZIN, C. C. **Qualidade de vida no trabalho: fatores que influenciam as organizações**. In: SIMPEP- Simpósio de Engenharia da Produção, 13, 2006, São Paulo. Anais... São Paulo: UNESP, p.1-8, 2006.

CHIAVENATO, Idalberto. **Gestão de Pessoas: e o novo papel dos recursos humanos nas organizações**. 2. ed. São Paulo: Elsevier, 2004.

COLOMBO, C. M. **A influência da ginástica laboral no relacionamento interpessoal e no incentivo à prática de atividade física**. 2003. 23 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Fisioterapia) - Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Cascavel, 2003.

COOPER, C. et al. **Occupational Stress indicator: test sources of pressure in job**. England: Windsor, 1988.

COSTA, M. ACCIOLY JR H. OLIVEIRA J. MAIA E. Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. **Rev Panam Salud Publica**. 2007; 21 (4): 217-222.

COUTO, H. A. **Stress e qualidade de vida dos executivos**. Rio de Janeiro: COP, 1987.

FERREIRA, D. K. S.; BONFIM, C.; AUGUSTO, L. G. S. Fatores associados ao estilo de vida de policiais militares. **Ciência & Saúde Coletiva [On-line]** 2011, 16 (Enero-Agosto) Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=63019108007>>. Acessado em: 12 mai. 2014.

FRANÇA, A. C. L. **Qualidade de vida no trabalho: conceitos e práticas na sociedade pós-industrial**. São Paulo: Atlas, 2004.

GUIMARÃES, J. G.; TORRES, A. R. R.; FARIA, M. R. G. V. Democracia e

violência policial: o caso da polícia militar. **Psicologia em Estudo**, v. 10, n. 2, p. 263-271, jul./dez. 2005.

MAYER, V. M. **Síndrome de Bournout e qualidade de vida em Policiais Militares de Campo Grande/MS**, 2006, 157 p. Dissertação de Mestrado. Programa de Mestrado em Psicologia. Universidade Católica de Dom Bosco. (UCDB).

MERINO, E. **Qualidade de vida no trabalho: conceitos básicos**. Programa de pós- graduação em Engenharia de Produção. Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC, 2000.

MINAYO, M. C. S.; ASSIS, S. G.; OLIVEIRA, R. V. C. Impacto das atividades profissionais na saúde física e mental dos policiais civis e militares do Rio de Janeiro (RJ, Brasil). Artigo, 2008. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 16, n. 4, p. 2199-2209, 2011.

MINAYO, M. C. S.; SOUZA, E. R.; CONSTANTINO, P. Riscos percebidos e vitimização de policiais civis e militares na (in) segurança pública. **Caderno de Saúde Pública**, v. 23, n. 11, p. 2767-2779, jan./mar. 2007.

MOHR, D.; VEDANTHAM, K.; NEYLAN, T.; METZLER, T. J.; BEST S.; MARMAR C. R. The mediating effects of sleep in the relationship between traumatic stress and health symptoms in urban police officers. **Psychosom Med**, v. 65, p. 485-489, 2003.

MORAES, L. F. R., MARQUES A. L., PEREIRA L. Z. **Diagnóstico de qualidade de vida e estresse no trabalho da Polícia Militar do Estado de Minas Gerais**. 2000, 219f. (Relatório de pesquisa) – NEACO, CEPEAD, FACE, UFMG, 2000.

MORAES, L. F. R., FERREIRA, S. A. A., ROCHA, D. B. **Trabalho e Organização: influências na Qualidade de Vida e Estresse na Polícia Militar do Estado de Minas Gerais**, 2014.

OLIVEIRA, K. L.; SANTOS, L. M. Percepção da saúde mental em policiais militares da força tática e de rua. **Sociologias**, Porto Alegre, ano 12, n 25, set./dez. 2010, p.224-250.

OPAS. **La Salud em las Américas**, v. 1, OPAS, Washington, 1998. 368 pp.

REBELLO, C. G.; NASCIMENTO, M. C.; SCOPEL, E. J. Nível de atividade física em mulheres com câncer de mama. **Revista Digital. Buenos Aires** – ano 12 – nº 112.09/2007.

ROSA, J. G. **Trabalho e qualidade de vida dos policiais militares que atuam na modalidade de policiamento da Rádio Patrulha do 9º Batalhão de Polícia Militar de Criciúma/SC**, 2012.

ROSA, P. T. R. Regulamento disciplinar militar e suas inconstitucionalidades.

Revista de Direito Militar da Associação dos Magistrados das Justiças Militares Estaduais, Florianópolis, v. 5, n. 29, p. 16-18, mai./jun. 2001.

SANTOS, A. F. O.; CARDOSO, C. L. Profissionais de Saúde Mental: Estresse, Enfrentamento e Qualidade de Vida. Universidade de São Paulo. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Ribeirão Preto, v. 26, n. 3, p. 543-548, 2010.

SILVA, L. C. **Variáveis associadas à atividade física e percepção de estresse em policiais militares**, 2010.

SILVA, M. B.; VIEIRA, S. B. O processo de trabalho do militar estadual e a saúde mental. **Revista Saúde e Sociedade**, São Paulo, v. 17, n. 4, p. 1-10, out. 2008.

SILVA NETO, S. A. **Cultura organizacional da Polícia Militar de Minas Gerais: uma visão diagnóstica**. In: O Alferes. Belo Horizonte, v. 13, n.45, p. 13-69, abr/jun 1997.

SILVA, R. S. et al. Atividade física e qualidade de vida. **Ciência e saúde coletiva [online]**. v. 15, n. 1, pp.115-120, 2010.

VALLA, W. O. O compromisso e as implicações deontológicas para o militar de polícia. **Revista Direito Militar da Associação dos Magistrados das Justiças Militares Estaduais**, Florianópolis, v. 7, n. 37, p. 10-14, set./out. 2002.

VASCONCELOS, A. F. Qualidade de Vida no Trabalho: origem, evolução e perspectivas. **Caderno de Pesquisas em Administração**, São Paulo, v. 08, nº 1, janeiro/março 2001.

WHO - World Health Organization. **The World Health Report 1998: Life in the 21st Century – A Vision for All**. WHO, Genebra, 1998. 241 pp.