

SÍNDROME DE BURNOUT E OS FATORES DE RISCO EM POLICIAIS MILITARES

Julliany Karoliny da Silva Guedes¹;

Francisco Alves Lima Júnior²;

Bruna Caroline Silva Falcão³;

Bruna Rafaella Carvalho Andrade⁴;

Mayra Sharlenne Moraes Araújo⁵;

Igor Rodrigues da Fonseca⁶;

João Paulo Costa Alves⁷;

Patrícia dos Santos Silva Queiroz⁸.

RESUMO: O estudo objetivou adentrar a presença de sintomatologias que indicam o desenvolvimento ou características da síndrome de Burnout em policiais militares. A metodologia foi baseada na abordagem quantitativa, exploratória e descritiva, utilizando-se de questionário. Os dados foram coletados no final de abril e no começo do mês de maio de 2020, a amostra do estudo foi constituída por 42 policiais militares lotados no 9º Batalhão de Araguatins-To. O estudo incluiu somente os policiais lotados na instituição que atenderam aos critérios de inclusão/exclusão. A pesquisa foi aprovada e autorizada pelo comitê de ética sob o parecer de número 3.689.565. A análise dos dados apontou prevalência da síndrome de burnout em policiais militares do sexo masculino, que vivem com companheiro, com faixa etária média de 42,83, com nível superior em sua maioria e tempo de serviço maior que 20 anos. Praticam atividade física e não tem conflitos interpessoais. A dimensão mais comprometida foi a despersonalização, seguido pela exaustão emocional e diminuição da realização profissional. O trabalho apresenta tanto impactos positivos quanto negativos a saúde humana. Se por um lado provoca momentos de satisfação, bem-estar e motivação o desenvolver das tarefas, por outro, possui diversos agentes estressores que podem causar o desgaste físico e emocional, causando uma desestabilização do trabalhador.

PALAVRAS-CHAVE: Esgotamento profissional. Síndrome de Burnout. Policiais Militares.

BURNOUT SYNDROME AND RISK FACTORS IN MILITARY POLICE OFFICERS

ABSTRACT: The study aimed to investigate the presence of symptoms that indicate the development or characteristics of Burnout syndrome in military police officers. The methodology was based on a quantitative, exploratory and descriptive approach, using a questionnaire. The data was collected at the end of April and at the beginning of May 2020, the study sample consisted of 42 military police officers assigned to the 9th Battalion of Araguatins-To. The study included only police officers assigned to the institution who met the inclusion/exclusion criteria. The research was approved and authorized by the ethics committee under opinion number 3,689,565. Data analysis showed the prevalence of burnout syndrome in male military police officers, who live with a partner, with an average age of 42.83, with the majority having higher education and service time greater than 20 years. They practice physical activity and have no interpersonal conflicts. The most compromised dimension was depersonalization, followed by emotional exhaustion and decreased professional fulfillment. The work has both positive and negative impacts on human health. If, on the one hand, the performance of tasks causes moments of satisfaction, well-being and motivation, on the other hand, it has several stressors that can cause physical and emotional exhaustion, causing destabilization of the worker.

KEY-WORDS: Professional burnout. Burnout syndrome. Military Police.

INTRODUÇÃO

As condições e organizações do trabalho, o suporte organizacional, as relações socioprofissionais, o reconhecimento, a evolução profissional e o elo entre a vida social uma vez que ele pode proporcionar aos indivíduos vivências de bem-estar e de mal-estar. Assim, o trabalho pode ser provedor para a saúde tanto quanto para o adoecimento (BRAGA, ZILLE 2015).

Maslach (2009 p.54) defende que “Burnout” é um problema do ambiente social em que as pessoas trabalham. Visando a estrutura e o funcionamento do ambiente laboral, mudando a forma pela qual as pessoas interagem entre si e como desempenha suas funções.

Visando a importância dessa patologia na vida dos profissionais de segurança pública, mais diretamente aos Policiais Militares, tendo em vista os perigos vivenciados a todo instante, as proximidades dos males da sociedade, cobrança intensificada por resultados e resolução de conflitos, faz-se necessário realizar uma reflexão mais profunda sobre a saúde no trabalho, não observando apenas as questões de segurança, mas as questões da saúde psicológica do trabalhador, devido à contingência dos custos sociais que se tem hoje com doenças profissionais, indenizações, readaptações, entre outros (DE LIMA, 2018). Em vista disso, esta pesquisa tem como objetivo adentrar a presença de

sintomatologias que indicam o desenvolvimento ou características da síndrome de Burnout em policiais militares.

METODOLOGIA

Tratou-se de um estudo de abordagem quantitativa, exploratória descritiva. Foi utilizado um questionário com questões fechadas que solicitava informações sociodemográficas e profissionais com elementos baseados no inventário Burnout de Maslach (MBI).

A coleta de dados ocorreu no final de Fevereiro e no começo do mês de Março de 2020, com os Policiais Militares do 9º Batalhão no município de Araguatins-To. A coleta de dados foi realizada pelos próprios pesquisadores, por meio de um questionário com elementos do MBI, nos quais foram disponibilizados aos participantes da pesquisa no início do expediente de trabalho e foram recolhidos conforme eles terminavam de responder. A amostra do estudo foi constituída por 42 policiais militares lotados no 9º Batalhão de Araguatins-TO.

O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética pela Universidade Estadual do Tocantins – UNITINS. Número do parecer: 3.689.565 e sua execução e análise dos dados respeitaram as determinações éticas da Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

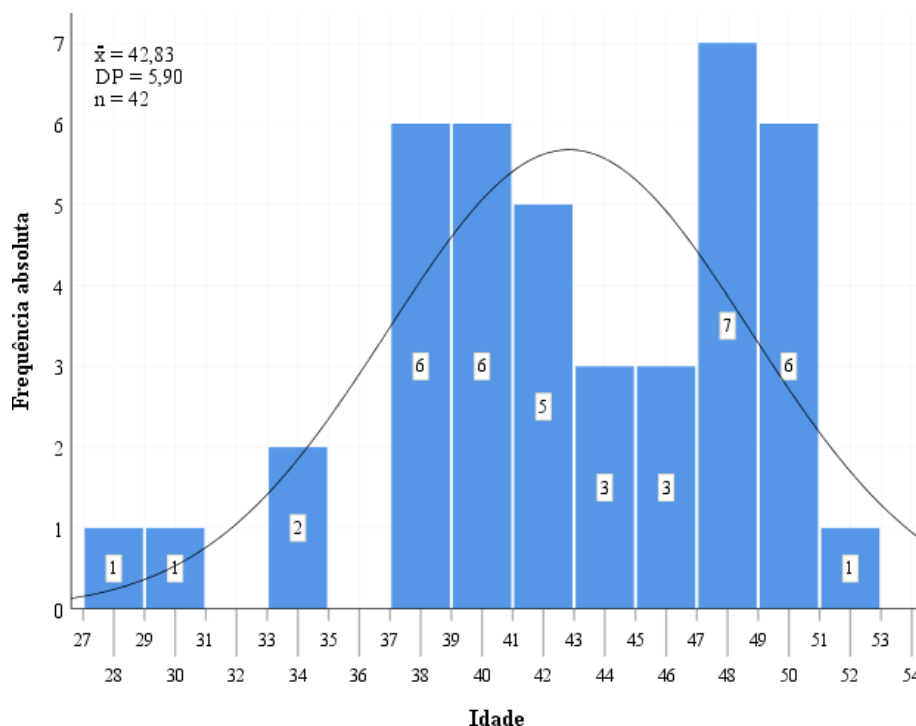
Os dados foram analisados com a utilização do pacote estatístico *Statistical Package of Social Sciences* (SPSS, 26,0). A distribuição da idade dos participantes foi descrita por meio de gráfico histograma demonstrando os valores de média e desvio padrão. A caracterização do perfil sociodemográfico, hábitos de vida foi feita por meio de frequência absoluta (n) e frequência relativa (%). A normalidade dos dados foi verificada por meio do teste de Shapiro-Wilk. A correlação de Spearman foi utilizada a fim de verificar a relação entre a idade com os escores de Burnout. A comparação das médias dos escores de Burnout com o perfil da amostra foi realizada aplicando-se os testes de Mann-Whitney e Kruskal- Wallis. O nível de significância adotado foi de 5% ($p < 0,05$).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No primeiro momento do estudo, buscou-se verificar as condições sociodemográficas e laborais dos participantes, neste caso os policiais militares do 9º Batalhão da Polícia Militar de Araguatins-To. Verifica-se na figura 1, a variação de idade dos 42 militares distribuídas nas barras azuis indicando quantos militares estão inseridos em cada faixa de idade.

Nessa distribuição, há uma média central evidenciada pela linha que mostra o pico do número de pessoas com idade de 42,83 que estão mais representadas para o aparecimento da Síndrome de Burnout com o desvio padrão de DP= 5,90.

Figura 1. Gráfico histograma demonstrando a distribuição, média e desvio padrão da idade.



Fonte: Dados da pesquisa, 2020.

Diante do exposto, Almeida et al. (2017), ao realizarem estudo semelhante, constataram predominância de idade de 31 anos ou mais relacionada ao fator estresse. Em um outro estudo realizado com 560 policiais militares, entre os policiais que participaram do estudo observa-se uma variação de idade de 19 a 54 anos, com mediana de 36 anos e a faixa etária prevalente dos 36 aos 45 anos (Arroyo, 2019). Fundamentando-se nesse resultado, pode-se inferir que sujeitos com a idade mais elevada são mais suscetíveis a um índice variado para o desenvolvimento da síndrome de Burnout.

Ainda em consonância com esses achados, um estudo realizado por Batista et al. (2010), sobre a Síndrome de Burnout em escolas municipais da cidade de João Pessoa, PB, chegou à conclusão de que entre os 265 sujeitos estudados, a faixa etária média é de 43,5 anos (mínimo de 20 e máximo de 66; DP = 10,4).

Dessa forma, a faixa etária que prevalece na pesquisa, pode ser um fator de vulnerabilidade para a ocorrência da Síndrome de Burnout. Alves (2017) relaciona este achado ao tempo de experiência do profissional e ao contexto de mudanças ao qual está inserido, que por sua vez, acaba gerando insegurança, ou frustração ao perceber que suas ansiedades e vontades não foram concretizadas a partir da carreira escolhida.

Já Franco et al. (2011), afirmam que quanto maior a idade mais tempo de serviço a pessoa pode ter e maiores são suas responsabilidades. O fato de ter de cuidar do outro acaba gerando inseguranças, anseios e tensão que interferem na autocrítica destes indivíduos que passam a apresentar sentimentos de incompetência e desvalorização, ainda mais se relacionados com a idade.

Tabela 1. Caracterização do perfil sociodemográfico e laboral (n = 42).

	n	%
Estado civil		
Casado	35	83,3
Separado	2	4,8
Solteiro	5	11,9
Filhos		
Nenhum	4	9,5
Três/ou mais	17	40,5
Um a dois	21	50,0
Escolaridade		
Fundamental	2	4,8
Médio	3	7,1
Superior	37	88,1
Renda		
4 a 6 salários	21	50,0
7 a 11salários	13	31,0
> 11 salários	8	19,0
Tempo de trabalho		
2/5 anos	5	11,9
>10 anos	15	35,7
> 20 anos	22	52,4
Carga horária		
12/36 horas	12	28,6
12/48 horas	2	4,8
24/48 horas	20	47,6
Expediente 8h	8	19,0
Folgas		
3x /semana	38	90,5
4x/ semana	4	9,5
Trabalho fora da Instituição		
Não	36	85,7
Sim	6	14,3
n, frequência absoluta; %, frequência relativa.		

Fonte: Dados da pesquisa, 2020.

Quando avaliada as condições sociodemográficas dos participantes chegou-se aos seguintes resultados, conforme tabela 1: foram pesquisados 42 sujeitos e destes (83,3%) são casados ou vivem com companheiros (11,8%) são solteiros (4,8%) são separados/divorciados.

Quando perguntados sobre o quantitativo de filhos a maioria dos participantes relataram possuir de um a dois (50%), três ou mais (40,5%) e os que não têm nenhum filho (9,5%).

Campos (2013), em seu estudo sobre os fatores sociodemográficos associados aos casos de Burnout obteve resultado semelhante aos desta pesquisa onde a maioria dos participantes era casada ou viviam em união estável (58,62%), aqueles que se diziam solteiros (28,45%) e os divorciados e viúvos que tiveram menor percentual (12,93%).

Outro estudo realizado com policiais militares no Rio Grande do Sul em seus resultados demonstrou predominância de indivíduos do gênero masculino, casados e diferentemente dos achados desta pesquisa, possuíam em sua maioria, apenas um filho (DE ALMEIDA ET AL., 2017).

Estes achados podem ser explicados pelo fato de que a presença ou não de um parceiro, seja em um casamento oficializado ou apenas em convívio domiciliar, apresentam uma menor probabilidade de desencadear uma síndrome de Burnout, uma vez que tem alguém para compartilhar seus anseios e participam das emoções do convívio familiar, o que as torna mais resistente à doença (FERNANDES ET AL., 2012).

Quanto à escolaridade, evidenciou que (88,1%) tem ensino superior completo, (7,1%) possui a escolaridade de nível médio e apenas (4,8%) possui ensino fundamental.

Os dados demonstram coerência com vários estudos sobre a SB em policiais militares, como o realizado por De Almeida et al. (2017), cuja prevalência de escolaridade foi de graduados (58,76%). Outro estudo realizado por Arroyo, Borges & Lourenço (2019) sobre a qualidade de vida de policiais militares demonstrou que de um total de 506 policiais militares os que possuíam curso superior completo foi de 40,1%.

Apesar de não ser uma exigência para fazer parte da PM, a graduação é componente importante na agregação de valores e conhecimento aos policiais, sendo, assim, uma forma alternativa de interação e possível melhoria da qualidade de vida, além de tornar mais fácil a progressão na carreira.

A própria carreira policial exige do integrante a disciplina e dedicação aos estudos e apesar de os cargos de soldado e oficial da PM exigirem apenas o nível médio, existem alguns cargos que necessitam de formações específicas, o que atrai ainda mais esses trabalhadores a cursar de uma graduação.

No tocante à variável tempo de atuação profissional, os resultados demonstram que 22 militares (52,4%) referiram exercê-la de 1 a 20 anos, e (35,7%) > 10 anos, e (11,9%) 2/5 anos. Com relação às folgas semanais desenvolvidas pelos militares (90,5%) possuem folga 3x na

semana, e apenas (9,5%) deles possuem 4 folgas semanais. Dos 42 Militares questionados, (85,7%) responderam não exercer outro trabalho fora da instituição e apenas (14,3%) possui outro trabalho fora da instituição.

Os dados encontrados nesta pesquisa mostram-se coerentes com os resultados de diversos estudos, como em um estudo sobre a satisfação no trabalho dos policiais militares realizado por De Almeida et al. (2016), onde a maioria dos participantes possuíam de 21

a 30 anos (31,98%) de atuação, sendo que 42,58% complementam sua renda exercendo atividades extra.

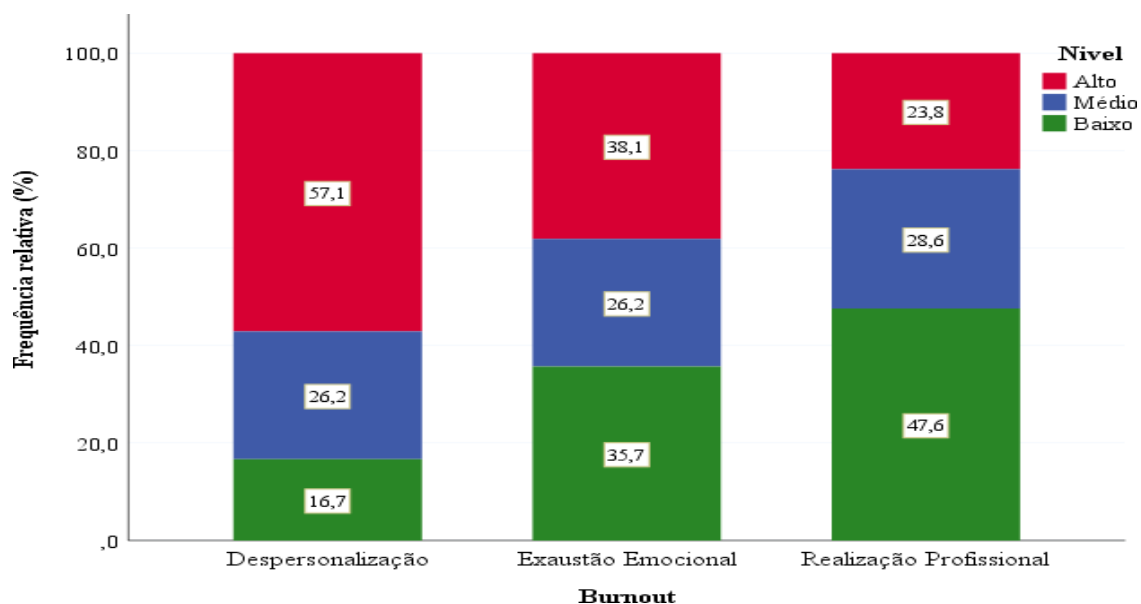
Estes achados tem impacto direto no número de profissionais que apresentam sinais e sintomas da SB, pois, quanto maior o tempo de serviço, maior a carga de estresse, devido à exposição prolongada aos agentes estressores da carreira militar, como a confrontação constante com a criminalidade, exposição a riscos de vida e o próprio ambiente autoritário, a carga excessiva de trabalho, bem como a falta de reconhecimento do trabalho prestado evidenciado pela desvalorização salarial.

Devido a esta insatisfação com o salário, muitos profissionais são “obrigados” a realizarem trabalhos extras, o que acarreta em uma dupla jornada que segundo Rodrigues & Ribeiro (2014), acaba causando uma sobrecarga emocional, contribuindo significativamente, para o desenvolvimento da SB.

A percepção da elevada carga de trabalho, associa-se a alta frequência de queixas de saúde e diagnósticos médicos, especialmente para complicações neuropsíquicas envolvendo irritação, fadiga, ansiedade, sono irregular e dores de cabeça (CASTRO, ROCHA & CRUZ, 2019).

Ainda nesta perspectiva, Wagner, Stankievich, & Pedroso (2012) destacam que os anos de serviço nas atividades policiais comprometem de forma negativa a saúde mental dos trabalhadores que, por sua vez, diminuem a qualidade de vida destes.

Figura 2. Gráfico de barra caracterizando a classificação da Síndrome de Burnout.



Fonte: Dados da pesquisa, 2020.

A figura 2 indica os percentuais dos grupos que se enquadram nas 3 dimensões de Burnout, a frequência relativa de alto médio e baixo de acordo com as dimensões dadas do Burnout. Em relação a essa classificação é possível observar que há uma prevalência de alto de 57,1% em despersonalização. Já na realização profissional há uma prevalência de 47,6% maior considerando Burnout baixo, o perfil dessas dimensões tem como objetivo analisar o perfil profissional, através dos scores de cada dimensão.

Apesar de existir outros instrumentos de avaliação do burnout em trabalhadores, este ainda é um dos mais utilizados. Os achados desta pesquisa corroboram com a realizada por Menegali et al. (2010), onde a maioria dos policiais apresentaram alto nível de despersonalização (60%), quando avaliada a exaustão emocional ficaram entre alto e baixo.

Baseados na distribuição da pontuação nas três dimensões pesquisadas (DE, EE e RP), constatou-se que os resultados demonstram semelhança com corroborando Lima et al. (2020), que os três fatores tiveram comportamento diferenciado quando consideramos a síndrome em suas três dimensões, percebeu-se que 38,3% apresentavam média exaustão emocional, 54,7% moderada despersonalização e 53,4% baixa realização profissional.

Sendo assim, os resultados mostram-se significativos para o diagnóstico de SB na amostra estudada, pois o elemento fundamental para tal é a DE que obteve alto índice, diferenciando-a das demais patologias. Além disto, a maioria dos profissionais demonstrou baixo nível de realização profissional que denota à falta de motivação com o trabalho e insatisfação com as atividades realizadas.

CONCLUSÃO

O presente estudo trouxe dados relevantes para análise da saúde mental e física da amostra estudada. Quanto ao perfil sociodemográfico e laboral o estudo possibilitou constatar predomínio do gênero masculino, com faixa etária média de 42,83, a maioria são casados, com nível superior completo e tempo de serviço de mais de 20 anos, sendo que alguns tem outros vínculos empregatícios.

A Síndrome de Burnout é um distúrbio emocional causado por situações no trabalho que apresentam cunho desgastante levando o trabalhador a sentir sintomas de extrema exaustão, estresse constante, esgotamento físico e insatisfação com o trabalho.

O trabalho apresenta tanto impactos positivos quanto negativos a saúde humana. Se por um lado provoca momentos de satisfação, bem-estar e motivação o desenvolver das tarefas, por outro, possui diversos agentes estressores que podem causar o desgaste físico e emocional, causando uma desestabilização do trabalhador.

REFERÊNCIAS

ARROYO, Thiago Roberto; BORGES, Marcio Andrade; LOURENÇÃO, Luciano Garcia. Saúde e qualidade de vida de policiais militares. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 32, 2019.

BRAGA, Juliana Celeste de Matos; ZILLE, Luciano Pereira. **Estresse no trabalho: estudo com taxistas na cidade de Belo Horizonte**. 2015.

BRASIL, Ministério da Saúde. 2020. **Síndrome de Burnout: o que é, quais as causas, sintomas e como tratar**. Disponível em: <https://saude.gov.br/saude-de-a-z/saude-mental/sindrome-de-burnout>. Acesso em: 06/03/2020.

CAMPOS, I. C.M. **Fatores sociodemográficos e ocupacionais associados à síndrome de burnout em profissionais de enfermagem**. Dissertação apresentada ao Programa de Mestrado em Psicologia da Universidade Federal de São João del-Rei, como requisito parcial para a obtenção do título de Mestre em Psicologia. São João del-Rei PPGPSI-UFSJ, 2013. 97f.

CASTRO, Maria Cristina; ROCHA, Ricelli; CRUZ, Roberto. Saúde mental do policial brasileiro: tendências teórico-metodológicas. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 20, n. 2, p. 525-541, 2019.

DE ALMEIDA, Damiana Machado et al. Avaliação do estresse ocupacional no cotidiano de policiais militares do Rio Grande do Sul. **Revista Organizações em Contexto**, v. 13, n. 26, p. 215-238, 2017.

DE LIMA, Francisco Ricardo Bezerra et al. Identificação preliminar da síndrome de burnout em policiais militares. **Motricidade**, v. 14, n. 1, p. 150-156, 2018.

FRANCO, Márcia Villar.1 REIS, Karina Pregnotato.2 FIALHO, Marcelito Lopes.3 OLIVEIRA, Ricardo Bezerra de.4 SANTOS, Haroldo Lima dos. Síndrome de burnout e seu enquadramento como acidente do trabalho. **Intracência Rev. Científica**, Edição 17 – Março de 2019.

LIMA, Carla Rabelo Corrêa, et al. **Prevalência da síndrome de burnout em médicos militares de um hospital público no Rio de Janeiro**. Rev Bras Med Trab. 2018;16(3):287-96.

LIMA, Sarah Maria de Oliveira, et al. **Avaliação do nível da síndrome de burnout e qualidade de vida em policiais militares do estado de Pernambuco**. Reconhecimento do apoio ao estudante: Faculdade Pernambucana de Saúde – FPS através do Programa de Iniciação Científica – PIC. 2019, 22p.

MASLACH, Christina. Compreendendo el burnout. **Ciencia & Trabajo**, v. 11, n. 32, p. 37- 43, 2009.

MENEGALI TT, Camargo RPM, et al. Avaliação da síndrome de burnout em policiais civis

do município de Tubarão (SC). **Rev Bras Med Trab.** São Paulo, Vol. 8, N° 2. 2010.

RIBEIRO, Alex Costa; BUENO, Helen Paola Vieira. **O estresse na carreira policial militar.** Artigo. São Paulo/SP. 2013. Disponível em: <https://siteantigo.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/psicologia/o-estresse-na-carreira-policial-militar/58556>. Acesso em: 09 de abril de 2020.

RIBEIRO, Lucas Cabral. **História das polícias militares no Brasil e da Brigada Militar no Rio Grande do Sul.** Anais do XXVI Simpósio Nacional de História – ANPUH - São Paulo, julho, 2011.