

A REPERCUSSÃO NA SAÚDE MENTAL DO POLICIAL QUE LABORA EM REGIME DE PLANTÃO

Túlio Vinícius Medolago¹.

DOI: 10.47094/IVCOLUBRASC.2026/RS/12

RESUMO

Introdução: A atuação policial exige constante estado de alerta e enfrentamento de situações extremas de estresse. Quando associada ao regime de trabalho em plantão, que envolve escalas noturnas e rotatividade, essa rotina pode impactar significativamente a saúde física e psicológica dos agentes públicos. **Objetivo:** Analisar as repercussões do trabalho em regime de plantão na saúde mental dos policiais civis e militares, identificando os principais transtornos psíquicos associados e suas implicações sociofuncionais. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada nas bases de dados SciELO, PubMed e LILACS, cobrindo publicações entre os anos de 2018 e 2024. Foram utilizados descritores combinados referentes à segurança pública, rotatividade de horários e bem-estar psicológico, resultando na seleção de artigos que abordavam diretamente a rotina de plantões e a saúde dos policiais. **Resultados:** Os estudos apontam uma alta prevalência de distúrbios do sono, Síndrome de Burnout, ansiedade generalizada e depressão entre profissionais submetidos a escalas de plantão prolongadas. A privação crônica de sono e a alteração do ritmo circadiano foram identificadas como fatores determinantes para o estresse ocupacional e para a diminuição da capacidade cognitiva. Além disso, observou-se prejuízo no convívio familiar e social, favorecendo o isolamento e o aumento de condutas de risco. **Considerações Finais:** O regime de plantão atua como um fator agravante para o adoecimento psíquico dos policiais. Torna-se imprescindível a implementação de políticas públicas de apoio psicossocial, readequação das escalas de trabalho e estratégias preventivas com acompanhamento psicológico contínuo na corporação para conter os impactos negativos na saúde mental desses profissionais.

PALAVRAS-CHAVE: Segurança pública. Estresse ocupacional. Transtornos mentais.