

PERFIL EDUCACIONAL E ESTRESSE PERCEBIDO EM PROFISSIONAIS DE SEGURANÇA PÚBLICA DO ESPÍRITO SANTO: IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL OCUPACIONAL

Marta Tomás Jonasse Lampião Namuanho¹;

¹Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), Vitória, ES.

<https://lattes.cnpq.br/9512791944554331>

Isabelly da Silva Izidio²;

²Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), Vitória, ES.

<https://lattes.cnpq.br/0401726221842131>

Adriana Madeira Álvares da Silva³.

³Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), Vitória, ES.

<https://lattes.cnpq.br/6445492335035108>

RESUMO: Os profissionais de Segurança Pública estão frequentemente expostos a situações de risco, violência, pressão psicológica e elevada demanda emocional, fatores que contribuem significativamente para o desenvolvimento de estresse ocupacional e adoecimento mental. O presente estudo teve como objetivo analisar a associação entre escolaridade e níveis de estresse percebido em profissionais de segurança pública do Espírito Santo. Trata-se de um estudo transversal, na qual participaram 185 Profissionais de segurança Pública do Espírito Santo. O estresse percebido foi avaliado por meio da Escala de Estresse Percebido (PSS-14), classificados em níveis baixo, moderado e alto estresse. Observou-se a predominância de estresse moderado e elevado entre os participantes, especialmente indivíduos com pós-graduação e especialização. O grupo com especialização apresentou maior frequência de alto estresse percebido (42,4%). Os resultados sugerem que maiores níveis de escolaridade não necessariamente atuam como fator protetor para o sofrimento psíquico em profissionais de segurança pública, podendo refletir aumento das responsabilidades ocupacionais, sobrecarga laboral e pressão institucional. Conclui-se que políticas de promoção da saúde mental e prevenção do adoecimento psicológico são fundamentais para essa população profissional.

PALAVRAS CHAVES: Escolaridade. Estresse percebido. Segurança Pública.

EDUCATION PROFILE AND PERCEIVED STRESS IN PUBLIC SECURITY PROFESSIONALS IN ESPÍRITO SANTO: IMPACTS ON OCCUPATIONAL MENTAL HEALTH

ABSTRACT: Public security professionals are frequently exposed to situations of risk, violence, psychological pressure, and high emotional demands, factors that significantly contribute to the development of occupational stress and mental illness. This study aimed to analyze the association between education level and perceived stress levels in public security professionals in Espírito Santo. This is a cross-sectional study in which 185 Public security professionals from Espírito Santo participated. Perceived Stress Was assessed using the Perceived Stress Scale (PSS-14), with individuals classified into low, moderate, and high stress levels. Moderate and high stress levels predominated among participants, especially among those with postgraduate and specialization. The group with specialization presented a higher frequency of high perceived stress (42,4%). The results suggest that higher levels of education do not necessarily act as a protective factor against psychological distress in public safety professionals, and may reflect increased occupation responsibilities, work overload, and institutional pressure. It is concluded that policies promoting pressure. It is concluded that policies promoting mental health and preventing psychological illness are fundamental for this professional population,

KEY-WORDS: Physical activity. Perceived stress. Public security.

INTRODUÇÃO

O estresse é compreendido como uma resposta psico-fisiológica do organismo frente a demandas que excedem sua capacidade de adaptação, podendo gerar impactos significativos na saúde física e mental. Sabe-se que os transtornos de saúde mental no Brasil são a terceira principal causa de absenteísmo no trabalho, e acabam gerando consequências mais graves como: aposentadoria precoce, *burnout* e até mesmo aumento de suicídios relacionados ao trabalho em casos mais severos (LANCMAN, 2024; GABRIEL et al, 2023).

O estresse ocupacional tem sido reconhecido como um importante problema de saúde pública, especialmente em profissões caracterizadas por elevada carga emocional, pressão psicológica e exposição a situações de risco. Entre essas ocupações, destacam-se os profissionais da segurança pública, que frequentemente enfrentam ambientes de trabalho imprevisível, violência e alta responsabilidade na tomada de decisões críticas (SILVA et al, 2025; VIOLANTI, 2019).

Os profissionais de segurança pública estão frequentemente expostos a eventos potencialmente traumáticos, jornadas prolongadas e altas exigência operacional, fatores que contribuem para o aumento da prevalência de estresse, ansiedade e outros transtornos

mentais (SILVA *et al*, 2025; SANTOS *et al*,2026).

Nos últimos anos, o adoecimento psíquico entre profissionais de segurança pública passou a receber maior atenção científica e institucional. Estudos recentes apontam elevada prevalência de ansiedade, estresse ocupacional, fadiga, distúrbios do sono síndrome de Burnout nessa população (LIMA *et al*, 2023).

Até o momento sabe-se que fatores relacionados ao ambiente de trabalho, sobrecarga emocional, exposição contínua ao perigo e desgaste físico estão diretamente associados ao sofrimento psicológico em profissionais de segurança pública. Além disso, pesquisas demonstram que o estresse ocupacional pode impactar negativamente o desempenho profissional, as relações familiares e saúde física dos trabalhadores (GASPARETTO, 2025).

Também existem evidências de que profissionais com funções de liderança ou maior responsabilidade administrativa tendem a apresentar níveis elevados de desgaste emocional. Nesse contexto, a escolaridade pode influenciar tanto o acesso a cargos de maior responsabilidade quanto a exposição a demandas cognitivas e emocionais mais intensas (TAVARES *et al*. 2023).

Não se sabe ainda a relação da escolaridade com o estresse percebido em profissionais de Segurança Pública do Espírito Santo. Diante deste contexto, o presente estudo tem como objetivo analisar a associação da escolaridade com os níveis de estresse percebido em profissionais de segurança pública do Espírito Santo.

OBJETIVO

Verificar a associação da escolaridade com os níveis de estresse percebido em profissionais de segurança pública do Espírito Santo.

METODOLOGIA

Esse estudo faz parte de um projeto intitulado “SOMA-SI- Programa de Autogestão para o Bem- Estar por meio de intervenções para Agentes de Segurança Pública do Espírito Santo, Brasil”.

Trata-se de um estudo transversal, no qual participaram 185 Servidores da Segurança Pública (corpo de Bombeiros Militares, Polícia Militar, Polícia Federal, Polícia Rodoviária Federal, Polícia Civil e Guarda Civil Metropolitana) do Estado do Espírito Santo, Brasil. Foi aprovado pelo Comitê de Ética em pesquisa do Centro de Ciências da Saúde, da Universidade Federal do Espírito Santo, com parecer de número 5.382.872/2022. A escolaridade foi feita por meio de um questionário, categorizada em: Ensino médio completo, Ensino superior incompleto, Ensino superior completo, Especialização e Pós- graduação.

Para a análise do estresse percebido foi usado o cat-pss14. Ela possui 14 perguntas, cada item é pontuado de 0 a 4, gerando um escore de 0 a 56. Depois usou-se a seguinte

classificação: 0-14 sem estresse; 15-28 Baixo estresse; 29-42 Estresse moderado; 43- 56 Alto estresse.

Para a realização da análise estatística utilizando o software SPSS, versão 21. O teste utilizado foi o Qui-quadrado de Pearson para verificar a associação da escolaridade com estresse percebido.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Tabela1. Escolaridade e níveis de estresse percebido em profissionais de Segurança Pública do Espírito Santo

Escolaridade	Baixo estresse (%)	Moderado (%)	Alto estresse (%)
Ensino médio completo	17,2	48,3	34,5
Ensino superior completo	37,5	32,5	30,0
Ensino superior incompleto	50,0	25,0	25,0
Especialização	30,5	27,1	42,4
Pós- graduação	18,3	45,3	36,4

Fonte: Autor.

Os resultados demonstraram elevada frequência de estresse moderado e alto entre os profissionais de Segurança pública do Espírito Santo. O grupo com especialização apresentou maior prevalência de alto estresse percebido 42,4%, seguindo dos participantes com pós-graduação com 36,4%. Segundo TAVARES (2023) este resultado pode estar associado ao fato de profissionais com maior escolaridade frequentemente ocuparem cargos administrativos, funções de liderança ou atividade que exigem tomadas de decisão complexa, aumentando a sobrecarga emocional e cognitiva.

Também reforça evidências recentes sobre impacto das condições laborais na saúde mental dessa população (SILVA et al.,2024).

Embora a escolaridade geralmente seja considerada fator associado a melhores condições socioeconômicas, ela não necessariamente reduz os níveis de sofrimento psicológico em profissões caracterizadas por elevada pressão ocupacional. Em profissionais de segurança pública, maiores níveis educacionais podem representar ampliação das responsabilidades institucionais e maior exposição ao desgaste emocional.

Outro aspecto relevante refere-se à cultura organizacional presente em instituições militares e de segurança pública, nas quais frequentemente existe resistência à busca por suporte psicológico devido ao estigma relacionado ao adoecimento mental (GASPARETTO, 2025).

Os resultados deste estudo reforçam a necessidade de estratégias institucionais voltadas à prevenção do adoecimento psíquico, incluindo acompanhamento psicológico

contínuo, programas de manejo do estresse, melhoria das condições de trabalho e fortalecimento do suporte organizacional.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os profissionais de segurança pública do Espírito Santo apresentaram elevada prevalência de estresse alto e moderado. Os participantes com especialização demonstraram maior frequência de alto estresse percebido, sugerindo possível associação entre maior qualificação profissional e aumento das demandas ocupacionais.

Estudos futuros devem investigar fatores psicossociais, organizacionais e biológicos relacionados ao estresse ocupacional nessa população.

REFERÊNCIAS

GASPARETTO, E.V. et al. Saúde mental dos profissionais da segurança pública no Brasil: um estudo transversal. **Promptus: Revista Técnico-Científica do CBMDF**, v. 2, n. 1, p. 55–60, 17 dez. 2025.

LANCMAN, S. **Mental health and work: a systematic review of the concept**. Basel: Healthcare, 2024.

LIMA, G. et al. Uma Revisão sobre Instrumentos de Avaliação do Burnout na Segurança Pública. **Psico-USF**, v. 28, n. 2, p. 281–294, 1 jan. 2023.

SANTOS, S. S. **Análise do estresse percebido em profissionais de segurança pública no Brasil**. São Paulo: Journal of Human Growth and Development, 2026.

SILVA. **Physical activity, quality of life, and physical fitness of police officers: an exploratory study**. Amsterdam: Work, 2025.

SILVA, A.O. et al. **Caracterização e consequências do estresse ocupacional em profissionais de segurança Pública**. Revista Ibero-Americana de humanidades, Ciências e Educação, São Paulo. V.9,n.10,2023

SANTOS, T. B. R. DOS; SOUZA, E. A. DE; ALVES, F. R. Lack of professional recognition: main reason for stress in military police. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 20, n. 03, p. 438–444, 2022.

TAVARES, S. et al. Estresse no Trabalho de Gestores do Setor Público. **Revista do Centro de Ciências Administrativas**, v. 29, 29 set. 2023.