



Evento:XXX Jornada de Pesquisa

SAÚDE MENTAL DOS POLICIAIS À LUZ DOS DIREITOS HUMANOS: FATORES DE RISCO E POLÍTICAS PÚBLICAS DE ENFRENTAMENTO

Júlia de Oliveira Mariano², Joice Graciele Nielsson³

¹ Projeto de pesquisa desenvolvido no programa de Pós-Graduação em Direitos Humanos da UNIJUÍ.

² Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Direitos Humanos da UNIJUÍ; Bolsista do Programa de Suporte à Pós-Graduação de Instituições Comunitárias de Educação Superior (PROSUC), modalidade Taxas Escolares.

³ Doutora em Direito; possui estágio Pós-doutoral em Direito pela Università degli Studi “G. d’Annunzio” – Chieti – Pescara; professora do Programa de Pós-Graduação em Direito – Mestrado e Doutorado em Direitos Humanos da UNIJUÍ.

INTRODUÇÃO

A saúde mental dos policiais é um tema que vem ganhando destaque nos estudos voltados à segurança pública, especialmente diante do elevado número de afastamentos ocasionados por adoecimento psíquico e dos crescentes índices de suicídio registrados nos últimos anos.

Nesse contexto, o Anuário Brasileiro de Segurança Pública de 2025 ressalta que a saúde mental dos policiais deve estar no centro das políticas de segurança pública. Assim, esse trabalho tem como objetivo identificar os fatores que contribuem para o adoecimento desses profissionais, bem como propor estratégias para a redução desses casos, compreendendo o cuidado com a saúde mental como parte essencial da garantia dos direitos humanos fundamentais, notadamente o direito à dignidade, à saúde e a condições adequadas de trabalho.

O debate sobre a temática é fundamental não apenas para preservar o bem-estar dos policiais, mas também para garantir a eficiência do serviço prestado à sociedade. Além disso, a discussão relaciona-se diretamente ao Objetivo de Desenvolvimento Sustentável n.º 3 (Saúde e Bem-Estar) da Agenda 2030 da Organização das Nações Unidas, que busca assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar.

METODOLOGIA

A pesquisa adota caráter exploratório, fundamentada em revisão bibliográfica de estudos que discutem a saúde mental dos profissionais de segurança pública. Por meio da



análise de artigos científicos e matérias institucionais, foi possível identificar os principais fatores de risco psicossocial, as causas de adoecimento mental e as iniciativas desenvolvidas para enfrentamento desse problema.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A atividade de segurança pública envolve intenso desgaste físico e mental decorrentes do contato permanente com situações de perigo, somado à cobrança institucional e à pressão social potencializada pelos meios de comunicação. Esse contexto, aumenta a probabilidade de desenvolvimento de transtornos psíquicos e comportamentais (Anuário Brasileiro de Segurança Pública, 2025).

Entre os principais fatores prejudiciais destacam-se as longas jornadas e as escalas por turnos (por exemplo, 12x24h, 12x36h, 24x48h), que interferem na dinâmica familiar e funcionam como estressores psicossociais, afetando funções biológicas básicas, a capacidade para o trabalho e os relacionamentos sociais (Turte-Cavadinha, 2016).

Do ponto de vista da saúde, as principais causas de afastamento do trabalho entre os policiais incluem ansiedade, depressão, síndrome do pânico e burnout (Silva, 2023). Esses quadros repercutem na gestão do efetivo, diminuem a produtividade e elevam o desgaste das equipes, revelando que a ausência de políticas efetivas de prevenção e cuidado impacta diretamente a concretização dos direitos humanos no ambiente laboral.

Nesse sentido, Carvalho, Dantas e Hernandez (2023, p. 3) apontam que a “[...] natureza complexa e perigosa do trabalho Policial Militar (PM) pode levar à exaustão física e emocional, causando prejuízos na sua qualidade de vida devido a precarização do seu trabalho como (jornadas exaustivas, falta de recursos financeiros, desvalorização institucional e profissional, falta de reconhecimento social) e no seu bem-estar”, observando ainda que condições irregulares e insalubres relacionam-se ao aumento de transtornos psiquiátricos e de problemas físicos, como sobrepeso e obesidade (Carvalho; Dantas; Hernandez, 2023).

O estresse tem início já nos cursos de formação, marcado por distanciamento de familiares e amigos, mudanças geográficas, jornadas longas e imprevisíveis e, em muitos casos, o primeiro contato com armas de fogo, fatores que potencializam a sobrecarga psíquica. Para mitigar tais efeitos, recomenda-se que os currículos de formação incluam conteúdos e práticas



voltados ao desenvolvimento de habilidades sociais e mecanismos de enfrentamento do estresse, preparando preventivamente os agentes para situações de alto impacto psicológico (Back, 2021).

A cultura organizacional das instituições de segurança pública reforça um silenciamento sobre sofrimento psíquico. Muitos policiais evitam participar de pesquisas ou buscar atendimento psicológico por receio de prejuízos institucionais e pela “[...] aura de invencibilidade, força e coragem [...]”, que desvaloriza a demonstração de fragilidades humanas (Carvalho; Dantas; Hernandez, 2023, p. 13). Isso dificulta a adoção de estratégias preventivas, favorece o agravamento de quadros e se conecta a desfechos críticos, como a ideação ao suicídio, cuja análise demanda atenção específica e multifatorial (Anuário Brasileiro de Segurança Pública, 2025).

A fim de mudar essa realidade, torna-se fundamental a adoção de métodos preventivos para enfrentar o estresse inerente à atividade policial, bem como evitar o agravamento de condições já existentes. Uma estratégia seria a contratação de psicólogos para atuar nas unidades policiais, realizando atendimento não somente aos policiais, mas também a seus familiares, os quais, conforme preconiza Back (2021) sofrem indiretamente as consequências do trabalho policial.

Nesse sentido, o estado do Paraná, por meio da Secretaria da Segurança Pública, instituiu o Programa de Saúde Mental aos Profissionais da Segurança Pública do Estado do Paraná pelo Decreto nº 6.297/2020 (Programa Prumos), visando promover qualidade de vida, bem-estar, saúde e valorização desses trabalhadores. Desde 2021, o programa já realizou cerca de 113 mil atendimentos psicológicos, palestras, avaliações e atendimentos sociais (Programa [...], 2025).

Contudo, mesmo que seja fornecido atendimento psicológico a esses profissionais, é possível que muitos não o procurem, por receio de estigmas associados à fraqueza ou outros estereótipos negativos.

Nesse cenário, a realização de palestras sobre saúde mental surge como uma alternativa para alcançar um público indistinto de policiais e promover a conscientização sobre o bem-estar no ambiente de trabalho. Nessa linha, a Polícia Militar do Paraná promoveu em maio de 2025 o Seminário de Valorização da Vida, voltado ao cuidado com o efetivo, discutindo os impactos físicos, psicológicos e profissionais enfrentados em ocorrências de alto risco, bem



como estratégias de promoção da saúde mental, prevenção e posvenção ao suicídio (PMPR [...], 2025).

Outra medida a ser adotada seria o incentivo à prática regular de atividade física, considerada um meio eficaz de prevenção de patologias e que, no caso dos policiais, permitiria melhores condições físicas para o desempenho do trabalho. Além de combater a obesidade e o sobrepeso dos policiais, associados a baixos níveis de atividade física e a elevados níveis de estresse (Carvalho, Dantas, Hernandez, 2023).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados mostram que a atividade policial está diretamente associada a altos níveis de estresse, longas jornadas, exposição constante a riscos, pressões institucionais e sociais, fatores que contribuem para o surgimento de transtornos psíquicos como ansiedade, depressão e burnout. Além disso, a cultura organizacional ainda desestimula a busca por apoio psicológico, o que dificulta a prevenção e o tratamento adequados, ampliando a vulnerabilidade dos profissionais e impactando a qualidade do serviço prestado à sociedade.

Diante desse cenário, torna-se essencial o fortalecimento de políticas públicas voltadas à saúde mental dos policiais, incluindo ações preventivas, como palestras e treinamentos sobre enfrentamento do estresse, bem como estratégias institucionais de valorização da vida e acompanhamento psicossocial contínuo. A efetividade dessas ações, contudo, depende do enfrentamento do estigma em torno do sofrimento psíquico e da construção de uma cultura que legitime o cuidado como parte essencial da atividade policial, reafirmando que a proteção à saúde mental desses profissionais também é uma pauta direitos humanos.

Palavras-chave: Segurança Pública. Políticas Públicas. Saúde Mental. Atividade Policial.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BACK, Caroline Moreira. Acompanhamento psicológico preventivo para agentes de segurança pública. **Revista Brasileira de Segurança Pública**, São Paulo, v. 15, n. 1, p. 208-225, fev./mar. 2021. DOI: <https://doi.org/10.31060/rbsp.2021.v15.n1.1147>. Disponível em: <https://revista.forumseguranca.org.br/rbsp/article/view/1147>. Acesso em: 23 ago. 2025.



CARVALHO, Ronald Gonçalves de; DANTAS, Jeanne dos Santos Oliveira Marques; HERNANDEZ, José Augusto Evangelho. Fatores de risco psicossociais no trabalho do policial militar: revisão sistemática. **Revista Contribuciones a Las Ciencias Sociales**, São José dos Pinhais, v. 16, n. 11, p. 27407–27427, 2023. DOI: <https://doi.org/10.55905/revconv.16n.11-159>. Disponível em: <https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/2878>. Acesso em: 23 ago. 2025.

FÓRUM BRASILEIRO DE SEGURANÇA PÚBLICA. **19º Anuário Brasileiro de Segurança Pública**. São Paulo: FBSP, 2025. Disponível em: <https://publicacoes.forumseguranca.org.br/handle/123456789/279>. Acesso em: 16 ago. 2025.

PARANÁ. **Decreto Estadual nº 6.297, de 04 de dezembro de 2020**. Dispõe sobre o Programa de Saúde Mental aos Profissionais de Segurança Pública do Estado do Paraná. Leis Estaduais. Disponível em: <https://leisestaduais.com.br/pr/decreto-n-6297-2020-parana-dispoe-sobre-programa-de-saude-mental-aos-profissionais-da-seguranca-publica-do-estado-do-parana-no-ambito-da-secretaria-da-seguranca-publica-do-estado-do-parana>. Acesso em: 23 ago. 2025.

PMPR promove Seminário de Valorização da Vida e Saúde Mental para policiais militares. **Polícia Militar do Paraná**, 13 maio 2025. Disponível em: https://www.pmpr.pr.gov.br/Noticia/PMPR-promove-Seminario-de-Valorizacao-da-Vida-e-Saude-Mental-para-policiais-militares-em?utm_source=chatgpt.com. Acesso em: 17 ago. 2025.

PROGRAMA de Atendimento Psicossocial recebe reforço inédito de 47 servidores. **Secretaria da Segurança Pública do Paraná**, 6 jan. 2025. Disponível em: <https://www.seguranca.pr.gov.br/Noticia/Programa-de-Atendimento-Psicossocial-recebe-reforco-inedito-de-47-servidores>. Acesso em: 17 ago. 2025.

SILVA, Jeane de Lima. O adoecimento dos profissionais da segurança pública: uma abordagem literária sobre o índice das principais patologias que contribuem para o afastamento do trabalho. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 3, e0812340269, 2023. DOI: 10.33448/rsd-v12i3.40269. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/368658638_O_adoecimento_dos_profissionais_da_seguranca_publica_uma_abordagem_literaria_sobre_o_indice_das_principais_patologias_que_contribuem_para_o_afastamento_do_trabalho. Acesso em: 24 ago. 2025.

TURTE-CAVADINHA, Samantha Lemos. **Violências, relações de gênero e poder: efeitos do trabalho sobre subjetividades e saúde mental de policiais militares**. 2016. Tese (Doutorado em Ciências – Saúde Pública) – Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2016. Disponível em: <https://teses.usp.br/teses/disponiveis/6/6134/tde-01042016-134600/pt-br.php>. Acesso em: 23 ago. 2025.