



Revista Interdisciplinar do Pensamento Científico. ISSN: 2446-6778
Nº 1, volume 2, artigo nº 14, Janeiro/Junho 2016
D.O.I: <http://dx.doi.org/10.20951/2446-6778/v2n1a14>

SINTOMATOLOGIA DE ESTRESSE EM POLICIAIS MILITARES NUMA CIDADE DO INTERIOR DE RONDÔNIA

Lídia Neves¹

Graduada em Psicologia

Maria Letícia Marcondes Coelho de Oliveira²

Doutoranda em Psicologia

Dayane Fernandes Ferreira³

Docente da Faculdade São Paulo

Eraldo Carlos Batista⁴

Doutorando em Psicologia

Resumo: O estresse ocupacional de policiais militares vem despertando interesse dos pesquisadores nos últimos tempos em virtude dos constantes perigos que estes profissionais enfrentam. **Objetivo:** O presente estudo teve como objetivo avaliar a sintomatologia de estresse em policiais militares no interior de Rondônia. **Método:** Utilizou-se a pesquisa descritiva com abordagem quantitativa, realizada com 33 policiais divididos em dois grupos entre as funções operacionais e serviços internos. O instrumento de coleta de dados utilizado foi o Inventário de Sintomas de Stress de Lipp (ISSL). **Resultado:** Os resultados revelaram que 42% apresentou sintomatologia de estresse na fase de resistência, 09% na de exaustão e 49% não apresentaram sintomas de estresse. Houve maior incidência de estresse na polícia de função de serviços internos. **Conclusão:** Conclui-se que a necessidade de atenção as variáveis estressoras na função dos serviços internos e a criação de programas que visem à promoção de qualidade de vida dessa população.

Palavras-Chave: Sintomatologia. Policiais Militares. Estresse.

Abstract: Occupational stress of military police have attracted interest from researchers in recent times because of the constant dangers that these professionals face. On this

¹ Graduada em Psicologia pela Faculdade de Rolim de Moura – FAROL. Email: neveslidia.psi@gmail.com

² Doutoranda em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica PUC/RS

³ Docente da Faculdade São Paulo – FSP. E-mail: psicologadayane2015@hotmail.com

⁴ Doutorando em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica PUC/RS, Docente da Faculdade São Paulo – FSP. E-mail: eraldo.cb@hotmail.com

assumption, the present study aimed to evaluate the symptoms of stress in police officers inside the Rondônia. We used descriptive research with quantitative approach, being held 33 policemen divided between the operational and internal services. The data collection instrument used was the Inventory of Stress Symptoms Lipp (ISSL). The results revealed that 42 % had symptoms of stress in the resistance stage, 09 % in exhaust and 49 % had symptoms of stress. According to the results, there was a higher incidence of stress in police function of internal services, concluding thus the need for attention to the stressor variables in the function of the internal services as a whole. More studies about the symptoms of stress this class of professionals will be useful for the creation of programs aimed at promoting quality of life for police officers, which would benefit the whole society

Keywords: Symptomatology. Military Police. Stress.

1 INTRODUÇÃO

A importância dessa pesquisa se justifica, pelo fato do estresse estar ganhando destaque considerável nas pesquisas psicológicas e isso se deve, em grande parte, pela constatação de que a compreensão do estresse eleva as condições para que se possa entender e intervir em qualidade de vida.

O estresse se configura como um conjunto de reações físicas e psicológicas que geralmente as pessoas apresentam quando se expõem às situações aversivas. Suas manifestações são muitas e variam de pessoa para pessoa. Quando os acontecimentos que desencadeiam os sintomas são constantes, é provável que o sujeito sofra consequências sérias em sua saúde corpórea e mental (LIPP, 2001).

Ao se estressarem as pessoas podem apresentar sintomas físicos como aumento da frequência cardíaca, sudorese e dores de cabeça, e também sintomas psicológicos como irritabilidade, cansaço mental e hipersensibilidade emocional (FRANÇA; RODRIGUES, 1996).

Algumas pesquisas afirmam que o estresse ocupacional é uma das modalidades de estresse mais comuns na atualidade (MALAGRIS; FIORITO, 2006). O estresse provocado no trabalho é prejudicial não apenas para a saúde do indivíduo, mas também para sua realização pessoal.

Os policiais militares são uma classe de profissionais que se expõe constantemente a perigos e conseqüentemente ao estresse (AGUIAR, 2007). Sendo uma das profissões que expõe constantemente os indivíduos a situações de perigo e violência, a profissão de policial é uma das que mais estressa. Desse modo, faz-se necessário entender a sintomatologia de estresse deste profissional, o que pode contribuir para maior compreensão do mesmo para a comunidade.

2 ESTRESSE

A palavra *stress* surgiu na Física com os trabalhos do inglês Robert Hook, ao explicar como uma mudança na forma elástica de um objeto é proporcional à força que o deforma (GONZÁLES, 2001). Gradativamente o termo também foi incorporado à medicina e à psicologia.

Segundo Carvalho e Serafim (2002), o pioneiro na utilização deste termo na área da saúde foi Hans Selye, definindo-o como um conjunto de reações de um organismo frente à necessidade de adaptação. O estressor é qualquer agente que evoque o estresse, podendo ser de natureza física, emocional e mental. Alguns autores consideram o estresse como uma relação particular da pessoa com o ambiente, relação esta, em que gradativamente, os recursos do indivíduo começam a se esgotar (FRANÇA; RODRIGUES, 1996).

Em Psicologia o estresse é compreendido como o conjunto de reações de um organismo frente às constantes exposições às condições aversivas. Em decorrência das particularidades de cada histórico de vida, os indivíduos reagem de modo diferente às situações estressoras. Desse modo, cada sujeito possui um modo diferente de se estressar. Contudo, o estresse em si mesmo tem função adaptativa no sentido de que impele o sujeito a adaptar-se. Ele se torna disfuncional quando ultrapassa os limites da adaptação do organismo (LIPP, 2001).

França e Rodrigues (1996) afirmaram que o estresse se revela como uma relação específica do indivíduo com as circunstâncias as quais se expõe e considera como uma ameaça que ultrapasse os recursos da pessoa para superá-la.

As primeiras pesquisas sobre estresse classificaram sua ocorrência em três fases: Alarme, Resistência e Exaustão. Conforme os estudos de Selye (1984), a **Fase de alerta**, é aquela que ocorre quando os estímulos estressores iniciam e há resposta rápida do organismo, como preparo para luta ou fuga. Esta fase termina com a restauração da homeostase, porém este estado de alerta não pode ser mantido por muito tempo; já na **Fase de resistência** aparecem as primeiras consequências mentais, físicas e emocionais, pois o organismo tenta restabelecer o equilíbrio interno para resistir ao estressor. É possível que o organismo fique mais desgastado e mais suscetível a doenças, tendo um desgaste generalizado e dificuldades de memória. O indivíduo precisa utilizar mecanismos para controlar o estresse a fim de conseguir sair desta fase. Caso isso não ocorra, o estresse pode chegar a sua fase crítica. Por fim a **Fase de exaustão**, começam os sintomas de irritabilidade, dificuldades para relaxar, isolamento social, alterações do sono, dificuldades sexuais, queda de cabelo, baixa autoestima, aumento da glicose circulante e colesterol. Com a permanência dessa fase, podem aparecer patologias mais graves como úlceras gástricas, doenças cardiovasculares, depressão, entre outras.

A fase de alarme é muito breve, na qual se processa a identificação da ameaça, preparando o corpo fisiologicamente para enfrentá-la. A fase de resistência é mais longa, podendo durar anos. Nela o corpo permanecerá na maneira pela qual se adaptou à ameaça, o que ocorre de dois modos básicos: tolerância ou aceitação e não aceitação. A fase de exaustão é caracterizada pelo fim da resistência, seja pela retirada da ameaça, seja pelo cansaço dos meios que se utilizava para resistir (LIPP, 2001).

[...] qualquer situação de tensão aguda ou crônica que produz uma mudança no comportamento físico e no estado emocional do indivíduo e uma resposta de adaptação psicofisiológica que pode ser negativa ou positiva no organismo. Tanto o agente estressor como seus efeitos sobre o indivíduo podem ser descritos como situações desagradáveis que provocam dor, sofrimento e desprazer (MOLINA, 1996, p. 18).

Lipp (2001) também ressalva que existem elementos puramente físicos que podem produzir estresse, tais como carga excessiva de trabalho, poluição, distúrbios nutricionais, variações de temperatura, dentre outros.

Lipp e Guevara (1994), ao examinarem as três fases acima mencionadas, identificaram uma quarta, que se posicionaria entre a fase de resistência e a de exaustão, seria a fase “quase-exaustão”. Os mesmos autores ainda enumeram os sintomas mais frequentemente apresentados por estressados, que seriam o aumento da sudorese, tensão muscular, aumento na velocidade dos batimentos cardíacos, hipertensão, aperto da mandíbula, ranger de dentes, hiperatividade, náuseas, mão e pés frios (LIPP; GUEVARA, 1994).

O estresse ainda deixa o organismo propenso a desenvolver as doenças ditas “oportunistas”, que se instalam no sujeito conforme suas predisposições genéticas. As doenças mais comuns nestas situações são a hipertensão e a úlcera, porém casos mais graves como o Acidente Vascular Cerebral (AVC) e o infarto também podem estar intimamente relacionados ao estresse (LIPP, 1996).

Camelo e Angerami (2004) apontam outros sintomas psicológicos que também se manifestam em decorrência de quadros de estresse: inabilidade de se concentrar em outros assuntos que não os relacionados ao estressor, tensão, angústia, dificuldades interpessoais, insônia, hipersensibilidade emotiva, dúvidas quanto a si próprio, ansiedade, preocupação excessiva, dificuldade de relaxar, ira e alienação.

Ao se engajar em comportamentos adequados de enfrentamento de estresse, o sujeito poderá proteger sua saúde, de modo a minimizar as probabilidades de danos que o estresse poderia causar ao longo do tempo (MURTA; TRÓCCOLI, 2004).

O estresse é causado pelos estressores, que podem ser quaisquer eventos que confundam, amedrontem ou excitem uma pessoa. Estes estressores são de dois tipos, internos e externos (LIPP, 2002). Os internos referem-se aos ligados às cognições e modos de interpretar o mundo e os externos, referem-se às variáveis que compõe a configuração

do ambiente em que o sujeito está inserido (MALAGRIS; FIORITO, 2006).

2.1 O Estresse Ocupacional de Policiais Militares

O estresse ocupacional é aquele oriundo de atividades laborais (LIPP, 1996). O trabalho, além de propiciar independência, reconhecimento e crescimento pessoal, também é um meio pelo qual o sujeito encontra alguns estressores.

Em sua prática laboral, os policiais militares expõem-se a estressores, como por exemplo, o risco de morte, turnos noturnos, a possibilidade de ser alvo de vinganças, etc (AGUIAR, 2007). A literatura considera a profissão de policial militar como a que mais sofre de estresse, em decorrência da forte tensão e risco da atividade (COSTA *et al*, 2007).

Um dos resultados possíveis dessa constante exposição às situações de estresse é a agressividade, sendo que há correlações entre nível de estresse e agressividade em policiais (GERSHON; LIN; LI, 2002). Um dos fatores também abordados por estes autores para explicar os altos índices de estresse e agressividade em policiais militares é o fato de que estes profissionais têm que lidar constantemente com a criminalidade, muitas vezes precisando usar a brutalidade.

Ao longo dos anos o estresse se torna cumulativo, e como já foi mencionado acima, pode prejudicar seriamente a saúde dos policiais militares, afetando de forma direta sua performance e satisfação com o trabalho (AGUIAR, 2007). Insatisfeito, esse profissional estaria exposto a outros problemas de ordem psicológica além do estresse.

Nas condições em que opera a Polícia Militar, as situações estressantes são constantes, e seus componentes estão inseridos nos mais variados tipos de conflitos e quase nunca há incentivo ao acompanhamento psicológico. Essa circunstância leva às frustrações, incertezas, conflitos e insatisfação no trabalho, fatores ligados diretamente ao estresse ocupacional (AGUIAR, 2007).

Diante do exposto esse artigo tem por objetivo avaliar a sintomatologia de estresse em policiais militares no interior de Rondônia.

MATERIAIS E MÉTODOS

3.1 Sujeitos

A população do estudo foi composta por policiais de um Batalhão da Polícia Militar do interior de Rondônia. Participaram 33 sujeitos de ambos os sexos. De início a pesquisa seria realizada com um total aproximado de 50 policiais, mas por falta de material (Inventário

indisponível temporariamente pela editora), sendo assim só foi possível realizar com trinta e três sujeitos. Os participantes foram nove do sexo feminino e 24 do sexo masculino, as idades variando entre 22 a 54 anos, com nível de escolaridade entre ensino médio e nível superior.

Foi critério de inclusão que os participantes estivessem em atividade, sendo estas as funções operacionais (GOE - Grupo de Operações Especiais, RP - Rádio Patrulha e Canil) e os que fazem serviços internos (atendentes de telefone de emergência - 190 e administrativo).

3.2 Instrumentos

Para a avaliação da sintomatologia de estresse nos policiais foi utilizado como instrumento o Inventário de Sintomas de Stress de Lipp (ISSL, CASA DO PSICÓLOGO, 2000). Ressaltando que o ISSL é um instrumento de uso exclusivo do psicólogo. O ISSL propicia uma medida objetiva dos sintomas do estresse em pessoas com mais de 15 anos. O Instrumento é composto por três quadros referentes às fases do estresse. O primeiro quadro tem 15 itens apontando os sintomas físicos ou psicológicos que a pessoa vivenciou nas últimas 24 horas. O segundo tem dez sintomas físicos e cinco psicológicos, e está relacionado aos sintomas vivenciados na última semana. Por último, o terceiro quadro é composto de 12 sintomas físicos e 11 psicológicos e faz referência a sintomas vivenciados no último mês.

Alguns dos sintomas que aparecem no primeiro quadro voltam a aparecer no terceiro, porém com intensidade diferente. O ISSL apresenta 37 itens de natureza somática e 19 psicológicas. Sua aplicação leva aproximadamente 10 minutos e pode ser realizada individualmente ou em grupos de até 20 pessoas. Além do mais não é necessário ser alfabetizado, pois os itens podem ser lidos para a pessoa.

3.3 Delineamento

Para alcançar os objetivos propostos foi utilizada uma pesquisa de campo com abordagem quantitativa, onde de acordo com Gil (2010), se interpretam os dados com objetividade, inserindo-os em gráficos e tabelas. Utilizou-se também a pesquisa descritiva e o método de análise dos dados coletados pelo ISSL foi a dedutiva. A dedução é uma forma de análise que parte de proposições gerais para se chegar a uma conclusão particular (LAKATOS; MARCONI, 2008).

Na pesquisa de campo as informações são interpretadas sem que o pesquisador interfira nas mesmas. Nesse tipo de pesquisa as informações não sofrem manipulações pelo investigador (ANDRADE, 2010).

3.4 Procedimentos

O projeto foi submetido ao Comitê de Ética e, após a aprovação, foi feito contato com o Comandante do Quartel de Polícia Militar para aplicação dos inventários.

Para a coleta de dados, foram feitos os convites individuais todos os participantes foram informados sobre os objetivos do estudo, e tomaram ciência do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), estando livres para desistirem a qualquer momento. Ficou esclarecido também sobre o sigilo, no que se referia aos dados pessoais e de forma a divulgar o resultado individual.

Após a aceitação, os participantes foram divididos em dois grupos, um grupo de 15 e outro grupo de 18 participantes. Após a divisão foram conduzidos a uma sala de instruções da própria instituição, sendo este um ambiente adequado por ser climatizado, bem iluminado e sem ruídos. Após assinarem o TCLE, os sujeitos receberam orientações para o preenchimento do inventário. O tempo de aplicação foi livre, sendo que a aplicação variou entre 15 a 20 minutos.

As análises dos testes foram interpretadas de acordo com as instruções do manual do instrumento ISSL, seguindo as orientações e interpretações das normas de correção na supervisão da orientadora responsável pelo projeto.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos resultados encontrados, a prevalência quanto à fase de estresse a maior incidência é na fase de resistência, quanto ao gênero as mulheres tem o maior índice e no que se refere à predominância sintomatológica o maior percentual foi o psicológico e quanto a função o maior índice foram com os policiais que executam serviços internos.

Para descrever o perfil da amostra segundo as variáveis em estudo, foram feitas tabelas e gráficos de frequência das variáveis categóricas considerando (escolaridade, função, fase de estresse, predominância de sintomatologia física ou psicológica e grau de estresse referente à idade).

Tabela 1 – Caracterização da amostra quanto gênero, escolaridade e faixa etária.

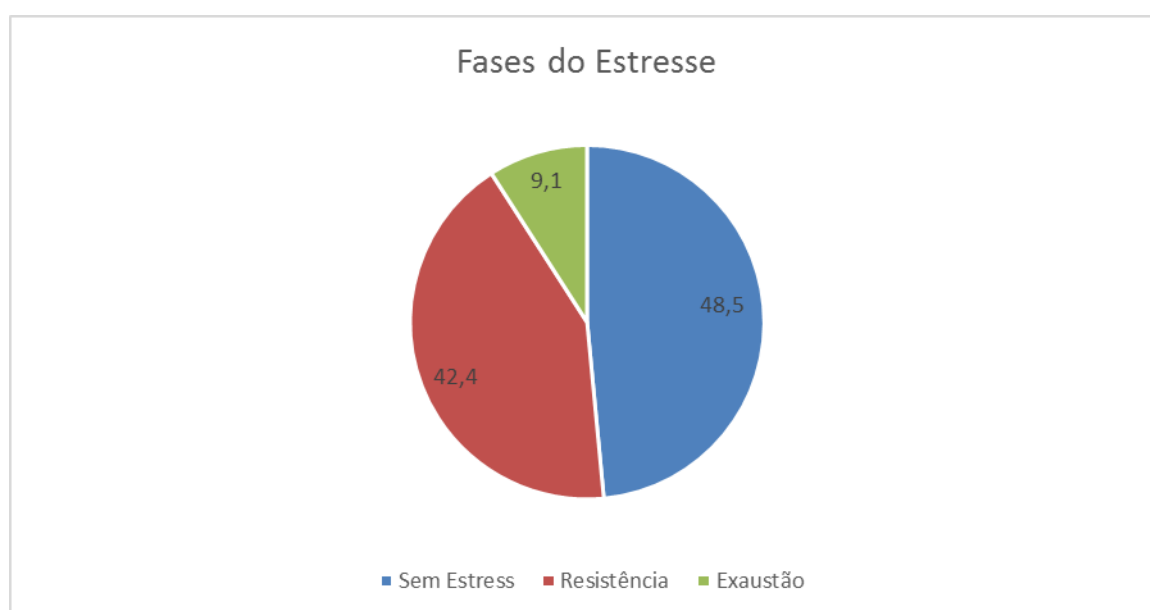
VARIAVEL	DESCRIÇÃO	Nº	%
Sexo	Feminino	09	27,3
	Masculino	24	72,7
	Total	33	100
Escolaridade	Ensino médio	15	45,5

	Ensino superior	18	54,5
	Total	33	100
Faixa Etária	22 a 29 anos	06	18,2
	30 a 39 anos	21	63,6
	40 a 54 anos	06	18,2
	Total	33	100

Ao analisar o perfil dos participantes, de acordo com a tabela 1, verificou que do total de militares (n=33), 27% (n=9) eram do sexo feminino, com idade predominante entre 26 a 35 anos e 72,7% (n=24) do sexo masculino, com idade entre 22 a 54 anos.

No que se refere ao nível de escolaridade, 45,5% (n=15) dos participantes possuíam o ensino médio, sendo composto por 9% (n=3) do sexo feminino e 36,4% (n=12) do sexo masculino e 54,5% (n=18) dos participantes tinham nível superior, sendo que 18,2% (n=6) eram do sexo feminino e 36,4% (n=12) do sexo masculino.

Gráfico 1- Resultado quanto à fase de estresse.

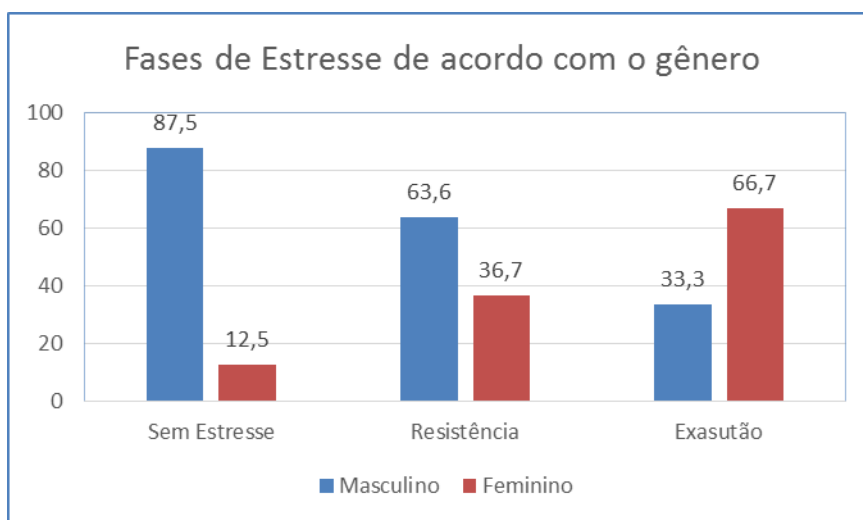


Fonte: Inventário de Sintomas de Stress de Lipp (ISSL, 2000).

Em relação à fase de estresse de acordo com o ISSL, 48,5% (n=16) dos participantes não apresentaram sintomas suficientes para o diagnóstico de estresse, porém 51,5% (n=17) apresentaram manifestação de sintomas estresse, sendo que destes 42,4% (n=14) estavam na fase de resistência e 9,1% (n=3) na fase de exaustão.

Estes dados assemelham aos resultados constatados nos estudos de Cordeiro (2012), através da realização de uma pesquisa que tinha por objetivo avaliar o nível de estresse de policiais civis, onde a fase de resistência foi predominante em 20% dos policiais. Da mesma forma, Oliveira e Bardagi (2010) constataram que nenhum dos participantes de sua pesquisa, a qual também teve como instrumento de avaliação o ISSL, encontravam-se na fase de alerta, no entanto a fase com maior índice foi à fase de resistência.

Gráfico 2- Resultado da fase de estresse e gênero.



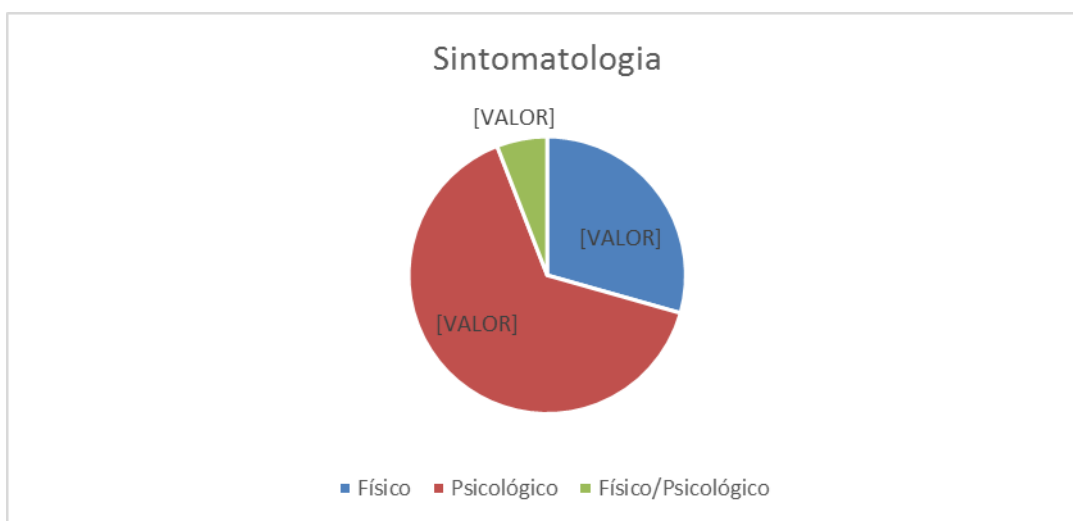
Fonte: Inventário de Sintomas de Stress de Lipp (ISSL, 2000).

No que se refere à predominância do gênero em relação às fases de estresse, observou-se que na fase de resistência as mulheres encontram-se num percentual de 36,4% (n=12) e os homens 63,6% (n=21). Na fase de exaustão observou-se a predominância feminina com 66,6% (n=22) e os homens 33,3% (n=11).

Esses resultados corroboram o estudo de Calais, Andrade e Lipp (2003), ao avaliar os sintomas de estresse em jovens adultos puderam verificar que o sexo feminino predominava com um índice de 75% e o sexo masculino 25%.

Lipp e Tanganelli (2002) estudaram a diferença de estresse e qualidade de vida em Magistrados da Justiça do trabalho entre homens e mulheres, e as diferenças em gênero encontradas merecem atenção em que não só a ocupação de juiz do trabalho poderia estar gerando um alto nível de estresse para as mulheres entrevistadas, mas também as condições sociais que as levam a ter que despende um esforço maior para lidarem com as exigências da vida diária, quer no seio da família, ou no seu ambiente de trabalho.

Gráfico 3 - Resultado da predominância sintomatológica física e psicológica.



Fonte: Inventário de Sintomas de Stress de Lipp (ISSL, 2000).

Entre os participantes que apresentaram estresse (n=17), constatou-se a predominância dos sintomas psicológicos 64,7% (n=11), 29,4% (n=5) apresentaram sintomas físicos e 5,9% (n=1) apresentaram ambos os sintomas.

Os resultados obtidos na análise da prevalência sintomatológica física ou psicológica se assemelham com os resultados encontrados por Richter (2012), onde 69,2% apresentaram prevalência de sintomas psicológicos e somente 30,8% apresentaram sintomas físicos, pesquisa que tinha como objetivo avaliar o estresse em policiais militares. Da mesma forma, Costa (2007) encontraram em seu estudo índice dos sintomas psicológicos prevalente em 76% dos participantes e 24% de sintomas físicos.

Porém, estes dados divergem com os resultados de Dantas et al. (2010) numa pesquisa de avaliação de estresse em policiais militares, cuja a predominância da sintomatologia foi o de sintomas físicos 64,7% seguido dos sintomas psicológicos 29,4%.

Tabela 2 - Resultado do nível de estresse entre as Faixas Etárias

Faixa Etária	Sexo	Sem Estresse		Resistência		Exaustão	
		Nº	%	Nº	%	Nº	%
22-29 anos	Feminino	01	3	01	3	01	3
	Masculino	04	12,1	01	3	00	0
	Total	05	15,1	02	6	01	3
30 -39 anos	Feminino	01	3	04	12,1	01	3

	Masculino	07	21,1	06	18,1	00	0
	Total	08	25,1	10	30,3	01	3
40-54 anos	Feminino	00	0	00	0	00	0
	Masculino	03	9	02	6	01	3
	Total	03	9	02	6	01	3

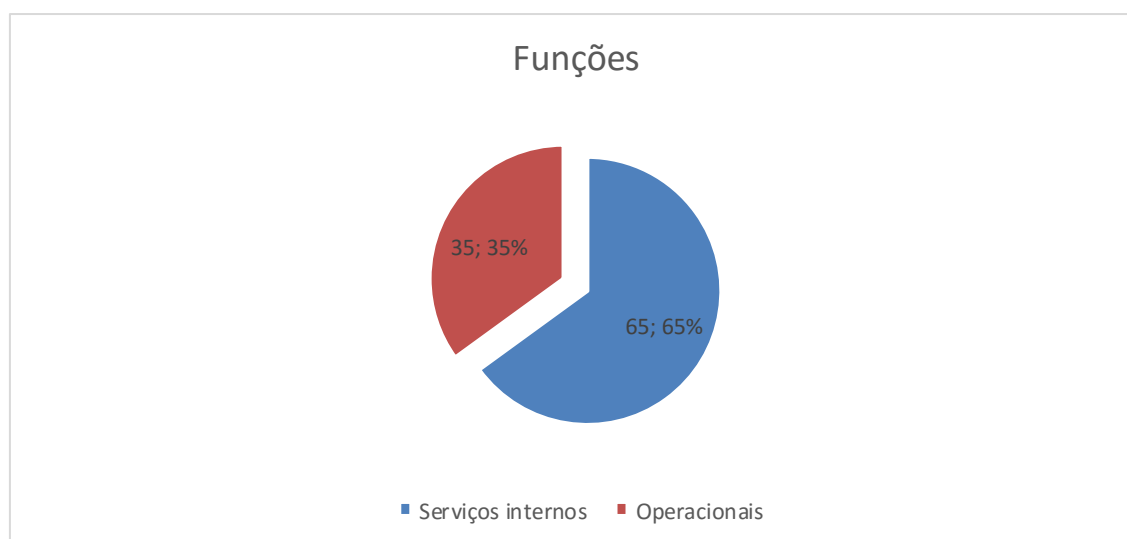
Fonte: Inventário de Sintomas de Stress de Lipp (ISSL, 2000)

A faixa etária dos participantes foi dividida em três grupos. O primeiro grupo de 22 a 29 anos, o segundo grupo de 30 a 39 anos e o terceiro grupo de 40 a 54 anos. Nesta variável constatou-se que os participantes do grupo da faixa entre 30 a 39 anos apresentaram índice mais elevado de estresse, sendo 30,3 (n=10), com predominância do gênero masculino na fase de Resistência 18,1% (n=6).

Esses resultados assemelham-se às conclusões obtidas em uma pesquisa realizada por Mendes, Ferreira e Martino (2011), a qual constatou maior ocorrência do stress entre os sujeitos de 30 a 39 anos com predominância nos participantes do gênero masculino.

Já no que se refere à fase de Exaustão verificou-se a presença do sexo feminino pertencentes aos grupos de 22 a 29 anos e de 30 a 39 anos de idade, totalizando 6% (n=2) e o percentual masculino nessa fase foi 3% (n=1).

Gráfico 5 – Nível de estresse de acordo com as funções operacionais e serviços internos.



Fonte: Inventário de Sintomas de Stress de Lipp (ISSL, 2000)

Gráfico 5 no que se refere às funções entre os operacionais (GOE - Grupo de

Operações Especiais, RP - Rádio Patrulha e Canil) e os que fazem serviços internos (atendentes de telefone de emergência - 190 e administrativo). Pode-se observar a prevalência de estresse nos que atuam em serviços internos num percentual de 33,3% (n=11) e 18,1% (n=6), aos que atuam na função operacional.

Resultado que diverge dos encontrados por outras pesquisas, como a de Dantas et al. (2010), em que 76,5% dos policiais operativos apresentaram sintomas de estresse em detrimento de 23,5 dos administrativos. Bezerra, Minayo e Constantino (2012) argumentaram que policiais operativos se estressam mais porque se expõem frequentemente a situações de risco.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estresse vem ganhando destaque considerável nas pesquisas psicológicas e isso se deve, em grande parte, pela constatação de que a compreensão do estresse eleva as condições para que se possa entender e intervir em qualidade de vida. Enquanto fenômeno do comportamento humano, o estresse está inserido em todos os âmbitos em que o indivíduo atua.

Com base nos resultados obtidos neste estudo e levando-se em conta o referencial teórico utilizado, conclui-se que os resultados foram positivos, uma vez que o número de indivíduos estressados é menor se comparado aos de pesquisas feitas em outras localidades do país.

O nível mais brando de estresse apresentados pelos policiais do interior de Rondônia em comparação aos de outras regiões do Brasil se explica, muito provavelmente, pelo fato de que policiais atuantes em metrópoles estão ainda mais expostos a perigos, e por esse motivo, possivelmente se estressariam mais que os atuantes no interior.

Diante dos resultados encontrados por esta pesquisa, sugere-se que sejam feitas pesquisas futuras que investiguem as diferenças nos estressores das funções operacionais e administrativas, o que possibilitaria compreender as divergências entre os resultados deste estudo com os de outros realizados em outras regiões. Também sugere-se que sejam feitas pesquisas de revisão de literatura, comparando-se os resultados de pesquisas de sintomatologia de estresse em policiais militares feitas em pequenas cidades do interior, com aquelas feitas em grandes metrópoles.

Levando-se em consideração a importância da polícia militar e considerando os eventos estressores que constantemente enfrentam, mais estudos a respeito da sintomatologia de estresse desta classe de profissionais serão úteis para a criação de programas que visam à promoção de qualidade de vida aos policiais, o que beneficiaria toda a sociedade.

Este resultado aponta a conveniência da formulação de atividades terapêuticas que

visem à mitigação do estresse nesse segmento, o que poderá dar causa ao aumento de seu desempenho profissional, além de promover a melhoria na qualidade de vida dos mesmos.

Tais iniciativas poderão ser eficientemente implementadas por profissionais da psicologia, quer tenham a ênfase na formação em psicologia do trabalho e organizacional ou outra abordagem e campo de atuação.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, F. L. S. **Estresse ocupacional: contribuições das pirâmides coloridas de Pfister no contexto policial militar**. 2007. 94f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) Universidade Federal do Pará, Belém-PA, 2007.

ANDRADE, M. **Introdução à metodologia do trabalho científico**. 2. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

BEZERRA, C. M.; MINAYO, M. C. S.; CONSTANTINO, P. Estresse ocupacional em mulheres policiais. **Ciênc. saúde coletiva** v.18, n. 3 Rio de Janeiro Mar. 2013. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csc/v18n3/11.pdf>>. Acesso em: 04 nov. 2015.

CALAIS, S. L; ANDRADE, L. M. B; LIPP, M. E. N. Diferenças de Sexo e Escolaridade na Manifestação de Stress em Adultos Jovens. **Psicol. Reflex. Crit.**, v. 16, n. 2, p. 257-263, 2003. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/prc/v16n2/a05v16n2>>. Acesso em: 04 nov. 2015.

CAMELO, S. H. H.; ANGERAMI, E. L. S. Sintomas de estresse nos trabalhadores atuantes em cinco Núcleos de saúde da família. **Ver. Latino-am. Enfermagem** janeiro-fevereiro; v.12, n.1. p. 3, 2004. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rlae/v12n1/v12n1a03.pdf>>. Acesso em: 20 mar. 2016.

CARVALHO, A. V.; SERAFIM, O. C. G. **Administração de recursos humanos**. Vol. II. São Paulo: Ed. Pioneira, 2002.

CORDEIRO, P. **Avaliação do Nível de Estresse da Polícia Civil do Interior do Estado de Rondônia**. 2012. 14f. Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), Faculdade de Rolim de Moura – FAROL, Rolim de Moura-RO, 2012.

COSTA, M. et al. Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. **Rev Panam Salud Publica**, v. 21, n. 4, p. 217–22, 2007. Disponível em: <<http://www.scielosp.org/pdf/rpsp/v21n4/04>>. Acesso em: 23 mar. 2016.

DANTAS, M. A. et al. Avaliação de estresse em policiais militares. **Psicologia: Teoria e Prática**, v. 12, n. 3, p. 66-77, 2010. Disponível em: <<http://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/ptp/index>>. Acesso em: 20 mar. 2016.

FRANÇA, A. C. L.; RODRIGUES, A. L. **Stress e trabalho: guia básico com abordagem psicossomática**. São Paulo: Ed. Atlas; 1996.

GERSHON, R. R.; LIN, S.; LI, X. Work stress in aging police officers. **Journal of Occupational Environmental Medicine**, v. 44, n. 2, p. 160-167. 2002.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 3. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

GONZÁLES, M. A. A. **Stress: temas em psiconeuroendocrinologia**. 2. ed. São Paulo: Robe; 2001.

LAKATOS, E.M.; MARCONI, M. A.; **Fundamentos de metodologia científica**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

LIPP, M. E. N. **Como enfrentar o stress**. 5. ed. São Paulo: Ícone; Campinas, Unicamp, 2002.

LIPP, M. E. N. Estresse emocional: a contribuição de estressores internos e externos. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 28, n. 6. p. 347-349, 2001. Disponível em: <<http://www.hcnet.usp.br/ipq/revista/vol28/n6/artigos/art347.htm>>. Acesso em: 19 mar. 2013.

LIPP, M. E. N.; GUEVARA, A. J. H. Validação Empírica do Inventário de Sintomas de Stress (ISS). **Estudos Psicologia**, v.11, n.3, p.43-49, 1994.

LIPP, M. E. N. Stress: conceitos básicos. In: LIPP, M. E. N. (org.) **Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco**. Campinas: Papyrus; 1996. p. 17-31.

LIPP, M. E. N.; TANGANELLI, M. S. Stress e Qualidade de Vida em Magistrados da Justiça do Trabalho: Diferenças entre homens e mulheres. **Psicol. Reflex. Crit.**, v. 15. n. 3. p. 537-548, 2002. Disponível em: <<http://clinicafares.com.br/artigo.php?noticia=31621>>. Acesso em: 19 mar. 2016.

MALAGRIS, L. E. N.; FIORITO, A. C. C. Avaliação do nível de stress de técnicos da área de saúde. **Estud. psicol.** (Campinas), v. 23, n. 4, p. 391-398, 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v23n4/v23n4a07.pdf>>. Acesso em: 20 mar. 2016.

MENDES, S. S.; FERREIRA, L. R. C.; MARTINO, M. M. F. Identificação dos níveis de stress em equipe de atendimento pré-hospitalar móvel. **Estud. psicol.** Campinas, v. 28, n. 2 Campinas 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v28n2/07.pdf>>. Acesso em: 02 nov. 2015.

MOLINA, O. **Estresse no cotidiano**. São Paulo: Pancast. 1996.

MURTA, S. G.; TRÓCCOLI, B. T. Avaliação de intervenção em estresse ocupacional. **Psic.: Teor. e Pesq.**, v. 20, n.1, p.3 9-47, jan./abr. 2004. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/ptp/v20n1/a06v20n1>>. Acesso em: 12 abr. 2016.

OLIVEIRA, P. L. M.; BARDAGI, M. P. Estresse e comprometimento coma carreira em policiais militares. **Boletim de psicologia**, v. n. 131, p. 9, 2010. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/bolpsi/v59n131/v59n131a03.pdf>>. Acesso em: 04 nov. 2015.

RICHTER, A. **Avaliação do Nível de Estresse da Polícia Militar do Interior do Estado de Rondônia**. 15f. Trabalho de Conclusão de Curso TCC, Faculdade de Rolim de Moura – FAROL, Rolim de Moura-RO, 2012.

SELYE, H. **The stress of life**. New York: McGraw Hill, 1984 (publicado originalmente em 1956).