

ARTIGO ORIGINAL

**Associação entre *burnout* e qualidade de vida em policiais militares de duas corporações brasileiras**

*Association between burnout and quality of life in military police officers from two Brazilian corporations*

*Asociación entre burnout y calidad de vida en policías militares de dos corporaciones brasileñas*

Jacqueline Flores de Oliveira<sup>1</sup> ORCID 0000-0002-0598-3881

Luciano Garcia Lourenção<sup>1</sup> ORCID 0000-0002-1240-4702

Fernando Braga dos Santos<sup>1,2</sup> ORCID 0000-0002-7775-2521

Thiago Roberto Arroyo<sup>3</sup> ORCID 0000-0002-3759-4346

Evellym Vieira<sup>1</sup> ORCID 0000-0003-1818-6846

Marcio Andrade Borges<sup>4</sup> ORCID 0000-0002-4597-2597

<sup>1</sup>Universidade Federal do Rio Grande, Rio Grande, Rio Grande do Sul, Brasil.

<sup>2</sup>Hospital Universitário Dr. Miguel Riet Corrêa Jr – HU/FURG EBESERH, Rio Grande, Rio Grande do Sul, Brasil.

<sup>3</sup>Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto, São José do Rio Preto, São Paulo, Brasil.

<sup>4</sup>Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória, Espírito Santo, Brasil.

Endereço: SQNW311 Bloco C – Apto 105-B. Noroeste. Brasília – DF – Brasil.

E-mail: luciano.lourencao.enf@gmail.com

Submetido: 25/12/2024

Aceite: 12/04/2024

**RESUMO**

**Justificativa e Objetivos:** os policiais militares enfrentam desgastes relacionados ao aumento da violência e à desvalorização da profissão que podem levar ao esgotamento e comprometimento da qualidade de vida. Este estudo teve como objetivo analisar a associação entre o *burnout* e a qualidade de vida em policiais militares de duas corporações brasileiras.

**Métodos:** estudo transversal, com 773 policiais militares, sendo 506 (65,5%) dos batalhões do Comando de Policiamento do Interior – 5ª Região do estado de São Paulo e 267 (34,5%) do 3º Batalhão de Polícia Militar do Paraná. Os dados foram coletados entre janeiro e dezembro de 2018, utilizando-se um questionário com variáveis sociodemográficas e profissionais: o Inventário de *Burnout* de Maslach (MBI), traduzido e adaptado para o português por Robayo-Tamayo; e a versão abreviada do *World Health Organization Quality of Life* (WHOQOL-Bref).

**Resultados:** os policiais paulistas apresentaram níveis de qualidade de vida significativamente melhores dos que os policiais paranaenses. Houve predomínio alto nível de despersonalização (21,3%) entre policiais paranaenses; nível médio de despersonalização (33,9%) entre policiais paulistas; nível médio de exaustão emocional; e nível alto de realização pessoal em ambas as corporações. Quanto maiores os níveis de despersonalização e exaustão emocional dos policiais militares, menor a qualidade de vida. Por outro lado, quanto maior a realização pessoal, maior a qualidade de vida dos profissionais. **Conclusão:** policiais com níveis baixos de despersonalização e de exaustão emocional apresentaram maior qualidade de vida nos domínios físico, psicológico, relações sociais, meio ambiente e na avaliação da qualidade de vida geral,

e os policiais com níveis mais elevados de realização pessoal tinham maiores escores de qualidade de vida.

**Descritores:** *Saúde Militar. Esgotamento Profissional. Qualidade de Vida. Saúde Ocupacional.*

## ABSTRACT

**Background and Objectives:** military police officers face stress related to increase in violence and devaluation of their profession, which can lead to burnout and compromised quality of life. This study aimed to analyze the association between burnout and quality of life in military police officers from two Brazilian corporations. **Methods:** this was a cross-sectional study of 773 military police officers, 506 (65.5%) from battalions of the Country Police Command - 5<sup>th</sup> Region in São Paulo state and 267 (34.5%) from 3<sup>rd</sup> Military Police Battalion in Paraná state. Data was collected between January and December 2018 using a questionnaire with sociodemographic and professional variables: the Maslach Burnout Inventory (MBI), translated and adapted into Portuguese by Robayo-Tamayo; and the abbreviated version of the World Health Organization Quality of Life (WHOQOL-Bref). **Results:** police officers from São Paulo had significantly better levels of quality of life than police officers from Paraná. There was a predominance of a high level of depersonalization (21.3%) among police officers from Paraná; a medium level of depersonalization (33.9%) among police officers from São Paulo; a medium level of emotional exhaustion and a high level of personal accomplishment in both police forces. **Conclusion:** police officers with low levels of depersonalization and emotional exhaustion had a higher quality of life in the physical health, psychological health, social relationships, environmental health and overall quality of life domains, and police officers with higher levels of personal accomplishment had higher quality of life scores.

**Keywords:** *Military Health. Burnout, Professional. Quality of Life. Occupational Health.*

## RESUMEN

**Justificación y Objetivos:** los policías militares enfrentan estrés relacionado con el aumento de la violencia y la devaluación de la profesión, lo que puede provocar agotamiento y comprometer la calidad de vida. Este estudio tuvo como objetivo analizar la asociación entre burnout y calidad de vida en policías militares de dos cuerpos brasileños. **Métodos:** se trató de un estudio transversal de 773 policías militares, 506 (65,5%) de los batallones del Comando de Policía Interior - 5<sup>a</sup> Región en estado de São Paulo y 267 (34,5%) del 3<sup>o</sup> Batallón de Policía Militar en estado de Paraná. Los datos se recogieron entre enero y diciembre de 2018, mediante cuestionario con variables sociodemográficas y profesionales: el Inventario de *Burnout* de Maslach (MBI), traducido y adaptado al portugués por Robayo-Tamayo; y la versión abreviada del *World Health Organization Quality of Life* (WHOQOL-Bref). **Resultados:** los policías de São Paulo tenían niveles de calidad de vida significativamente mejores que los policías de Paraná. Predominó un alto nivel de despersonalización (21,3%) entre los policías de Paraná; nivel medio de despersonalización (33,9%) entre los agentes de policía de São Paulo; nivel medio de agotamiento emocional; y alto nivel de realización personal en ambas corporaciones. **Conclusión:** los policías con bajos niveles de despersonalización y agotamiento emocional presentaron mayor calidad de vida en el ámbito físico, psicológico, relaciones sociales, entorno y en la valoración de la calidad de vida general, y los policías con niveles más altos de realización personal tenían puntuaciones más altas en calidad de vida.

**Palabras Clave:** *Salud Militar. Agotamiento Profesional. Calidad de Vida. Salud Laboral.*

## INTRODUÇÃO

Os policiais militares exercem importantes funções, zelando pela segurança e bem-estar de todos os cidadãos. Esses profissionais são responsáveis por inibir os atentados à ordem social, proporcionar segurança e liberdade, para que todos os cidadãos vivam de acordo com os princípios da lei.<sup>1</sup>

Apesar do importante papel desempenhado por esses profissionais, em muitas regiões do Brasil, os policiais militares vivenciam falta de reconhecimento profissional, baixa remuneração e condições de trabalho precárias que, associadas aos elevados índices de criminalidade, insegurança e falta de preparação técnica, repercutem negativamente na saúde física e emocional, causando esgotamento e comprometimento da qualidade de vida.<sup>2,3</sup>

Estudos têm mostrado que os soldados e policiais militares apresentam pior saúde mental e uma qualidade de vida inferior, em razão da vivência de eventos traumáticos. Além disso, o tempo reduzido para descanso, o tabagismo e a falta de hábitos de vida saudáveis estão associados a menores níveis de qualidade de vida entre os policiais.<sup>2,4,5</sup>

De acordo com o Anuário Brasileiro de Segurança Pública 2021, nos anos de 2019 e 2020, foram registradas 418 mortes de policiais militares no Brasil por crimes violentos letais intencionais, sendo 26% por suicídio.<sup>6</sup> Todavia, os policiais ainda evitam procurar ajuda profissional, por temerem a ostracização e a estigmatização pela própria organização militar, circunstâncias pelas quais acabam dificultando o acesso ao tratamento.<sup>7</sup>

O trabalho policial é uma das mais frequentes causas de conflitos no ambiente familiar, e os policiais estão entre os profissionais com as maiores taxas de divórcio, além da maior propensão para o desenvolvimento da Síndrome de *Burnout* (SB).<sup>3,4,8</sup> A SB é um fenômeno ocupacional caracterizado pelo esgotamento profissional decorrente da longa exposição a agentes estressores no ambiente de trabalho, e caracteriza-se pelo esgotamento físico, mental e emocional. Considerada uma doença ocupacional pela Organização Mundial da Saúde (OMS), essa síndrome é apontada como causa importante dos índices elevados de licenças médicas, afastamentos no trabalho e desvalorização de policiais militares por seus superiores.<sup>9</sup>

Nesse contexto, a saúde dos policiais militares é considerada, pela Política Nacional de Promoção da Saúde, um fator prioritário a ser trabalhado.<sup>10</sup> O estresse relacionado ao trabalho do policial, acompanhado de uma cultura em que a demonstração de emoções é vista como sinal de fraqueza, pode afetar diversas dimensões do trabalho e da vida.<sup>11</sup> Assim, verifica-se a necessidade de trabalhar aspectos relacionados à qualidade de vida desses profissionais, pois o cansaço físico e o comprometimento da saúde mental podem levá-los a adotar atitudes

irracionais durante crises e situações caóticas, podendo ocasionar a ineficácia no desempenho do exercício profissional.<sup>8,12</sup>

Nesse contexto, entendemos que conhecer a associação entre *burnout* e qualidade de vida em policiais militares pode contribuir para reduzir vulnerabilidades e riscos de adoecimento relacionados ao ambiente e ao processo de trabalho desses profissionais, além de subsidiar a implementação de intervenções que promovam a saúde mental e a qualidade de vida dos policiais.

Diante do exposto, este estudo objetivou analisar a associação entre o *burnout* e a qualidade de vida em policiais militares de duas corporações brasileiras.

## **MÉTODOS**

Trata-se de estudo quantitativo, do tipo observacional, transversal, descritivo e correlacional, realizado com policiais militares de dois Batalhões de Polícia Militar brasileiros, tais como Comando de Policiamento do Interior – 5ª Região do estado de São Paulo (CPI-5/SP) e 3º Batalhão de Polícia Militar do estado do Paraná (3º BPM/PR).

O CPI-5/SP possui um efetivo de 2,2 mil policiais e abrange uma área de 96 municípios, com aproximadamente 1,4 milhão de habitantes. O 3º BPM/PR pertence ao 5º Comando Regional de Polícia Militar do Estado, contando com um efetivo de 312 policiais, que atendem uma população de aproximadamente 260 mil habitantes. A escolha desses batalhões ocorreu devido à existência de vínculo prévio com os pesquisadores (um deles ex-policia militar), que se sensibilizaram com as dificuldades laborais que permeiam a atividade policial nas diferentes regiões do Brasil.

Foram considerados elegíveis para o estudo todos os policiais militares pertencentes ao CPI-5/SP e ao 3º BPM/PR que, após convidados, consentiram participar do estudo. Foram excluídos aqueles que estavam de férias ou afastados das atividades profissionais, por qualquer motivo, no período da coleta dos dados. Todos os policiais militares foram convidados a participar do estudo. A amostra foi constituída por conveniência e composta por 506 policiais do CPI-5/SP e 267 policiais do 3º BPM/PR.

Os dados foram coletados no ano de 2018, utilizando-se um questionário elaborado pelos autores contendo variáveis sociodemográficas (idade, sexo, faixa etária, estado civil, escolaridade) e profissionais (cargo, tempo de serviço e turno de trabalho dos profissionais, prática de atividade física e se já respondeu ao Conselho de Disciplina ou de Justiça) dos policiais militares, o Inventário Burnout de Maslach (MBI), traduzido e adaptado para o

português por Robayo-Tamayo,<sup>13</sup> e a versão abreviada do *World Health Organization Quality of Life* (WHOQOL-Bref).<sup>14</sup>

O MBI é uma escala autoaplicável composta por 22 questões que avaliam a SB a partir de sentimentos e atitudes relacionados ao trabalho. A escala possui três dimensões: exaustão emocional (EE); despersonalização (DP); e realização profissional (RP). As respostas às questões são dadas em uma escala do tipo Likert de cinco pontos, sendo: 1= nunca; 2 = raramente; 3 = algumas vezes; 4 = frequentemente; 5 = sempre. Utilizou-se a variação da escala recomendada por Robayo-Tamayo<sup>13</sup>, por ser considerada de mais fácil compreensão pelos respondentes.

O WHOQOL-Bref é uma versão reduzida do questionário WHOQOL-100, que conta com 26 questões, divididas em quatro domínios, como físico, psicológico, meio ambiente e relações sociais. As respostas para cada questão são dadas em uma escala do tipo Likert de quatro tipos: intensidade; capacidade; frequência; e avaliação. O resultado é obtido calculando-se a média dos valores de cada domínio.<sup>14</sup> Os escores de qualidade de vida são uma escala positiva, ou seja, quanto maior o escore, melhor a qualidade de vida.<sup>15</sup>

A coleta dos dados ocorreu após autorização dos responsáveis por cada corporação. Os pesquisadores contataram os comandantes dos batalhões, explicaram os objetivos do estudo e entregaram os instrumentos para os policiais militares. Após o preenchimento, os policiais entregaram os instrumentos na administração dos batalhões, em envelopes lacrados, para garantir o sigilo dos dados. Cada profissional teve um período de até 30 dias para responder aos instrumentos da pesquisa.

Ao receberem os instrumentos autoaplicáveis, nenhum policial se recusou formalmente em participar do estudo. Contudo, apenas 773 devolveram os instrumentos respondidos, sendo 506 (65,5%) policiais do CPI-5/SP e 267 (34,5%) policiais do 3º BPM/PR.

Os dados obtidos foram digitados e armazenados em uma planilha do programa Microsoft Excel®, de forma a possibilitar a análise conforme os objetivos propostos. A análise estatística foi realizada com uso do *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), versão 25.0.

Para a análise da SB, foi calculada a média das pontuações obtidas em cada dimensão.<sup>13</sup> Consideram-se com SB os profissionais com as altas pontuações nas dimensões EE ( $\geq 27$  pontos) e DP ( $\geq 13$  pontos) e baixas pontuações na dimensão RP ( $\geq 39$  pontos).<sup>16</sup>

Para a avaliação da qualidade de vida, foram realizados os cálculos dos escores do WHOQOL-Bref, conforme modelo estatístico disponibilizado pelo Grupo WHOQOL, que estabelece o cálculo dos escores em uma escala de 4 a 20 para cada domínio do questionário.

Para favorecer a comparação com outros estudos, os escores obtidos na escala de 4 a 20 são transformados para uma escala de 0 a 100 por meio da fórmula  $[(\text{Média}-4)\times 100/16]$ .<sup>14</sup>

Para a avaliação dos níveis de DP, EE e RP segundo o batalhão, o sexo e a faixa etária dos policiais militares, foi aplicado o teste qui-quadrado de Pearson. Para comparar os níveis de qualidade de vida de acordo com essas variáveis sociodemográficas, utilizou-se o teste t para duas médias e a Análise de Variância (ANOVA) para três ou mais médias.

A comparação dos escores de qualidade de vida com os níveis de EE, DP e RP foi realizada pelo teste de ANOVA. O teste de correlação de Pearson foi aplicado para verificar o grau de relação entre os domínios do WHOQOL-Bref e os domínios do MBI. Considerou-se nível de confiança de 5% ( $p\leq 0,05$ ).

Em cumprimento aos aspectos éticos vigentes sobre pesquisa envolvendo seres humanos (Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde), o estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto (FAMERP) em 04 de dezembro de 2017, sob Certificado de Apresentação para Apreciação Ética (CAAE) nº 47885715.8.0000.5415 e Parecer nº 2.412.594. Ao receber os questionários, antecedendo a coleta dos dados, os policiais que aceitaram participar do estudo, após os esclarecimentos necessários sobre a pesquisa, assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

## RESULTADOS

Participaram do estudo 773 policiais militares, sendo 506 (65,5%) pertencentes ao CPI-5/SP e 267 (34,5%) do 3º BPM/PR. A idade média dos policiais foi de 34,5 anos (desvio padrão:  $\pm 7,8$  anos), com predomínio de profissionais na faixa etária de 31 a 40 anos (39,7%). Observou-se, ainda, maior frequência de policiais do sexo masculino (87,2%), casados (67,0%) e com ensino médio (56,2%) (Tabela 1).

**Tabela 1.** Perfil sociodemográfico dos policiais militares (n=773)

<b>Variáveis</b>	<b>n (%)</b>
<b>Batalhão</b>	
Paraná	267 (34,5)
São Paulo	506 (65,5)
<b>Faixa etária</b>	
Até 20 anos	14 (1,8)
21 - 30 anos	250 (32,3)
31 - 40 anos	307 (39,7)
41 anos ou mais	200 (25,9)
Não informado	2 (0,3)
<b>Sexo</b>	
Masculino	674 (87,2)
Feminino	98 (12,7)
Não informado	1 (0,1)
<b>Estado civil</b>	
Casado	518 (67,0)

Solteiro	202 (26,1)
Divorciado/separado	44 (5,7)
Viúvo	7 (0,9)
Não informado	2 (0,3)
<b>Escolaridade</b>	
Ensino fundamental	7 (0,9)
Ensino médio	434 (56,2)
Ensino superior	324 (41,9)
Não informado	8 (1,0)

---

Em relação à avaliação da SB, observou-se que 44,8% dos policiais apresentavam níveis altos de DP ( $\geq 13$  pontos), 67,3%, níveis considerados altos de EE ( $\geq 27$  pontos), e 5,2%, níveis baixos de RP ( $\geq 39$  pontos). Nenhum profissional apresentou SB, contudo identificou-se um risco elevado para o desenvolvimento da síndrome entre os profissionais, tendo em vista a alta prevalência de DP e EE.

Em relação às dimensões do *burnout*, houve predomínio de profissionais com alto nível de DP (21,3%) entre os policiais militares do 3º BPM/PR e predomínio de profissionais com nível médio de DP (7 a 12 pontos) entre os policiais militares do CPI-5/SP (33,9%), além de predomínio de policiais com nível médio de EE (17 a 26 pontos) em ambas as corporações (3º BPM/PR: 15,5%; CPI-5/SP: 35,2%) e predomínio de policiais com nível alto de RP ( $\leq 31$  pontos) nas duas corporações (3º BPM/PR: 28,4%; CPI-5/SP: 39,1%). Observou-se, ainda, predomínio de policiais na faixa etária de 31 a 40 anos com níveis médios (7 a 12 pontos) de DP (22,0%) e EE (17 a 26 pontos) (21,1%) e nível alto ( $\leq 31$  pontos) de RP (29,7%). Houve predomínio de policiais com ensino médio com nível médio de EE (17 a 26 pontos) (28,2%) (Tabela 2).

**Tabela 2.** Avaliação das dimensões do *burnout* segundo batalhão, sexo e faixa etária dos policiais militares

Variáveis	Despersonalização			Exaustão emocional			Realização pessoal		
	Baixa	Média	Alta	Baixa	Média	Alta	Baixa	Média	Alta
<b>Batalhão</b>		(n=769)			(n=770)			(n=70)	
Paraná	6 (0,8)	34 (12,2)	167 (21,7)	39 (5,1)	135 (17,5)	93 (12,1)	2 (0,3)	46 (6,0)	219 (28,4)
São Paulo	62 (8,1)	261 (33,9)	179 (23,3)	146 (19,0)	271 (35,2)	86 (11,2)	38 (4,9)	164 (21,3)	301 (39,1)
Valor de p		<b>&lt;0,001</b>			<b>&lt;0,001</b>			<b>&lt;0,001</b>	
<b>Sexo</b>		(n=768)			(n=769)			(n=769)	
Masculino	61 (7,9)	309 (40,2)	300 (39,1)	166 (21,6)	352 (45,8)	153 (19,9)	37 (4,8)	185 (24,1)	449 (58,4)
Feminino	7 (0,9)	46 (6,0)	45 (5,9)	19 (2,5)	53 (6,9)	26 (3,4)	3 (0,4)	25 (3,3)	70 (9,1)
Valor de p		0,802			0,456			0,610	
<b>Faixa etária</b>		(n=767)			(n=768)			(n=768)	
Até 20 anos	2 (0,3)	10 (1,3)	2 (0,3)	6 (0,8)	8 (1,0)	-	1 (0,1)	3 (0,4)	10 (1,3)
21 - 30 anos	27 (3,5)	118 (15,4)	105 (13,7)	81 (10,5)	119 (15,5)	50 (6,5)	18 (2,3)	64 (8,3)	168 (21,9)
31 - 40 anos	12 (1,6)	125 (16,3)	169 (22,0)	50 (6,5)	162 (21,1)	95 (12,4)	7 (0,9)	72 (9,4)	228 (29,7)
41 anos ou mais	26 (3,4)	101 (13,2)	70 (9,1)	47 (6,1)	117 (15,2)	33 (4,3)	14 (1,8)	70 (9,1)	113 (14,7)
Valor de p		<b>&lt;0,001</b>			<b>&lt;0,001</b>			<b>0,001</b>	
<b>Escolaridade</b>		(n=761)			(n=762)			(n=762)	
Ensino fundamental	-	4 (0,5)	3 (0,4)	1 (0,1)	6 (0,8)	-	-	4 (0,5)	3 (0,4)
Ensino médio	46 (6,0)	200 (26,3)	185 (24,3)	121 (15,0)	215 (28,2)	96 (12,6)	28 (3,7)	118 (15,5)	286 (37,5)
Ensino superior	21 (2,8)	149 (19,6)	153 (20,1)	59 (7,7)	184 (24,1)	80 (10,5)	12 (1,6)	85 (11,2)	226 (29,7)
Valor de p		0,442			<b>0,011</b>			0,355	

Os policiais avaliaram a qualidade de vida geral de forma positiva (escore médio 69,1). Em relação aos domínios do WHOQOL-Bref, os resultados mostraram que os policiais possuem melhor nível de relações sociais (escore médio 72,9), evidenciando satisfação nas relações com amigos, familiares e cônjuges. Por outro lado, o domínio meio ambiente apresentou o menor escore (61,0), apontando perda de satisfação dos profissionais com os aspectos que envolvem esse domínio, como segurança física e proteção, recursos financeiros, cuidados de saúde e sociais, oportunidades de adquirir informações e habilidades, oportunidade de recreação e lazer, além do ambiente físico.

Conforme demonstrado na Tabela 3, os policiais militares do CPI-5/SP apresentaram níveis de qualidade de vida significativamente melhores do que os policiais do 3º BPM/PR em todos os domínios do WHOQOL-Bref ( $p < 0,001$ ); não houve diferença estatisticamente significativa entre policiais do sexo masculino e do sexo feminino ( $p > 0,05$ ); os policiais mais jovens apresentaram melhores escores de qualidade de vida nos

domínios relações sociais ( $p=0,030$ ), meio ambiente ( $p=0,008$ ) e qualidade de vida geral ( $p=0,023$ ); e os policiais com nível superior apresentaram menor escore de qualidade de vida no domínio relações sociais ( $p=0,033$ ) do que os policiais com menor escolaridade.

**Tabela 3.** Avaliação da qualidade de vida segundo batalhão, sexo e faixa etária dos policiais militares

Variáveis	Domínio físico	Domínio psicológico	Domínio relações sociais	Domínio meio ambiente	Qualidade de vida geral
<b>Batalhão</b>					
Paraná	68,1 ± 14,7	67,5 ± 15,6	68,8 ± 17,4	58,7 ± 13,1	65,8 ± 12,5
São Paulo	71,7 ± 14,0	74,6 ± 14,1	75,1 ± 16,0	62,2 ± 13,5	70,9 ± 12,1
Valor de p	<b>0,001</b>	<b>&lt;0,001</b>	<b>&lt;0,001</b>	<b>&lt;0,001</b>	<b>&lt;0,001</b>
<b>Sexo</b>					
Masculino	70,7 ± 14,5	72,5 ± 15,2	73,1 ± 16,8	60,9 ± 13,6	69,3 ± 12,6
Feminino	68,3 ± 13,4	69,9 ± 13,5	71,6 ± 16,2	61,4 ± 12,6	67,8 ± 11,3
Valor de p	0,099	0,085	0,386	0,760	0,219
<b>Faixa etária</b>					
Até 20 anos	74,0 ± 9,7	77,1 ± 9,9	80,4 ± 20,3	65,0 ± 16,6	74,1 ± 12,5
21 - 30 anos	72,1 ± 14,0	72,9 ± 15,5	74,1 ± 16,8	62,1 ± 13,7	70,3 ± 12,6
31 - 40 anos	69,5 ± 14,4	70,9 ± 14,8	71,0 ± 16,8	59,0 ± 13,7	67,6 ± 12,4
41 anos ou mais	70,5 ± 14,8	72,8 ± 15,0	73,9 ± 16,0	62,4 ± 12,2	69,7 ± 12,2
Valor de p	0,119	0,193	<b>0,030</b>	<b>0,008</b>	<b>0,023</b>
<b>Escolaridade</b>					
Ensino fundamental	67,9 ± 8,0	69,0 ± 17,7	72,0 ± 7,0	62,1 ± 5,2	67,7 ± 7,4
Ensino médio	70,9 ± 14,7	73,2 ± 15,2	74,3 ± 16,4	61,0 ± 13,7	69,9 ± 12,6
Ensino superior	69,9 ± 14,0	70,7 ± 14,6	71,1 ± 17,2	61,0 ± 13,3	68,2 ± 12,3
Valor de p	0,539	0,070	<b>0,033</b>	0,978	0,171

Na análise da associação entre os domínios da qualidade de vida e os domínios do *burnout* (Tabela 4), verificou-se que os profissionais com níveis baixos de DP ( $\leq 6$  pontos) e EE ( $\leq 16$  pontos) apresentaram escores significativamente maiores de qualidade de vida nos domínios físico, psicológico, relações sociais, meio ambiente e na avaliação da qualidade de vida geral. Por outro lado, foram observados significativamente maiores níveis de qualidade de vida entre os policiais que apresentaram níveis mais elevados de RP ( $\leq 31$  pontos).

**Tabela 4.** Associação entre os domínios da qualidade de vida e *burnout* de policiais militares

<i>Burnout</i>	Qualidade de vida					<sup>1</sup> QV geral
	n (%)	Domínio físico	Domínio psicológico	Domínio relações sociais	Domínio meio ambiente	
<b>Despersonalização</b>						
Nível baixo	68 (8,8)	79,54 ± 14,15	81,48 ± 15,83	82,72 ± 17,06	70,26 ± 13,06	78,50 ± 12,82
Nível moderado	355 (45,9)	72,95 ± 12,43	75,45 ± 11,82	75,45 ± 14,43	64,02 ± 11,89	71,97 ± 10,23
Nível alto	349 (44,8)	66,07 ± 14,85	66,82 ± 15,75	68,20 ± 17,46	56 ± 13,20	64,27 ± 12,54
Valor de p		0,02*	0,01*	0,01*	0,02*	0,02*
<b>Exaustão emocional</b>						
Nível baixo	40 (5,2)	80,53 ± 11,88	82,48 ± 11,27	82,97 ± 14,11	69,68 ± 12,03	78,92 ± 10,05
Nível moderado	210 (27,2)	70,38 ± 11,72	72,35 ± 12,09	72,14 ± 14,45	60,06 ± 11,79	68,87 ± 9,84
Nível alto	520 (67,3)	60,14 ± 14,85	60,94 ± 16,26	64,06 ± 18,58	52,87 ± 13,18	59,50 ± 12,41
Valor de p		0,01*	0,01*	0,01*	0,02*	0,02*
<b>Realização pessoal</b>						
Nível baixo	40 (5,2)	67,36 ± 13,91	68,53 ± 14,42	69,34 ± 16,46	57,88 ± 12,77	65,78 ± 11,78
Nível moderado	210 (27,2)	75,57 ± 12,58	78,61 ± 12,72	78,67 ± 14,78	66,32 ± 12,02	74,79 ± 10,37
Nível alto	520 (67,3)	83,57 ± 14,17	84,90 ± 14,46	88,12 ± 13,19	73,36 ± 13,89	82,49 ± 11,74
		0,01*	0,01*	0,01*	0,01*	0,01*

**Nota:** <sup>1</sup>Qualidade de vida geral; \*Teste *One-Way* ANOVA.

Conforme mostra a Tabela 5, identificou-se uma correlação fraca, negativa e significativa entre a dimensão DP e os domínios físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente, e uma correlação moderada, negativa e significativa entre DP e qualidade de vida geral. A EE apresentou uma correlação moderada, negativa e significativa com todos os domínios da qualidade de vida (físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente) e com a qualidade de vida geral. A RP apresentou correlação positiva e significativa com todos os domínios da qualidade de vida, sendo uma correlação fraca com os domínios físico, relações sociais e meio ambiente, e moderada com o domínio psicológico e qualidade de vida geral.

**Tabela 5.** Correlação entre os domínios da qualidade de vida e *burnout* de policiais militares

<i>Burnout</i>	Qualidade de vida				
	Domínio físico	Domínio psicológico	Domínio relações sociais	Domínio meio ambiente	<sup>1</sup> QV geral
<b>Despersonalização</b>	-0,357	-0,395	-0,333	-0,390	-0,438
Valor de p	<0,001*	<0,001*	<0,001*	<0,001*	<0,001*
<b>Exaustão emocional</b>	-0,562	-0,566	-0,422	-0,488	-0,605
Valor de p	<0,001*	<0,001*	<0,001*	<0,001*	<0,001*
<b>Realização pessoal</b>	0,367	0,425	0,327	0,359	0,440
Valor de p	<0,001*	<0,001*	<0,001*	<0,001*	<0,001*

**Nota:** <sup>1</sup>Qualidade de vida geral; \*Correlação significativa ao nível de 0,01; teste de correlação de Pearson.

## DISCUSSÃO

Os policiais militares avaliaram a qualidade de vida geral de forma positiva, apesar de apresentarem uma leve perda de satisfação relacionada ao domínio meio ambiente, que inclui a segurança física e proteção, os recursos financeiros, cuidados de saúde e sociais, oportunidades de adquirir informações e habilidades, oportunidade de recreação e lazer. Embora nenhum policial tenha apresentado SB, a prevalência de profissionais com DP (44,8%) e/ou com EE (67,3%) elevada evidencia risco para desenvolvimento da SB. A qualidade de vida se correlacionou de forma inversa com a DP e EE e de forma positiva com a RP.

Esses resultados corroboram a literatura, que apontam bons níveis de satisfação dos policiais militares com a sua qualidade de vida, embora apresentem perdas no domínio meio ambiente.<sup>8,17</sup> Todavia, é imprescindível realizar ações que promovam a conscientização sobre a saúde mental entre os profissionais da segurança pública, visando facilitar a implementação de medidas de prevenção e intervenção em saúde mental.<sup>18</sup>

Por ser um ambiente permeado por constante pressão, devido à rigidez da cultura hierárquica, condições precárias, violência e risco de morte, o trabalho dos policiais militares pode alterar sua maneira de agir e pensar, causando sensações de medo, fuga e desespero, além de dificultar a realização das atividades cotidianas e prejudicar o estabelecimento de prioridades, impactando negativamente a qualidade de vida desses profissionais.<sup>7,19</sup>

O medo está presente diariamente nas atividades desses profissionais, que temem por si ou por sua família, tendo em vista o elevado índice de vitimização de policiais, tanto em atividade quanto nos dias de folga. Além disso, as altas demandas físicas, cognitivas e psicológicas exigidas dos policiais durante as atividades laborais podem exceder a capacidade de enfrentamento.<sup>20-22</sup> Neste contexto, os profissionais tornam-se susceptíveis ao desenvolvimento da SB, como vimos neste estudo.

Como o *burnout* é uma doença com significativo impacto na saúde e no desempenho dos trabalhadores, com potencial para influenciar as atividades de vida diária e a qualidade de vida dos policiais militares, torna-se relevante a implementação de políticas públicas que incluam ações capazes de reduzir os impactos negativos do estresse ocupacional presente no trabalho policial, uma vez que as intervenções e ações que visam à promoção da qualidade de vida e ao bem-estar dos policiais nas instituições militares ainda são incipientes.<sup>7,18,23</sup>

No ambiente das corporações militares, é comum que as reações emocionais sejam percebidas como fraqueza, e a expectativa de que as pessoas não devem ter reações emocionais pode gerar conflitos internos no policial. Nesse contexto, o estigma público (percepção dos outros sobre o indivíduo) e/ou a baixa autoestima (percepção da pessoa sobre si mesma) podem

desencadear um sentimento de não pertencimento que afeta negativamente a saúde mental do policial.<sup>24</sup>

Alguns aspectos fundamentais caracterizam a SB, como a insensibilidade emocional, cansaço excessivo, sensação de “vazio” e perda da autoestima<sup>25</sup>. No presente estudo, o número de policiais com altos níveis de DP ou de EE chama a atenção para a necessidade de implementar ações e programas preventivos, de redução de danos emocionais, físicos e sociais causados pela prática laboral dos profissionais.

Nesse contexto, os resultados apontam a emergente necessidade de estratégias e intervenções que busquem trabalhar os problemas vivenciados pelos policiais militares e as consequências para a saúde física e mental desses profissionais, além de abordar as barreiras que impedem o desenvolvimento de estratégias e intervenções nas organizações militares.

A principal limitação deste estudo está relacionada à amostra de conveniência, que traz um risco de obter respostas dos profissionais mais estimulados e com melhores condições de qualidade de vida e de saúde mental. Por outro lado, os resultados fornecem um diagnóstico acerca da percepção dos policiais sobre sua qualidade de vida, além de identificar o risco elevado para o desenvolvimento da SB na população do estudo. Contribuem, assim, para a identificação da necessidade de estratégias gerenciais e de atenção à saúde desses trabalhadores que possam melhorar as condições de trabalho dos policiais e favorecer a melhora da segurança pública da sociedade local.

O estudo mostrou que os policiais com níveis baixos de DP e de EE apresentaram maior qualidade de vida nos domínios físico, psicológico, relações sociais, meio ambiente e na avaliação da qualidade de vida geral. Os policiais com níveis mais elevados de RP tinham maiores escores de qualidade de vida. Houve, ainda, uma associação negativa da DP e da EE com os domínios da qualidade de vida. Esses resultados evidenciam que os policiais militares estão sujeitos a perdas na qualidade de vida em decorrência do comprometimento da saúde mental, reforçando a importância do desenvolvimento de estratégias e intervenções que promovam a qualidade de vida desses trabalhadores, identifiquem e previnam os fatores que causam desgastes e que contribuem para o desenvolvimento de sentimentos negativos, como a DP e a EE.

## **REFERÊNCIAS**

1. Winter LE, Alf AM. A profissão do policial militar: vivências de prazer e sofrimento no trabalho. *Rev. Psicol., Organ. Trab.* 2019; 19(3): 671-678. <http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2019.3.13214>

2. Barreto CR, Lins-Kusterer L, Carvalho FM. Work ability of military police officers. *Rev. saúde pública.* 2019; 53(0): 79. <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2019053001014>
3. Santos SS, Saturnino ASG. O adoecimento psíquico nos policiais militares. *REAS.* 2023;23(4):e12702. <https://doi.org/10.25248/reas.e12702.2023>
4. Valikhani A, Ahmadniae F, Karimi A, et al. The relationship between dispositional gratitude and quality of life: The mediating role of perceived stress and mental health. *Pers. Individ. Differ.* 2019; 141: 40-46. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.12.014>
5. Tavares JP, Vieira LS, Pai DD, Souza SBC, Ceccon RF, Machado WL. Rede de correlações entre qualidade de vida, resiliência e desequilíbrio esforço-recompensa em policiais militares. *Ciênc saúde coletiva.* 2021; 26(5): 1931-40. <https://doi.org/10.1590/1413-81232021265.10702019>
6. Fórum Brasileiro de Segurança Pública. Anuário Brasileiro de Segurança Pública 2021 [Internet]. São Paulo: Fórum Brasileiro de Segurança Pública; 2021 [citado 2023 dez 25]. Disponível em: <https://forumseguranca.org.br/wp-content/uploads/2021/10/anuario-15-completo-v7-251021.pdf>
7. Santos FB, Lourenção LG, Vieira E, et al. Occupational stress and work engagement among military police officers. *Ciênc saúde coletiva.* 2021; 26(12): 5987-96. <https://doi.org/10.1590/1413-812320212612.14782021>
8. Arroyo TR, Borges MA, Lourenção LG. Health and quality of life of military police officers. *Rev Bras Promoc Saúde.* 2019; 32: 7738. <https://doi.org/10.5020/18061230.2019.7738>
9. World Health Organization. ICD-11 for mortality and morbidity statistics. Version: 2021 May [Internet]. Geneva: WHO; 2021. Available from: <https://icd.who.int/browse/2021-05/mms/en>
10. Pelegrini A, Cardoso TE, Claumann GS, Pinto AA, Felden EPG. Percepção das condições de trabalho e estresse ocupacional em policiais civis e militares de unidades de operações especiais. *Cad Bras Ter Ocup.* 2018; 26(2): 423-30. <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAO1160>
11. Trombka M, Demarzo M, Campos D, et al. Mindfulness training improves quality of life and reduces depression and anxiety symptoms among police officers: results from the POLICE Study - a multicenter randomized controlled trial. *Front. Psychiatry.* 2021; 12(26): 1-16. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.624876>
12. Leite MLS, Oliveira FF, Neves CF, Sampaio LC. Qualidade de Vida dos Policiais Militares de Vitória da Conquista-BA. *Id on Line Rev. Mult. Psic.* 2019; 13(8): 333-41. <https://doi.org/10.14295/idonline.v13i48.2182>
13. Robayo-Tamayo M. Relação entre a Síndrome de Burnout e os valores organizacionais no pessoal de enfermagem de dois hospitais públicos [dissertação]. Brasília (DF): Universidade de Brasília; 1997.
14. Fleck MPA, Louzada S, Xavier M, et al. Application of the Portuguese version of the abbreviated instrument of quality life WHOQOL-bref. *Rev. saúde pública.* 2000; 34(2): 178-183. <https://doi.org/10.1590/S0034-89102000000200012>

15. Cordioli Junior JR, Cordioli DFC, Gazetta CE, et al. Quality of life and osteomuscular symptoms in workers of primary health care. *Rev Bras Enferm.* 2020; 73(5): e20190054. <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0054>
16. Campos ICM, Pereira SS, Schiavon ICA, et al. Maslach Burnout Inventory - Human Services Survey (MBI-HSS): revisão integrativa de sua utilização em pesquisas brasileiras. *Arq. Ciênc. Saúde Unipar.* 2020; 24(3): 187-195. <https://doi.org/10.25110/arqsaude.v24i3.2020.7875>
17. Cardoso ABR, Costa LL, Sodré LRS, et al. Avaliação da qualidade de vida de policiais militares que trabalham no município de Marabá, Pará. *Braz. J. Hea. Rev.* 2021; 4(1): 188-202. <https://doi.org/10.34117/bjhrv4n1-017>
18. Santos RM, Braga WS, Rocha WS. O impacto do estresse ocupacional na qualidade de vida e no desempenho profissional de policiais militares na sociedade contemporânea. *Rev. Contemp.* 2023;3(11):20528-47. <https://doi.org/10.56083/RCV3N11-036>
19. Carvalho LOR, Porto RM, Sousa MNA. Sofrimento psíquico, fatores precipitantes e dificuldades no enfrentamento da síndrome de Burnout em policiais militares. *Braz. J. Hea. Rev.* 2020; 3(5): 15202-14. <https://doi.org/10.34119/bjhrv3n5-300>
20. Miqueletti AL, Oliveira GTS, Olivieri RA. Vitimização de policiais militares do estado de São Paulo. *REASE.* 2023;9(10):127-54. <https://doi.org/10.51891/rease.v9i10.11517>
21. Silva JB, Almeida AJS. Vitimização policial: diagnósticos e perspectivas. *Rev. Bras. Segur. Pública.* 2022;16(2):240-263. <https://doi.org/10.31060/rbsp.2022.v16.n2.1376>
22. Queirós C, Passos F, Bártole A, et al. Burnout and stress measurement in police officers: literature review and a study with the operational police stress questionnaire. *Front Psychol.* 2020; 11: 587. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00587>
23. Farfán J, Peña M, Topa G. Lack of group support and burnout syndrome in workers of the state security forces and corps: moderating role of neuroticism. *Medicina (Kaunas).* 2019; 55(9): 536. <https://doi.org/10.3390%2Fmedicina55090536>
24. Short JL. Predicting mental health quality of life in policing: officers and civilians. *J Police Crim Psych.* 2021; 36: 276–287 <https://doi.org/10.1007/s11896-020-09415-w>
25. Perniciotti P, Serrano Júnior CV, Guarita RV, et al. Síndrome de Burnout nos profissionais de saúde: atualização sobre definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. *Rev. SBPH [Internet].* 2020 [citado 2023 dez 25]; 23(1): 35-52. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-08582020000100005&lng=t&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582020000100005&lng=t&tlng=pt)

### **Contribuições dos autores:**

**Jacqueline Flores de Oliveira, Luciano Garcia Lourenção e Fernando Braga dos Santos** contribuíram para a concepção e administração do projeto; redação do manuscrito e aprovação da versão final. **Thiago Roberto Arroyo, Evellym Vieira e Marcio Andrade Borges** contribuíram para a revisão crítica do manuscrito e aprovação da versão final.

Todos os autores são responsáveis por todos os aspectos do trabalho, incluindo a garantia de sua precisão e integridade.