

## ESTRESSE OCUPACIONAL EM PROFISSIONAIS DA SEGURANÇA PÚBLICA: UMA ANÁLISE MULTIDIMENSIONAL

### **Herivânia Gonçalves Pereira**

Graduada em Odontologia e 2º SGT do Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Pará.  
<http://lattes.cnpq.br/2497815796858188>  
<https://orcid.org/0009-0006-7319-8427>  
E-mail: herivania22@hotmail.com

### **Adivar Elisário dos Santos Filho**

Graduado em educação física e 2º SGT do Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Pará.  
<http://lattes.cnpq.br/3706708137093367>  
<https://orcid.org/0009-0005-8870-8330>  
E-mail: adivarfilho@gmail.com

### **Edlandio Bezerra Januário**

Graduado em Enfermagem, 3º SGT do Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Pará.  
<http://lattes.cnpq.br/1656071178032049>  
<https://orcid.org/0009-0008-8469-7525>  
E-mail: edmanobj@hotmail.com

### **Frederico Vicentini**

Graduado em educação física e 2º SGT do Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Pará.  
<http://lattes.cnpq.br/8017953281772677>  
<https://orcid.org/0009-0004-8332-4437>  
E-mail: fredericovicentini@yahoo.com.br

### **Douglas Oliveira dos Santos**

Graduado em Biologia e 2º SGT do Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Pará.  
<http://lattes.cnpq.br/5412947965807427>  
<https://orcid.org/0009-0008-4920-9549>  
E-mail: douglas\_segurancadotrabalho@yahoo.com.br

DOI-Geral: <http://dx.doi.org/10.47538/RA-2026.V5N2>

DOI-Individual: <http://dx.doi.org/10.47538/RA-2026.V5N2-32>

**RESUMO:** O estresse ocupacional em profissionais da segurança pública tem se tornado um problema cada vez mais frequente, afetando diretamente a saúde física, emocional e social desses trabalhadores. O presente estudo teve como objetivo compreender os impactos do estresse ocupacional na vida de agentes de segurança pública, considerando fatores relacionados às condições de trabalho, pressão institucional e exposição constante a situações de risco. A pesquisa foi desenvolvida por meio de uma revisão de literatura, de caráter qualitativo e descritivo, utilizando artigos científicos, dissertações e livros relacionados ao tema. Os resultados demonstraram que o estresse prolongado pode contribuir para o desenvolvimento de ansiedade, depressão, síndrome de Burnout, alterações emocionais e prejuízos no desempenho profissional. Também foi observado que a falta de suporte psicológico e as condições inadequadas de trabalho intensificam o adoecimento mental desses profissionais, tornando necessária a criação de políticas públicas voltadas à promoção da saúde mental na segurança pública.

**PALAVRAS-CHAVE:** Estresse ocupacional. Segurança pública. Saúde mental. Burnout. Qualidade de vida.

## **OCCUPATIONAL STRESS IN PUBLIC SECURITY PROFESSIONALS: A MULTIDIMENSIONAL ANALYSIS**

**ABSTRACT:** Occupational stress among public security professionals has become an increasingly frequent problem, directly affecting the physical, emotional, and social health of these workers. This study aimed to understand the impacts of occupational stress on the lives of public security agents, considering factors related to working conditions, institutional pressure, and constant exposure to risk situations. The research was developed through a qualitative and descriptive literature review using scientific articles, dissertations, and books related to the topic. The results showed that prolonged stress may contribute to the development of anxiety, depression, Burnout syndrome, emotional changes, and reduced professional performance. The study also identified that the lack of psychological support and inadequate working conditions intensify mental illness among these professionals, highlighting the need for public policies focused on mental health promotion in public security.

**KEYWORDS:** Occupational stress. Public security. Mental health. Burnout. Quality of life.

### **INTRODUÇÃO**

Agentes de segurança pública, no geral, são acometidos por inúmeros problemas de estresse devido à sua rotina operacional, que envolve diversos fatores que afetam diretamente o desenvolvimento de problemas psicológicos, gerando, assim, o estresse ocupacional (Silva et al., 2024).

Muitos desses profissionais passam por situações extremas no cotidiano de trabalho, o que afeta diretamente sua saúde mental, acarretando o desencadeamento de estresse crônico, bem como o desenvolvimento de depressão, impactando diretamente o desempenho de suas atividades operacionais (Lima, 2019).

Apesar de a literatura internacional já pesquisar o estresse ocupacional em profissionais de segurança há muitos anos, no Brasil o estudo desse tema ainda é relativamente recente e carece de maior desenvolvimento e aplicabilidade, tendo em vista os inúmeros afastamentos de agentes de segurança por estresse ocupacional (Bezerra; Minayo, 2013; Santosa et al., 2026).

O entendimento desse problema é fundamental para o estabelecimento de medidas relacionadas à aplicação de políticas públicas nesses serviços (Merege e Bianchi, 2025). Considerando a essencialidade desses profissionais na sociedade, é imprescindível que estejam mentalmente bem para realizar suas funções operacionais com estabilidade, protegendo a população (Esteves et al., 2023).

Agentes de segurança pública enfrentam situações extremas em seu cotidiano, que vão desde o salvamento de crianças em casos de afogamento, como ocorre com o Corpo de Bombeiros, até o atendimento de ocorrências envolvendo homicídios e abuso infantil, comuns na atuação das polícias militar e civil (Soares; Rodrigues; Pimenta, 2021). A intensidade e a especificidade de cada circunstância impactam diretamente a saúde física e mental desses profissionais (Gasparetto et al., 2025).

As demandas operacionais dos agentes de segurança são particularmente estressantes e instáveis, o que gera elevada sobrecarga física e emocional nesses profissionais (Mendonça et al., 2018). Esses fatores, muitas vezes incontroláveis, contribuem diretamente para o desenvolvimento de transtornos mentais, como a depressão, podendo, em casos mais graves, evoluir para o surgimento de pensamentos suicidas (Marcondes e de Laat, 2021).

Muitos estudos relatam que o estresse prolongado pode causar danos significativos e, em muitos casos, irreversíveis, levando ao desenvolvimento de depressão, ansiedade e problemas cardiovasculares (Cruz; Peixoto, 2025). Esse cenário impacta negativamente não apenas a qualidade de vida do profissional, mas também sua capacidade de desempenhar suas funções de forma eficaz, gerando prejuízos tanto para o indivíduo quanto para toda a sociedade, que depende desses profissionais em pleno equilíbrio físico e mental (Santos; Souza; Rocha, 2023).

O estresse em agentes de segurança não causa danos somente em suas atribuições profissionais, esse problema percorre e afeta diretamente as relações interpessoais, causando transtornos psicológicos significativos, como também no desenvolvimento de situações de frustração e tristeza extrema (Pelegri et al., 2018).

O objetivo geral deste trabalho é compreender como o estresse ocupacional afeta a vida dos profissionais de segurança pública, tanto no âmbito operacional do trabalho quanto nas relações interpessoais.

## **METODOLOGIA**

### **TIPO DE PESQUISA**

A pesquisa consiste em uma revisão de literatura, com abordagem qualitativa e caráter descritivo. O estudo foi desenvolvido por meio da análise de artigos científicos, dissertações, livros e publicações acadêmicas relacionados ao estresse ocupacional em profissionais da segurança pública. O objetivo foi compreender os impactos desse problema na saúde física, emocional e profissional desses trabalhadores, além dos fatores que contribuem para o desenvolvimento do estresse no ambiente de trabalho.

### **AMOSTRA**

A amostra foi composta por estudos científicos publicados em bases de dados nacionais, envolvendo pesquisas sobre estresse ocupacional, síndrome de Burnout, ansiedade, depressão e saúde mental em policiais, bombeiros e demais profissionais da segurança pública. Foram utilizados materiais publicados principalmente nos últimos 20 anos, buscando reunir informações atuais e relevantes sobre o tema.

### **CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO**

Foram incluídos artigos, dissertações e livros publicados em língua portuguesa, disponíveis na íntegra e relacionados ao estresse ocupacional em profissionais da segurança pública. Também foram selecionados estudos que abordavam fatores emocionais, psicológicos e condições de trabalho desses profissionais.

Foram excluídos trabalhos duplicados, estudos incompletos, publicações sem relação direta com o tema e pesquisas voltadas para outras categorias profissionais que não pertenciam à área da segurança pública.

## REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

### CONCEITO DE SEGURANÇA PÚBLICA

Em uma sociedade como uma democracia saudável, a segurança pública, em todas as suas vertentes, faz parte de uma engrenagem elementar para o desenvolvimento pulsante de um país livre e independente (Faiad et al., 2018). Ou seja, a segurança pública está diretamente ligada à liberdade de pensamento, sendo também uma condição necessária para a estabilidade democrática de qualquer país livre (Santos, 2024).

A segurança pública, de modo prático, tem como objetivo garantir a ordem e segurança de toda a sociedade (Jacinto e Zuin, 2024). Em determinados casos, pode ser necessária a utilização da força para a execução dessas operações, por meio de ações de repressão, a fim de assegurar a manutenção da ordem e das práticas legais no convívio social (Fagundes; Freitas, 2024).

A segurança pública não se limita apenas às forças policiais, sendo composta também por outras instituições fundamentais, como o Corpo de Bombeiros e a Defesa Civil, que desempenham papéis essenciais na proteção da sociedade (Soares et al., 2026). Enquanto o Corpo de Bombeiros atua no combate a incêndios, resgates e atendimentos de emergência, a Defesa Civil trabalha na prevenção e na resposta a desastres naturais (Freire et al., 2025).

Os profissionais considerados integrantes das forças de segurança pública brasileira são os membros dos órgãos elencados no art. 144 da Constituição Federal Brasileira (1988): I - polícia federal; II - polícia rodoviária federal; III - polícia ferroviária federal; IV - polícias civis; V - polícias militares e corpos de bombeiros militares. VI - Polícias penais federal, estaduais e distrital (Fraga et al., 2024, p. 5).

A segurança pública não deve ser vinculada somente à ação do governo, é fundamental que toda a sociedade exerça, de modo democrático, sua participação, com o objetivo de ampliar o debate e garantir que as demandas de toda a população sejam ouvidas de forma prática e integrada (Sousa; Polari, 2025).

As políticas públicas no âmbito da segurança muitas vezes decorrem de necessidades amplas da sociedade, sendo fundamentais para o planejamento das ações

(Catole et al., 2025). No entanto, também é essencial considerar as necessidades individuais em cada caso específico, com o objetivo de padronizar as ocorrências e, dessa forma, prevenir demandas, atendendo de maneira mais eficaz toda a sociedade (Santo et al., 2026).

Os serviços de segurança pública não podem ser vistos apenas como ações de repressão, mas também como parte do desenvolvimento de medidas preventivas, por meio da elaboração e implementação de políticas públicas (Silva; Souza; Santos, 2022). Essas ações visam estabelecer condições adequadas para a condução segura das ocorrências, promovendo uma atuação mais eficaz e integrada na proteção da sociedade (Jacinto e Zuin, 2024).

## ESTRESSE

Atualmente, a sociedade está cada vez mais estressada, e os fatores que contribuem para esse problema são inúmeros, variando desde a correria do cotidiano que cada pessoa enfrenta até o acúmulo de informações acessadas ao longo do dia, muitas vezes por intermédio das redes sociais (Jesus; Felipe; Silva, 2021).

Paiva (2015) caracteriza o estresse como alterações que influenciam na tomada de decisões, principalmente em situações que necessitam de condições físicas e mentais emocionalmente estáveis, prejudicando seriamente a capacidade funcional, aumentando a tensão e causando desequilíbrio emocional.

Diversos estudos têm buscado compreender os motivos do estresse na humanidade, já que esse termo é amplamente abordado na atualidade (Urbani; Jesus; Cozendey, 2019). A sociedade tem sofrido com esse problema, que afeta significativamente a saúde mental, acarretando transtornos como depressão e ansiedade (Lopes et al., 2025).

O estresse, por si só, não é considerado uma patologia (Cruz; Peixoto, 2025). De modo prático, o organismo se prepara por meio do estresse para situações que exigem maior atenção fisiológica e adaptação (Cavagnolli; Machado, 2024). No entanto, diversos

estudos apontam que o estresse prolongado pode acarretar vários problemas à saúde (Grillo; Pinheiro; Ricardo, 2021).

Segundo dados da Organização Mundial da Saúde, o mundo atualmente vive uma epidemia de estresse em diversos países, muito em decorrência do acúmulo de informações ao qual as pessoas estão expostas na sociedade contemporânea (De Almeida e Chaves, 2021). Redes sociais, e-mails, atualizações constantes e demandas pessoais têm afetado diretamente a saúde da população (Guedes; Santos; Nobre, 2022).

O estresse prolongado acarreta maior fadiga crônica, especialmente em pacientes com sintomas de depressão e ansiedade (Gasparetto et al., 2025). Geralmente, essas patologias se iniciam a partir do estresse prolongado, desencadeando maior ocorrência de quadros depressivos e prejudicando o cotidiano operacional do agente de segurança pública (Bugalho; Neto, 2017).

## ESTRESSE OCUPACIONAL

O estresse ocupacional pode ser definido como o conjunto de alterações emocionais que afetam diretamente a qualidade de vida das pessoas, originadas nos ambientes de trabalho, causando sofrimento psíquico (Prado, 2016; Abacar; Roazzi; Buen, 2017; Guimarães e Prudente, 2026).

A definição desse tema envolve muitas condicionantes relacionadas à perspectiva de cada pessoa, já que a pressão no trabalho pode prejudicar, de forma significativa, o desempenho das atribuições do indivíduo afetado, além de acarretar dificuldade em lidar com situações de estresse extremo, agravando seriamente o quadro (Almeida et al., 2018; Silva et al., 2026).

O estresse ocupacional envolve a incapacidade da pessoa em lidar com as situações cotidianas do trabalho, cuja origem depende de demandas específicas de cada contexto, principalmente nos casos da segurança pública, já que esses profissionais estão mais propensos a atuar em situações de estresse e, muitas vezes, não planejáveis (Lima, 2023).

A palavra “ocupacional” está condicionada ao contexto do emprego e precisa ser abordada de modo específico em todas as suas vertentes (Lima, 2019). A cada ano, mais trabalhadores da segurança pública têm sofrido com estresse, depressão e ansiedade, o que prejudica suas atribuições, bem como sua qualidade de vida (Lopes et al., 2025).

A compreensão do estresse ocupacional precisa ser entendida de modo específico e amplo, considerando os problemas que pode causar à sociedade, especialmente entre os profissionais de segurança pública, que são imprescindíveis para a condução de qualquer país (Cavagnolli; Machado, 2024). Esse cenário agrava a situação, tornando necessária a implementação de políticas públicas adequadas (Assis; Roza; Silva, 2020).

O estresse ocupacional afeta o direcionamento das medidas adotadas durante a execução do trabalho, o que prejudica seriamente as atribuições dos agentes de segurança (Prado, 2026). Por isso, é sempre necessário um acompanhamento cuidadoso desses profissionais, especialmente em relação à sua estabilidade emocional e ao quanto isso tem impactado suas vidas (Gomes; Lopes, 2024).

Em casos mais graves, o estresse ocupacional pode avançar para a síndrome de Burnout, patologia que tem como característica o esgotamento físico e emocional das pessoas afetadas por essa condição (Gonçalves et al., 2025). Diante disso, é necessária a adoção de abordagens educativas e preventivas sobre esse problema, a fim de estabelecer meios necessários para o tratamento dessas pessoas (Bombarda et al., 2022).

A síndrome de Burnout surgiu na década de 70, mediante pesquisas do psicólogo Herbert J. Freudenberger (Costa; Castro, 2025). Ele constatou que pessoas estavam em esgotamento grave, seja emocionalmente e fisicamente, mediante problemas relacionados ao trabalho, prejudicando seriamente a qualidade de vida dessas pessoas (Silva et al., 2026).

O estresse e o burnout são coisas diferentes, no entanto, pesquisas mais recentes sobre o tema indicam que a grande maioria dos casos de burnout tem origem em quadros de estresse prolongado, principalmente quando associados à depressão e à ansiedade das pessoas afetadas por essa condição (Santosa et al., 2026).

O estresse pode ser controlado com medidas mais simples, como momentos de lazer, por exemplo, assistir a um show de música ou tirar férias (Merege; Bianchi, 2025). No entanto, o burnout, na maioria das vezes, requer afastamento do trabalho e tratamento, podendo incluir o uso de medicamentos prescritos por médicos (Esteves et al., 2023).

As longas jornadas de trabalho, assim como as condições de trabalho, prejudicam e intensificam os casos de estresse ocupacional (Soares; Rodrigues; Pimenta, 2021). Muitos trabalhadores relatam que a instabilidade que alguns órgãos apresentam, principalmente em relação à estrutura, aumenta ainda mais os níveis de estresse ocupacional no trabalho (Gasparetto et al., 2025).

Qualquer trabalhador, independentemente do ramo em que atua, pode apresentar estresse e a síndrome de Burnout (Mendonça, 2018). No entanto, pesquisas recentes têm relatado um aumento significativo da incidência em profissionais da segurança pública, a cada ano, têm ocorrido mais afastamentos desses profissionais em decorrência dessa condição (Marcondes; Laat, 2021).

O burnout pode ser dividido em três etapas: exaustão emocional, despersonalização e falta de envolvimento pessoal no trabalho (Almeida et al., 2015). Cada uma dessas etapas possui suas características e se desenvolve ao longo do tempo em que o trabalhador atua na empresa (Marinho et al., 2018).

As condições para o aparecimento de burnout são variadas, indo desde a falta de valorização salarial, condições físicas inadequadas da empresa e equipamentos insuficientes, até a falta de reconhecimento e um ambiente de trabalho hostil, fatores que contribuem para o surgimento dessa patologia (Assis; Roza; Silva, 2020).

Um profissional com a síndrome de Burnout tem suas capacidades profissionais diminuídas de modo significativo, deixando de lado condições normais do comportamento humano, como a empatia (Junior, 2021). Profissionais diagnosticados com essa doença apresentam alterações nas condições emocionais, como a diminuição da sensibilidade afetiva (Bombarda et al., 2022).

O burnout geralmente não ocorre por um único motivo, mas sim por inúmeras condicionantes relacionadas ao desenvolvimento das atividades realizadas por aquele

profissional, o que gera desconforto no trabalho e expectativas altas, muitas vezes impostas sem nenhum critério técnico ou profissional (Cavagnolli; Machado, 2024).

## ESTRESSE OCUPACIONAL NA SEGURANÇA PÚBLICA

O Brasil enfrenta um grave problema social, no qual a criminalidade, em muitas cidades, exerce grande poder sobre a população, aumentando a responsabilidade da segurança pública perante a sociedade (Cruz; Peixoto, 2025). Esse cenário também contribui para a insegurança dos agentes de segurança, tendo em vista a capacidade operacional e logística das facções criminosas (Pontes; Gomes, 2025).

Grande parte dos agentes de segurança pública tem essa profissão como um sonho de infância, além da estabilidade proporcionada pelo concurso público (Almeida; Chaves, 2021). No entanto, no decorrer das atribuições, muitos acabam se deparando com a realidade profissional relacionada aos riscos que a profissão impõe, como a morte de colegas de trabalho em serviço, situação que provocam reflexões e gera desconforto emocional (Lopes et al., 2025).

A cada ano, mais pesquisas têm sido desenvolvidas a fim de compreender como o trabalho influencia na vida e na qualidade de vida das pessoas (Almeida et al., 2016). Infelizmente, o mundo atualmente enfrenta, de modo substancial, o aumento do afastamento de profissionais da segurança pública por estresse ocupacional, depressão e ansiedade (Assis; Roza; Silva, 2020).

Os profissionais de segurança pública, principalmente nos últimos anos, têm sido afetados de modo significativo em relação aos casos de estresse prolongado, o que tem impactado suas atribuições profissionais e emocionais, conforme a Tabela 1.

Tabela 1 - Fatores de estresse em profissionais de segurança pública.

Nº	Fator de Estresse
1	Pressão para satisfazer outras pessoas
2	Horas irregulares de trabalho
3	Condições de trabalho insatisfatórias
4	Relacionamento com colegas
5	Apadrinhamento político
6	Falta de materiais (armamento, coletes à prova de balas, uniformes etc.)
7	Uso inadequado do poder

8	Risco de vida
9	Salários inadequados
10	Locais de trabalho insalubres

Fonte: Silva et al., 2024.

Os fatores refletem as condições de estresse no trabalho e podem desencadear problemas sérios à saúde de cada indivíduo, prejudicando o andamento de suas atividades operacionais, como, por exemplo, a diminuição do rendimento no trabalho, casos de insônia e ansiedade, além de maior irritabilidade (Jesus; Felipe; Silva, 2021).

Outro fator fundamental é que o estresse pode causar, em agentes de segurança pública, a diminuição da capacidade de memória e concentração (Guedes; Santos; Nobre, 2022). Esses profissionais precisam manter essas condições em níveis adequados, em virtude da complexidade de suas atribuições para a sociedade, no entanto, o estresse prolongado reduz drasticamente essa capacidade nesses profissionais (Bugalho; Neto, 2017; Cruz; Peixoto, 2025).

Muitos agentes de segurança têm relatado que, em decorrência do estresse, sua capacidade funcional é diminuída, com o aparecimento de sintomas como sudorese, alterações na qualidade do sono, mudanças gastrointestinais e casos de tontura (Rocha et al., 2025).

## IMPACTO DO ESTRESSE OCUPACIONAL EM AGENTES DE SEGURANÇA PÚBLICA

O estresse ocupacional em agentes de segurança pública tem aumentado de forma significativa nos últimos anos (Lopes et al., 2025). A cada ano, mais profissionais têm solicitado afastamento do trabalho por esse motivo, que geralmente representa o início de outras patologias, como síndrome de Burnout, depressão e ansiedade (Assis; Roza; Silva, 2020).

Muitos agentes de segurança têm alertado sobre a insegurança e a falta de condições mínimas para a execução de suas atividades operacionais, causando medo e

desconforto na tomada de decisões, aumentando substancialmente a tensão emocional (Almeida et al., 2016; Jacinto; Zuin, 2024).

O entendimento dos fatores que causam o estresse, bem como dos seus impactos, é essencial para o desenvolvimento de medidas que auxiliem esses profissionais no tratamento relacionado ao aparecimento dos primeiros sintomas, evitando que o quadro evolua para depressão e ansiedade (Soares et al., 2026).

A Tabela 2 evidencia os principais impactos do estresse ocupacional, apresentando exemplos relacionados ao cotidiano profissional e suas possíveis consequências para a saúde física, mental e operacional dos agentes de segurança pública.

Tabela - principais impactos do estresse ocupacional em profissionais de segurança pública.

<b>Impactos do estresse ocupacional</b>	<b>Exemplos</b>	<b>Consequências</b>
Fadiga física e mental	Cansaço excessivo após jornadas longas	Esgotamento profissional
Alterações emocionais	Irritabilidade, ansiedade e tristeza	Depressão severa
Prejuízo na tomada de decisões	Dificuldade de concentração em ocorrências	Falhas operacionais
Problemas no sono	Insônia e sono irregular	Exaustão crônica
Isolamento social	Distanciamento da família e colegas	Conflitos familiares
Redução da capacidade funcional	Queda no desempenho profissional	Afastamento do trabalho
Aumento da tensão psicológica	Estado constante de alerta	Síndrome de Burnout
Exposição contínua à violência	Contato frequente com situações traumáticas	Transtorno de estresse pós-traumático

Fonte: Assis; Roza; Silva, 2020; Lopes et al., 2025; Soares et al., 2026.

A tabela indica de modo direto como o estresse pode causar problemas sérios à saúde dos agentes de segurança pública, prejudicando significativamente a condução de suas atribuições no trabalho e interferindo em sua vida pessoal.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Futino e Delduque (2020) relatam que, a cada ano, os profissionais de segurança pública têm apresentado quadros depressivos, solicitando afastamento de suas atribuições

profissionais, muitas vezes pela sensação de insegurança em relação às demandas institucionais de seu trabalho.

Almeida (2021), em sua pesquisa, relata que muitas vezes o estresse ocupacional em agentes de segurança é tratado com menosprezo por parte da sociedade, o que pode gerar consequências gravíssimas quando não tratado no início dos sintomas, esse tipo de alteração, a longo prazo, pode influenciar o aparecimento de outras patologias.

O ambiente de trabalho influencia de modo direto nas condições emocionais do trabalhador de segurança pública. Santo et al. (2021) relatam que as longas jornadas de trabalho, assim como a exposição prolongada em operações de risco, contribuem para o descontrole do estresse ocupacional, principalmente pela insegurança que essas atividades causam.

Segundo Back (2021), é essencial a criação de estratégias para o desenvolvimento do controle emocional dos profissionais desde o início do treinamento, quando ingressam nas instituições de segurança, isso contribuiria de modo decisivo para uma abordagem mais educativa, permitindo compreender amplamente como os fatores de estresse contribuem para o desequilíbrio emocional dos agentes de segurança pública.

Guimarães; Junior; De Oliveira (2023) evidenciam em sua pesquisa que o processo de adoecimento da saúde mental não ocorre em pouco tempo, sendo necessárias investigações mais aprofundadas sobre os processos emocionais e o quanto esses fatores podem influenciar a saúde dos agentes de segurança pública.

Futino e Delduque (2020), assim como Back (2021), concordam que o estresse ocupacional prolongado tem dado origem a quadros de depressão severa, diante disso, torna-se necessária a criação, dentro dos departamentos de segurança pública, de políticas voltadas à saúde emocional desses profissionais, objetivando o diagnóstico precoce de patologias emocionais.

Conforme Dos Santos et al. (2018), muitos policiais e agentes de segurança pública, de modo geral, negligenciam os primeiros sinais do estresse ocupacional, menosprezando inicialmente os sintomas e buscando ajuda apenas quando ocorre o agravamento do quadro, como nos casos de depressão e níveis elevados de ansiedade.

Conforme Santosa et al. (2026), a prevalência do estresse muitas vezes é tratada como “frescura” por parte dos superiores dos agentes de segurança pública, o que prejudica severamente o tratamento, muitas corporações não compreendem o quanto esse problema pode influenciar diretamente o cotidiano e o desempenho desses profissionais.

A alta demanda de trabalho, assim como a falta de condições estruturais, afetam diretamente o psicológico e a condição operacional dos agentes de segurança, tendo em vista a necessidade constante de excelência profissional, afirmam Forcellini et al. (2023), esse cenário tem prejudicado significativamente a prestação de serviços desses profissionais.

Segundo dados publicados por Junior (2021), 20,8% dos profissionais de segurança pública pesquisados relataram sentir-se pressionados e estressados de maneira excessiva, causando transtornos em suas vidas pessoais e profissionais, na mesma pesquisa, os profissionais entrevistados também relataram exaustão proveniente do trabalho e da elevada pressão institucional.

## CONCLUSÃO

Os dados evidenciam que o estresse ocupacional em agentes de segurança pública tem aumentado de modo preocupante nos últimos anos, comprometendo significativamente a qualidade de vida, a saúde mental e o desempenho profissional desses trabalhadores.

O estresse ocupacional é a porta de entrada para outras patologias, como a depressão e a ansiedade, e, quando não diagnosticado no início, pode agravar consideravelmente o quadro do agente operacional, afetando o desenvolvimento de suas atividades profissionais.

A resolução desse problema é complexa e necessita da integração da sociedade e das instituições para o estabelecimento de políticas públicas com o objetivo de cuidar da saúde mental desses imprescindíveis profissionais para a sociedade.

## REFERÊNCIAS

- ABACAR, Mussa; ROAZZI, Antonio; BUEN, José Maurício Haas. Estresse ocupacional. *Amazônica*, v. 19, n. 1, p. 430-472, 2017.
- ALMEIDA, Damiana M. de et al. Policiais Militares: satisfação no trabalho e estresse ocupacionais associados às variáveis pessoais e ocupacionais. *Revista Espacios*, v. 37, n. 35, p. 16373501-16373530, 2016.
- ALMEIDA, Nathália Ferreira de. O estresse ocupacional em mulheres policiais militares do Pará. 2021. Dissertação (Mestrado em Segurança Pública) – Instituto de Filosofia e Ciências Humanas, Universidade Federal do Pará, Belém, 2021.
- BACK, Caroline Moreira. Acompanhamento psicológico preventivo para agentes de segurança pública. *Revista Brasileira de Segurança Pública*, v. 15, n. 1, p. 208-225, 2021.
- BEZERRA, Claudia de Magalhães; MINAYO, Maria Cecília de Souza; CONSTANTINO, Patrícia. Estresse ocupacional em mulheres policiais. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 18, p. 657-666, 2013.
- BOMBARDA, Deambre José et al. Bruxismo causado pelo estresse da atividade policial militar: revisão de literatura. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 11, p. e92111133391-e92111133391, 2022.
- BUGALHO, Grasielle Paes Silva; NETO, Manoel Bugalho. As fontes estressoras ocupacionais e a Polícia Militar do Estado de Mato Grosso: Análise de um Batalhão da Capital. *Homens do Mato-Revista Científica de Pesquisa em Segurança Pública*, v. 17, n. 1, 2017.
- CATOLE, Faria Alberto et al. Estresse Ocupacional e Coping em Policiais Militares da Linha de Frente no Combate ao Terrorismo. *Revista PsicoFAE: Pluralidades em Saúde Mental*, v. 14, n. 1, p. 173-190, 2025.
- CAVAGNOLLI, Roni; MACHADO, Elsiene. Entre a farda e o desespero: um estudo sobre o suicídio de policiais. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 10, n. 8, p. 1447-1455, 2024.
- COSTA, Emilly Thayná Carlos; DE CASTRO, Gabriella Barbos; RUAS, Sofia Freitas Gomes. Pressão, esgotamento e silêncio: o Burnout como reflexo do ambiente de trabalho atual. *Revista Brasileira de Estudos Jurídicos*, v. 20, n. Especial, p. 1-12, 2025.
- DA CRUZ GOMES, Claudia; PEIXOTO, Adriano de Lemos Alves. DEPRESSÃO, ANSIEDADE E ESTRESSE: Um enfoque sobre as condições de saúde mental dos guardas civis municipais. *Revista Brasileira de Segurança Pública*, v. 19, n. 1, p. 122-145, 2025.
- DA SILVA MAZARIOLLI, Andréa; DE SOUZA PAULA, Ana Luiza; DOS SANTOS, Carla Larissa Victoriano. O estresse e impacto na saúde mental de policiais militares trabalhadores do Copom no interior de São Paulo. *Revista Brasileira de Estudos de Segurança Pública-REBESP*, v. 15, n. 01, p. 161-185, 2022.

DA SILVA SANT'ANA, Amanda et al. Do quadro para a tela: o estresse ocupacional docente diante das ferramentas digitais. *Revista Profissão Docente*, v. 26, n. 51, p. 1-22, 2026.

DA SILVA, Alvacir Oliveira et al. Caracterização e consequências do estresse ocupacional em profissionais de segurança pública. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*. p. 16-124, 2024.

DE ALMEIDA, Damiana Machado et al. Policiais militares do estado do RS: relação entre satisfação no trabalho e estresse ocupacional. *Administração Pública e Gestão Social*, v. 10, n. 1, p. 55-65, 2018.

DE ALMEIDA, Nathália Ferreira; CHAVES, Andréa Bittencourt Pires. Estresse ocupacional: principais sintomas e estratégias de enfrentamento de mulheres policiais militares do Pará. *International Journal of Development Research*, v. 11, n. 03, p. 45372-45377, 2021.

DE ASSIS, Beatriz Barbosa; DA ROZA, Ana Carolina Costa; DA SILVA BERNARDINO, Adriana Vasconcelos. Da farda ao fardo: Estresse, ansiedade e depressão no cotidiano do Policial Militar. *Revista Mosaico*, v. 11, n. 1, p. 72-77, 2020.

DE LIMA SILVA, Jeane. 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, p. e0812340269-e0812340269, 2023.

DE MENDONÇA MENEZES, Marcos Vinicius et al. Perfil de policiais militares com estresse ocupacional. *Debates em Psiquiatria*, v. 8, n. 6, p. 21-27, 2018.

DE SOUSA, Breno Nascimento; POLARI, Lucas Emanuel Bastos. Impacto do estresse ocupacional na saúde mental dos policiais militares da polícia militar do Amazonas (PMAM). *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 11, n. 12, p. 6401-6420, 2025.

DO PRADO, Claudia Eliza Papa. Estresse ocupacional: causas e consequências. *Rev Bras Med Trab*, v. 14, n. 3, p. 285-289, 2016.

DOS SANTOS, Fernanda de Cássia Martins. O impacto do estresse na carreira do policial militar e as preocupações associadas à sua aposentadoria. *Revista do Instituto Brasileiro de Segurança Pública (RIBSP)*, v. 7, n. 19, p. 139-150, 2024.

DOS SANTOS, Fredson Souza et al. Fatores de estresse ocupacional na polícia militar do Pará e seus impactos no desempenho operacional. *Revista ft*, v. 30, n. 157, p. 01-14, 2026.

DOS SANTOS, Márcia Jaciane et al. Percepção de policiais militares em relação ao estresse ocupacional. *Revista humanidades*, v. 7, n. 2, 2018.

DOS SANTOS, Rayane Martins; DE SOUZA BRAGA, Wallery; DA ROCHA, Wollace Scantbelruy. O impacto do estresse ocupacional na qualidade de vida e no desempenho profissional de policiais militares na sociedade contemporânea. *Revista Contemporânea*, v. 3, n. 11, p. 20528-20547, 2023.

ESTEVEES, Germano Gabriel Lima et al. Uma revisão sobre instrumentos de avaliação do Burnout na segurança pública. *Psico-USF*, v. 28, n. 2, p. 281-294, 2023.

FAGUNDES, Eduardo Miguel Felício; DE FREITAS, Suellen Cristo. Do estresse ocupacional à síndrome de burnout: estratégias de coping na profissão policial militar. *RECIMA21-Revista Científica Multidisciplinar-ISSN 2675-6218*, v. 5, n. 7, p. e575304-e575304, 2024.

FAIAD, Cristiane et al. Propriedades psicométricas do ISSL no contexto da segurança pública. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, v. 9, n. 3supl, p. 54-72, 2018.

FORCELLINI, Monica Manganelli Coimbra et al. A saúde ocupacional de agentes de segurança pública a partir da estratégia Lean. *Peer Review*, v. 5, n. 13, p. 52-78, 2023.

FRAGA, Vinícius Sales et al. Estresse Ocupacional nas Forças de Segurança Pública: Uma Revisão Sistemática/Occupational Stress in Public Security Forces in Brazil: A Systematic Review. *Revista FSA (Centro Universitário Santo Agostinho)*, v. 21, n. 2, p. 3-22, 2024.

FREIRE, Juan Carlos et al. Relação dos indicadores de atividade física com o estresse ocupacional e a Síndrome de Burnout em policiais: um protocolo de revisão sistemática. *Cuadernos de Educación y Desarrollo-QUALIS A4*, v. 17, n. 8, p. e9137-e9137, 2025.

FUTINO, Regina Silva; DELDUQUE, Maria Célia. Saúde mental no trabalho de segurança pública: estudos, abordagens e tendências da produção de conhecimento sobre o tema. *Cadernos Ibero-americanos de Direito sanitário*, v. 9, n. 2, p. 116-134, 2020.

GASPARETTO, Vinícius Eduardo 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, 2025.

GOMES, Valter Gomes; LOPES, Agnaldo José. Estresse laboral em servidores de vigilância em instituições de ensino superior federal. *Revista Mosaico*, v. 15, n. 2, p. 248-257, 2024.

GONÇALVES, Soraya Geha et al. Efeito da organização e exigências do trabalho, violências, problemas de saúde e satisfação no trabalho em relação ao estresse laboral e apoio social em policiais penais: estudo transversal, São Paulo, 2019. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, v. 34, p. e20240714, 2025.

GRILLO RODRIGUES, Ana Paula; PINHEIRO, Daniel; RICARDO DUARTE, Luiz. A vulnerabilidade ao estresse apresentada pelo policial militar diante do clima organizacional da corporação. *Revista Brasileira de Estudos de Segurança Pública*, v. 14, n. 1, 2021.

GUEDES, Daniele Ramos; DOS SANTOS BISPO, Elielma; NOBRE, Leda Maria Aquino Farias. Depressão, o mal do século: Prevalência de depressão e os fatores associados em mulheres-uma revisão de literatura. *Recisatec-revista científica saúde e tecnologia-ISSN 2763-8405*, v. 2, n. 2, p. e2277-e2277, 2022.

GUIMARÃES, Danilo Araújo; PRUDENTE, Cejane Oliveira Martins. Fatores Associados ao Estresse Ocupacional na Regulação do SAMU 192 em Goiás. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, v. 26, n. contínuo, p. e26122-e26122, 2026.

GUIMARÃES, Liliana Andolpho Magalhães; JUNIOR, João Massuda; DE OLIVEIRA, Fernando Faleiros. Saúde mental na Segurança Pública frente à pandemia: uma revisão narrativa. *Revista Brasileira de Ciências Policiais*, v. 14, n. 12, p. 365-389, 2023.

JACINTO, Gledson Peres; ZUIN, Débora Carneiro. Repercussões do trabalho na vida de policiais: uma revisão integrativa. *Revista de Gestão e Secretariado*, v. 15, n. 5, p. e3609-e3609, 2024.

JESUS, Sara Rodrigues de; FELIPPE, Andreia Monteiro; SILVA, Yury Vasconcellos da. Vulnerabilidade ao estresse entre agentes de segurança penitenciários. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 41, n. spe2, p. e197193, 2021.

JUNIOR, Carlos Elton Elbert. O impacto do estresse, depressão e síndrome de burnout na vida dos profissionais de segurança pública. *Revista Coopex.*, v. 12, n. 1, p. 1-15, 2021.

LOPES, Miguel Nery et al. Impacto do estresse ocupacional na qualidade do sono. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 11, n. 4, p. 2420-2428, 2025.

MARCONDES, Paulo Cesar; DE LAAT, Erivelton Fontana. Segurança pública: qualidade de vida no trabalho como direito fundamental para eficiência do sistema Public security: quality of life at work as a fundamental right for system efficiency. *Brazilian Journal of Development*, v. 7, n. 1, p. 2020-2038, 2021.

MARINHO, Mayelle Tayana et al. Fatores geradores de estresse em policiais militares: revisão sistemática. *Revista família, ciclos de vida e saúde no contexto social*, v. 6, p. 637-648, 2018.

MEREGE, Beatriz Carolina Gertz; BIANCHI, Luiz Felipe. Gerenciamento do estresse na segurança pública: contribuições da meditação, do yoga e do pilates para a saúde mental dos policiais. *RECIMA21-Revista Científica Multidisciplinar-ISSN 2675-6218*, v. 6, n. 10, p. e6106873-e6106873, 2025.

PAIVA, K. C. M., GOMES, M. A. N., HELAL, D. H. Estresse ocupacional e síndrome de burnout: proposição de um modelo integrativo e perspectivas de pesquisa junto a docentes do ensino superior. *Gestão & Planejamento*, v. 16, n.3, p.285–309, 2015.

PELEGRINI, Andreia et al. Percepção das condições de trabalho e estresse ocupacional em policiais civis e militares de unidades de operações especiais. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, v. 26, n. 02, p. 423-430, 2018.

PONTES, Jamille Oliveira; GOMES, Almira Ferraz. Estresse ocupacional na polícia. *Seminário de Iniciação Científica e Tecnológica*, v. 4, p. 1-6, 2025.

ROCHA, Ana Rafaela Moreira et al. Uma análise sobre a saúde mental dos profissionais penitenciários. *Revista do Instituto Brasileiro de Segurança Pública (RIBSP)*, v. 8, n. 20, p. 109-122, 2025.

SANTOSA, Samara Soares et al. Análise do estresse percebido em profissionais de segurança. *J Hum Growth Dev*, v. 36, n. 1, p. 87-94, 2026.

SILVA, Alvacir Oliveira da; PIRES, Lia Zilei de Farias; ZEHETMEYER, Antonio de Medeiros; VALENTE, Antonio Mendes; SILVA, Luis Claudio Galiano da; SOARES, Patrícia dos Santos Lopes. Caracterização e consequências do estresse ocupacional em

profissionais de segurança pública. 1. ed. São Paulo: Editora Arche, 2024. 124 p. ISBN 978-65-6054-056-9.

SILVA, Letícia Mariane et al. As Consequências Do Burnout Nos Trabalhadores Da Área De Saúde Durante E Pós-Pandemia: The Consequences Of Burnout In Healthcare Workers During And After The Pandemic. RCMOS-Revista Científica Multidisciplinar O Saber, v. 1, n. 1, 2026.

SOARES, Sandor Gioseffi Furtado et al. Estresse ocupacional e o direito à readaptação funcional dos policiais militares do Amazonas. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, v. 12, n. 3, p. 1-14, 2026.

SOARES, Wellington Danilo; RODRIGUES, Beatriz Pereira; PIMENTA, Carla Priscila Santos. Síndrome de Burnout, depressão, ansiedade e ideação suicida em servidores de segurança pública. Uningá Review, v. 36, p. eURJ3613-eURJ3613, 2021.

URBANI, Giselle; JESUS, Lêda Freitas de; COZENDEY-SILVA, Eliana Napoleão. Síndrome da disfunção da articulação temporomandibular e o estresse presente no trabalho policial: revisão integrativa. Ciência & Saúde Coletiva, v. 24, p. 1753-1765, 2019.

Submissão: novembro de 2025. Aceite: dezembro de 2025. Publicação: maio de 2026.