

QUALIDADE DE VIDA DOS POLICIAIS MILITARES: REVISÃO INTEGRATIVA.

*Janine Martins Moreira BARBOSA; * Watson Soares De OLIVEIRA;

** Ecila Campos MOTA.

* Acadêmicos do Curso de Graduação em Enfermagem das Faculdades Integradas Pitágoras, *** Docente FIPMoc.

RESUMO

As características regionais do Brasil e as mudanças sem interrupção que acontecem no mundo do trabalho influenciam em vários efeitos sobre a saúde e configuram perfis epidemiológicos mutantes na população trabalhadora. A qualidade de vida é um fator que pode modificar a saúde do trabalhador PM. Objetivo do trabalho foi analisar a qualidade de vida dos policias, descrever os riscos propostos no serviço e as patologias predisponentes das atividades realizadas pelos PMs. O estudo foi exposto em forma de revisão integrativa e pesquisa bibliográfica. Para a realização do trabalho foram utilizados os seguintes descritores: Policial Militar, Qualidade de Vida, Estresse Policial Militar, entre 149240 foram utilizados 11 artigos que apontavam os objetivos do trabalho. A ponta o presente estudo que há vários fatores modificam a qualidade de vida dos PMs, tais como as doenças cardiovasculares que geram alterações na pressão arterial, fadiga, entre outras, o estresse também é um fator que leva a uma má qualidade de vida, causando no individuo uma pré-disposição para doenças psicossomáticas, insônia, dores de cabeça ou enxaqueca, tornando o policial até incapaz de exercer as atividades de serviço. O trabalho revela que para uma boa Q.V. o serviço deve oferecer aos policias militares condições de bem estar físico, social e psicológico, para que os serviços sejam realizados com eficácia e precisão.

INTRODUÇÃO

O termo qualidade de vida é considerado como um completo bem estar físico, mental e social e não somente a ausência de doença ou moléstia (DELFINO *et al.*,2012).

A qualidade de vida (QV) é individual cada pessoa sabe mensurar a sua e com amplas dimensões. O grupo de Qualidade de Vida da Organização Mundial de Saúde trabalha a QV como a compreensão do indivíduo sobre a sua posição na vida, no contexto da cultura e dos sistemas de valores nos quais ele vive, e em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (CASTRO *et al.*, 2013).

A Polícia Militar é uma organização de servidores públicos em que os riscos não são meros acidentes, mas faz parte do papel estrutural das condições laborais, ambientais e relacionais destes indivíduos. Esses profissionais têm consciência de que o perigo, audácia e coragem são condições inseparáveis de suas atividades de trabalho.

Os policiais militares estão permanentemente expostos a mudanças na sua qualidade de vida (MINAYO; SOUZA; CONSTANTINO, 2007).

Os policiais estão expostos a fatores negativos como os riscos propostos pelo trabalho, que levam ao estresse extremo. O cansaço físico e mental podem induzir esses profissionais a tomarem atitudes equivocadas durante as crises e situações caóticas, como por exemplo, o estado de pânico, ocasião em que o policial depara com uma ocorrência a qual não está apto a resolver ou perde o controle da situação. Assim, tais atitudes podem levar à falta de eficiência no desempenho do exercício profissional, expondo os policiais e a sociedade em geral a possíveis perigos (OLIVEIRA; SANTOS, 2010).

A missão do policial militar prevista pela constituição é preservar e zelar pela ordem pública incluindo medidas para coibir, resguardar, proteger, interceder, repelir e manter a segurança e a ordem pública, em prol da sociedade (FERES, 2011). O policial também realiza a vigilância ostensiva (MINAYO *et al.*,2011).

O risco é exposto para um policial como uma probabilidade de realização de uma ameaça contra pessoas ou bens, sendo inserto e previsível (MINAS GERAIS, 2010).

Na abordagem filosófica o trabalhador produz produto de alienação, e que ele é um alienado, sendo uma ideia abstrata do homem autocriado pelo trabalho, e que o

trabalhador acaba se tornando uma expropriação devido o trabalho alienado, não sendo visada a saúde, bem-estar físico e mental do trabalhador (MAX, 1996).

A escala de trabalho com folga de 12 horas é considerada pelos policiais desgastante, tendo como decorrentes agravos irritabilidade, insônia e envelhecimento precoce, também descrevem relatos de policiais de corporações diferentes que a exacerbação do trabalho com poucas horas de descanso proporciona ao policial o cansaço e a fadiga, tendo como resposta a geração de enfermidades (MINAYO *et al.*,2011).

Na visão dos policiais, os fatores que afetam sua qualidade de vida são: ter dois empregos, trabalhar noite e dia, permanecer 12 horas na rua tendo realizado uma única refeição, trabalhar sob pressão, ficar em estado de alerta e descansar pouco (MINAYO *et al.*,2011).

O não cuidado com as situações de estresse e do sofrimento mental de policiais pode ocasionar as formações reativas, onde o policial comete violência ou visualiza uma cena de violência que resultam em morte (MINAYO *et al.*,2011).

O quando o trabalho não permite, ao sujeito realizar suas aspirações e seus desejos, interpondo-se como obstáculo ao livre exercício de si mesmo na atividade, isso torna o trabalho agressivo ao aparelho psíquico (BOUYER, 2010 p.255).

As características regionais do Brasil e as mudanças sem interrupção que acontecem no mundo do trabalho influenciam em vários efeitos sobre a saúde e configuram perfis epidemiológicos mutantes na população trabalhadora (FILHO, 2004).

Os agravos a saúde do policial na visão física pode ser descrito em três níveis sendo o primeiro as causas externas, correspondente ao número de lesões incapacitantes temporárias e permanentes, decorrentes da profissão e que ocorrem dentro e fora das corporações. Em segundo lugar, o estilo de vida, como a alimentação irregular, irregularidades no sono, sedentarismo, comodismo e isolamento da sociedade. E por ultimo ficando em terceiro lugar a junção dos riscos das atividades com o estilo de vida, principalmente os distúrbios osteomusculares, gastrointestinais e as enfermidades cônicas degenerativas, sendo destacados os distúrbios cardiovasculares (MINAYO *et al.*,2011).

Os policiais militares também apresentam problemas como dores no pescoço, problemas na visão (miopia, astigmatismo, vista cansada e outros) e enxaquecas e dores de cabeça. Descreve também que muitos policiais são afetados por doenças que

acometem a população em geral, devido o contato direto com a população, sobretudo compressos: sarna, conjuntivite entre outros (MINAYO *et al.*, 2011).

Para que as doenças evitáveis do estilo de vida não ocorram, o indivíduo deve consumir mais frutas e verduras, assim como nozes e grão integrais, realizar atividades físicas diárias, trocar gorduras saturadas de origem animal por gorduras insaturadas de origem vegetal, diminuir a quantidade de alimentos gordurosos, manter o peso corporal normal, não fumar e não ingerir bebidas alcoólicas (BRASIL, 2003).

Este estudo tem como objetivo avaliar a Q.V. dos PM bem como descrever, através da literatura, os riscos relacionados à sua atividade profissional.

A qualidade de vida, o bem estar físico e mental do trabalhador constitui uma área da Saúde Pública, tendo como objetivos a promoção e a proteção da saúde do trabalhador, por meio de progressivas ações de vigilância dos riscos expostos nos ambientes e condições de trabalho (BRASIL, 2001).

Este estudo tem como objetivo avaliar a Q.V. dos PM bem como descrever, através da literatura, os riscos relacionados á sua atividade profissional.

METODOLOGIA

Tipo de Estudo.

Trata-se de uma de revisão integrativa e pesquisa bibliográfica, conforme descreve Mendes *et al.*, (2008), que a revisão integrativa da literatura baseia-se na realização de uma análise ampla da literatura, contribuindo para discussões sobre métodos e resultados de pesquisas, assim como análise detalhada sobre a realização de futuros estudos. Argumenta Minayo; Deslandes; Gomes, (2007), que a pesquisa bibliográfica é realizada com um levantamento de dados e buscas em livros, artigos etc.

Foi realizado buscas nas seguintes bases de dados: LILACS (Literatira Latino-Americana do Caribe Ciências da Saúde), SCIELO (Scientific Electronic Library Online), Google Acadêmico e Bibliografias.

As informações coletadas dos artigos foram registradas no quadro sinóptico, contendo o nome do artigo. Este foi respondido após a leitura dos artigos e a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão.

Para a realização do trabalho foram utilizados os seguintes descritores: Policial Militar, Qualidade de Vida, Estresse Policial Militar.

Os critérios de inclusão foram artigos e livros em português que tivessem relacionados com a Qualidade De Vida Dos Policiais Militares, literaturas que disponíveis, na íntegra, independentes da data de publicação. Os critérios de exclusão foram a não abordasse o tema proposto, também não seria utilizado artigos em e em inglês.

Análise dos dados se deu a síntese e a discussão dos dados colhidos do artigo e a comparação dos resultados dos estudos analisados.

RESULTADOS:

1. Quadro Sinóptico.

Resultados Base de Dados	Descritores	Nº de Artigos Encontrados	Nº de Artigos Selecionados
LILACS	Qualidade de vida	11833	1
	PM	139	1
	Estresse PM	41	1
MEDLINE	Qualidade de vida	129587	0
	PM	71	0
	Estresse PM	4166	0
SciELO	Qualidade de vida	3	2
	PM	5	5
	Estresse PM	1	1
IBECS	Qualidade de vida	2837	0

	PM	1	0
	Estresse PM	4	0
BDEF	Qualidade de vida	552	0
	PM	0	0
	Estresse PM	0	0
Total:	3	149240	11

*Tabela 1.

2. Formulação de Coleta de Dados.

	Nome do artigo	Autores	Metodologia	Objetivos	Resultados	Ano
N						
1	Relação entre qualidade de vida no trabalho e confiança do empregado na organização	RUEDA, Fabián Javier Marín; SERENINI, MEIRELES, Antônio Luiz Prado; Everson.	Pesquisa quantitativa, descritiva, foi usado escala de avaliação da QVT, escala de Confiança do Empregado na Organização – ECEO.	Identificação da relação qualidade de vida do trabalhador e a confiança do empregador no empregado.	Integração respeito e autonomia e possibilidade de lazer e convívio social tem forte relação com a qualidade de vida do trabalhador.	2014
2	Condições de Trabalho e Morbidade Referida de Policiais Militares, Recife-PE, Brasil.	FERREIRA, Daniela Karina da Silva; BONFIM, Cristine; AUGUSTO, Lia Giraldo da Silva.	Pesquisa quantitativa, descritiva, com questionário semi estruturado.	Condições de trabalho e morbidade em policiais militares.	A maior parte identificou seu trabalho como de baixo controle, alta demanda física e baixo suporte social. Sendo classificado para 27,8% como de alta exigência; para estes os riscos de sofrimento psíquico e de doenças são maiores, necessitando mudanças na organização do trabalho. O maior tempo de serviço e a ausência de folgas semanais	2012
3	Interações interpessoais e estresse entre policiais militares: um estudo correlacional.	COUTO, Gleiber; VANDENBERGHE, Luc; Brito, Emerson de Araujo Garro.	Trata-se de uma pesquisa quantitativa.	Estresse em policiais em formação.	Os resultados apontaram correlações positivas significativas entre estresse e posições interpessoais baseadas em hostilidade e ausência de correlação com posições interpessoais amigáveis.	2012

4	Impacto dos fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis na qualidade de vida.	CAMPOS, Maryane Oliveira; NETO, João Felício Rodrigues; SILVEIRA, Marise Fagundes; NEVES, Daniele Malard Rocha. VILHENA, Janine Moraes; OLIVEIRA, Juliana Fonseca; MAGALHÃES, Júlio César; Drumond, Daniel.	Estudo transversal de base populacional	Investigações sobre os aspectos socioeconômicos e demográficos, fatores de risco para as doenças crônicas não transmissíveis, comorbidades autorreferidas e qualidade de vida.	A presença de alguns fatores de risco para as doenças crônicas tem impacto na qualidade de vida.	2013
5	Estresse ocupacional em mulheres policiais.	BEZERRA, Claudia de Magalhães; MINAYO, Maria Cecília de Souza; CONSTANTINO, Patrícia.	Pesquisa descritiva, qualitativa.	Estresse ocupacional vivenciado por mulheres Policiais militares.	Os resultados revelam que as policiais relacionam o cotidiano do trabalho ao estresse, citam diversos sintomas e mostram como o relacionamento familiar é afetado. Seu estresse tem origem basicamente na questão organizacional e gerencial do trabalho.	2013
6	Risco cardiovascular em policiais militares de uma cidade de grande porte do Nordeste do Brasil	JESUS, Gilmar Mercês de; MOTA, Nayara Melo; JESUS, Éric Fernando Almeida de.	Estudo transversal, qualitativo.	Fatores de riscos cardiovasculares e obesidade em PM.	A análise demonstrou que o Risco Cardiovascular Elevado foi mais frequente entre homens, policiais com maior graduação e maior tempo de polícia.	2014
7	Insônia e doença cardiovascular Marcadores inflamatórios e risco aumentado de cardiopatias	LAKS, Jerson; TELLES Leonardo Lessa.	Trabalho descritivo e qualitativo.	Insônia como fator de risco para doenças cardiovasculares.	Há um aumento de marcadores inflamatórios em pacientes com insônia, da mesma maneira em que pacientes cardiopatas.	2014
8	Nível De Atividade Física E Barreiras Percebidas Para A Prática De Atividades Físicas Entre Policiais Militares	JESUS, Gilmar Mercês De; JESUS, Éric Fernando Almeida De.	Estudo transversal, pesquisa quantitativa.	Nível de atividade física realizada pelos PM e os tipos de barreiras encontradas.	A prevalência de policiais insuficientemente ativos foi maior entre os que percebem barreiras pessoais, ajustado pelo sexo, idade e pelas barreiras ambientais, sociais e financeiras	2012
9	Conhecimento Sobre DST Entre Policiais Militares Do 10º BPM Do Estado Do Rio De Janeiro	VARELLA, Renata Q; FILHO, Rubem a goulart; PASSOS, Mariana Dl.	Trata-se de um estudo quantitativo.	Verificar os fatores de riscos e conhecimentos a cerca da DST em PM.	Os policiais militares apresentam alto conhecimento sobre DST e existe considerável risco para a aquisição de DST.	2012
10	Relações Assimétricas: Sexualidade, Saúde E Poder Em Militares.	COSTA, Edilma de Oliveira; GERMANO, Raimunda Medeiros.	Estudo de caso com abordagem quantitativa.	O artigo a presenta a susceptibilidade dos PM adquirirem DST.	os participantes, em sua maioria, reconhecem o risco de contaminação em relação as DST/AIDS, embora isso não seja revertido em prevenção, necessariamente.	2004
11	Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira	COSTA, Marcos; JÚNIOR, Horácio Accioly; OLIVEIRA, José; MAIA, Eulália.	Estudo descritivo, com corte transversal.	Diagnosticar a presença de estresse.	A proporção de policiais sem sintomas de estresse foi de 52,6%, enquanto que 47,4% apresentaram sintomatologia.	2007

*Tabela 2.

Na 3ª tabela descreve os impactos da atividade do policial militar na sua qualidade de vida, onde apontam autores que explicam que policiais posto maior são menos estressados, tem mais qualidade de vida e são menos cobrados. Os artigos expõem que as fen. (policial feminina) tendem a ter o estresse, sono prejudicado maior que os homens, pois preocupam mais. Descreve também que a prática de exercícios físicos para os policiais são mais intensos de acordo a demanda da ocorrência em que eles são solicitados.

3. Qualidade de vida.

Qualidade de Vida PM	Autor
QV. Prejudicada.	FERREIRA, Daniela Karina da Silva; BONFIM, Cristine; AUGUSTO, Lia Giraldo da Silva. 2012.
	COSTA, Marcos; JÚNIOR, Horácio Accioly; OLIVEIRA, José; MAIA, Eulália. 2007.
	BEZERRA, Claudia de Magalhães; MINAYO, Maria Cecília de Souza; CONSTANTINO, Patricia. 2013.
	CAMPOS, Maryane Oliveira; NETO, João Felício Rodrigues;
	SILVEIRA, Marise Fagundes; NEVES, Daniele Malard Rocha. 2012.
	CAMPOS, Maryane Oliveira; NETO, João Felício Rodrigues;
	SILVEIRA, Marise Fagundes; NEVES, Daniele Malard Rocha.
	VILHENA, Janine Moraes; OLIVEIRA, Juliana Fonseca;
	MAGALHÃES, Júlio César; 2013.
	Drumond. Daniel.LAKS, Jerson; TELLES Leonardo Lessa. 2014.
	COUTO, Gleiber; VANDENBERGHE, Luc; Brito, Emerson de Araujo Garro. 2012.
	RUEDA, Fabián Javier Marín; SERENINI, MEIRELES, Antônio Luiz Prado; Everson. 2014.
Sem alterações.	VARELLA, Renata Q; FILHO, Rubem a goulart; PASSOS, Mariana DI. 2012.
	CAMPOS, Maryane Oliveira; NETO, João Felício Rodrigues;
	SILVEIRA, Marise Fagundes; NEVES, Daniele Malard Rocha.
	VILHENA, Janine Moraes; OLIVEIRA, Juliana Fonseca;
	MAGALHÃES, Júlio César; 2013

Alto o nível de estresse.	COSTA, Marcos; JÚNIOR, Horácio Accioly; OLIVEIRA, José; MAIA, Eulália. 2007. BEZERRA, Claudia de Magalhães; MINAYO, Maria Cecília de Souza; CONSTANTINO, Patricia. 2013 LAKS, Jerson; TELLES Leonardo Lessa. 2014 COUTO, Gleiber; VANDENBERGHE, Luc; Brito, Emerson de Araujo Garro. 2012
Doenças do sistema cardiovascular.	CAMPOS, Maryane Oliveira; NETO, João Felício Rodrigues; SILVEIRA, Marise Fagundes; NEVES, Daniele Malard Rocha. VILHENA, Janine Moraes; OLIVEIRA, Juliana Fonseca; MAGALHÃES, Júlio César; Drumond. Daniel. 2013. LAKS, Jerson; TELLES Leonardo Lessa. 2014 COUTO, Gleiber; VANDENBERGHE, Luc; Brito, Emerson de Araujo Garro. 2012
Sono prejudicado.	LAKS, Jerson; TELLES Leonardo Lessa. 2014
Pratica de atividade física regular.	JESUS, Gilmar Mercês De; JESUS, Éric Fernando Almeida De. 2012
Hierarquia	COSTA, Marcos; JÚNIOR, Horácio Accioly; OLIVEIRA, José; MAIA, Eulália. 2007
Tempo de serviço.	COSTA, Marcos; JÚNIOR, Horácio Accioly; OLIVEIRA, José; MAIA, Eulália. 2007

*Tabela 3.

Na 4º tabela descreve os principais riscos que o policial militar está exposto com a demanda física, ambiental e psicológica do serviço.

4. Riscos.

RISCOS	AUTORES
Estresse	COSTA, Marcos; JÚNIOR, Horácio Accioly; OLIVEIRA, José; MAIA, Eulália. 2007. BEZERRA, Claudia de Magalhães; MINAYO, Maria Cecília de Souza; CONSTANTINO, Patricia. 2013 LAKS, Jerson; TELLES Leonardo Lessa. 2014 COUTO, Gleiber; VANDENBERGHE, Luc; Brito, Emerson de

	Araujo Garro. 2012
DST	COSTA, Edilma de Oliveira; GERMANO, Raimunda Medeiros. 2014.
Doenças cardiovasculares	CAMPOS, Maryane Oliveira; NETO, João Felício Rodrigues; SILVEIRA, Marise Fagundes; NEVES, Daniele Malard Rocha. VILHENA, Janine Moraes; OLIVEIRA, Juliana Fonseca; MAGALHÃES, Júlio César; Drumond. Daniel. 2013 LAKS, Jerson; TELLES Leonardo Lessa. 2014 COUTO, Gleiber; VANDENBERGHE, Luc; Brito, Emerson de Araujo Garro. 2012.
Aumento da circunferência abdominal.	JESUS, Gilmar Mercês de; MOTA, Nayara Melo; JESUS, Éric Fernando Almeida de.
Ser Mulher	CAMPOS, Maryane Oliveira; NETO, João Felício Rodrigues;
Baixo consumo de frutas e alimentação saldável.	SILVEIRA, Marise Fagundes; NEVES, Daniele Malard Rocha. VILHENA, Janine Moraes; OLIVEIRA, Juliana Fonseca;
Tabagismo.	MAGALHÃES, Júlio César; Drumond. Daniel. 2013.
Álcool.	
Sobrepeso/obesidade.	
Hiperglicemia.	
Tempo de serviço.	COSTA, Marcos; JÚNIOR, Horácio Accioly; OLIVEIRA, José; MAIA, Eulália. 2007

*Tabela 4.

DISCURSSÃO.

A ponta o presente estudo que há vários fatores modificam a qualidade de vida dos PMs, tais como as doenças cardiovasculares que geram alterações na pressão arterial, fadiga, entre outras, o estresse também é um fator que leva a uma má qualidade de vida, causando no individuo uma pré-disposição para doenças psicossomáticas, insônia, dores de cabeça ou enxaqueca, tornando o policial até incapaz de exercer as atividades de serviço. Descreve alguns autores de artigos que as mulheres tendem a

sofrer mais estresse que os homens, pois elas preocupam mais, tomam conta da família, filhos, casa e serviço, a sobrecarga tende ser maior.

As doenças que mais acometem os policiais e comprometem a sua qualidade de vida são problemas osteomusculares, fraturas, estresse, sendo predominantes dores no pescoço, costas e coluna, torção ou luxação de articulação e outros agravos com relação aos músculos. Também tendem ao desenvolvimento de alergias e problemas de pele e em seguida os agravos ortopédicos, intervenções neurocirúrgicas e as enfermidades cardiovasculares. O predomínio de lesão sobre os músculos, ossos e pele tem relação direta ao exercício da profissão. Pois a profissão exige que os policiais corram, saltem, deem tiros, por isso ocorrem frequentes traumas físicos com os indivíduos (Minayo *et al.*, 2011).

A situação de estresse e do sofrimento mental em policiais pode ocasionar as formações reativas, onde o policial comete violência ou visualiza uma cena de violência que resultam em morte (Minayo *et al.*, 2011).

Quando o trabalho não permite, ao sujeito realizar suas aspirações e seus desejos, interpondo-se como obstáculo ao livre exercício de si mesmo na atividade, isso torna o trabalho agressivo ao aparelho psíquico (BOUYER, 2010, p. 255).

As características regionais do Brasil e as mudanças sem interrupção que acontecem no mundo do trabalho influenciam em vários efeitos sobre a saúde e configuram perfis epidemiológicos mutantes na população trabalhadora (FILHO, 2004).

Os policiais militares também apresentam problemas como dores no pescoço, problemas na visão (miopia, astigmatismo, vista cansada e outros) e enxaquecas e dores de cabeça. Descreve também que muitos policiais são afetados por doenças que acometem a população em geral, devido o contato direto com a população, sobretudo compressos: sarna, conjuntivite entre outros (MINAYO *et al.*, 2011).

Podemos identificar também que os policiais passam maior tempo fora de suas casas levando a se sentirem homens capazes de terem mais de uma relação ou ter relação extraconjugal, levando a uma probabilidade maior de adquirirem DSTs, não por falta de informação, mas por terem a mentalidade de que são fortes, e podem ter várias mulheres. Também tem o risco deles adquirirem as DSTs por trabalharem sem proteção, imobilizar e ter contato com pessoas sem o conhecimento do estado de saúde do

indivíduo. Os policiais militares (masculinos), são também predisponentes a adquirirem DST, pois para eles a conquista de parceiras sexuais se torna mais fácil, sendo que o trabalho deles implica contato direto com as pessoas, realizado em todos os ambientes públicos e em uma posição de autoridade, facilita o acesso aos lugares e pessoas, também deparam com situações conflituosas com pessoas de várias doenças e estilo de vida (COSTA; GERMANO, 2004).

CONCLUSÃO

Conclui-se que o presente estudo mostra e identifica que os riscos propostos pelas atividades de serviço realizadas pelos PM como multe fatorial, onde apontam os agravos ocorridos com a exposição prolongada do indivíduo ao agente causal como o estresse que ocorre em uma extensa carga horária de trabalho. Também identificamos que as principais patologias causadas com uma má qualidade de vida afeta o serviço dos Policiais Militares.

Tendo em vista que o trabalho do policial com uma boa qualidade de vida é essencial para que o serviço seja concluído ou até mesmo realizado com agilidade e prisão para a sociedade. Aponta também que há poucas literaturas que relata o trabalho, rotina e as doenças ocupacionais que os PM podem vir a adquirir com o tempo de serviço.

Consideramos que a qualidade de vida é definida como um bem estar físico, mental e psicossocial e não somente a ausência de doença ou moléstia, a instituição POLICIA MILITAR deve proporcionar aos PMs uma boa Q.V. para que o serviço seja realizado com mais eficácia e precisão.

REFERÊNCIAS:

APOLINÁRIO, Fabio. Dicionário de metodologia científica: um guia para a produção do conhecimento científico. São Paulo: **Atlas**, 2004.

BOUYER, Gilbert Cardoso. Contribuição da Psicodinâmica do Trabalho para o debate: "o mundo contemporâneo do trabalho e a saúde mental do trabalhador". **Rev. bras. saúde ocup.** [online]. 2010, vol.35, n.122, pp. 249-259. ISSN 0303-7657.

BRASIL. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012, versão 2012. Conselho Nacional De Saúde Comissão Nacional De Ética Em Pesquisa. **Ministério Da Saúde.** Brasília, DF, 2012.

BRASIL, Organização Pan-Americana de Saúde. **Doenças crônicas degenerativas e obesidade:** estratégia mundial sobre alimentação saudável, atividade física e saúde. Brasília, 2003.

BRASIL, Ministério Da Saúde. Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde. Brasília: **Ministério da Saúde;** 2001.

CAMPOS, C. J. G; TURATO, E.R. Análise de conteúdo em pesquisas que utilizam metodologia clínico-qualitativa: aplicação e perspectivas. **Rev Latino-am Enfermagem** 2009 março-abril; 17(2).

CASTRO, Marcelle Maria Lobo Dinis; HÖKERBERG, Yara Hahr Marques; PASSOS, Sonia Regina Lambert. Validade dimensional do instrumento de qualidade de vida WHOQOL-BREF aplicado a trabalhadores de saúde. **Cad. Saúde Pública,** Rio de Janeiro, 29(7):1357-1369, jul, 2013.

COSTA, Marcos; ACCIOLY JUNIOR, Horácio; OLIVEIRA, José e MAIA, Eulália. Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. **Rev Panam Salud Publica** [online]. 2007, vol.21, n.4, pp. 217-222. ISSN 1020-4989.

COSTA, Edilma de Oliveira; GERMANO, Raimunda Medeiros. Relações Assimétricas: Sexualidade, Saúde E Poder Em Militares. Brasília (DF): **Rev Bras Enferm,** 2004, 57(1): 48-52.

DELFINO, Maria Regina Rufino; KARNOPP, Zuleica Maria Patrício; ROSA, Mary Rosane Quirino Polli e PASIN, Roseli Ribeiro. **Repercussões do processo de ensinar-aprender em serviços de saúde na qualidade de vida dos usuários.** *Trab. educ. saúde* [online]. 2012, vol.10, n.2, pp. 315-333. ISSN 1981-7746.

FERES, Josan Mendes. Comentários Ao Estatuto Dos Militares Do Estado De Minas Gerais-EMEMG (lein. 5.301 de 1969). Bele Horizonte: **Del Rey,** 2011.

FIGUEIREDO, Nébia Maria Almeida de. Metodologia na pesquisa científica. 3. Ed. São Caetano do Sul, SP: **Yendis,** 2009.

FILHO, Victor Wünsch. Perfil Epidemiológico dos Trabalhadores. Belo Horizonte: **Rev. Bras. Med. Trab.** 2004, Vol. 2. p. 103-117.

GIMENES, Gabriel de Freitas. Usos e significados da qualidade de vida nos discursos contemporâneos de saúde. **Trab. educ. saúde** [online]. 2013, vol.11, n.2, pp. 291-318. ISSN 1981-7746.

MARCONI, M. de A.; LAKATOS, E. M. Fundamentos de metodologia científica. 6.ed. São Paulo: **Atlas**, 2007. p. 261-265.

MARX, Karl. O Capital: Crítica Da Economia Política. São Paulo: **Círculo do Livro Ltda**, 1996.

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira and GALVAO, Cristina Maria. **Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem.** *Texto contexto - enferm.* [online]. 2008, vol.17, n.4, pp. 758-764. ISSN 0104-0707.

MINAS GERAIS. Polícia Militar. Prática Policial Básica Caderno Doutrinário 1: Intervenção policial, verbalização e uso de força. Belo Horizonte: **Academia de Polícia Militar**, 2010, p. 120.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; DESLANDES, Suely Ferreira; GOMES, Romeu. Pesquisa social: Teoria, método e criatividade. 25. Ed. Petrópolis, RJ: **Vozes**, 2007, ISBN 978-85-326-1145-1.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; ASSIS, Simone Gonçalves de; OLIVEIRA, Raquel Vasconcellos Carvalhaes de. Impacto das atividades profissionais na saúde física e mental dos policiais civis e militares do Rio de Janeiro (RJ, Brasil). **Ciênc. saúde coletiva** [online]. 2011. Vol.16, n.4, pp. 2199-2209. ISSN 1413-8123.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; SOUZA, Edinilsa Ramos de; CONSTANTINO, Patrícia. Riscos percebidos e vitimização de policiais civis e militares na (in) segurança pública. **Cad. Saúde Pública** [online]. 2007. Vol.23, n.11, pp. 2767-2779. ISSN 0102-311X.

OLIVEIRA, Katya Luciane de; SANTOS, Luana Minharo dos. Percepção da saúde mental em policiais militares da força tática e de rua. **Sociologias** [online]. 2010, vol.12, n.25, pp. 224-250. ISSN 1517-4522.

OLIVEIRA, Silvio Luiz de. Tratado de metodologia científica: projetos de Pesquisas, TGI, TCC, Monografias, Dissertações e Teses. São Paulo: **Pioneira Thomson Learning**, 2002.

QUALIDADE DE VIDA DOS POLICIAIS MILITARES: REVISÃO INTEGRATIVA.

*Janine Martins Moreira BARBOSA; * Watson Soares De OLIVEIRA;

** Ecila Campos MOTA.

* Acadêmicos do Curso de Graduação em Enfermagem das Faculdades Integradas Pitágoras, *** Docente FIPMoc.

RESUMO

As características regionais do Brasil e as mudanças sem interrupção que acontecem no mundo do trabalho influenciam em vários efeitos sobre a saúde e configuram perfis epidemiológicos mutantes na população trabalhadora. A qualidade de vida é um fator que pode modificar a saúde do trabalhador PM. Objetivo do trabalho foi analisar a qualidade de vida dos policias, descrever os riscos propostos no serviço e as patologias predisponentes das atividades realizadas pelos PMs. O estudo foi exposto em forma de revisão integrativa e pesquisa bibliográfica. Para a realização do trabalho foram utilizados os seguintes descritores: Policial Militar, Qualidade de Vida, Estresse Policial Militar, entre 149240 foram utilizados 11 artigos que apontavam os objetivos do trabalho. A ponta o presente estudo que há vários fatores modificam a qualidade de vida dos PMs, tais como as doenças cardiovasculares que geram alterações na pressão arterial, fadiga, entre outras, o estresse também é um fator que leva a uma má qualidade de vida, causando no individuo uma pré-disposição para doenças psicossomáticas, insônia, dores de cabeça ou enxaqueca, tornando o policial até incapaz de exercer as atividades de serviço. O trabalho revela que para uma boa Q.V. o serviço deve oferecer aos policias militares condições de bem estar físico, social e psicológico, para que os serviços sejam realizados com eficácia e precisão.

INTRODUÇÃO

O termo qualidade de vida é considerado como um completo bem estar físico, mental e social e não somente a ausência de doença ou moléstia (DELFINO *et al.*,2012).

A qualidade de vida (QV) é individual cada pessoa sabe mensurar a sua e com amplas dimensões. O grupo de Qualidade de Vida da Organização Mundial de Saúde trabalha a QV como a compreensão do indivíduo sobre a sua posição na vida, no contexto da cultura e dos sistemas de valores nos quais ele vive, e em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (CASTRO *et al.*, 2013).

A Polícia Militar é uma organização de servidores públicos em que os riscos não são meros acidentes, mas faz parte do papel estrutural das condições laborais, ambientais e relacionais destes indivíduos. Esses profissionais têm consciência de que o perigo, audácia e coragem são condições inseparáveis de suas atividades de trabalho.

Os policiais militares estão permanentemente expostos a mudanças na sua qualidade de vida (MINAYO; SOUZA; CONSTANTINO, 2007).

Os policiais estão expostos a fatores negativos como os riscos propostos pelo trabalho, que levam ao estresse extremo. O cansaço físico e mental podem induzir esses profissionais a tomarem atitudes equivocadas durante as crises e situações caóticas, como por exemplo, o estado de pânico, ocasião em que o policial depara com uma ocorrência a qual não está apto a resolver ou perde o controle da situação. Assim, tais atitudes podem levar à falta de eficiência no desempenho do exercício profissional, expondo os policiais e a sociedade em geral a possíveis perigos (OLIVEIRA; SANTOS, 2010).

A missão do policial militar prevista pela constituição é preservar e zelar pela ordem pública incluindo medidas para coibir, resguardar, proteger, interceder, repelir e manter a segurança e a ordem pública, em prol da sociedade (FERES, 2011). O policial também realiza a vigilância ostensiva (MINAYO *et al.*,2011).

O risco é exposto para um policial como uma probabilidade de realização de uma ameaça contra pessoas ou bens, sendo inserto e previsível (MINAS GERAIS, 2010).

Na abordagem filosófica o trabalhador produz produto de alienação, e que ele é um alienado, sendo uma ideia abstrata do homem autocriado pelo trabalho, e que o

trabalhador acaba se tornando uma expropriação devido o trabalho alienado, não sendo visada a saúde, bem-estar físico e mental do trabalhador (MAX, 1996).

A escala de trabalho com folga de 12 horas é considerada pelos policiais desgastante, tendo como decorrentes agravos irritabilidade, insônia e envelhecimento precoce, também descrevem relatos de policiais de corporações diferentes que a exacerbação do trabalho com poucas horas de descanso proporciona ao policial o cansaço e a fadiga, tendo como resposta a geração de enfermidades (MINAYO *et al.*,2011).

Na visão dos policiais, os fatores que afetam sua qualidade de vida são: ter dois empregos, trabalhar noite e dia, permanecer 12 horas na rua tendo realizado uma única refeição, trabalhar sob pressão, ficar em estado de alerta e descansar pouco (MINAYO *et al.*,2011).

O não cuidado com as situações de estresse e do sofrimento mental de policiais pode ocasionar as formações reativas, onde o policial comete violência ou visualiza uma cena de violência que resultam em morte (MINAYO *et al.*,2011).

O quando o trabalho não permite, ao sujeito realizar suas aspirações e seus desejos, interpondo-se como obstáculo ao livre exercício de si mesmo na atividade, isso torna o trabalho agressivo ao aparelho psíquico (BOUYER, 2010 p.255).

As características regionais do Brasil e as mudanças sem interrupção que acontecem no mundo do trabalho influenciam em vários efeitos sobre a saúde e configuram perfis epidemiológicos mutantes na população trabalhadora (FILHO, 2004).

Os agravos a saúde do policial na visão física pode ser descrito em três níveis sendo o primeiro as causas externas, correspondente ao número de lesões incapacitantes temporárias e permanentes, decorrentes da profissão e que ocorrem dentro e fora das corporações. Em segundo lugar, o estilo de vida, como a alimentação irregular, irregularidades no sono, sedentarismo, comodismo e isolamento da sociedade. E por ultimo ficando em terceiro lugar a junção dos riscos das atividades com o estilo de vida, principalmente os distúrbios osteomusculares, gastrointestinais e as enfermidades cônicas degenerativas, sendo destacados os distúrbios cardiovasculares (MINAYO *et al.*,2011).

Os policiais militares também apresentam problemas como dores no pescoço, problemas na visão (miopia, astigmatismo, vista cansada e outros) e enxaquecas e dores de cabeça. Descreve também que muitos policiais são afetados por doenças que

acometem a população em geral, devido o contato direto com a população, sobretudo compressos: sarna, conjuntivite entre outros (MINAYO *et al.*, 2011).

Para que as doenças evitáveis do estilo de vida não ocorram, o indivíduo deve consumir mais frutas e verduras, assim como nozes e grão integrais, realizar atividades físicas diárias, trocar gorduras saturadas de origem animal por gorduras insaturadas de origem vegetal, diminuir a quantidade de alimentos gordurosos, manter o peso corporal normal, não fumar e não ingerir bebidas alcoólicas (BRASIL, 2003).

Este estudo tem como objetivo avaliar a Q.V. dos PM bem como descrever, através da literatura, os riscos relacionados à sua atividade profissional.

A qualidade de vida, o bem estar físico e mental do trabalhador constitui uma área da Saúde Pública, tendo como objetivos a promoção e a proteção da saúde do trabalhador, por meio de progressivas ações de vigilância dos riscos expostos nos ambientes e condições de trabalho (BRASIL, 2001).

Este estudo tem como objetivo avaliar a Q.V. dos PM bem como descrever, através da literatura, os riscos relacionados á sua atividade profissional.

METODOLOGIA

Tipo de Estudo.

Trata-se de uma de revisão integrativa e pesquisa bibliográfica, conforme descreve Mendes *et al.*, (2008), que a revisão integrativa da literatura baseia-se na realização de uma análise ampla da literatura, contribuindo para discussões sobre métodos e resultados de pesquisas, assim como análise detalhada sobre a realização de futuros estudos. Argumenta Minayo; Deslandes; Gomes, (2007), que a pesquisa bibliográfica é realizada com um levantamento de dados e buscas em livros, artigos etc.

Foi realizado buscas nas seguintes bases de dados: LILACS (Literatira Latino-Americana do Caribe Ciências da Saúde), SCIELO (Scientific Electronic Library Online), Google Acadêmico e Bibliografias.

As informações coletadas dos artigos foram registradas no quadro sinóptico, contendo o nome do artigo. Este foi respondido após a leitura dos artigos e a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão.

Para a realização do trabalho foram utilizados os seguintes descritores: Policial Militar, Qualidade de Vida, Estresse Policial Militar.

Os critérios de inclusão foram artigos e livros em português que tivessem relacionados com a Qualidade De Vida Dos Policiais Militares, literaturas que disponíveis, na íntegra, independentes da data de publicação. Os critérios de exclusão foram a não abordasse o tema proposto, também não seria utilizado artigos em e em inglês.

Análise dos dados se deu a síntese e a discussão dos dados colhidos do artigo e a comparação dos resultados dos estudos analisados.

RESULTADOS:

1. Quadro Sinóptico.

Resultados	Descritores	Nº de Artigos	Nº de Artigos
Base de Dados		Encontrados	Selecionados
LILACS	Qualidade de vida	11833	1
	PM	139	1
	Estresse PM	41	1
MEDLINE	Qualidade de vida	129587	0
	PM	71	0
	Estresse PM	4166	0
SciELO	Qualidade de vida	3	2
	PM	5	5
	Estresse PM	1	1
IBECS	Qualidade de vida	2837	0

	PM	1	0
	Estresse PM	4	0
BDEF	Qualidade de vida	552	0
	PM	0	0
	Estresse PM	0	0
Total:	3	149240	11

*Tabela 1.

2. Formulação de Coleta de Dados.

	Nome do artigo	Autores	Metodologia	Objetivos	Resultados	Ano
N						
1	Relação entre qualidade de vida no trabalho e confiança do empregado na organização	RUEDA, Fabián Javier Marín; SERENINI, MEIRELES, Antônio Luiz Prado; Everson.	Pesquisa quantitativa, descritiva, foi usado escala de avaliação da QVT, escala de Confiança do Empregado na Organização – ECEO.	Identificação da relação qualidade de vida do trabalhador e a confiança do empregador no empregado.	Integração respeito e autonomia e possibilidade de lazer e convívio social tem forte relação com a qualidade de vida do trabalhador.	2014
2	Condições de Trabalho e Morbidade Referida de Policiais Militares, Recife-PE, Brasil.	FERREIRA, Daniela Karina da Silva; BONFIM, Cristine; AUGUSTO, Lia Giraldo da Silva.	Pesquisa quantitativa, descritiva, com questionário semi estruturado.	Condições de trabalho e morbidade em policiais militares.	A maior parte identificou seu trabalho como de baixo controle, alta demanda física e baixo suporte social. Sendo classificado para 27,8% como de alta exigência; para estes os riscos de sofrimento psíquico e de doenças são maiores, necessitando mudanças na organização do trabalho. O maior tempo de serviço e a ausência de folgas semanais	2012
3	Interações interpessoais e estresse entre policiais militares: um estudo correlacional.	COUTO, Gleiber; VANDENBERGHE, Luc; Brito, Emerson de Araujo Garro.	Trata-se de uma pesquisa quantitativa.	Estresse em policiais em formação.	Os resultados apontaram correlações positivas significativas entre estresse e posições interpessoais baseadas em hostilidade e ausência de correlação com posições interpessoais amigáveis.	2012

4	Impacto dos fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis na qualidade de vida.	CAMPOS, Maryane Oliveira; NETO, João Felício Rodrigues; SILVEIRA, Marise Fagundes; NEVES, Daniele Malard Rocha. VILHENA, Janine Moraes; OLIVEIRA, Juliana Fonseca; MAGALHÃES, Júlio César; Drumond, Daniel.	Estudo transversal de base populacional	Investigações sobre os aspectos socioeconômicos e demográficos, fatores de risco para as doenças crônicas não transmissíveis, comorbidades autorreferidas e qualidade de vida.	A presença de alguns fatores de risco para as doenças crônicas tem impacto na qualidade de vida.	2013
5	Estresse ocupacional em mulheres policiais.	BEZERRA, Claudia de Magalhães; MINAYO, Maria Cecília de Souza; CONSTANTINO, Patrícia.	Pesquisa descritiva, qualitativa.	Estresse ocupacional vivenciado por mulheres Policiais militares.	Os resultados revelam que as policiais relacionam o cotidiano do trabalho ao estresse, citam diversos sintomas e mostram como o relacionamento familiar é afetado. Seu estresse tem origem basicamente na questão organizacional e gerencial do trabalho.	2013
6	Risco cardiovascular em policiais militares de uma cidade de grande porte do Nordeste do Brasil	JESUS, Gilmar Mercês de; MOTA, Nayara Melo; JESUS, Éric Fernando Almeida de.	Estudo transversal, qualitativo.	Fatores de riscos cardiovasculares e obesidade em PM.	A análise demonstrou que o Risco Cardiovascular Elevado foi mais frequente entre homens, policiais com maior graduação e maior tempo de polícia.	2014
7	Insônia e doença cardiovascular Marcadores inflamatórios e risco aumentado de cardiopatias	LAKS, Jerson; TELLES Leonardo Lessa.	Trabalho descritivo e qualitativo.	Insônia como fator de risco para doenças cardiovasculares.	Há um aumento de marcadores inflamatórios em pacientes com insônia, da mesma maneira em que pacientes cardiopatas.	2014
8	Nível De Atividade Física E Barreiras Percebidas Para A Prática De Atividades Físicas Entre Policiais Militares	JESUS, Gilmar Mercês De; JESUS, Éric Fernando Almeida De.	Estudo transversal, pesquisa quantitativa.	Nível de atividade física realizada pelos PM e os tipos de barreiras encontradas.	A prevalência de policiais insuficientemente ativos foi maior entre os que percebem barreiras pessoais, ajustado pelo sexo, idade e pelas barreiras ambientais, sociais e financeiras	2012
9	Conhecimento Sobre DST Entre Policiais Militares Do 10º BPM Do Estado Do Rio De Janeiro	VARELLA, Renata Q; FILHO, Rubem a goulart; PASSOS, Mariana Dl.	Trata-se de um estudo quantitativo.	Verificar os fatores de riscos e conhecimentos a cerca da DST em PM.	Os policiais militares apresentam alto conhecimento sobre DST e existe considerável risco para a aquisição de DST.	2012
10	Relações Assimétricas: Sexualidade, Saúde E Poder Em Militares.	COSTA, Edilma de Oliveira; GERMANO, Raimunda Medeiros.	Estudo de caso com abordagem quantitativa.	O artigo a presenta a susceptibilidade dos PM adquirirem DST.	os participantes, em sua maioria, reconhecem o risco de contaminação em relação as DST/AIDS, embora isso não seja revertido em prevenção, necessariamente.	2004
11	Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira	COSTA, Marcos; JÚNIOR, Horácio Accioly; OLIVEIRA, José; MAIA, Eulália.	Estudo descritivo, com corte transversal.	Diagnosticar a presença de estresse.	A proporção de policiais sem sintomas de estresse foi de 52,6%, enquanto que 47,4% apresentaram sintomatologia.	2007

*Tabela 2.

Na 3ª tabela descreve os impactos da atividade do policial militar na sua qualidade de vida, onde apontam autores que explicam que policiais posto maior são menos estressados, tem mais qualidade de vida e são menos cobrados. Os artigos expõem que as fen. (policial feminina) tendem a ter o estresse, sono prejudicado maior que os homens, pois preocupam mais. Descreve também que a prática de exercícios físicos para os policiais são mais intensos de acordo a demanda da ocorrência em que eles são solicitados.

3. Qualidade de vida.

Qualidade de Vida PM	Autor
QV. Prejudicada.	FERREIRA, Daniela Karina da Silva; BONFIM, Cristine; AUGUSTO, Lia Giraldo da Silva. 2012.
	COSTA, Marcos; JÚNIOR, Horácio Accioly; OLIVEIRA, José; MAIA, Eulália. 2007.
	BEZERRA, Claudia de Magalhães; MINAYO, Maria Cecília de Souza; CONSTANTINO, Patricia. 2013.
	CAMPOS, Maryane Oliveira; NETO, João Felício Rodrigues;
	SILVEIRA, Marise Fagundes; NEVES, Daniele Malard Rocha. 2012.
	CAMPOS, Maryane Oliveira; NETO, João Felício Rodrigues;
	SILVEIRA, Marise Fagundes; NEVES, Daniele Malard Rocha.
	VILHENA, Janine Moraes; OLIVEIRA, Juliana Fonseca;
	MAGALHÃES, Júlio César; 2013.
	Drumond. Daniel.LAKS, Jerson; TELLES Leonardo Lessa. 2014.
	COUTO, Gleiber; VANDENBERGHE, Luc; Brito, Emerson de Araujo Garro. 2012.
	RUEDA, Fabián Javier Marín; SERENINI, MEIRELES, Antônio Luiz Prado; Everson. 2014.
Sem alterações.	VARELLA, Renata Q; FILHO, Rubem a goulart; PASSOS, Mariana DI. 2012.
	CAMPOS, Maryane Oliveira; NETO, João Felício Rodrigues;
	SILVEIRA, Marise Fagundes; NEVES, Daniele Malard Rocha.
	VILHENA, Janine Moraes; OLIVEIRA, Juliana Fonseca;
	MAGALHÃES, Júlio César; 2013

Alto o nível de estresse.	COSTA, Marcos; JÚNIOR, Horácio Accioly; OLIVEIRA, José; MAIA, Eulália. 2007. BEZERRA, Claudia de Magalhães; MINAYO, Maria Cecília de Souza; CONSTANTINO, Patricia. 2013 LAKS, Jerson; TELLES Leonardo Lessa. 2014 COUTO, Gleiber; VANDENBERGHE, Luc; Brito, Emerson de Araujo Garro. 2012
Doenças do sistema cardiovascular.	CAMPOS, Maryane Oliveira; NETO, João Felício Rodrigues; SILVEIRA, Marise Fagundes; NEVES, Daniele Malard Rocha. VILHENA, Janine Moraes; OLIVEIRA, Juliana Fonseca; MAGALHÃES, Júlio César; Drumond. Daniel. 2013. LAKS, Jerson; TELLES Leonardo Lessa. 2014 COUTO, Gleiber; VANDENBERGHE, Luc; Brito, Emerson de Araujo Garro. 2012
Sono prejudicado.	LAKS, Jerson; TELLES Leonardo Lessa. 2014
Pratica de atividade física regular.	JESUS, Gilmar Mercês De; JESUS, Éric Fernando Almeida De. 2012
Hierarquia	COSTA, Marcos; JÚNIOR, Horácio Accioly; OLIVEIRA, José; MAIA, Eulália. 2007
Tempo de serviço.	COSTA, Marcos; JÚNIOR, Horácio Accioly; OLIVEIRA, José; MAIA, Eulália. 2007

*Tabela 3.

Na 4ª tabela descreve os principais riscos que o policial militar está exposto com a demanda física, ambiental e psicológica do serviço.

4. Riscos.

RISCOS	AUTORES
Estresse	COSTA, Marcos; JÚNIOR, Horácio Accioly; OLIVEIRA, José; MAIA, Eulália. 2007. BEZERRA, Claudia de Magalhães; MINAYO, Maria Cecília de Souza; CONSTANTINO, Patricia. 2013 LAKS, Jerson; TELLES Leonardo Lessa. 2014 COUTO, Gleiber; VANDENBERGHE, Luc; Brito, Emerson de

	Araujo Garro. 2012
DST	COSTA, Edilma de Oliveira; GERMANO, Raimunda Medeiros. 2014.
Doenças cardiovasculares	CAMPOS, Maryane Oliveira; NETO, João Felício Rodrigues; SILVEIRA, Marise Fagundes; NEVES, Daniele Malard Rocha. VILHENA, Janine Moraes; OLIVEIRA, Juliana Fonseca; MAGALHÃES, Júlio César; Drumond. Daniel. 2013 LAKS, Jerson; TELLES Leonardo Lessa. 2014 COUTO, Gleiber; VANDENBERGHE, Luc; Brito, Emerson de Araujo Garro. 2012.
Aumento da circunferência abdominal.	JESUS, Gilmar Mercês de; MOTA, Nayara Melo; JESUS, Éric Fernando Almeida de.
Ser Mulher	CAMPOS, Maryane Oliveira; NETO, João Felício Rodrigues;
Baixo consumo de frutas e alimentação saldável.	SILVEIRA, Marise Fagundes; NEVES, Daniele Malard Rocha. VILHENA, Janine Moraes; OLIVEIRA, Juliana Fonseca;
Tabagismo.	MAGALHÃES, Júlio César; Drumond. Daniel. 2013.
Álcool.	
Sobrepeso/obesidade.	
Hiperglicemia.	
Tempo de serviço.	COSTA, Marcos; JÚNIOR, Horácio Accioly; OLIVEIRA, José; MAIA, Eulália. 2007

*Tabela 4.

DISCURSSÃO.

A ponta o presente estudo que há vários fatores modificam a qualidade de vida dos PMs, tais como as doenças cardiovasculares que geram alterações na pressão arterial, fadiga, entre outras, o estresse também é um fator que leva a uma má qualidade de vida, causando no individuo uma pré-disposição para doenças psicossomáticas, insônia, dores de cabeça ou enxaqueca, tornando o policial até incapaz de exercer as atividades de serviço. Descreve alguns autores de artigos que as mulheres tendem a

sofrer mais estresse que os homens, pois elas preocupam mais, tomam conta da família, filhos, casa e serviço, a sobrecarga tende ser maior.

As doenças que mais acometem os policiais e comprometem a sua qualidade de vida são problemas osteomusculares, fraturas, estresse, sendo predominantes dores no pescoço, costas e coluna, torção ou luxação de articulação e outros agravos com relação aos músculos. Também tendem ao desenvolvimento de alergias e problemas de pele e em seguida os agravos ortopédicos, intervenções neurocirúrgicas e as enfermidades cardiovasculares. O predomínio de lesão sobre os músculos, ossos e pele tem relação direta ao exercício da profissão. Pois a profissão exige que os policiais corram, saltem, deem tiros, por isso ocorrem frequentes traumas físicos com os indivíduos (Minayo *et al.*, 2011).

A situação de estresse e do sofrimento mental em policiais pode ocasionar as formações reativas, onde o policial comete violência ou visualiza uma cena de violência que resultam em morte (Minayo *et al.*, 2011).

Quando o trabalho não permite, ao sujeito realizar suas aspirações e seus desejos, interpondo-se como obstáculo ao livre exercício de si mesmo na atividade, isso torna o trabalho agressivo ao aparelho psíquico (BOUYER, 2010, p. 255).

As características regionais do Brasil e as mudanças sem interrupção que acontecem no mundo do trabalho influenciam em vários efeitos sobre a saúde e configuram perfis epidemiológicos mutantes na população trabalhadora (FILHO, 2004).

Os policiais militares também apresentam problemas como dores no pescoço, problemas na visão (miopia, astigmatismo, vista cansada e outros) e enxaquecas e dores de cabeça. Descreve também que muitos policiais são afetados por doenças que acometem a população em geral, devido o contato direto com a população, sobretudo compressos: sarna, conjuntivite entre outros (MINAYO *et al.*, 2011).

Podemos identificar também que os policiais passam maior tempo fora de suas casas levando a se sentirem homens capazes de terem mais de uma relação ou ter relação extraconjugal, levando a uma probabilidade maior de adquirirem DSTs, não por falta de informação, mas por terem a mentalidade de que são fortes, e podem ter várias mulheres. Também tem o risco deles adquirirem as DSTs por trabalharem sem proteção, imobilizar e ter contato com pessoas sem o conhecimento do estado de saúde do

indivíduo. Os policiais militares (masculinos), são também predisponentes a adquirirem DST, pois para eles a conquista de parceiras sexuais se torna mais fácil, sendo que o trabalho deles implica contato direto com as pessoas, realizado em todos os ambientes públicos e em uma posição de autoridade, facilita o acesso aos lugares e pessoas, também deparam com situações conflituosas com pessoas de várias doenças e estilo de vida (COSTA; GERMANO, 2004).

CONCLUSÃO

Conclui-se que o presente estudo mostra e identifica que os riscos propostos pelas atividades de serviço realizadas pelos PM como multe fatorial, onde apontam os agravos ocorridos com a exposição prolongada do indivíduo ao agente causal como o estresse que ocorre em uma extensa carga horária de trabalho. Também identificamos que as principais patologias causadas com uma má qualidade de vida afeta o serviço dos Policiais Militares.

Tendo em vista que o trabalho do policial com uma boa qualidade de vida é essencial para que o serviço seja concluído ou até mesmo realizado com agilidade e prisão para a sociedade. Aponta também que há poucas literaturas que relata o trabalho, rotina e as doenças ocupacionais que os PM podem vir a adquirir com o tempo de serviço.

Consideramos que a qualidade de vida é definida como um bem estar físico, mental e psicossocial e não somente a ausência de doença ou moléstia, a instituição POLICIA MILITAR deve proporcionar aos PMs uma boa Q.V. para que o serviço seja realizado com mais eficácia e precisão.

REFERÊNCIAS:

APOLINÁRIO, Fabio. Dicionário de metodologia científica: um guia para a produção do conhecimento científico. São Paulo: **Atlas**, 2004.

BOUYER, Gilbert Cardoso. Contribuição da Psicodinâmica do Trabalho para o debate: "o mundo contemporâneo do trabalho e a saúde mental do trabalhador". **Rev. bras. saúde ocup.** [online]. 2010, vol.35, n.122, pp. 249-259. ISSN 0303-7657.

BRASIL. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012, versão 2012. Conselho Nacional De Saúde Comissão Nacional De Ética Em Pesquisa. **Ministério Da Saúde.** Brasília, DF, 2012.

BRASIL, Organização Pan-Americana de Saúde. **Doenças crônicas degenerativas e obesidade:** estratégia mundial sobre alimentação saudável, atividade física e saúde. Brasília, 2003.

BRASIL, Ministério Da Saúde. Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde. Brasília: **Ministério da Saúde;** 2001.

CAMPOS, C. J. G; TURATO, E.R. Análise de conteúdo em pesquisas que utilizam metodologia clínico-qualitativa: aplicação e perspectivas. **Rev Latino-am Enfermagem** 2009 março-abril; 17(2).

CASTRO, Marcelle Maria Lobo Dinis; HÖKERBERG, Yara Hahr Marques; PASSOS, Sonia Regina Lambert. Validade dimensional do instrumento de qualidade de vida WHOQOL-BREF aplicado a trabalhadores de saúde. **Cad. Saúde Pública,** Rio de Janeiro, 29(7):1357-1369, jul, 2013.

COSTA, Marcos; ACCIOLY JUNIOR, Horácio; OLIVEIRA, José e MAIA, Eulália. Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. **Rev Panam Salud Publica** [online]. 2007, vol.21, n.4, pp. 217-222. ISSN 1020-4989.

COSTA, Edilma de Oliveira; GERMANO, Raimunda Medeiros. Relações Assimétricas: Sexualidade, Saúde E Poder Em Militares. Brasília (DF): **Rev Bras Enferm,** 2004, 57(1): 48-52.

DELFINO, Maria Regina Rufino; KARNOPP, Zuleica Maria Patrício; ROSA, Mary Rosane Quirino Polli e PASIN, Roseli Ribeiro. **Repercussões do processo de ensinar-aprender em serviços de saúde na qualidade de vida dos usuários.** *Trab. educ. saúde* [online]. 2012, vol.10, n.2, pp. 315-333. ISSN 1981-7746.

FERES, Josan Mendes. Comentários Ao Estatuto Dos Militares Do Estado De Minas Gerais-EMEMG (lein. 5.301 de 1969). Bele Horizonte: **Del Rey,** 2011.

FIGUEIREDO, Nébia Maria Almeida de. Metodologia na pesquisa científica. 3. Ed. São Caetano do Sul, SP: **Yendis,** 2009.

FILHO, Victor Wünsch. Perfil Epidemiológico dos Trabalhadores. Belo Horizonte: **Rev. Bras. Med. Trab.** 2004, Vol. 2. p. 103-117.

GIMENES, Gabriel de Freitas. Usos e significados da qualidade de vida nos discursos contemporâneos de saúde. **Trab. educ. saúde** [online]. 2013, vol.11, n.2, pp. 291-318. ISSN 1981-7746.

MARCONI, M. de A.; LAKATOS, E. M. Fundamentos de metodologia científica. 6.ed. São Paulo: **Atlas**, 2007. p. 261-265.

MARX, Karl. O Capital: Crítica Da Economia Política. São Paulo: **Círculo do Livro Ltda**, 1996.

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira and GALVAO, Cristina Maria. **Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem.** *Texto contexto - enferm.* [online]. 2008, vol.17, n.4, pp. 758-764. ISSN 0104-0707.

MINAS GERAIS. Polícia Militar. Prática Policial Básica Caderno Doutrinário 1: Intervenção policial, verbalização e uso de força. Belo Horizonte: **Academia de Polícia Militar**, 2010, p. 120.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; DESLANDES, Suely Ferreira; GOMES, Romeu. Pesquisa social: Teoria, método e criatividade. 25. Ed. Petrópolis, RJ: **Vozes**, 2007, ISBN 978-85-326-1145-1.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; ASSIS, Simone Gonçalves de; OLIVEIRA, Raquel Vasconcellos Carvalhaes de. Impacto das atividades profissionais na saúde física e mental dos policiais civis e militares do Rio de Janeiro (RJ, Brasil). **Ciênc. saúde coletiva** [online]. 2011. Vol.16, n.4, pp. 2199-2209. ISSN 1413-8123.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; SOUZA, Edinilsa Ramos de; CONSTANTINO, Patrícia. Riscos percebidos e vitimização de policiais civis e militares na (in) segurança pública. **Cad. Saúde Pública** [online]. 2007. Vol.23, n.11, pp. 2767-2779. ISSN 0102-311X.

OLIVEIRA, Katya Luciane de; SANTOS, Luana Minharo dos. Percepção da saúde mental em policiais militares da força tática e de rua. **Sociologias** [online]. 2010, vol.12, n.25, pp. 224-250. ISSN 1517-4522.

OLIVEIRA, Silvio Luiz de. Tratado de metodologia científica: projetos de Pesquisas, TGI, TCC, Monografias, Dissertações e Teses. São Paulo: **Pioneira Thomson Learning**, 2002.