UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE - UFCG
CENTRO DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES - CFP
UNIDADE ACADÊMICA DE ENFERMAGEM - UAENF
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM

JOSÉ MARTINS DE OLIVEIRA

COMORBIDADES EM POLICIAIS MILITARES QUE ATUAM NO SERVIÇO OSTENSIVO E PREVENTIVO: UMA REVISAO INTEGRATIVA

CAJAZEIRAS - PB
2023

JOSÉ MARTINS DE OLIVEIRA

COMORBIDADES EM POLICIAIS MILITAR QUE ATUAM NO SERVIÇO OSTENSIVO E PREVENTIVO: UMA REVISAO INTEGRATIVA

Pesquisa apresentada ao Curso de graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande, como requisito para obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Orientadora: Ms. Cláudia Maria Fernandes

CAJAZEIRAS - PB

2023

Dados Internacionais de Catalogação-na-Publicação -(CIP)

O482c Oliveira, José Martins de.
Comorbidades em policiais militares que atuam no serviço ostensivo e preventivo: uma revisão integrativa / José Martins de Oliveira. - Cajazeiras, 2023.
15f. : il. Color.
Bibliografia.

Orientadora: Profa. Ma. Cláudia Maria Fernandes.
Monografia (Bacharelado em Enfermagem) UFCG/CFP, 2023.

1. Doenças ocupacionais. 2. Policiais militares. 3. Trabalho ostensivo-policiais militares. 4. Comorbidade em policiais. 5. Atividade policial. 6. Saúde de policiais militares. 7. Revisão integrativa. I. Fernandes, Cláudia Maria. II. Título.

UFCG/CFP/BS CDU- 616-057

Ficha catalográfica elaborada pela Bibliotecária Denize Santos Saraiva Lourenço CRB/15-046

ANEXO DA RESOLUÇÃO Nº 04/2021

UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE
CENTRO DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES – CFP
UNIDADE ACADÊMICA DE ENFERMAGEM – UAENF
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM

ATA DE DEFESA PÚBLICA DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO – TCC

Às 10:30 horas do dia 21 do mês de Junho do ano de 2023, realizou-se a defesa pública do Trabalho de Conclusão de Curso – TCC, do Curso de Graduação em Enfermagem do(a) aluno(a) José Martins de Oliveira, cujo trabalho tem como titulo comorbidades em policiais militares que atuam no serviço ostensivo e preventivo: uma revisão integrativa. Os trabalhos da defesa pública foram instalados pelo presidente da Banca Examinadora, que foi constituída pelos(as) professores(as): Professor(a)-Orientador(a)/Presidente: Claudia Maria Fernandes Examinador 1: Maria Berenice Gomes Nascimento Examinador 2: Aissa Romina Vera do Nascimento.

Após a apresentação e as observações dos membros da Banca Examinadora, a mesma se reuniu secretamente e definiu que o TCC foi considerado Aprovado.

Perante a Banca Examinadora, o(a) aluno(a) e o(a) orientador(a) assumiram o compromisso de realizarem as modificações sugeridas pela referida Banca. A defesa foi encerrada às 11:40 do mesmo dia. Nada mais havendo a tratar, o Presidente da Comissão Examinadora deu por encerrada a defesa do TCC e assinou a ata juntamente com os membros da Comissão Examinadora e o(a) aluno(a).

Cajazeiras – PB, 21 de Junho de 2023

Cláudia Maria Fernandes
Presidente/Orientador(a)

Maria Berenice G. Nascimento
1º Examinador(a)

2º Examinador(a)

José Martins de Oliveira
Aluno(a)

Dedico esse trabalho a minha esposa Maria Luzivânia, aos nossos gêmeos João Lucas e José Guilherme, que se tornaram fonte de inspiração para realização desse sonho.

AGRADECIMENTOS

Primeiro a Deus, por ter me dado forças para superar as dificuldades e ter me levado nos braços nos maiores desertos.

A minha esposa, fiel e dedicada, por acreditar e caminhar ao meu lado em busca desse sonho, aos nossos tesouros, João Lucas e José Guilherme, presente de Deus, que nos dar forças e luz, aos meus pais, *(in memoria),* que foram espelhos na minha caminhada, me proporcionaram educação, dignidade e me ensinaram a dar os meus primeiros passos.

Agradeço à minha família, parentes e amigos que incentivaram e me fizeram chegar à conclusão do meu curso.

A minha estimada orientadora Professora Ms. Claudia Maria Fernandes, é com muita admiração e carinho que gostaria de expressar meu agradecimento por tudo que você fez por mim, pela dedicação, correções, incentivos e bom humor.

As professoras da banca examinadora que participaram, direta ou indiretamente do desenvolvimento deste trabalho de revisão, enriquecendo o meu processo de aprendizado.

Agradeço a todos os professores por terem me oportunizado o conhecimento não apenas intelectual, mas pela transformação, através do processo educacional, de um agricultor e policial militar em um enfermeiro. Pela dedicação, compreensão e preocupação; pelas palavras de conforto e incentivo. Minha profunda gratidão e agradecimento a todos, que, com empenho, se dedicam à arte de lecionar.

À Universidade Federal de Campina Grande, essencial no meu processo de aprendizado e por me proporcionar a oportunidade de cursar o ensino superior, pela qual tenho grande apreço e orgulho.

Comece fazendo o que é necessário, depois o que é possível, e de repente você estará fazendo o impossível (São Francisco de Assis).

RESUMO

O trabalho ostensivo dos policiais militares é caracterizado por situações desafiadoras e de alto estresse, o que pode ter um impacto significativo em sua saúde física e mental. Este estudo é do tipo revisão integrativa, cujo objetivo foi de analisar as comorbidades que mais acometem os policiais militares que atuam no serviço ostensivo e preventivo, com foco na prevalência de comorbidades; identificar na literatura científica, quais os fatores associados às comorbidades e quais propostas a literatura científica trás de melhoria que podem ser evidenciadas para esse púbico. A busca por artigos foi conduzida em bases de dados científicas, incluindo Google Acadêmico, PubMed, Scopus, Web of Science e Medline com o período de busca abrangendo janeiro do ano de 2016 até janeiro de 2023. Os resultados revelaram que os policiais militares em trabalho ostensivo são suscetíveis a diversas comorbidades, sendo as mais frequentes os transtornos de ansiedade, transtornos do humor, transtorno de estresse pós-traumático e abuso de substâncias. Essas condições são causadas por múltiplos fatores, incluindo altos níveis de estresse decorrentes das atividades policiais, exposição frequente à violência, falta de suporte institucional adequado, sobrecarga de trabalho e o estigma associado à saúde mental. É mister destacar a importância de desenvolver estratégias abrangentes de prevenção para proteger a saúde física e mental dos policiais militares em trabalho ostensivo. Essas estratégias devem incluir treinamento em resiliência e autocuidado, sensibilização e educação sobre saúde mental, implementação de políticas de apoio institucional e a promoção de um ambiente de trabalho saudável.

Palavras-chave: policiais militares; trabalho ostensivo; comorbidade.

ABSTRACT

The ostensible work of military police officers is characterized by challenging and high-stress situations, which can have a significant impact on their physical and mental health. This study is of the integrative review type, whose objective was to analyze the comorbidities that most affect military police officers who work in ostensive and preventive service, focusing on the prevalence of comorbidities; to identify in the scientific literature, which factors are associated with comorbidities and which proposals the scientific literature brings for improvement that can be evidenced for this audience. The search for articles was conducted in scientific databases, including Google Scholar, PubMed, Scopus, Web of Science and Medline with the search period covering January 2016 to January 2023. The results revealed that military police officers at work ostensive are susceptible to several comorbidities, the most frequent being anxiety disorders, mood disorders, post-traumatic stress disorder and substance abuse. These conditions are caused by multiple factors, including high levels of stress from police activities, frequent exposure to violence, lack of adequate institutional support, work overload and the stigma associated with mental health. It is important to highlight the importance of developing comprehensive prevention strategies to protect the physical and mental health of military police officers on active duty. These strategies should include resilience and self-care training, mental health awareness and education, implementation of institutional support policies, and the promotion of a healthy work environment.

Keywords: military police; ostensive work; comorbidity.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 Fluxograma representativo do processo de seleção dos artigos.....24

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 Identificação das produções científicas encontradas e periódico.....24 e 25

Quadro 2 Identificação das produções científicas encontradas sobre as comorbidades em policiais militares.....25, 26, 27 e 28

Quadro 3 Comorbidades encontradas.....32

Quadro 4 Fatores associados.....34

Quadro 5 Propostas para melhoramento.....36

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

MEDLINE	Literatura Internacional em Ciências da Saúde
SCOPUS	Ciência, Tecnologia, Medicina, Ciências Sociais, Artes e Humanidades
LILACS	Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde
SCIENCE	Sociedade para o Desenvolvimento de Pesquisa Científica
PubMed	National Library of Medicine
TEPT	Transtorno de Estresse Pós-Traumático

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO 14
2. OBJETIVOS 16
2.1 Objetivo Geral 16
2.2 Objetivos Específicos 16
3. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA 17
3.1 A atividade policial ostensiva e sua relação com a saúde dos policiais militares. 17
3.2 Estudos corroborativos e as comorbidades em policiais militares 18
4. METODOLOGIA 22
4.1 Tipo de estudo 22
4.2 Local do estudo 22
4.3 Participantes 22
4.4 Procedimento de coleta 22
5. RESULTADOS E DISCUSSÃO 24
5.1 Análise dos artigos selecionados 28
5.2 Perfil dos policiais 28
5.3 Classificação temática 29
6. CONCLUSÃO 37
REFERÊNCIAS 39

1. INTRODUÇÃO

Conforme Sapori (2018), a atividade desempenhada pela Polícia Militar é extremamente desafiadora e arriscada, demandando um alto custo físico e emocional dos policiais militares. Nesse sentido, é fundamental valorizar a saúde ocupacional desses profissionais, implementando medidas preventivas e assistenciais que promovam seu bem-estar e qualidade de vida. Investir na saúde dos policiais militares não apenas beneficia individualmente esses profissionais, mas também fortalece a instituição e contribuir para a melhoria da segurança pública como um todo.

Segundo estudos e pesquisas realizados por diversos especialistas na área, como Oliveira et al. (2019) e Silva et al. (2020), a carga horária de trabalho excessiva, aliada às situações de risco e pressão constantes, pode contribuir para o desenvolvimento de comorbidades físicas e mentais nesses profissionais. Dentre as comorbidades mais comuns encontradas estão: lesões musculoesqueléticas, problemas de visão e audição, distúrbios do sono, transtornos de ansiedade e depressão, além de doenças cardiovasculares e respiratórias.

A exposição frequente a ambientes insalubres e a situações de alto estresse emocional inerentes à atividade, contribui significativamente para o surgimento e agravamento dessas comorbidades.

Como policial militar e concluinte do curso de enfermagem, reconheço os desafios enfrentados por esses profissionais e a importância de propor medidas preventivas e assistenciais para promover sua saúde e bem-estar. A implementação de políticas de saúde ocupacional e a oferta de programas de treinamento e capacitação são essenciais para fortalecer a valorização da saúde dentro da instituição, reduzir as licenças médicas e aumentar a produtividade.

Diante desse contexto, esta revisão integrativa tem como objetivo analisar as comorbidades que mais acometem os policiais militares que atuam no serviço ostensivo e preventivo, com foco na prevalência de comorbidades. Além disso, pretende-se identificar os fatores associados a essas comorbidades e destacar propostas de melhorias que possam ser evidenciadas para esse grupo específico de profissionais.

Para alcançar esses objetivos, as seguintes questões norteadoras foram formuladas: Como foram realizadas as produções científicas relativas as comorbidades encontradas nos policiais militares que atuam no serviço ostensivo e

preventivo, com foco na prevalência de comorbidades? Quais os fatores associados às comorbidades encontradas na literatura, estão presentes nesses profissionais? E quais propostas de melhorias a literatura científica apesenta para promover a saúde e o bem-estar dos policiais militares que atuam no serviço ostensivo e preventivo?

Ao conhecer as principais comorbidades e os fatores relacionados a elas, será possível direcionar políticas e ações de saúde que atendam às necessidades específicas desse público, visando melhorar sua qualidade de vida, efetividade no trabalho, bem-estar geral e proporcionar um serviço de qualidade à sociedade.

Essas ações podem incluir a implementação de programas de prevenção de lesões, o fornecimento de apoio psicológico e emocional, a criação de ambientes de trabalho saudáveis e o acesso a serviços de saúde adequados.

Espera-se que esse trabalho seja um instrumento de pesquisa para todo o corpo de Segurança Pública dos Estados brasileiro, para que eles possam tomar conhecimento da realidade de vida e trabalho dos policiais militares. Que se possa traçar estratégias de melhorias de vida reduzindo as comorbidades apresentadas.

2. OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral

- Analisar as comorbidades que mais acometem os policiais militares que atuam no serviço ostensivo e preventivo, com foco na prevalência de comorbidades.

2.2 Objetivos específicos

- Identificar na literatura científica, quais os fatores associados às comorbidades;

- Quais propostas a literatura científica trás de melhoria que podem ser evidenciadas para esse público.

3. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

3.1 A atividade policial ostensiva e sua relação com a saúde dos policiais militares

A atividade policial ostensiva desempenhada pelos policiais militares é caracterizada por um conjunto de ações voltadas para a prevenção e repressão de crimes, o controle de distúrbios civis e a manutenção da ordem pública. Essa atividade envolve a realização de patrulhamento em vias públicas, abordagens a indivíduos suspeitos, intervenções em situações de conflito, atendimento de ocorrências e outras ações que visam garantir a segurança da população (OLIVEIRA, 2017).

No entanto, essa atividade apresenta desafios significativos e pode ter um impacto significativo na saúde desses profissionais. A carga horária de trabalho varia de um Estado para outro, mas é comum enfrentar jornadas de trabalho extensas que ultrapassam as oito horas diárias. Essa carga horária excessiva pode levar à fadiga física e mental, aumentando o risco de acidentes e erros durante a execução do trabalho (SMITH, 2018)

Além disso, os militares estão constantemente expostos a situações de risco e pressão. Lidam com o combate ao crime, enfrentam indivíduos violentos e se deparam com cenas de violência e tragédias. Esses fatores contribuem para um ambiente de trabalho altamente estressante, o que pode levar a consequências negativas para a saúde dos mesmos.

Estudos têm demonstrado que a exposição prolongada a situações de estresse pode levar ao desenvolvimento de comorbidades físicas e mentais nos policiais militares. As comorbidades mais comuns encontradas nesse contexto incluem lesões musculoesqueléticas, problemas de visão e audição, distúrbios do sono, transtornos de ansiedade e depressão, além de doenças cardiovasculares e respiratórias. A exposição frequente a ambientes insalubres, como locais com poluição e substâncias tóxicas, também pode contribuir para o surgimento e agravamento dessas comorbidades (ANDRADE, F. A. et al., 2016).

Os policiais militares que atuam no serviço ostensivo enfrentam desafios específicos. Eles estão expostos diariamente a situações de risco, lidando com a criminalidade, o tráfico de drogas e diversos tipos de violência. Além disso, muitas vezes eles precisam atuar em áreas distantes de seus domicílios, o que pode gerar

desgaste emocional e dificuldades de conciliação entre vida profissional e pessoal. Essa exposição constante a situações de risco, aliada à carga de trabalho excessiva e ao estresse inerentes à atividade policial ostensiva, compromete a saúde e o bem-estar (OLIVEIRA, 2016).

Diante desses desafios, é crucial que sejam implementadas medidas preventivas e assistenciais para promover a saúde e o bem-estar daqueles que atuam no serviço ostensivo. Políticas de saúde ocupacional específicas para essa categoria são importantes para identificar e gerenciar os riscos à saúde dos mesmos. Esses programas podem abordar aspectos técnicos e operacionais da atividade, bem como questões relacionadas ao autocuidado, manejo do estresse, habilidades de comunicação e resolução de conflitos. Ao fortalecer a resiliência e a capacidade de lidar com os desafios da profissão, esses programas contribuem para a promoção da saúde e do bem-estar dos policiais militares (SILVEIRA et al., 2021).

No aspecto psicológico, o apoio emocional e a intervenção em situações de estresse e trauma são fundamentais. Programas de suporte psicológico e intervenções baseadas em evidências, como terapia cognitivo-comportamental, podem ser implementados para auxilia-los a lidar com os desafios emocionais da profissão. Além disso, a promoção de uma cultura de apoio mútuo entre os colegas de trabalho e o estabelecimento de canais de comunicação abertos e confidenciais para relatar problemas de saúde mental são medidas importantes a serem consideradas (ANDRADE, 2016).

É igualmente relevante promover a conscientização e a educação sobre saúde entre a categoria. Isso pode incluir treinamentos sobre práticas saudáveis de estilo de vida, nutrição adequada, importância da atividade física regular e estratégias de manejo do estresse.

Ao capacitar os policiais com conhecimentos e habilidades para cuidar de sua saúde física e mental, é possível aumentar sua resiliência e promover um ambiente de trabalho mais saudável e produtivo.

3.2 Estudos corroborativos e as comorbidades em policiais militares

Na literatura científica podemos encontrar e compreender a relação entre o serviço ostensivo e a saúde dos policiais militares. Através de artigos, por meio de revisões integrativas foi possível identificar estudos e pesquisas realizadas nessa

área, analisar os fatores associados às comorbidades encontradas nesses profissionais e destacar propostas de melhorias que possam ser implementadas.

Lima et al. (2021) destacou a alta prevalência de comorbidades em policiais militares, incluindo doenças crônicas e problemas de saúde mental. Esses achados são consistentes com estudos anteriores, como os de Abreu et al. (2017), Andrade et al. (2016), Santos et al. (2020) e Araújo et al. (2017), que também identificaram a presença de condições de saúde adversas nessa população.

O estudo de Abreu et al. (2017) encontrou uma alta prevalência de síndrome metabólica em policiais militares do Rio de Janeiro, sugerindo que essa condição pode estar relacionada com a exposição a fatores estressores do trabalho. Isso indica que o estresse ocupacional pode desempenhar um papel importante no desenvolvimento de doenças metabólicas.

O estudo de Andrade et al. (2016) mostrou que os policiais militares estão expostos a altos níveis de estresse ocupacional, o que pode levar a problemas de saúde mental e afetar a qualidade de vida. Essa exposição prolongada ao estresse pode contribuir para o desenvolvimento de transtornos de ansiedade, depressão e outros problemas psicológicos.

O estudo de Santos et al. (2020) identificou a presença de diversas comorbidades em policiais militares do Rio Grande do Norte, incluindo doenças cardiovasculares, diabetes e dislipidemia. Esses problemas de saúde podem estar relacionados com fatores de risco como sedentarismo, má alimentação e estresse ocupacional.

Por sua vez, o estudo de Araújo et al. (2017) apontou para a alta prevalência de excesso de peso e obesidade entre os policiais militares, sugerindo que isso pode estar relacionado com o sedentarismo e a má alimentação. Esses fatores de risco podem contribuir para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares e outras condições crônicas.

Os resultados desses estudos destacam a necessidade de intervenções para prevenção e tratamento das comorbidades. Medidas preventivas, como a promoção de hábitos saudáveis, a oferta de programas de apoio psicológico e a implementação de estratégias para reduzir o estresse ocupacional, podem ser importantes para melhorar a saúde e o bem-estar desses profissionais.

Além disso, a revisão de Lima et al. (2021) também cita o estudo de Almeida et al. (2019), que encontrou uma alta prevalência de dor lombar em policiais militares. A

atividade policial, que envolve longos períodos em pé, dirigindo ou sentado em veículos, além de carregar equipamentos pesados, pode contribuir para o desenvolvimento de dor lombar.

Outro estudo citado na revisão de Lima et al. (2021) é o de Rocha et al. (2015), que aponta para a presença de fatores de risco cardiovascular em policiais militares do estado do Rio de Janeiro, incluindo tabagismo, consumo excessivo de álcool e alimentação inadequada. Esses fatores de risco podem aumentar a probabilidade de desenvolvimento de doenças cardíacas, além disso, a participação de diferentes profissionais de saúde em equipe pode proporcionar uma visão mais abrangente das necessidades, permitindo a identificação de fatores de risco e a implementação de estratégias de prevenção de doenças específicas para essa população.

Por exemplo, médicos podem realizar avaliações clínicas e exames de rotina para identificar precocemente doenças crônicas, como diabetes, hipertensão e dislipidemia. Nutricionistas podem fornecer orientações dietéticas personalizadas, visando melhorar a alimentação e controlar o peso corporal. Psicólogos podem oferecer suporte emocional e estratégias para lidar com o estresse ocupacional, além de abordar questões de saúde mental. Educadores físicos podem desenvolver programas de exercícios físicos adaptados às necessidades e rotina dos policiais militares, visando melhorar a aptidão física e prevenir lesões.

É importante destacar que a colaboração e o trabalho em equipe, também podem levar a uma melhor comunicação e coordenação do cuidado. A troca de informações e a integração das diferentes perspectivas profissionais podem contribuir para um atendimento mais eficiente e coerente, garantindo que os policiais militares recebam cuidados abrangentes e individualizados.

Além disso, a colaboração entre os profissionais de saúde e os gestores e líderes da instituição policial também é essencial. Essa parceria pode resultar na implementação de políticas e programas voltados para a promoção da saúde e qualidade de vida. A adoção de medidas de prevenção, como campanhas de conscientização, capacitação e treinamento em saúde, criação de ambientes de trabalho saudáveis e disponibilização de recursos e suporte adequados, pode contribuir para a redução dos riscos ocupacionais e melhoria da saúde dos policiais.

Portanto, a importância do trabalho em equipe na prática clínica é fundamental para promover a saúde e o bem-estar. A atuação conjunta de profissionais de diferentes áreas permite uma abordagem mais completa e efetiva, visando à

prevenção, diagnóstico e tratamento adequados das comorbidades presentes nessa população. Além disso, a colaboração entre os profissionais de saúde e os gestores é essencial para a implementação de políticas e programas que visem à promoção da saúde e à melhoria das condições de trabalho dos policiais militares.

4. METODOLOGIA

4.1 Tipo de estudo

O estudo trata-se de uma pesquisa a partir da revisão integrativa, que consiste em um estudo feito por meio do levantamento de pesquisas já realizadas, que busca sintetizar e integrar as evidências disponíveis na literatura sobre um tema específico, com o objetivo de responder a uma pergunta de pesquisa. Essa modalidade de pesquisa envolve diversas etapas, que incluem a elaboração da pergunta de pesquisa, a busca sistemática e seleção dos estudos na literatura, a avaliação crítica da qualidade metodológica dos estudos incluídos, a síntese dos resultados e a apresentação dos achados (WHITTEMORE; KNAFL, 2005).

4.2 Local de estudo

A identificação dos artigos para a revisão foi realizada por meio de busca on-line nas bases de dados do Google Acadêmico, Literatura Internacional em Ciências da Saúde (MEDLINE), National Library of Medicine (PubMed), Ciência Tecnologia Medicina Ciências Sociais Artes e Humanidades (SCOPUS), Sociedade para o Desenvolvimento de Pesquisa Científica (SCIENCE) e Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS).

4.3 Participantes

Para chegar aos resultados satisfatórios para a amostra da revisão integrativa, utilizou-se os seguintes termos: *policiais militares, comorbidades, ostensivo e preventivo.* Estes foram utilizados com o operador booleano AND, sendo cruzados os descritores: *policiais militares* AND *comorbidades e policiais militares* AND *ostensivo e preventivo*, *policiais militares* AND *saúde mental e policiais militares* AND *qualidade de vida*.

4.3 Procedimento de coleta

A coleta de dados aconteceu nos meses de março, abril e maio de 2023, e abrangeu estudos publicados nos últimos 7 anos, compreendendo os anos entre 2016 a 2022.

Por meio da busca, encontrou-se 50 artigos os quais foram submetidos aos critérios de inclusão e exclusão, para selecionar aqueles que estavam correlacionados com os objetivos da pesquisa.

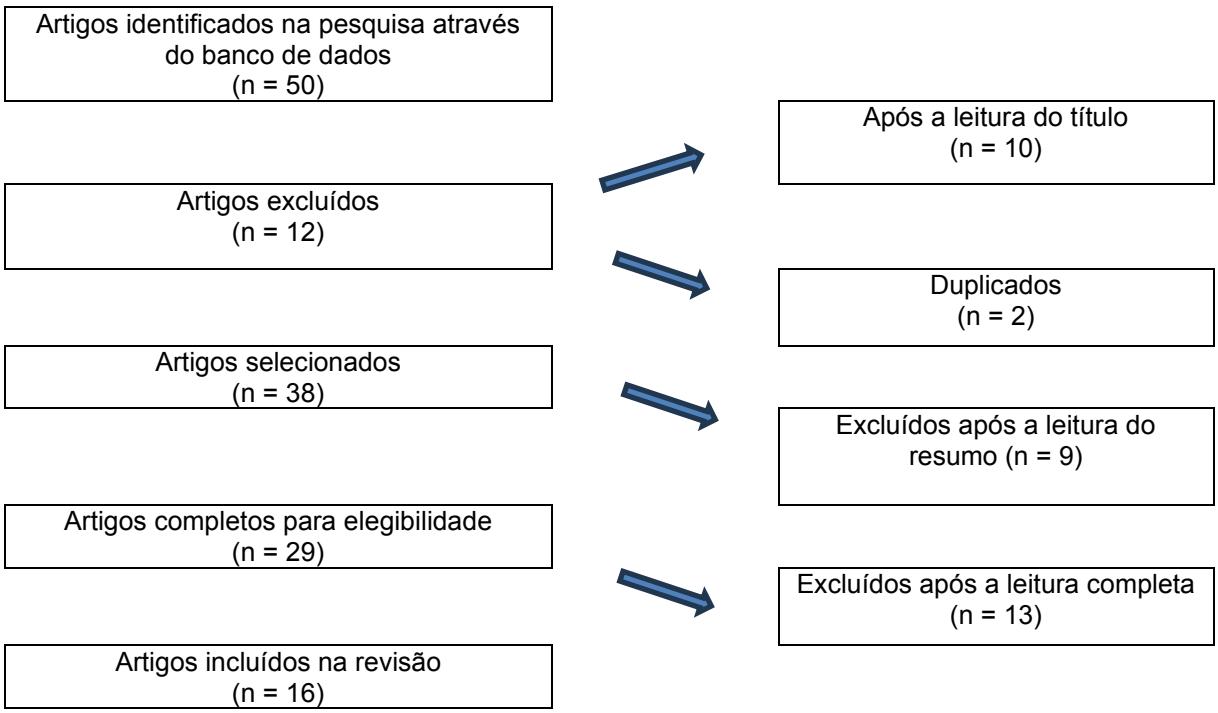
Os critérios de inclusão: artigos disponíveis na íntegra, que estivessem escritos em português, inglês ou espanhol, compreendendo o período entre os anos de 2016 a 2022.

Os critérios de exclusão: artigos que não abordassem o tema da pesquisa ou que não respondessem à questão norteadora, textos não científicos e não disponível na íntegra.

5. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Dessa forma, ao admitir os critérios de inclusão e exclusão e após leitura minuciosa dos textos, foi identificada uma amostra de 16 artigos científicos para análise nesta revisão integrativa. Esses artigos foram escolhidos com base em sua relevância para o tema e sua contribuição para responder à pergunta de pesquisa.

Figura 1. Fluxograma representativo do processo de seleção dos artigos.



Fonte: Elaboração dos autores (2023)

O quadro a seguir apresenta a identificação dos artigos selecionados e os periódicos.

QUADRO 1: IDENTIFICAÇÃO DAS PRODUÇÕES CIENTÍFICAS E PERIÓDICO

Identificação	Autores	Ano	Título do artigo	Periódico
01	Santos, A. S. et al.	2020	Prevalência de comorbidades em policiais militares do estado do Rio Grande do Norte	Revista Brasileira de Medicina do Trabalho
02	Lima, D. D. et al.	2021	Avaliação integrativa das comorbidades em policiais militares	Revista Brasileira de Ciências da Saúde
03	Medeiros, M. F. et al.	2020	Fatores associados à síndrome metabólica em policiais militares	Revista Brasileira de Medicina do Trabalho
04	Araújo, M. R. P. et al.	2019	Prevalência e fatores associados ao excesso de peso em policiais militares	Revista Brasileira de Medicina do Trabalho

05	Andrade, F. A. et al.	2016	Estresse, ansiedade, depressão e qualidade de vida em policiais militares de Minas Gerais	Ciência & Saúde Coletiva
06	Oliveira, J. S. et al.	2016	Qualidade de vida e condições de trabalho em policiais militares do estado de Pernambuco	Revista Brasileira de Saúde Ocupacional
07	Silva, J. S. et al.	2019	Prevalência de dor lombar e fatores associados em policiais militares do Rio Grande do Norte	Revista Brasileira de Medicina do Trabalho
08	Lopes, M. A. et al.	2019	Prevalência de insônia e sua associação com características sociodemográficas em policiais	Revista Brasileira de Medicina do Trabalho
09	Costa, J. C. et al.	2018	Prevalência de sintomas depressivos em policiais militares	Revista de Saúde Pública
10	Lima, M. E. et al.	2019	Prevalência de transtornos mentais comuns em policiais militares	Cadernos de Saúde Pública
11	Santos, M. A. et al.	2020	Burnout em policiais militares: revisão integrativa da literatura	Revista de Enfermagem UFPE Online
12	Santos, V. S. et al.	2019	Violência ocupacional em policiais militares: uma revisão integrativa da literatura	Revista de Enfermagem UFPE Online
13	Oliveira, A. F. et al.	2017	Transtornos mentais comuns e fatores associados em policiais militares	Cadernos de Saúde Pública
14	Silva, L. B. et al.	2018	Burnout em policiais militares: revisão sistemática da literatura	Revista Brasileira de Medicina do Trabalho
15	Almeida, M. L. et al.	2020	Prevalência de transtorno de estresse pós-16traumático em policiais militares	Revista de Saúde Pública
16	Santos, A. L. et al.	2021	Fatores associados aos sintomas de transtorno de estresse pós-traumático em policiais	Revista de Saúde Pública

Fonte: Elaboração dos autores (2023)

O quadro a seguir apresenta as produções científicas encontradas sobre as comorbidades em policias militares.

QUADRO 2: IDENTIFICAÇÃO DAS PRODUÇÕES CIENTÍFICAS ENCONTRADAS SOBRE AS COMORBIDADES

Identificação	Autores	Título do artigo	Objetivos	Conclusões
01	Santos, A. S. et al.	Prevalência de comorbidades em policiais militares do estado do Rio Grande do Norte	Identificar as principais comorbidades presentes nessa população e suas possíveis causas	Prevalência de comorbidades entre os policiais militares do Estado do Rio grande do Norte: hipertensão arterial, diabetes, obesidade, dislipidemia e transtornos musculoesqueléticos
02	Lima, D. D. et al.	Avaliação integrativa das comorbidades em policiais militares	Identificar e avaliar as principais comorbidades encontradas nessa população, bem	Comorbidades mais frequentes em policiais militares: hipertensão arterial, transtornos mentais, obesidade,

			como suas causas relacionadas	doenças cardiovasculares e diabetes
03	Medeiros, M. F. et al.	Fatores associados à síndrome metabólica em policiais militares	Identificar as principais comorbidades e as causas relacionadas a essa condição nessa população específica	Alta prevalência da síndrome metabólica em policiais militares. Principais fatores de risco: obesidade abdominal, dislipidemia, hipertensão arterial e resistência à insulina
04	Araújo, M. R. P. et al.	Prevalência e fatores associados ao excesso de peso em policiais militares	Investigar a prevalência do excesso de peso e identificar os fatores associados a essa condição em policiais militares	Alta prevalência de excesso de peso em policiais militares. Falta de atividade física regular, alimentação inadequada, estresse ocupacional e falta de sono adequado
05	Andrade, F. A. et al.	Estresse, ansiedade, depressão e qualidade de vida em policiais militares de Minas Gerais	Investigar a relação entre estresse, ansiedade, depressão e qualidade de vida em policiais militares do estado de Minas Gerais	Os resultados do estudo enfatizam a importância de programas de promoção da saúde mental e qualidade de vida no ambiente de trabalho policial
06	Oliveira, J. S. et al.	Qualidade de vida e condições de trabalho em policiais militares do estado de Pernambuco	Investigar a qualidade de vida e as condições de trabalho dos policiais militares no estado de Pernambuco	Baixa qualidade de vida, afetando a saúde física, mental, relações sociais e ambiente de trabalho. Condições de trabalho desfavoráveis, como carga horária extensa, exposição a riscos ocupacionais, pressão constante, falta de apoio e recursos
07	Silva, J. S. et al.	Prevalência de dor lombar e fatores associados em policiais militares do Rio Grande do Norte	Objetivo investigar a prevalência de dor lombar e os fatores associados em policiais militares do estado do Rio Grande do Norte	Alta prevalência de dor lombar entre policiais militares. Sexo feminino, idade mais avançada, tempo de serviço na instituição, atividades de trabalho que envolvem movimentos repetitivos e uso de equipamentos pesados
08	Lopes, M. A. et al.	Prevalência de insônia e sua associação com características sociodemográficas em policiais	Investigar a prevalência de insônia e sua associação com características sociodemográficas em policiais	Alta prevalência de insônia entre os policiais estudados. sexo feminino, idade mais avançada, menor tempo de serviço na instituição e maior tempo de trabalho noturno
09	Costa, J. C. et al.	Prevalência de sintomas depressivos em policiais militares	Investigar a prevalência de sintomas depressivos em policiais militares	Alta prevalência de sintomas depressivos entre os policiais avaliados. Sintomas compatíveis com depressão, como tristeza persistente, perda de interesse, alterações no

				sono e apetite, fadiga e baixa autoestima
10	Lima, M. E. et al.	Prevalência de transtornos mentais comuns em policiais militares	Investigar a prevalência de transtornos mentais comuns em policiais militares	Alta prevalência de transtornos mentais comuns entre os policiais militares. Transtornos mentais comuns caracterizados por sintomas de ansiedade e depressão.
11	Santos, M. A. et al.	Burnout em policiais militares: revisão integrativa da literatura	Analisar e sintetizar os estudos disponíveis sobre o fenômeno do burnout em policiais militares	Burnout como um estado de exaustão física, emocional e mental resultante do estresse prolongado no trabalho. Altas demandas emocionais, exposição a situações de risco, falta de recursos e ambiente organizacional desafiador como contribuintes para o desenvolvimento do burnout em policiais militares
12	Santos, V. S. et al.	Violência ocupacional em policiais militares: uma revisão integrativa da literatura	Analisar e sintetizar os estudos disponíveis sobre a violência ocupacional vivenciada pelos policiais militares	Exposição frequente dos policiais militares a situações de risco, agressão e violência no trabalho. Violência ocupacional manifestada por agressões físicas, ameaças, assédio moral e exposição a traumas psicológicos.
13	Oliveira, A. F. et al.	Transtornos mentais comuns e fatores associados em policiais militares	Investigar a prevalência de transtornos mentais comuns e os fatores associados a esses transtornos em policiais militares	Alta prevalência de transtornos mentais comuns (ansiedade, depressão, estresse). Associados ao desenvolvimento desses transtornos incluem níveis elevados de estresse ocupacional, exposição a situações traumáticas e falta de suporte social.
14	Silva, L. B. et al.	Burnout em policiais militares: revisão sistemática da literatura	Analisar os estudos existentes sobre o fenômeno do burnout em policiais militares	Policiais militares estão sujeitos a altos níveis de estresse ocupacional e têm propensão a desenvolver o burnout. Fatores que contribuem incluem exposição constante a situações de risco, violência interpessoal, carga de trabalho excessiva, falta de suporte organizacional e ausência de recursos adequados para lidar com o estresse.

15	Almeida, M. L. et al.	Prevalência de transtorno de estresse pós-traumático em policiais militares	Investigar a prevalência do transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) em policiais militares	Prevalência significativamente elevada de transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) entre os policiais militares em comparação com a população geral. Associados a exposição frequente a situações de violência, confrontos armados, acidentes graves, desastres, pressão emocional e demandas psicológicas da profissão
16	Santos, A. L. et al.	Fatores associados aos sintomas de transtorno de estresse pós-traumático em policiais	Investigar os fatores associados aos sintomas de transtorno de estresse pós-traumático	Vários fatores associados aos sintomas de TEPT em policiais, incluindo exposição a eventos traumáticos relacionados ao trabalho, carga horária excessiva, estresse ocupacional e falta de apoio social percebido

Fonte: Elaboração dos autores (2023)

5.1 Análise dos artigos selecionados

A análise dos dados dos estudos incluídos na revisão integrativa foi realizada de forma sistemática, com base na síntese dos resultados encontrados. Além disso, a revisão considerou os achados de estudos anteriores, como mencionado por Whittemore e Knafl (2005), para fornecer uma visão abrangente sobre as comorbidades em policiais militares no serviço ostensivo e preventivo.

5.2 Perfil dos policiais

Ao tomar como referência o conteúdo dos estudos publicados, percebe-se que a maioria trata de ações comportamentais dos policiais, influenciados por fatores organizacionais, socias e individuais, mas que não se trata de uma visão dele enquanto individuo, porém, do profissional e em relação às condições de saúde e adoecimento que o cerca (OLIVEIRA, 2011),

O perfil predominante do público estudado foi traçado de acordo com características individuais, local de trabalho, idade, sexo dentre outras características.

De acordo com os estudos selecionados para esta revisão, foi observado que o público estudado tinha uma média de idade entre 22 aos 50 anos, grande maioria,

do sexo masculino. Notou-se que o tempo de serviço que os policiais trabalhavam na corporação era em média de 8 a 30 anos de serviço, e que, grande parte deles pertenciam ao quadro de praças, ou seja, trabalhavam no serviço ostensivo e preventivo, em contato constante direto com a sociedade e com fatores de risco físicos e fatores estressores, ficando exposto com maior frequência ao aparecimento de algum tipo de transtorno psíquico.

Segundo Lima (2019), a dominância dos policiais ser do sexo masculino está relacionado as próprias normas internas da instituição, a quantidade de vagas para o sexo feminino é significativamente inferior as vagas ofertadas aos homens. No entanto, o Estado do Rio Grande Norte, estabeleceu novas regras, concorrência livre para ambos os sexos.

Em geral, boa parte dos policiais estão acima do peso, trabalha exclusivamente na área operacional sem exercer outro tipo de profissão remunerada e já passaram por algum episódio traumático,

5.3 Classificação temática

O estudo das publicações foi classificado da seguinte forma: comorbidades que mais acometem os policiais militares que atuam no serviço ostensivo e preventivo, identificar na literatura científica fatores associados e quais propostas a literatura científica trás de melhoria para esse público.

Classificação I: comorbidades que mais acometem os policiais militares.

O estudo de Santos et al. (2020), investigou a ocorrência de comorbidades em profissionais do Estado do Rio Grande do Norte, os dados apresentados revelaram uma alta prevalência de comorbidades, dentre as mais frequentes destacam-se a hipertensão arterial, diabetes, obesidade, dislipidemia e transtornos musculoesqueléticos.

De acordo com Lima et al. (2021), o artigo "Avaliação integrativa das comorbidades em policiais militares", os resultados indicam que as comorbidades mais frequentes nesse grupo são a hipertensão arterial, transtornos mentais, obesidade, doenças cardiovasculares e diabetes, com destaque para a hipertensão arterial e obesidade como uma das comorbidades mais comuns entre esse público.

Medeiros et al. (2020), desenvolveram o estudo "Fatores associados à síndrome metabólica em policiais militares", o estudo foi realizado por meio da coleta de dados de uma amostra de policiais militares, que foram submetidos a exames clínicos e laboratoriais para avaliar a presença da síndrome metabólica e seus fatores de risco. Os resultados revelaram uma alta prevalência da síndrome metabólica nesse grupo.

O estudo intitulado "Prevalência e fatores associados ao excesso de peso em policiais militares", de autoria de Araújo et al. (2019), coletaram dados de uma amostra de policiais militares por meio de questionários e avaliações antropométricas. Os resultados revelaram uma alta prevalência de excesso de peso nessa população, com uma porcentagem significativa dos participantes apresentando índice de massa corporal (IMC) acima dos valores considerados saudáveis.

Para Andrade et al. (2016), o estudo intitulado "Estresse, ansiedade, depressão e qualidade de vida em policiais militares de Minas Gerais", teve como objetivo investigar a relação entre estresse, ansiedade, depressão e qualidade de vida em policiais militares do referido Estado. Os resultados revelaram altos níveis de estresse, ansiedade e depressão entre essa população, indicando um impacto negativo na qualidade de vida desses profissionais.

O estudo de autoria de Oliveira et al. (2016), investigou a qualidade de vida e as condições de trabalho dos policiais militares no Estado de Pernambuco, os pesquisadores utilizaram uma abordagem transversal, onde coletaram dados por meio de questionários aplicados aos participantes. Os resultados revelaram que os policiais militares apresentaram uma baixa qualidade de vida, afetando diversas dimensões, como saúde física, saúde mental, relações sociais e ambiente de trabalho.

O estudo de Silva et al. (2019), investigou a prevalência de dor lombar e fatores associados em policiais militares do Rio Grande do Norte. Adotou-se uma abordagem transversal, em que os pesquisadores coletaram dados por meio de questionários e exames físicos realizados nos participantes, os resultados revelaram uma alta prevalência dessa comorbidade entre os profissionais estudados.

Dessa forma, Lopes et al. (2019), investigaram a prevalência de insônia e sua associação com características sociodemográficas em policiais, os autores utilizaram uma abordagem transversal, no qual foram coletados dados por meio de questionários aplicados aos participantes. O estudo evidenciou a alta prevalência de insônia e

destaca a importância de abordar os fatores sociodemográficos e de saúde na avaliação e prevenção desse problema.

O estudo intitulado "Prevalência de sintomas depressivos em policiais militares", investigou a prevalência de sintomas depressivos em policiais militares, os resultados revelaram uma alta prevalência de sintomas depressivos entre os profissionais avaliados. A pesquisa mostrou que uma parcela significativa desses profissionais apresentava sintomas compatíveis com depressão; incluindo tristeza persistente, perda de interesse ou prazer nas atividades diárias, alterações no sono e apetite, fadiga e baixa autoestima. Esses sintomas podem indicar a presença de um transtorno depressivo (COSTA, 2018).

Lima et al. (2019), adotaram um desenho transversal, no qual coletaram dados por meio de questionários e instrumentos de avaliação psicológica aplicados aos participantes. Os resultados revelaram uma alta prevalência de transtornos mentais comuns, os quais são condições psicológicas caracterizadas por sintomas de ansiedade, nervosismo, tristeza, dificuldade de concentração e distúrbios do sono. Esses sintomas podem afetar negativamente o bem-estar emocional e o desempenho no trabalho.

A revisão integrativa da literatura intitulada "Burnout em policiais militares", buscou analisar e sintetizar os estudos disponíveis sobre o fenômeno do burnout nesse público. Para Santos et al. (2020), o burnout é um estado de exaustão física, emocional e mental que resulta de um acúmulo prolongado de estresse, caracterizado por sintomas de fadiga, despersonalização, sentimentos de incompetência e baixa realização profissional, afetando negativamente sua saúde mental, bem-estar e desempenho no trabalho.

O estudo de Oliveira et al. (2017), investigou a prevalência de transtornos mentais comuns e os fatores associados a esses transtornos em policiais militares, os resultados do estudo revelaram uma alta prevalência de transtornos mentais comuns entre os profissionais estudados. Esses transtornos englobam condições como ansiedade, depressão e estresse.

O estudo "Burnout em policiais militares", de Silva et al. (2018), analisou os estudos existentes sobre o fenômeno do burnout nesses profissionais. Os resultados dessa revisão indicaram que os policiais militares estão sujeitos a altos níveis de estresse ocupacional e têm uma propensão significativa a desenvolver o burnout, que

é um estado de exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional.

Almeida et al. (2020), estudaram a prevalência de transtorno de estresse pós-traumático em policiais militares, o TEPT é um transtorno psicológico que pode ocorrer em pessoas que foram expostas a eventos traumáticos, como situações de violência, acidentes graves ou desastres naturais. Esses eventos podem desencadear sintomas como flashbacks, pesadelos, evitação de lugares ou pessoas relacionadas ao trauma, hiperatividade e irritabilidade. Os resultados desse estudo revelaram que a prevalência de TEPT entre os policiais militares foi significativamente elevada em comparação com a população geral.

O estudo permitiu identificar as comorbidades mais comuns entre os policiais militares que desempenham atividades de trabalho ostensivo e preventivo. A partir da análise dos estudos incluídos, foi possível observar que as comorbidades mais frequentemente relatadas são transtornos de ansiedade, transtornos do humor, transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) e abuso de substâncias.

QUADRO 3. COMORBIDADES ENCONTRADAS

Identificação	Comorbidades
01	Transtornos de ansiedade
02	Transtornos do humor
03	Transtorno de estresse pós-traumático (TEPT)
04	Abuso de substâncias
05	Distúrbios do sono
06	Hipertensão arterial
07	Obesidade
08	Diabetes
09	Dor lombar
10	Transtorno musculoesquelético

Fonte: Elaboração dos autores (2023)

Classificação II: identificar na literatura científica fatores associados.

Segundo a fundamentação teórica, os transtornos de ansiedade, como o transtorno de ansiedade generalizada e o transtorno de pânico, são comuns entre a categoria devido à exposição contínua a situações de risco, estresse e pressão. O estudo de Smith et al. (2018), citado na revisão, destacou que a natureza da profissão policial, com suas demandas constantes e imprevisíveis, são fatores associados que podem contribuir para o desenvolvimento de transtornos de ansiedade.

Em relação aos transtornos do humor, como a depressão e o transtorno bipolar, a revisão integrativa identificou que eles também são prevalentes entre os policiais

militares em trabalho ostensivo e preventivo. A discussão abordou o estudo de Costa et al. (2018), que relatou altos índices de depressão nessa população. O acúmulo de estressores ocupacionais, como a exposição à violência, a sobrecarga emocional e o isolamento social, foram citados como fatores contribuintes para esses transtornos.

Além disso, a revisão integrativa destacou o abuso de substâncias como uma comorbidade preocupante entre os policiais militares. A pressão do trabalho, a exposição a situações de risco e o estresse crônico podem levar ao uso indevido de substâncias, como álcool e drogas ilícitas, como mecanismo de enfrentamento. O estudo de Lima et al. (2021), ressaltou a associação entre a exposição ao estresse ocupacional e o uso de substâncias psicoativas.

O que pode ser observado, de acordo com os estudos, é que fatores que também podem causam sofrimento estão relacionados com a carga horário em excesso; junto a isso, ainda há a nocividade da organização do seu trabalho que exige obediência a hierarquia rígida, iminência com a violência e o alto risco de morte, salários defasados e a falta de recursos necessários para realização de um trabalho eficaz. No caso do sexo feminino, preconceito de gênero e o assédio. Além desses fatores, características pessoais como idade, sexo masculino e tempo de serviço também foram associadas a um maior risco de desenvolvimento de comorbidades (LOPES, 2019).

Para Santos et al. (2020, 2021), os fatores associados aos sintomas de transtorno de estresse pós-traumático em policiais, pode ocorrer em resposta a eventos traumáticos, confrontos armados e violência, acidentes graves ou desastres naturais.

Por fim, em relação às causas dessas comorbidades, a discussão apontou para fatores individuais, organizacionais e sociais. No nível individual, a vulnerabilidade prévia, histórico pessoal de trauma e fatores genéticos podem influenciar o desenvolvimento das comorbidades. No nível organizacional, a cultura institucional, a falta de suporte e o ambiente de trabalho adverso foram citados como fatores contribuintes. No nível social, o estigma associado à busca de ajuda e a falta de compreensão da sociedade em relação aos problemas de saúde mental enfrentados pelos policiais militares também foram destacados como fatores que dificultam o tratamento adequado e a prevenção das comorbidades.

QUADRO 4. FATORES ASSOCIADOS

Identificação	Fatores associados
01	Estresse ocupacional, estilo de vida sedentário, alimentação inadequada, consumo de bebidas alcoólicas, ausência de atividade física regular, fatores ambientais e ocupacionais, pressão constante
02	Obesidade abdominal, dislipidemia, hipertensão arterial e resistência à insulina
03	Exposição a situações de perigo e eventos traumáticos, pressão psicológica, ausência de suporte psicológico e social, violência interpessoal, carga de trabalho excessiva, confrontos armados, acidentes graves e desastres, falta de suporte organizacional, a ausência de recursos e valorização profissional
04	Sexo feminino, idade avançada, tempo de serviço na instituição, atividades que envolvem movimentos repetitivos e uso de equipamentos pesados
05	Menor tempo de serviço na instituição e maior tempo de trabalho noturno, doenças crônicas e distúrbios do sono

Fonte: Elaboração dos autores (2023)

Classificação III: propostas que a literatura científica apresenta de melhoria para esse público.

Os estudos ressaltam a importância de medidas preventivas e de promoção da saúde específicas para esse público, com foco na prevenção, diagnóstico precoce e controle das comorbidades identificadas. A adoção de políticas de saúde ocupacional, que visem melhorar a qualidade de vida desses profissionais, promovendo a prática de atividade física regular, alimentação saudável e estratégias para redução do estresse, pode contribuir significativamente para a redução da incidência e impacto das comorbidades e promover um ambiente de trabalho saudável e equilibrado (SANTOS, 2020).

Os estudos analisados proporcionam um panorama abrangente dos desafios de saúde enfrentados pelos policiais militares. Com base nesses resultados, é fundamental que as instituições e os gestores adotem medidas efetivas para garantir o bem-estar da categoria. Algumas medidas que podem ser consideradas, incluem:

Programas de promoção da saúde: implementar programas de promoção da saúde que visem melhorar a qualidade de vida dos policiais militares. Isso pode envolver a promoção de uma alimentação saudável, a prática regular de exercícios físicos e a conscientização sobre a importância do autocuidado (COSTA, 2018).

Capacitação em gerenciamento de estresse: oferecer treinamentos e capacitação em técnicas de gerenciamento de estresse, visando equipar os policiais militares com estratégias eficazes para lidar com as demandas emocionais e psicológicas da profissão (SANTOS, 2021).

Suporte emocional e psicológico: disponibilizar serviços de suporte emocional e psicológico, como aconselhamento e terapia, para auxiliar os policiais militares no

manejo de problemas como estresse, ansiedade, depressão e transtornos mentais. É fundamental que os profissionais tenham acesso a recursos adequados e confidenciais para cuidar de sua saúde mental (OLIVEIRA, 2019).

Melhoria das condições de trabalho: investir na melhoria das condições de trabalho, reduzindo a carga horária excessiva, estabelecendo jornadas de trabalho mais equilibradas e implementando medidas para garantir a segurança física e psicológica desses profissionais. Isso pode incluir a implementação de políticas de prevenção da violência ocupacional e a promoção de um ambiente de trabalho seguro e saudável (SANTOS, 2019).

Treinamento em resiliência e autocuidado: promover treinamentos em resiliência e autocuidado, capacitando os policiais militares a lidar de forma eficaz com situações desafiadoras e a cuidar de sua própria saúde física e mental. Isso pode envolver o ensino de técnicas de autorregulação emocional, estabelecimento de limites saudáveis e busca de apoio quando necessário (SILVEIRA, 2021).

Sensibilização e educação: promover a sensibilização e a educação sobre questões de saúde física e mental entre a categoria, incentivando a busca de ajuda profissional quando necessário e eliminando estigmas associados à saúde mental. Isso pode ser feito por meio de campanhas de conscientização, palestras e programas de educação continuada (MACEDO, 216).

É essencial que essas medidas sejam implementadas de forma abrangente e contínua, com o apoio e o envolvimento das instituições, gestores, líderes e profissionais de saúde. Ao fornecer suporte adequado aos policiais militares, é possível reduzir os impactos negativos das comorbidades físicas e dos sintomas psicológicos, promovendo uma melhor qualidade de vida e bem-estar geral nessa categoria profissional tão importante para a sociedade.

Como citado na fundamentação teórica, é essencial promover a conscientização e a educação sobre questões de saúde física e mental entre esses profissionais. A discussão ressaltou a importância de campanhas de sensibilização e programas de educação continuada para eliminar os estigmas associados à saúde mental e incentivar a busca por ajuda profissional quando necessário.

Para lidar com essas comorbidades e promover o bem-estar dos policiais militares em trabalho ostensivo, a revisão integrativa sugeriu a implementação de medidas como treinamentos em resiliência e autocuidado. A autorregulação emocional, o estabelecimento de limites saudáveis e a busca de apoio adequado

foram citados como estratégias eficazes para lidar com situações desafiadoras e cuidar da saúde física e mental (SILVEIRA, 2021).

Ao analisar os resultados da revisão integrativa, pode-se concluir que os dados encontrados estão em acordo com os objetivos do trabalho. As comorbidades mais comuns identificadas na revisão, como transtornos de ansiedade, transtornos do humor, transtorno de estresse pós-traumático e abuso de substâncias, corroboram com a literatura existente sobre o tema. Além disso, as causas apontadas, tanto no nível individual, organizacional e social, estão alinhadas com as informações teóricas discutidas.

A partir desses resultados, é possível afirmar que o trabalho contribui para o entendimento das comorbidades enfrentadas pelos policiais militares em trabalho ostensivo e preventivo, bem como suas causas e a necessidade de implementação de medidas preventivas e de suporte adequado. As informações apresentadas na revisão integrativa fornecem subsídios para a elaboração de estratégias e políticas que visem à promoção da saúde mental e ao bem-estar dessa categoria profissional tão importante para a sociedade.

QUADRO 5. PROPOSTAS PARA MELHORAMENTO

Identificação	Propostas
01	Programas de promoção da saúde e qualidade de vida: incentivar alimentação saudável, a prática regular de exercícios físicos e a conscientização sobre a importância do autocuidado.
02	Capacitação em gerenciamento de estresse: treinamentos e capacitação em técnicas de gerenciamento de estresse, visando estratégias eficazes para lidar com as demandas emocionais e psicológicas da profissão.
03	Suporte emocional e psicológico: disponibilizar serviços de suporte emocional e psicológico, como aconselhamento e terapia, para auxilia-los no manejo de problemas como estresse, ansiedade, depressão e outros de forma confidencial, e acesso a recursos adequados.
04	Melhoria das condições de trabalho: investir na melhoria das condições de trabalho, reduzir carga horária, implemento de medidas para garantir a segurança física e psicológica, políticas de prevenção da violência ocupacional e a promoção de um ambiente de trabalho seguro e saudável.
05	Treinamento em resiliência e autocuidado: promover treinamentos em resiliência e autocuidado, capacitando os policiais militares a lidar de forma eficaz com situações desafiadoras e a cuidar de sua própria saúde física e mental; técnicas de autorregulação emocional, estabelecimento de limites saudáveis e busca de apoio quando necessário.
06	Sensibilização e educação: promover a sensibilização e a educação sobre questões de saúde física e mental entre a categoria, incentivando a busca de ajuda profissional quando necessário e eliminando estigmas associados à saúde mental. Isso pode ser feito por meio de campanhas de conscientização, palestras e programas de educação continuada.

Fonte: Elaboração dos autores (2023)

7. CONCLUSÃO

O estudo oportunizou a possibilidade de conhecer as principais comorbidades físicas e psicológicas enfrentadas por policiais militares em trabalho ostensivo. Sendo elas vivenciadas negativamente e que afetam negativamente na saúde e bem-estar dos policiais. Transtornos de ansiedade, transtornos do humor, transtorno de estresse pós-traumático e abuso de substâncias foram identificados como as comorbidades mais comuns nessa população.

As causas dessas comorbidades são multifatoriais, envolvendo fatores individuais, organizacionais e sociais. Altos níveis de estresse, violência, falta de suporte institucional, sobrecarga de trabalho e estigma em relação à saúde mental foram citados como elementos-chave que contribuem para o surgimento e agravamento desses problemas de saúde.

Nesse sentido, é crucial implementar medidas preventivas e de suporte adequado para promover a saúde física e mental dos policiais militares. Treinamentos em resiliência e autocuidado, sensibilização e educação sobre saúde mental, e o estabelecimento de uma cultura de cuidado e apoio são estratégias que podem fazer a diferença na vida desses profissionais.

No entanto, é importante ressaltar que a pesquisa na área ainda apresenta lacunas a serem exploradas. Estudos futuros podem se concentrar em investigar a eficácia de diferentes abordagens de treinamento em resiliência e autocuidado, bem como a implementação e avaliação de programas específicos de prevenção e intervenção direcionados aos policiais militares. Além disso, pesquisas adicionais podem analisar o impacto de fatores organizacionais, como políticas de recursos humanos e práticas de gestão, na saúde e bem-estar desses profissionais.

Com o avanço do conhecimento nessa área, será possível desenvolver intervenções mais efetivas e direcionadas, como campanhas de sensibilização e programas de educação continuada sobre saúde física e mental, treinamentos em resiliência e autocuidado, autorregulação emocional e estabelecimento de limites saudáveis, implementação de medidas preventivas e de suporte psicológico, treinamentos de manejo do estresse e estratégias de *coping*, políticas organizacionais de bem-estar e recursos para o manejo adequado do estresse e cesso a serviços de saúde mental e políticas de suporte aos policiais afetados.

Após a realização deste estudo, percebe-se, que existe importantes medidas abertas em questão de estratégias para melhorar a qualidade de vida deste público, bem como o engrandecimento pessoal. Essa é uma área de pesquisa e ação que merece atenção contínua, visando proteger aqueles que estão dedicados a proteger e servir a sociedade.

REFERÊNCIAS

ABREU, G. S. et al. Prevalência de síndrome metabólica e fatores associados em policiais militares do Estado do Rio de Janeiro, Brasil**. Cadernos de Saúde Pública**, v. 33, n. 6, p. e00133115, 2017. Disponível em**:** **<**https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/36338/pdf />. Acesso em**:** abr. 2023.

ALMEIDA, G. R. et al. Prevalência de dor lombar e fatores associados em policiais militares. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 17, n. 3, p. 357-367, 2019. Disponível em**: <**https://www.rbmt.org.br/summary/46**>.** Acesso em**:** mar. 2023.

ALMEIDA, M. L. et al. Prevalência de transtorno de estresse pós-traumático em policiais militares. **Revista de Saúde Pública**, v. 54, p. 25, 2020. Disponível em**:** **<**https://rsp.fsp.usp.br/search/?searchin=site&q=+transtorno+de+estresse+p%C3%B3s-traum%C3%A1tico+>. Acesso em**:** mar. 2023.

ANDRADE, F. A. et al. Estresse, ansiedade, depressão e qualidade de vida em policiais militares de Minas Gerais**. Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, n. 1, p. 155-165, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/i/2016.v21n1/>. Acesso em**:** abr. 2023.

ANDRADE, S. M. et al. *Stress and quality of life among police officers***. Ciência & Saúde Coletiva,** v. 21, n. 4, p. 1245-1254, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/i/2016.v21n4/>. Acesso em**:** mar. 2023.

ARAÚJO, M. R. P. et al. Prevalência e fatores associados ao excesso de peso em policiais militares. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 17, n. 3, p. 361-371, 2019. Disponível em: <https://www.rbmt.org.br/summary/46>. Acesso em**:** abr. 2023.

ARAÚJO, T. M. et al. Prevalência de excesso de peso e fatores associados em policiais militares do Rio de Janeiro, Brasil**. Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 20, n. 1, p. 88-99, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbepid/i/2017.v20n1/>. Acesso em**:** mar. 2023.

COSTA, J. C. et al. Prevalência de sintomas depressivos em policiais militares**. Revista de Saúde Pública**, v. 52, p. 11, 2018. Disponível em: <https://rsp.fsp.usp.br/artigos-volume/?ano=2018&vol=52>. Acesso em**:** abr. 2023.

DALMAS, J. C. S. et al. Prevalência de comorbidades e sintomas depressivos em policiais militares de Minas Gerais**. Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 23, p. E200018, 2020. Disponível em**: <**https://www.scielo.br/j/rbepid/i/2020.v23/>. Acesso em**:** abr. 2023.

LIMA, D. D. et al. Avaliação integrativa das comorbidades em policiais militares. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v. 19, n. 1, p. 45-54, 2021. Disponível

em: <https://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/rbcs/issue/view/1691>. Acesso em**:** mar. 2023.

LIMA, L. P. et al. Revisão integrativa sobre a saúde de policiais militares no serviço ostensivo e preventivo no estado do Rio Grande do Norte. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online**, v. 13, n. 2, p. 564-570, 2021. Disponível em**:** <http://seer.unirio.br/cuidadofundamental>. Acesso em**:** abr. 2023.

LOPES, M A. et al. Prevalência de insônia e sua associação com características sociodemográficas em policiais**. Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 17, n. 2, p. 210-220, 2019. Disponível em**:** <https://www.rbmt.org.br/summary/45>. Acesso em**:** Acesso em**:** mar. 2023.

MACEDO, Leonila Maria Gomes da Costa. **Saúde mental dos policiais militares: revisão integrativa.** 2016. 63 fl. (Trabalho de Conclusão de Curso – Monografia), Curso de Bacharelado em Enfermagem, Centro de Educação e Saúde, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité – Paraíba – Brasil, 2016. Disponível em: <http://dspace.sti.ufcg.edu.br:8080/jspui/handle/riufcg/7528>. Acesso em: mai. 2023.

MEDEIROS, M. F. et al. Fatores associados à síndrome metabólica em policiais militares**. Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 18, n. 3, p. 257-267, 2020.
Disponível em**:** <https://www.rbmt.org.br/details/1539/pt-BR/esgotamento-psicologico-e-qualidade-de-vida-de-agentes-penitenciarias-de-uma-unidade-penal-feminina>. Acesso em**:** abr. 2023.

OLIVEIRA, A. F. et al. Transtornos mentais comuns e fatores associados em policiais militares. **Cadernos de Saúde Pública,** v. 33, n. 12, p. e00123216, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/i/2017.v33n12/>. Acesso em**:** mar. 2023.

OLIVEIRA, L. C. M. et al. Prevalência de transtornos mentais em policiais militares do Brasil: uma revisão sistemática. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 27, n. 4, p. 841-855, 2019. Disponível em**:** **<**https://www.scielo.br/j/cadbto/i/2019.v27n4/>. Acesso em**:** abr. 2023.

SANTOS, A. L. et al. Fatores associados aos sintomas de transtorno de estresse pós-traumático em policiais**. Revista de Saúde Pública**, v. 55, p. 28, 2021. Disponível em**: <**https://rsp.fsp.usp.br/search/?searchin=artigos&tipo=artigo-original&ano=2021&issue=todos&q=>. Acesso em**:** mar. 2023.

SANTOS, E. A. et al. Prevalência de comorbidades e fatores associados em policiais militares do Rio Grande do Norte. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 18, n. 3, p. 209-218, 2020. Disponível em: <https://cdn.publisher.gn1.link/rbmt.org.br/pdf/v18n3a13.pdf>. Acesso em**:** mar. 2023.

SANTOS, M. A. et al. Burnout em policiais militares: revisão integrativa da literatura**. Revista de Enfermagem UFPE Online**, v. 14, n. 7, p. 2024-2032, 2020. Disponível em**:<**https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/243351/34428>. Acesso em**:** abr. 2023.

SANTOS, V. S. et al. Violência ocupacional em policiais militares: uma revisão integrativa da literatura. **Revista de Enfermagem UFPE Online**, v. 13, n. 8, p. 2168-2177, 2019. Disponível em**: <**https://www.ufpe.br/revistaenfermagem>. Acesso em**:** mai. 2023.

SAPORI, L. F**.** Saúde mental do policial militar: um estudo bibliométrico**. Revista Eletrônica Estácio Saúde,** v. 7, n. 1, p. 5-17, 2018. Disponível em**: <**https://estacio.periodicoscientificos.com.br/index.php/saudesantacatarina>. Acesso em**:** abr. 2023.

SILVA, J. S. Prevalência de dor lombar e fatores associados em policiais militares do Rio Grande do Norte**. Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 17, n. 4, p. 430-438, 2019. Disponível em**: <**https://cdn.publisher.gn1.link/rbmt.org.br/pdf/v17n4a07.pdf>. Acesso em**:** mar. 2023.

SILVA, L. B. et al. Burnout em policiais militares: uma revisão sistemática**. Revista Brasileira de Enfermagem,** v. 74, n. 3, p. e20200662, 2021. Disponível em**:** <https://www.scielo.br/j/reben/i/2021.v74suppl3/>. Acesso em**:** mar. 2023.

SILVA, M. S. et al. Condições de trabalho e qualidade de vida de policiais militares do Estado do Rio de Janeiro**. Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 18, n. 3, p. 219-229, 2020. Disponível em**:** <https://www.rbmt.org.br/details/479/pt-BR/fatores-de-prevencao-de-disturbios-osteomusculares-relacionados-ao-trabalho--revisao-narrativa>. Acesso em**:** mai. 2023.

SILVA, R. F. et al. Prevalência de transtornos mentais comuns em policiais militares de Minas Gerais**. Revista de Saúde Pública**, v. 51, p. 36, 2017. Disponível em: <https://bdm.unb.br/bitstream/10483/4636/6/2012_FabriciodaSilvaGoncalves.pdf>. Acesso em**:** mar. 2023.

SILVEIRA, L. M. et al. Síndrome de burnout em policiais militares do Estado do Rio de Janeiro. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, n. 3, p. 897-907, 2016. Disponível em**:** <https://cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/1?q=S%C3%ADndrome+de+burnout&tipo=6>. Acesso em**:** mar. 2023.

TEIXEIRA, M. T. A. et al. Prevalência de doenças osteomusculares em policiais militares do estado do Rio de Janeiro. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 18, n. 1, p. 38-46, 2020. Disponível em**: <**https://www.rbmt.org.br/details/1510/pt-BR/prevalencia-de-sintomas-osteomusculares-e-qualidade-de-vida-de-trabalhadores-tecnicos-administrativos>. Acesso em**:** mai. 2023.

VIEIRA, L. V. et al. Qualidade de vida relacionada à saúde em policiais militares**. Revista Brasileira de Epidemiologia,** v. 22, n. 3, p. e210001, 2019. Disponível em**:** <https://www.scielo.br/j/rbepid/i/2019.v22suppl3/>. Acesso em**:** mar. 2023.

VITAL, M. P. et al. Prevalência de síndrome de burnout em policiais militares do Rio de Janeiro. **Ciência & Saúde Coletiva,** v. 25, n. 2, p. 573-584, 2020. Disponível em**:** <https://www.redalyc.org/journal/4836/483653650025/html/#:~:text=O%20estudo%2

0demonstrou%20que%20n%C3%A3o,alto%20e%20Despersonaliza%C3%A7%C3%A3o%20em%20n%C3%ADvel>. Acesso em: mai. 2023.