



Semana de Extensão - Universidade Tiradentes – UNIT/ 23 a 26 de abril de 2024/ *Short Paper* de Extensão

Promovendo saúde e bem-estar aos servidores da Polícia Federal no Município de Aracaju-SE

Maycon dos Santos Silva
Sophia Andrade Damascena Santos
José Guilherme Silva Nascimento
Raí de Souza Fontes

Orientador: Heriberto Alves dos Anjos

ENQUADRAMENTO DO TRABALHO

- () Direitos Humanos, educação, cultura e sociedade.
- () Economia criativa, mercado e gestão.
- () Novas tecnologias, inovações e desenvolvimento.
- (X) Bem-estar social e educação em saúde.

INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, as instituições laborais têm buscado, cada vez mais, meios que promovam melhorias no ambiente de trabalho, como por exemplo, organização social e estrutural, espaços de execução de tarefas, redução de custos, aproveitamento maior de recursos e funcionários para que haja um aumento da produção e redução de tempo (Silva, 2022).

Portanto, os policiais, principalmente, estão sujeitos a problemas psicossociais e que se não tratados o quanto antes desencadear complicações tanto no ambiente laboral quanto no ambiente familiar e psíquico, além da evacuação imediata do emprego por parte dos próprios servidores, pois pesquisas sobre transtornos mentais evidenciam que em 2016, cerca de 127 mil trabalhadores brasileiros se submeteram a evasão por motivos de incapacidade para o trabalho, doenças e alterações fisiológicas como cefaleia, alterações de sono, fadiga e dores musculares (Guimarães et al, 2020).

Ademais, a rotina de um policial, por exemplo, pode ser um indicador de saúde, pois sua jornada é voltada a aptidões, preparações, treinamentos, esforços físicos e psicológicos influenciando na promoção de saúde, porém a falta de tempo e o excesso de trabalho, esforço, estresse que estes possuem pode acarretar em alterações no aparelho locomotor e doenças, principalmente a doença lombalgia que pode alterar as condições de saúde e rotina no indivíduo, e o afastamento do exercício profissional por parte dos militares (Martins, 2020).

as experiências e os boatos a respeito das desvalorização profissional, perigos físicos, relação social com a comunidade e colaboradores, estresses, submissão a longas jornadas de trabalho, violências, mortes, etc, promovem medo na execução da sua função, além da evidente fragilidade destas organizações em promover saúde tanto mental como física devido a estas condições laborais (Futino et al., 2020).

REFERENCIAL TEÓRICO



Semana de Extensão - Universidade Tiradentes – UNIT/ 23 a 26 de abril de 2024/ *Short Paper* de Extensão
É de conhecimento geral que, a grande demanda de serviços que os policiais prestam à sociedade como um todo tem um grande impacto, tanto político como organizacional. Porém, também é necessário termos em vista que, por diversas vezes e fatores como, o ambiente em que eles atuam, a violência e os momentos de perigo na qual envolvem uma alta tensão, esses profissionais acabam se colocando em situação de risco, muitas vezes violando o próprio bem estar, saúde física e mental em prol do seu trabalho, o que gera uma violação e quebra do direito dos policiais a condições dignas de trabalho. Mas é justamente essa violência gerada no ambiente laboral, que prejudica o comprometimento e o desempenho profissional, e gera insatisfação aos trabalhadores, que prejudicam de fornecerem seu trabalho por vezes de forma qualificada. (SANTOS, *et al*, 2021).

Os policiais estão expostos ao estresse, ao risco de morte, à sobrecarga de trabalho e às relações interpessoais. As responsabilidades com a segurança pública em um país como o Brasil, de grande índice de criminalidade principalmente nas áreas urbanas, demandam um alto investimento e empenho exercido por parte desses profissionais, porém geralmente tendo baixas recompensas e remunerações, podendo este fator levar os profissionais à uma situação de estresse psicossocial. É necessário destacar que, esses riscos de transtornos relacionados ao estresse podem aumentar graças a frustração de recompensas, caracterizado pela falta de reciprocidade no trabalho, ou seja o alto custo, mas baixo ganho (SANTOS, *et al.*, 2021).

Tendo em vista que, entendemos o que é a quebra do direito dos policiais a condições dignas de trabalho e que é algo existente, é adequado articular sobre as doenças mais comuns que podem vir a serem desenvolvidas graças à mesma. As doenças mais comuns são as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), que envolvem as patologias respiratórias crônicas, distúrbios cardiovasculares, câncer e diabetes. Essas anomalias têm potencial de desenvolvimento por mérito também das pesadas cargas de trabalho, poucas horas de sono/repouso e momentos de elevada apreensão no ofício, que influenciam rigorosamente na disparidade da função cardiovascular (COSTA, *et al*; 2020).

PROCEDIMENTOS DE OPERACIONALIZAÇÃO DO PROJETO DE EXTENSÃO

A proposta do projeto trata-se de uma análise através de uma pesquisa, com estimativa rápida, a qual utiliza-se de uma coleta de informações e de dados sobre condições de saúde dos trabalhadores.

Inicialmente, foi feito o agrupamento e a escolha da demanda Caderneta de Saúde para a Polícia Federal, com orientações da professora, em sala. Logo ocorreu a entrega da carta convite, após a análise e a assinatura da coordenadora do curso de Enfermagem, a carta-convite foi direcionada a Dra.Telma Maria, com informações sobre o projeto de pesquisa e convite para participação e contribuição da mesma como mentora.

Diante do retorno da carta, houve a aceitação e também orientações sobre possível reunião/apresentação do grupo com/para a mentora, para que assim pudesse ser exposto a proposta de intervenção, serem esclarecidas dúvidas e acertos.

No dia da reunião marcada, cujo endereço foi na Av. Augusto Franco, 2260- Siqueira Campos, Aracaju-SE, ao chegar, a mentora, Doutora Telma, recepcionou a equipe e orientou-os a respeito da atuação na instituição, que seria a criação de uma Caderneta de Saúde, ou seja, documento para coleta de dados clínicos dos policiais, bem como histórico de doença, aferição de sinais vitais e anamnese básica. A ação foi essencial para a 1ª Semana Da Saúde-Física e Mental-SR/PF/SE, que estaria acontecendo na sede da Polícia Federal em Aracaju. A participação do grupo já estava inclusa no cronograma, marcada para dia 20 de setembro de 2023.

SEMEX

Semana de Extensão - Universidade Tiradentes – UNIT/ 23 a 26 de abril de 2024/ *Short Paper* de Extensão
Durante os dias seguintes, a Cartilha de Saúde e o preenchimento do relatório do projeto foram desenvolvidos de forma on-line, através de artigos científicos na base de dados Scielo. No dia 20 de setembro, marcado para a ação, ocorreu a orientação e divisão de tarefas para a coleta de dados entre os alunos e a mentora sendo realizada a aferição de sinais vitais e anamnese de 38 agentes com a supervisão da Prof^ª Enf^ª Luana Ferreira, da Universidade Tiradentes - UNIT.

ANÁLISE DOS RESULTADOS

No dia 20 de setembro de 2023 foram feita anamnese em 38 pessoas sendo eles 31 homens e 7 mulheres tendo a idade entre 30 a 65 anos, dentro dessa anamnese foram realizada aferição dos sinais vitais como pressão arterial batimentos cardíacos glicose temperatura saturação, histórico de doença pregressa como pressão alta, diabetes ou algum tipo de cirurgia ortopédica e também foi perguntado sobre a prática de exercício físico, ao final de anamnese tinha um qrcode para uma caderneta com algumas formas para melhoria da saúde individual dos policiais, os participantes que tinha mais de 40 anos deveria passar em uma consulta com a médica do local.



CONCLUSÕES

Em síntese, foi possível observar de que modo a rotina afetava principalmente a saúde mental dos policiais federais. Sendo que, principalmente através da coleta dos sinais vitais foi perceptível algumas alterações, dentre elas a principal que foi a pressão arterial (PA), sendo em muitos momentos encontrada de maneira elevada e por vezes chegando a cento e quarenta por noventa, devido ao estresse vivido por esses profissionais em um meio que em muitas circunstâncias é precário de condições verdadeiramente dignas para os mesmos. Sejam essas condições, a falta de treinamento adequado, de um bom retorno financeiro, de arriscar a própria vida em detrimento da população que muitas vezes não reconhece isso e nem os valorizam, entre outras problemáticas, que foram relatadas pelos mesmos. Alguns chegaram a relatar que precisam fazer o uso de anti-hipertensivos, justamente para ajudar no controle dessa condição de grande estresse quase que diário.

A ação que foi feita, permitiu o incentivo ao autocuidado para esses servidores, sendo a Caderneta da Saúde o principal meio, através dela sucedeu as explicações de formas para se cuidar e como esses cuidados poderiam afetar, tanto de maneira direta como indireta, para uma melhoria na saúde mental desses empregados. Relatou-se na mesma sobre a importância da alimentação, da hidratação, de momentos de lazer ou tempo livre com os familiares e amigos, do sono, do quão é importante fazer exames de forma regular para a verificação das taxas de hormônios e proteínas corpóreas que podem influenciar diretamente na saúde mental do indivíduo e ainda sobre procurar uma ajuda profissional para o tratamento de doenças psíquicas, como a ansiedade e a depressão, sendo o psicólogo o profissional mais indicado para isso.



Semana de Extensão - Universidade Tiradentes – UNIT/ 23 a 26 de abril de 2024/ *Short Paper* de Extensão
Diante disso, confirmou-se que as situações precárias é uma das coisas que mais interferem na saúde mental dos agentes, tendo como consequência disso um serviço prestado com menor qualidade. Portanto, se eles estiverem realizando seus serviços fora de situações precárias e se cuidando, isso consequentemente gera uma boa sanidade mental, gerando um ofício de modo mais prazeroso, menos desgastante e o mais importante, de modo mais qualitativo pelo indivíduo.

REFERÊNCIAS

MARTINS, Romulo Cardoso et al. Lesões musculoesqueléticas em Policiais Militares: uma revisão da literatura. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 8, p. e789986134-e789986134, 2020.

SILVA, Milena Garcia da; TOLFO, Suzana da Rosa. Processos psicossociais, saúde mental e trabalho em um instituto federal de educação. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 47, p. e13, 2022.

SOUSA, R. C. DE .; BARROSO, S. M.; RIBEIRO, A. C. S.. Aspectos de saúde mental investigados em policiais: uma revisão integrativa. *Saúde e Sociedade*, v. 31, n. 2, p. e201008pt, 2022.

PEREIRA, G. K.; MADRUGA, A. B.; KAWAHALA, E.. Suicídios em uma organização policialmilitar do sul do Brasil. *Cadernos Saúde Coletiva*, v. 28, n. 4, p. 500–509, out. 2020.

SOUSA, R. C. DE .; BARROSO, S. M.; RIBEIRO, A. C. S.. Aspectos de saúde mental investigados em policiais: uma revisão integrativa. *Saúde e Sociedade*, v. 31, n. 2, p. e201008pt, 2022.

Silva, Wagner Pires. "Extensão universitária: um conceito em construção." *Revista Extensão & Sociedade* 11.2 (2020).

Santos. "Estresse ocupacional e engajamento no trabalho entre policiais militares." *Ciência saúde coletiva* 26, v.12, Dez 2022.

Marins. "Frequência de sintomas musculoesqueléticos entre policiais: revisão sistemática." *BrJP* 3, v.2, Jan-Mar 2020.

Costa. "Qualidade de vida, condições de saúde e estilo de vida de policiais civis." *Revista Gaúcha Enfermagem* 41, 2020

GUIMARÃES, Liliana Andolpho Magalhães; LAUDELINO NETO, Alessandra; MASSUDA JÚNIOR, João. Intervenção integrada em saúde mental do trabalhador em uma corporação policial de Campo Grande (MS). **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 45, p. e8, 2020.

FUTINO, Regina Silva et al. Saúde mental no trabalho de segurança pública: estudos, abordagens e tendências da produção de conhecimento sobre o tema. 2020.