

FATORES ASSOCIADOS AO DESENVOLVIMENTO DA SÍNDROME DE *BURNOUT* EM POLICIAIS MILITARES DE IMPERATRIZ, MA

ASSOCIATED FACTORS TO THE DEVELOPMENT OF *BURNOUT* SYNDROME IN MILITARY POLICIES OF IMPERATRIZ, MA

Walber Santos Herênio¹
Pedro Mário Lemos da Silva²
Daniela Lima Campos¹
Poliana Lima Campos³
Sergio Ryschank Dias Belfort¹

RESUMO

Síndrome de *burnout* (SB) é um fenômeno relacionado a respostas organismo a fatores estressores presentes no ambiente laboral. A Polícia Militar (PM) é a primeira linha no combate à criminalidade. Nesse sentido, suas condições de trabalho podem expô-los sofrimento psíquico e emergência desta doença. O objetivo do estudo foi elucidar as principais características da PM de Imperatriz, MA relacionadas a SB. A pesquisa teve caráter transversal e analítico. Foi aplicado um questionário abordando questões sociodemográficas e sobre exaustão emocional. A análise das variáveis foi feita utilizando frequências absoluta e relativas e as associações realizadas através do teste qui-quadrado. Como resultados obteve-se que 36,29% dos entrevistados tinham possibilidade de desenvolver SB; 12,90% haviam sinais de instalação da síndrome e 8,06% poderiam estar em fase considerável da doença. A maioria dos policiais que possuíam algum indicio da SB eram casados ou em união estável (31,5%) e possuíam mais que 4 anos de atuação (27,4%), ademais notou-se que ocorrência de sintomas era mais significativa no sexo masculino (40,3%). Os dados contribuíram para fortalecer a necessidade de uma atenção especial para a população estudada. Portanto, sendo a síndrome de *burnout* uma doença decorrente do estresse laboral, precisa ser combatido de maneira incisiva.

Palavras-chave: Estresse; Polícia Militar; Síndrome de *burnout*.

ABSTRACT

Burnout syndrome (BS) is a phenomenon related to organism responses to stressors present in the work environment. The Military Police (MP) is the first line in the fight against crime. In this sense, their working conditions can expose them to the psychological suffering and emergence of this disease. The objective of the study was to elucidate the main characteristics of MP of Imperatriz-MA related to BS. The research was transversal and analytical. A questionnaire was applied addressing sociodemographic issues and emotional exhaustion. Variables were analyzed using absolute and relative frequencies, and associations performed using the chi-square test. As a result, it was obtained that 36.29% of the interviewees had the possibility of developing BS; 12.90% had signs of the syndrome and 8.06% could be at a considerable stage of the disease. The majority of the participants who had some indication of BS were married or in a stable union (31.5%) and had more than 4 years of service (27.4%), in addition, it was noticed that the occurrence of symptoms was more significant in the sex male (40.3%). The data contributed to strengthening the need for special attention to the population studied. Therefore, since *burnout* is a disease due to occupational stress, it must be tackled in an incisive manner.

Keywords: *Burnout* syndrome; Military police; Stress.

Discente do curso de Medicina da Universidade Federal do Maranhão*

² Docente do curso de Medicina da Universidade Federal do Maranhão. Mestre em Saúde do Adulto e da Criança pela Universidade Federal do Maranhão.

³ Discente do curso de Medicina do Centro Universitário Tocantinense Presidente Antônio Carlos

1 INTRODUÇÃO

Síndrome do *burnout* (SB) pode ser definida como um fenômeno multifatorial, relacionado a respostas crônicas do organismo a diversos estressores presentes no ambiente laboral, sendo esta responsável por um estado de esgotamento mental e físico. Trata-se de uma afecção que atinge principalmente profissionais da educação, saúde e policiais devido a fatores extrínsecos e intrínsecos das respectivas funções. Pode ser caracterizada pela exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional, destacando-se por afetar de modo considerável a qualidade de vida do trabalhador^{1,6}.

A Polícia Militar (PM) é a primeira linha no combate à criminalidade e, portanto, lida rotineiramente com situações de perigo. Os níveis elevados de estresse desses profissionais relacionam-se principalmente à natureza dos serviços prestados por eles, já que devem suportar constantemente altas pressões ligadas ao risco de vida a que os próprios e a comunidade estão sujeitos. Evidências apontam que as características da atividade policial e suas condições de trabalho podem expô-los a ameaças físicas, sofrimento psíquico, tabagismo, alcoolismo e ideação suicida que contribuem para a emergência da síndrome de *burnout* nessa população^{1,11,12}.

No âmbito atual, há um cenário de guerra, onde os militares enfrentam exigências extremas e vigilância constante. Tal situação provoca estados de privação de sono, fadiga e afastamento prolongado da família. Do outro lado, a população espera desse policial um atendimento de qualidade e humanizado, pois o indivíduo que se encontra em perigo e fragilidade psicológica necessita ser atendido por um profissional preparado. Com essa perspectiva, hoje cabe à ciência o desenvolvimento de melhores métodos para a detecção dessa forma de psicopatologia, o que possibilitaria a adoção de tratamentos eficazes cada vez mais amplos a esses profissionais, visto a condição de vulnerabilidade em que se encontram quando se trata de sofrimento psíquico^{11,12}.

É bem reconhecido na literatura que as características pessoais interferem no comportamento dos indivíduos no trabalho. O cansaço físico e a falta de equilíbrio emocional podem fazer com que os policiais assumam atitudes impensadas durante crises e situações problemáticas. Sendo assim, tais ações podem levar à falta de eficiência na realização do exercício profissional, expondo os policiais e a população em geral a perigos em potencial. Dessa forma, a precária estrutura do trabalho, sobrecarga e assédio moral, colaboram para que a doença mental saia da situação de uma tragédia isolada para um drama generalizado que ultrapassa o risco ocupacional^{5,7}.

A importância da PM para manutenção da ordem pública é irrefutável, por esta razão investir na promoção da saúde mental dos seus agentes é medida imprescindível, sem a qual toda a sociedade estará fadada ao fracasso. Logo, é urgente o oferecimento de condições de trabalho dignas aos policiais, com o objetivo de impedir que homens e mulheres dedicados às suas profissões tenham sua psique sacrificada. Nesse sentido, pesquisas como esta são relevantes no que diz respeito a identificar o quanto o ambiente laboral influencia na qualidade de vida desses trabalhadores, bem como reconhecer os fatores estressores que possam sofrer intervenção e estejam relacionados com a SB.⁶ Somente dessa forma será possível construir uma visão ampla sobre o assunto e o seu impacto no município de Imperatriz – MA.

Portanto, levando em conta a relevância do assunto, o presente estudo teve como objetivo compreender e elucidar as principais atividades do Policial Militar de Imperatriz do Maranhão e fatores determinantes ao seu redor que impactam sua saúde, causando estresse e a Síndrome de *burnout*.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

O presente artigo foi desenvolvido a partir de um estudo transversal e analítico, realizado na cidade de Imperatriz, MA, entre os meses de junho de 2018 a setembro de 2018.

Os indivíduos incluídos na pesquisa foram policiais formalmente vinculados à Polícia Militar do estado do Maranhão com atuação na cidade de Imperatriz – MA, independente de idade, cor/raça, religiosidade, escolaridade e condição de saúde, que estivessem em atividade nas ruas, e que após esclarecimentos sobre a pesquisa e assinatura do consentimento informado, aceitaram participar do estudo.

Foram excluídas pessoas que responderam parcialmente o questionário ou não estavam dentro dos critérios de inclusão descritos. Os participantes foram contatados por meio de prospecção ativa dos pesquisadores, por indi-

cação de órgãos de classe e de outros membros.

A amostra foi composta pelo total de 124 indivíduos, calculada de acordo com a fórmula para estudos transversais com a população finita: $n=N \cdot \delta^2 \cdot (Z\alpha/2)^2 / (N-1) \cdot (E)^2 + \delta^2 \cdot (Z\alpha/2)^2$. Onde: n=tamanho da amostra; $Z\alpha/2$ = valor crítico para o grau de confiança; δ = desvio padrão populacional da variável; E= erro padrão; N=tamanho da população finita (680). Foram considerados como parâmetros o coeficiente de confiança de 95% (1,96) e o erro amostral de 8%.

Como meio de reunir as informações necessárias para o estudo foi realizada a aplicação de um questionário adaptado, semiestruturado, distribuído aleatoriamente, abordando as questões sociodemográficas e informações relacionadas a atuação profissional, além dos principais riscos e agravos à saúde física e psicológica dessa população.

Para efetuar a coleta de dados foram visitados locais de trabalho e formação dos policiais. Antes das aplicações dos questionários foram explicados aos participantes os objetivos da pesquisa, justificativa, procedimentos, riscos e benefícios, e garantido o anonimato. A seguir, foi apresentado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), que foi lido e assinado por aqueles que demonstraram interesse em participar, declarando assim anuência quanto aos procedimentos apresentados.

As variáveis colhidas inicialmente foram em relação ao sexo, idade, tempo de atuação e utilização ou não de indutores de sono. Além disso, para a avaliação psicológica dos profissionais, foi aplicada a subescala de exaustão emocional do *Maslach Burnout Inventory for Human Service Survey* (MBI HSS), traduzida e adaptada por Chafic Jbeili⁶, composta por 20 itens, que permitem a avaliação de vivências dessa dimensão do *burnout*, respondidos numa gradação de 0 (nunca) a 5 (diariamente) [ex. de item: “Sinto-me esgotado emocionalmente em relação ao meu trabalho”].

Após as respostas de acordo com a subescala, os resultados podiam variar de 0 a 100 pontos onde, de 0 a 20 não havia alterações psicológicas, com 21 a 40 pontos existia a possibilidade da síndrome, 41 a 60 pontos indicava *burnout* em fase inicial, com 61 a 80 pontos a síndrome começava a se instalar e de 81 a 100 pontos, o escore representava uma fase considerável de *burnout*.

Finalmente, as variáveis demográficas e clínicas foram cruzadas com a presença ou não de algum indicio da Síndrome de *burnout*. Para isso, foram criados dois grupos a partir da pontuação da subescala, o primeiro ia de 0 a 40 e incluía os policiais que ainda não possuíam nenhum sintoma da síndrome, mesmo que possuíssem a possibilidade de desenvolvê-la. No segundo grupo, foram incluídos pacientes que tinham qualquer nível de indicio da doença, ou seja, todos que possuíam pontuação de 41 a 100.

A análise descritiva para as variáveis qualitativas foi feita por meio da distribuição das frequências absoluta e relativa. A fim de avaliar estatisticamente a associação entre as duas variáveis qualitativas, foi utilizado o teste qui-quadrado ou o exato de Fisher, quando indicado (célula com $n < 5$). Todas as análises estatísticas referidas foram efetuadas com o programa EpiInfoTM (versão 7), sendo adotado o intervalo de confiança de 95,0% e um nível de significância em todos de 5,0% ($p < 0,05$) em todos os testes.

Foram empregados todos os procedimentos éticos presentes na resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS). Por se tratar de uma pesquisa que envolve seres humanos, foi submetida para apreciação ao comitê de ética em pesquisa do Hospital Universitário da Universidade Federal do Maranhão – HUUFMA, CAAE: 97686418.9.0000.5087.

3 RESULTADOS

Visando analisar a incidência do estresse ocupacional e a SB nos policiais militares da cidade de Imperatriz-MA, a seguir aponta-se os resultados da pesquisa.

A Tabela 1 mostra uma maior prevalência de profissionais com idade entre 31 e 40 anos (43,5%), seguidos pela faixa etária de 21 a 30 anos (33,1%). Somente 23,4% dos entrevistados tinham mais de 40 anos. Em relação ao gênero, ocorreu predominância do sexo masculino, representando 80,7% da população estudada.

No que se refere ao estado civil dos entrevistados, observou-se um maior número de participantes casados, representando 36,3% do total. 25% dos policiais militares declararam vivem em união estável, 22,6% eram solteiros e apenas 16,1% encontravam-se no estado separado/divorciado. Quanto ao tempo de atuação, houve um predomínio de profissionais atuantes há menos de 4 anos (55,7%).

Tabela 1: Características sociodemográficas na população estudada

Variáveis	Geral (n = 124)
Faixa etária (anos)	
21-30	41 (33,1%)
31-40	54 (43,5%)
> 40	29 (23,4%)
Sexo	
Masculino	100 (80,7%)
Feminino	24 (19,3%)
Estado civil	
Solteiro	28 (22,6%)
Casado	45 (36,3%)
Separado/ Divorciado	20 (16,1%)
União Estável	31 (25,0%)
Tempo de atuação profissional	
≤ 4 anos	69 (55,7%)
> 4 anos	55 (44,3%)

Em relação as características clínicas dos policiais militares da cidade de Imperatriz, MA (Tabela 2), deve-se destacar que, apesar da maioria dos entrevistados terem relatado a não utilização de indutores de sono (75,8%), uma parcela considerável destes relatou a necessidade do uso frequente de tais artifícios para dormir (24,2%).

A tabela 2 também apresenta a pontuação obtida com a aplicação do instrumento de coleta de dados, pelo qual realizou-se uma identificação preliminar do risco de desenvolvimento da Síndrome de *burnout* pelos profissionais atuantes na Polícia Militar de Imperatriz, MA.

De acordo com o questionário foram encontrados os seguintes resultados: A maior parte dos entrevistados (36,3%) apresentavam chance de desenvolver SB. 22,6% deles demonstraram sinais de possivelmente estar em fase inicial da doença, 20,2% dos participantes, porém, não apresentaram nenhum indício de *burnout*, e entre os resultados mais preocupantes, 12,9% já continham sinais de instalação da síndrome, e 8,1% poderiam estar em fase considerável.

Tabela 2: Características clínicas da população estudada

Variáveis

Geral (n = 124)

Utilização de indutores de sono

Utiliza	30 (24,2%)
Não Utiliza	94 (75,8%)

Identificação Preliminar da Síndrome de *Burnout*

Pontuação	Significado	
0-20	Nenhum indício de <i>burnout</i>	25 (20,1%)
21-40	Possibilidade de desenvolver <i>burnout</i>	45 (36,3%)
41-60	Fase inicial de <i>burnout</i>	28 (22,6%)
61-80	<i>Burnout</i> começa a se instalar	16 (12,9%)
81-100	É possível estar numa fase considerável de <i>burnout</i>	10 (8,1%)

Em relação aos cruzamentos realizados, não houve associação estatisticamente significativa entre a faixa etária e o uso de indutores de sono com a presença de alguma manifestação da SB. A maior parte dos participantes que possuíam algum indício da síndrome eram casados ou possuíam união estável ($p=0,03$). Já em relação ao sexo, quase nenhuma mulher apresentava algum indício da síndrome, porém quando se compara ao sexo masculino, 50% possuía algum sintoma e 50% não ($p=0,003$). No que diz respeito ao tempo de atuação, notou-se que a maior parte dos profissionais que não possuía nenhum sinal dessa patologia possuíam menos que 4 anos de atuação, o contrário também foi verdadeiro ($p < 0,001$) (Tabela 3).

Tabela 3: Relação entre as variáveis e a presença de indícios da Síndrome de *burnout*

Parâmetros	Pontuação SB		Valor de p
	0 - 40	41 - 100	
Estado civil			
Casado/ União estável	36 (29,0%)	39 (31,5%)	0,03
Solteiro / Divorciado	34 (27,4%)	15 (12,1%)	
Faixa etária			
≤ 35	41 (33,1%)	23 (18,5%)	0,11
> 35	29 (23,4%)	31 (25,0%)	
Sexo			
Feminino	20 (16,2%)	4 (3,2%)	0,003
Masculino	50 (40,3%)	50 (40,3%)	
Tempo de atuação			
≤ 4 anos	49 (39,5%)	20 (16,2%)	< 0,001
> 4 anos	21 (16,9%)	34 (27,4%)	
Uso de indutores de sono			
Não	49 (39,5%)	45 (36,3%)	0,13
Sim	21 (16,9%)	9 (7,3%)	

SB: Síndrome de *burnout*

4 DISCUSSÃO

Segundo Ascari² et al. (2016), algumas características do profissional, mesmo que não provoquem a Síndrome de *burnout*, podem acabar facilitando ou inibindo a atuação de agentes estressores. Entre elas pode-se considerar a idade, sexo, nível educacional, estado civil, presença de filhos, tipo de personalidade, falta de motivação, idealismo, entre outras.

Nesta pesquisa, quando se analisou o gênero, observou-se a predominância do sexo masculino, representando 80,65% do total de entrevistados, resultado este que foi compatível com o encontrado em outros estudos nacionais^{2,4,14,19}. Tal fato pode ser explicado pela forma de organização dos concursos das instituições militares, que estabelecem cota para o número de participantes do sexo feminino que podem ser aprovados, a fim de teoricamente atender as capacidades biológicas do indivíduo¹⁶.

Ao realizar-se uma comparação entre os sexos e a presença de sintomatologia da Síndrome de *burnout*, percebeu-se no presente estudo que, diferente do encontrado em trabalhos como os realizados por Dantas³ et al. (2010) e Rosset¹⁸ et al. (2008), quase nenhuma mulher apresentava algum indício da doença. Já em relação aos homens, 50% possuíam algum sintoma e 50% não, o que demonstrou que a ocorrência de sintomas era mais significativa no sexo masculino que no feminino ($p=0,003$).

Tais resultados, embora contraditórios com outras pesquisas realizadas^{3,9,18}, possivelmente podem ser atribuídos as diferenças de funções designadas a cada sexo. Segundo Ribeiro¹⁶ (2018), ainda hoje, apenas 34,3% das mulheres estão alocadas nas atividades operacionais, isto é, de rua, contra 56% de homens. Já em funções como gestão e apoio as mulheres participam ativamente, chegando a nesta última representarem quase o dobro da proporção de homens (24,2% versus 12,8%)¹⁶. Segundo Dantas³ et al. (2010), os profissionais operacionais poderiam apresentar maior índice de estresse provavelmente pela condição que enfrentam no seu dia a dia de trabalho, entrando em confronto direto com as possíveis demandas.

Quanto a faixa etária, observou-se maior prevalência de profissionais com idade entre 31 e 40 anos (43,5%), que se assemelha ao encontrado por De Souza⁴ et al. (2012) em que este grupo representava 43,1% do total estudado. Segundo Dantas³ et al. (2010) e Rossetti¹⁸ et al. (2008), a presença de exaustão seria mais marcante nos profissionais mais jovens, que poderia estar relacionado com a maior experiência acumulada pelos mais velhos, os quais estariam menos vulneráveis a agentes estressores. Porém, na presente investigação, não foram encontradas relações estatisticamente significativas entre faixa etária e a presença de sintomatologia de SB ($p=0,11$).

No que se refere ao estado civil dos entrevistados, observou-se um maior número de participantes casados (36,3%), que foi compatível a estudos semelhantes^{2,4,19}. É importante ressaltar que este grupo, juntamente com os que se encontravam em união estável, foi o que mais apresentou algum estágio da SB ($p=0,03$). Este resultado pode advir do estabelecimento de um desequilíbrio entre a convivência com a família e a carga de trabalho excessiva, já que estes policiais muitas vezes têm de estar disponíveis para as emergências 24 horas por dia. Além disso, não é incomum que estes tenham que lidar constantemente com ameaças feitas aos seus entes mais próximos. Tais fatos podem ainda se aliar a falta de sensibilidade das instituições militares quando se refere a vida familiar desses trabalhadores. Tudo isso pode contribuir para potencializar os agentes estressores intrínsecos a essa área⁸.

Em relação ao tempo de profissão, houve um predomínio de policiais que trabalhavam a menos de 4 anos (55,7%). Os que atuavam a mais tempo apresentaram menor prevalência (44,3%). Este dado é importante pois, notou-se que a maior parte dos profissionais que não possuía nenhum nível de Síndrome de *burnout* estavam na corporação por um período menor que 4 anos, o contrário também foi verdadeiro ($p<0,001$). Neste sentido, Trigo²¹ et al., (2007) observaram que um dos fatores de risco para *burnout*, é o tempo de atuação, mesmo que o profissional “ame sua profissão” e o local onde trabalha. Este resultado salienta que as condições laborais e a corporação em si podem ser consideradas como mais uma fonte geradora de transtornos relacionados ao estresse²⁰.

O sono irregular dos policiais militares é outro fator que pode contribuir para elevados níveis de estresse, considerando a presença de turnos alternados, excesso de esforço físico e atividades laborais com altos níveis de exigência. Essas condições podem levar a insônia, que eleva a sonolência diurna e representa uma subtração do estado de atenção dos indivíduos, prejudicando a qualidade de vida destes. Nessa pesquisa observou-se que 24,19% profissionais faziam uso de indutores de sono, apesar desse número, não foram encontradas relações estatisticamen-

te significativas entre a utilização desse artifício e a pontuação da SB¹⁷.

De acordo com a aplicação do questionário foi possível encontrar os seguintes resultados conforme a tabela: 36,29% dos entrevistados tinham possibilidade de desenvolver *burnout*, na qual Jibeili⁷ (2008) orienta a trabalhar as recomendações da prevenção da síndrome; 22,58% demonstraram sinais de que possivelmente estavam em fase inicial do *burnout*, onde o autor sugere: “procure ajuda profissional para debelar os sintomas e garantir, assim, a qualidade no seu desempenho profissional e a sua qualidade de vida”; 20,16% dos participantes, porém, não apresentaram nenhum indício de *burnout*, e entre os resultados mais preocupantes, 12,90% apresentaram sinais de instalação da síndrome, onde, segundo o autor supracitado, o profissional deve procurar ajuda especializada para prevenir a piora dos sintomas, e 8,06% poderiam estar em fase considerável de *burnout*, porém, este o quadro é perfeitamente reversível, e o entrevistado deve procurar um profissional competente de sua confiança para confirmar o diagnóstico e dar início ao tratamento o quanto antes⁷.

Dantas³ et al. (2010) em seu estudo com policiais militares observou que (44,7%) apresentaram alguma sintomatologia de estresse. Lipp⁹ (2009) apresentou resultados parecidos (43%), que podem estar relacionados ao eminente risco de morte, sendo superior a agentes dos outros órgãos de segurança, como Guarda Municipal e Polícia Civil. De acordo com Moraes e Souza¹² (2018) este fato ainda pode ser devido as dificuldades enfrentadas pela PM (combate à criminalidade, possibilidades de acidentes de trânsito e agressões).

Enfim, é evidente a vulnerabilidade dos profissionais das atividades de segurança pública¹⁵ e maior a suscetibilidade ao estresse e *burnout*^{11,20}. Assim, entende-se que o profissional de atuação nessa área requer maior atenção quanto ao aspecto psicológico²⁰, especialmente o policial militar, considerando que a profissão impõe uma carga excessiva de trabalho capaz de influenciar os níveis de desgaste emocional e físico destes indivíduos^{4,8}. Cabe ainda citar que à Síndrome de *burnout*, tem o desenvolvimento insidioso e pode passar despercebido pela maioria dos indivíduos, devido a sintomatologia múltipla, com predomínio do cansaço emocional¹³.

5 CONCLUSÕES:

O presente estudo possibilitou delinear aspectos associados ao sofrimento psíquico entre policiais militares do município de Imperatriz – MA e permitiu identificar alguns fatores relacionados com a saúde mental desses profissionais. De acordo com os resultados obtidos, constatou-se que a menor parte dos entrevistados já apresentavam sinais de instalação da síndrome de *burnout* ou poderia estar em fase considerável da doença. Contudo, a maior porcentagem dos participantes do estudo estava no grupo em que havia possibilidade de desenvolvimento da doença, risco esse que deve ser alertado.

Além disso, percebeu-se que a maioria dos participantes que possuíam algum indício da síndrome eram casados ou em união estável e possuíam mais que 4 anos de atuação na corporação, ademais notou-se que ocorrência de sintomas era mais significativa no sexo masculino que no feminino. Os dados contribuíram para fortalecer a necessidade de uma atenção especial para a população estudada. Sendo a SB uma doença ocupacional, decorrente do estresse laboral, a mesma precisa ser combatida de maneira incisiva. Neste contexto, salienta-se a necessidade de medidas concretas como o desenvolvimento de espaços de escuta dos problemas que os policiais vivenciam no cotidiano, a fim de melhorar tanto desempenho técnico quanto a qualidade de vida para eles e suas famílias.

A limitação da pesquisa está em o instrumento utilizado descrever um momento específico dos entrevistados, situação que pode modificar-se diante de suas atividades diárias.

REFERÊNCIAS

1. Alves JSC, Bendassolli PF, Gondim SMG. Trabalho emocional e burnout: um estudo com policiais militares. Av en Psicol Latinoam 2017;35(3):459–72.

2. Ascari RA, Dumke M, Dacol M, Junior SM, Sá CA, Lauter L. Prevalência de risco para síndrome de Burnout em policiais militares. *Cogitare Enferm* 2016;21(2):1–10.
3. Dantas MA, Brito DVC, Rodrigues PB, Maciente TS. Avaliação de estresse em policiais militares. *Psicol Teor e Prática*. 2010;12(3):66–77.
4. De Souza ER, Minayo MCS, Silva JG, Pires TO. Fatores associados ao sofrimento psíquico de policiais militares da cidade do Rio de Janeiro, Brasil. *Cad Saude Publica*. 2012; 28(7):1297–311.
5. Dos anjos IEP, Souza AA. A importância da saúde mental no trabalho do policial militar. [Monografia]. Goiás: Comando da Academia da Polícia Militar de Goiás (CAPM); 2018. Disponível em: <https://acervodigital.ssp.go.gov.br/pmgo/bitstream>.
6. Ferreira WFS, De Vasconcelos CR, Oselame GB, De Oliveira EM, Dutra DA. A Síndrome de Burnout em um hospital militar e sua inter-relação com a enfermagem. *Rev Elet Fainor* 2016; 9(2):124-145.
7. Jbeili, C. Questionário Jbeili para Identificação Preliminar da Burnout. 2008. Disponível em: http://www.chafic.com.br/index_arquivos/burnout.pdf.
8. Lipp MEN, Costa KRSN, Nunes VO. Estresse, qualidade de vida e estressores ocupacionais de policiais: Sintomas mais frequentes. *Rev Psicol Organ Trab*. 2017; 17(1): 46–53.
9. Lipp MEN. Stress and quality of life of senior Brazilian police officers. *Span J Psychol* 2009; 12(2): 593–603.
10. Lipp MEN. Stress and quality of life of senior brazilian police officers. *Span J Psychol* 2016; 12(2): 100-104.
11. Magalhães J, Silva G, Santos Y. Os efeitos do stresse e burnout em militares : uma breve revisão bibliográfica para a identificação da problemática The effects of stress and burnout in the military service : a brief literature review on the identification of the problem. *Psique* 2013; 9: 75–97.
12. Moraes MRV, De Souza AA. Saúde mental do policial militar. 2018. Disponível em: https://acervodigital.ssp.go.gov.br/pmgo/bitstream/123456789/1317/1/972650465698_Maurilio_Ribeiro_Vinhal_Moraes_Dep%C3%B3sito_final_Revisado_13447954205790.docx.pdf
13. Moreira DS, Magnago RF, Sakae TM, Magajewski FRL. Prevalência da síndrome de burnout em trabalhadores de enfermagem de um hospital de grande porte da Região Sul do Brasil. *Cad Saude Publica* 2009; 25(7): 1559–68.
14. Oliveira KL, Dos Santos LM. Percepção da saúde mental em policiais militares da força tática e de rua. *Sociologias*. 2010; 12(25): 224–50.
15. Oliveira PLM, Bardagi MP. Estresse e comprometimento com a carreira em policiais militares. *Bol Psicol* 2009; 59(131): 153-166.
16. Ribeiro L. Polícia Militar é lugar de mulher ? *Rev Est Fem*. 2015; 26(1): 1–15.
17. Rocha MC, De Martino MM. Estresse e qualidade do sono entre enfermeiros que utilizam medicamentos para dormir. *Acta Paulista Enferm* 2009; 22(5): 658-65.
18. Rossetti MO, Ehlers DM, Guntert IB, Leme IFAS, Rabelo ISA, Tosi SMVD, et al. Lipp's inventory of symptoms os stress for adults (ISSL) in federal civil servants of São Paulo. *Rev Bras Ter Cogn*. 2008; 4(2): 108–19.
19. Silva CCS, Dos Santos GM, Amorim MS, Costa MMH, De Medeiros SM. Burnout Syndrome Among Civilian Police Officers. *Reme Rev Min Enferm* 2018; 22:1–7.
20. Souza LAS, Torres ARR, Barbosa GA, De Lima TJS, De Souza LEC. Bem-Estar Subjetivo e Burnout em Cadetes Militares: O Papel Mediador da Autoeficácia. *Psicol Reflex Crítica* 2015; 28(4): 744–52.
21. Trigo TR, Teng CT, Hallak JEC. Síndrome de burnout ou estafa profissional e os transtornos psiquiátricos. *Rev Psiq Clín* 2007; 34(5): 223-233.