

**Factores generadores de estrés en policías militares: revisión sistemática**  
**Fatores geradores de estresse em policiais militares: revisão sistemática**  
**Factors generators stress in military police: systematic review**

**Recibido: 19/10/2017**  
**Aprobado: 26/06/2018**  
**Publicado: 27/09/2018**

**Mayelle Tayana Marinho<sup>1</sup>**  
**Marina Batista Chaves Azevedo de Souza<sup>2</sup>**  
**Mairana Maria Angelica Santos<sup>3</sup>**  
**Maísa Alves de Albuquerque da Cruz<sup>4</sup>**  
**Barbara Iansã de Lima Barroso<sup>5</sup>**

Este estudio tuvo como objetivo identificar los factores generadores de estrés más recurrentes en policías militares descritos en las producciones científicas. Se trata de una revisión sistemática por el método PRISMA, realizada a través de las bases de datos Pubmed, *Scielo* y BVS, utilizando los descriptores “*Military Police*” y “*Polícia Militar*” u “*Occupational hazard*” y “*Risco ocupacional*” u “*Occupational stress*” y “*Estresse ocupacional*”, realizado en abril de 2015. Se identificaron 4.490 trabajos, de los cuales 4.424 fueron excluidos después de la lectura del título, por no ser elegibles. De los 66 estudios, 17 fueron descartados por ser duplicados, restando 49 artículos. En la lectura de los resúmenes, fueron excluidos 16, que no estaban disponibles *online* de forma completa. Así, restaron 17 estudios, con exclusión de 7 por criterios de elegibilidad. Las mujeres son más afectadas por el estrés en el trabajo en la Policía Militar. En las cuestiones referentes a la edad o al tiempo de trabajo, los más jóvenes o con menos tiempo de profesión son los que menos sufren con los problemas relacionados al estrés del trabajo. La elevada carga de violencia a la cual son expuestos es otro posible inductor de los altos índices en los estudios levantados.

**Descriptores:** Policía; Salud mental; Trastornos mentales; Salud laboral.

Este estudo teve como objetivo identificar os fatores geradores de estresse mais recorrentes em policiais militares descritos nas produções científicas. Trata-se de uma revisão sistemática pelo método PRISMA, realizada através das bases de dados: Pubmed, *Scielo* e BVS, utilizando os descritores “*Military Police*” AND “*Polícia militar*” OR “*Occupational hazard*” AND “*Risco ocupacional*” OR “*Occupational stress*” AND “*Estresse ocupacional*”, realizado em abril de 2015. Identificaram-se 4.490 trabalhos, dos quais 4.424 foram excluídos depois da leitura do título, por não serem elegíveis. Dos 66 estudos, 17 foram descartados por serem duplicados, restando 49 artigos. Na leitura dos resumos, foram excluídos 16, que não estavam disponíveis *online* de forma completa. Assim, restaram 17 estudos, com exclusão de 07 por critérios de elegibilidade. As mulheres são as mais afetadas pelo estresse no trabalho na Polícia Militar. Nas questões referentes à idade ou ao tempo de serviço, os mais novos ou com menos tempo de profissão são os que menos sofrem com os problemas relacionados ao estresse no trabalho. A elevada carga de violência à qual são expostos é outro possível inductor dos altos índices nos estudos levantados.

**Descriptores:** Polícia; Saúde mental; Transtornos mentais; Saúde do trabalhador.

The aim of the present study was to verify the publications about the use of the cycloergometer in patients in palliative care. It is a review performed in the databases: SciELO, PEDro, and PubMed. The following descriptors were used: Palliative Care; Physical Therapy; Exercise and Fatigue. The boolean system was applied, using the technique of crossing of descriptors. Regarding the strategy of selection, the titles and abstracts were considered, following the criteria: publication period from 2013 to 2017; articles in Portuguese and English; the theme of physical exercise on the PC process. Thus, from an initial result of 16 articles, eight were selected, which attended to the criteria. The aerobic physical exercise associated with the anaerobic, found in literature, generates benefits on fatigue and in the syndrome of immobility. However, studies that investigated the use of cycloergometer in patients under palliative care were not found.

**Descriptors:** Police; Mental health; Mental disorders; Occupational health.

1. Terapeuta Ocupacional. Especializanda en la modalidad Residencia Multiprofesional en Salud de la Familia por la Universidad Federal de Pernambuco (UFPE), Recife, PE, Brasil. ORCID: 0000-0002-6299-3103 E-mail: may-elle@hotmail.com
2. Terapeuta Ocupacional. Magister en Administración y Sociedad. Doctoranda en Terapia Ocupacional por la Universidad Federal de São Carlos. Profesora Asistente del Departamento de Terapia Ocupacional de la Universidad Federal da Paraíba (UFPB), João Pessoa, PB, Brasil. ORCID: 0000-0003-0704-0534 E-mail: marinabs91@hotmail.com
3. Terapeuta Ocupacional. Especialista en Trastornos del Desarrollo y del Espectro Autista por el Centro Integrado de Educación. João Pessoa, PB, Brasil. ORCID: 0000-0002-9782-9426 E-mail: mairanam@outlook.com
4. Terapeuta Ocupacional. Especializanda en la modalidad Residencia Multiprofesional en Salud Mental por la UFPB João Pessoa, PB, Brasil. ORCID: 0000-0002-62665249 E-mail: maisa.albuquerque@hotmail.com
5. Terapeuta Ocupacional. Especialista en Tecnología Asistida. Magister en Ingeniería de Producción. Doctoranda en Ciencias de la Rehabilitación por la Universidad de São Paulo. Profesora Adjunta del Departamento de Terapia Ocupacional de la UFPB, João Pessoa, PB, Brasil. ORCID: 0000-0002-3591-4350 E-mail: barbarabarroso@yahoo.com.br

## INTRODUCCIÓN

Los estudios sobre estrés vienen despertando mucha atención académica y social, debido a su incidencia y prevalencia. El estrés ocupacional viene ganando proporciones debido al impacto negativo que causa a la salud física y mental, a las actividades sociales, a la capacidad de trabajar y a la calidad de vida de los individuos<sup>1</sup>.

Las reacciones de estrés ocurren cuando el individuo pierde la capacidad de adaptarse al trabajo que ejerce por causa de eventos y de sobrecargas emocionales en los ámbitos afectivo, familiar, profesional y/o social<sup>2</sup>. Sin embargo, las respuestas y la sintomatología dependen de la personalidad de cada uno. Investigaciones nacionales e internacionales apuntan que los policías están entre los profesionales que más sufren de estrés, pues están constantemente expuestos al peligro y a la agresión y, frecuentemente, necesitan intervenir en situaciones de problemas humanos con muchos conflictos y tensiones<sup>3</sup>.

Según la Organización Mundial de Salud (OMS), el trabajo en determinadas actividades militares, como la del policía, por ejemplo, está vinculado a factores causadores de estrés, como el trabajo monótono, que exige concentración constante, en turnos, aislado y bajo la amenaza constante de violencia y en zonas de conflicto<sup>4</sup>. El mismo documento afirma que hay, también, evidencias epistemológicas sobre el tema, como el elevado riesgo de enfermedades cardiovasculares, particularmente las coronarias y la hipertensión, cuando son comparados a la población en general, lo que denota, en gran medida, los efectos del estrés<sup>4,5</sup>.

Los policías son expuestos a los más variados agravamientos a la salud, debido a la naturaleza de las actividades desempeñadas, a la sobrecarga de trabajo y a las relaciones internas y externas a la corporación, cuya organización se fundamenta en la jerarquía y en la disciplina<sup>4-6</sup>. Estos trabajadores presentan índices elevados de ausentismo por enfermedad (de fondo emocional), cuando perciben la actividad de trabajo como peligrosa.

La percepción del trabajo peligroso y la aparición de accidente de trabajo no fatal están relacionados al ausentismo, tanto debido a problemas de salud general como a los relacionados al trabajo o agravados por este<sup>7</sup>. Levantamientos bibliográficos presentan una gran variación en las estimativas de estrés en el trabajo de los policías. Así, este estudio tiene como objetivo identificar los factores generadores de estrés más encontrados en policías militares descriptos en las producciones científicas<sup>8,9</sup>.

## MÉTODO

Se trata de una revisión sistemática, una de las mejores posibilidades de reunir informaciones sobre determinado asunto. Para realizar la investigación, se adoptaron los criterios del *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). El PRISMA orienta la formulación y la redacción de una revisión sistemática y resume informaciones relativas al objetivo del investigador<sup>10,11</sup>.

Aunque las recomendaciones del PRISMA hayan sido creadas, en primer lugar, para presentar textualmente revisiones sistemáticas de intervención, en contextos de salud, con precisión y confiabilidad, estas han sido utilizadas frecuentemente en trabajos de pronóstico<sup>12</sup> y diagnóstico clínico<sup>13</sup>, en adaptaciones transculturales<sup>14</sup>, en propiedades de medidas<sup>15</sup>, y otros<sup>16</sup>.

La formulación de la pregunta que sirvió de base para la investigación y su título fue fundamentada en el método *Participants, interventions, comparators, outcomes, and study design* (PICOS)<sup>17</sup>, que sirvió para subsidiar informaciones precisas sobre el dominio de la pregunta disparadora empleada para realizar la investigación.

La estrategia de búsqueda adoptada fue una investigación secuencial de los artículos en las bases de datos electrónicas *Scielo Electronic Librarty Online* (SciELO), Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) y PubMed. Los términos utilizados en la investigación estuvieron basados en los descriptores en Ciencias de la Salud (DECs), considerándose las siguientes palabras: "Military Police" y

“Polícia militar” u “Occupational hazard” y “Risco ocupacional” u “Occupational stress” y “Estresse ocupacional”.

Los criterios de inclusión adoptados en esta investigación fueron los siguientes: que el artículo debería estar indexado en las bases de datos seleccionadas y disponible en inglés, español o portugués en su versión completa; que no fuesen utilizados filtros de fechas; que no hubiese restricción de sexo y edad del participante de la investigación. Los estudios seleccionados cumplieron con los siguientes criterios de inclusión: (1) investigaciones cuantitativas, cualitativas y/o de revisión y (2) estudios que investigaran factores generadores de estrés más encontrados en policías militares.

Los artículos fueron seleccionados jerárquicamente por los siguientes elementos: título; duplicación; resumen; disponibilidad completa de forma libre de texto; lectura del texto y respeto a los criterios de inclusión y exclusión y, posteriormente, los siguientes datos: autoría; año de publicación; muestra del estudio; factores generadores de estrés y discusión/conclusión.

La colecta de los datos fue iniciada en el día 22 de abril de 2015, y concluida en 05 de junio del mismo año. Los datos fueron analizados y revisados por otro investigador, en el período de 1 de octubre a 30 del mismo mes y año, de forma independiente y sin intervención, y el consenso fue alcanzado por medio de discusión entre los revisores y el equipo de investigación.

Un primer análisis se dio con base en las informaciones obtenidas en el título y en el resumen y, en otro momento, los estudios fueron leídos y evaluados en su versión completa.

## RESULTADOS

Se identificaron 4.490 estudios potencialmente elegibles (Figura 1), de los cuales en la SciELO 207, en la BVS 2.557 y en la PubMed 1.726. De estos, 4.424 fueron excluidos, después de ser leídos los títulos, y restaron 66, de los cuales 17 fueron descartados por ser duplicados. Por lo tanto, restaron 49 estudios.

En la etapa siguiente – la de lectura de los resúmenes – se excluyeron 16 publicaciones, por el hecho de que el texto no estaba disponible por completo. Así, restaron 17 estudios, que fueron leídos completamente, siete de los cuales fueron excluidos porque fueron juzgados con los criterios de elegibilidad y por no contemplar el ítem 1 – investigaciones cuantitativas, cualitativas y/o de revisión. Fueron excluidos un estudio de caso y seis relatos de experiencia.

Así, sólo diez investigaciones fueron incluidas en la síntesis cualitativa para atender a los criterios de inclusión y están expuestas en la tabla 1, que presenta las evaluaciones de los datos colectados para la revisión sistemática con sus respectivas variaciones: autor, año de publicación, muestra del estudio, factores generadores de estrés y discusión/conclusión<sup>3-5, 7-9, 18-21</sup>.

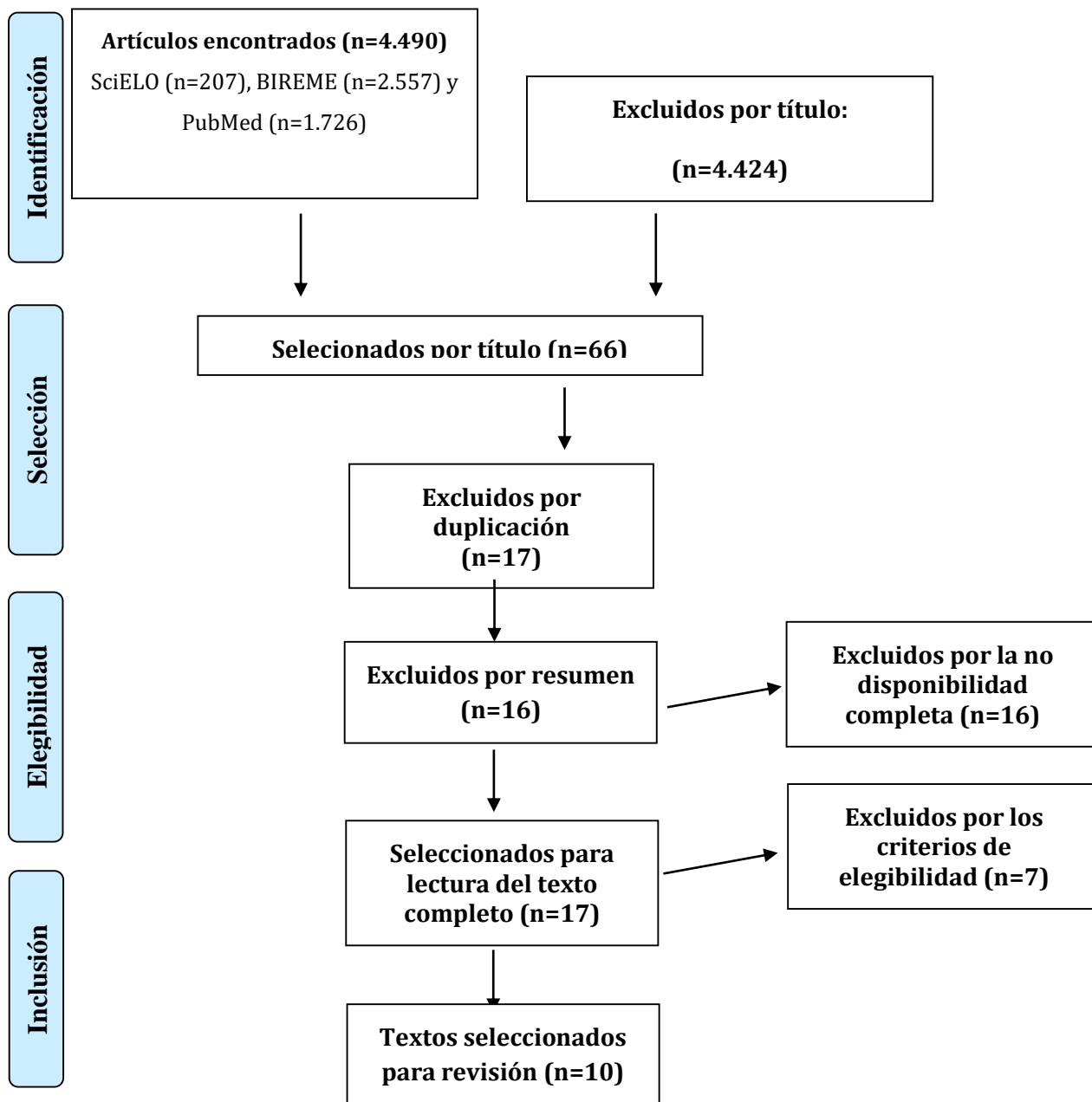


Figura 1: Fluxograma de los artículos seleccionados. Abril de 2015

Tabla 1: Datos colectados de los artículos seleccionados para la revisión sistemática. Abril de 2015.

Autor (AÑO)	Muestra/ Abordaje/Local	Factores de estrés	Discusión/conclusión
Amador et al. (2002) <sup>8</sup>	Artículo teórico	El contenido violento del trabajo policial, el contacto rutinario con la muerte y la violencia y la constante presión de las responsabilidades son considerados elementos del cotidiano de trabajo, causantes de daños a la salud de los policías, independientemente del género.	Entendemos que son necesarios esfuerzos en el sentido de garantizar la viabilidad de acciones promotoras y preventivas en salud mental del trabajador en la Brigada Militar.
Costa et al. (2007) <sup>3</sup>	Muestra (n=264), extraída de una población de 3.193 militares del comando de Policiamiento de la Capital. Abordaje: Estudio descriptivo, con corte transversal - Inventario de Síntomas de <i>Stress</i> para Adultos  Natal/Rio Grande do Norte/Brasil	Variaciones dependientes entre los puestos jerárquicos; la cuestión del género y el estrés; Tiempo de trabajo; policías del sexo femenino.	De acuerdo con el análisis de los resultados, podemos concluir que el estrés afecta a los PM investigados, en todos los puestos jerárquicos, destacando los oficiales superiores, intermedios, cabos y soldados. También constatamos la presencia de estrés y su fase (alerta, resistencia, casi-exhaustividad, exhaustividad), la prevalencia de síntomas físicos y mentales y la relación entre el estrés y la unidad policial, el puesto policial, el sexo, el hábito de beber, fumar, la escolaridad, el estado civil, la edad, el tiempo de servicio y el ingreso salarial. Además de eso, deben ser realizados estudios longitudinales, en que sean utilizados instrumentos de investigación específicos para esta población, con el objetivo de propiciar más conocimientos sobre el estrés en el ambiente organizacional y, principalmente, identificar los elementos estresores.
Silva y Vieira (2008) <sup>7</sup>	Muestra (n=19) Policías militares  Abordaje cualitativo: exploratorio y descriptivo Técnicas fundamentadas en la ergonomía de la actividad y en la psicodinámica del trabajo, a través de observaciones del proceso de trabajo, investigación documental y entrevistas individuales y colectivas. João Pessoa/ Paraíba/Brasil.	En el contexto de los militares estaduais, es necesario considerar tanto los aspectos de organización de trabajo como las situaciones de riesgo a que estos profesionales están expuestos, principalmente por causa del aumento significativo de la violencia y de la precarización del trabajo.	En este estudio, delineamos algunos aspectos envueltos en la relación causal entre la actividad policial y la salud mental. En este sentido, la propia delimitación de la categoría profesional puede contribuir para suscitar la realización de otras investigaciones sobre el tema, de modo a respaldar intervenciones en pro de la salud en el trabajo del policía, cuyas reflexiones a este respecto aún son bastante limitantes.
Balakrishnamurthy y Shankar (2009) <sup>19</sup>	Muestra (n=163) policías participantes de la carrera de formación  Abordaje cuantitativo: Parámetros estadísticos descriptivos e inferenciales,	El estudio indica una fuerte relación entre estrés y variables demográficas, como edad y nivel de experiencia.	Podemos concluir que las variables demográficas, como edad y nivel de experiencia, impactaron significativamente el nivel de estrés experimentado por los policías.

	<p>como promedio porcentual, desvío-estándar, diferencia promedio error-estándar, test T de Student, razón crítica, análisis de variancia de un único factor y coeficiente de correlación de Pearson fueron utilizadas.</p> <p>Utilizamos el protocolo <i>Police Stress Inventory</i>.</p> <p>Coimbatore/Tamil Nadu/Índia.</p>		
<b>Oliveira y Santos (2010)<sup>21</sup></b>	<p>Muestra (n=24) Policías militares - hombres y mujeres</p> <p>Abordaje cuantitativo: exploratorio y de levantamiento de datos, con característica de la investigación descriptiva.</p> <p>Escala desarrollada por las autoras - 30 preguntas abordando asuntos relativos al cansancio físico y emocional y a la percepción del estrés. Las cuestiones estaban dispuestas en escala <i>likert</i> de 3 puntos.</p> <p>El promedio de edad fue de 33 años y cinco meses, la edad mínima fue de 18 años, y la máxima, de 50.</p> <p>São Paulo/São Paulo/Brasil</p>	<p>El estrés puede ser entendido como un desequilibrio entre las demandas del trabajo y la capacidad de respuesta de los trabajadores. Factores estresantes, como un ambiente de trabajo peligroso, bajo control del proceso de trabajo (cumplimiento de órdenes), frecuente contrato con el público (atendimiento de la comunidad general), jornadas extensas de trabajo (por causa de la escala), recursos insuficientes, insatisfacción con la actividad y la remuneración, dificultad de ascender profesionalmente, además de la exposición al sufrimiento ajeno y a problemas familiares pueden estar relacionados al sufrimiento o a disturbios psíquicos.</p>	<p>Los resultados mostraron que los participantes (91,7%), siempre o a veces, se percibían estresados; una parte (41,7%) relató ya haber actuado impulsivamente en alguna ocurrencia; 88,3%, siempre o a veces, se sentían emocionalmente cansados después de un día de trabajo; 62,5% afirmaron que, a veces, se percibían agresivos en el trabajo; 20,8% ya pensaron en suicidio, y 8,3% nunca se sentían realizados con la profesión. Se sugiere que sean hechos nuevos estudios.</p>
<b>Minayo et al. (2011)<sup>9</sup></b>	<p>Muestra (n=1.458) Policías civiles (PC) y (n=1.108) Policías militares (PM), hombres y mujeres</p> <p>Abordaje cualitativo: grupos focales con 143 PM/PC y 18 entrevistas con gestores de ambas policías.</p> <p>Rio de Janeiro/Rio de Janeiro/Brasil.</p>	<p>Destacamos las "formaciones reactivas", especialmente en los casos en que los policías cometen violencia o asisten a escenas de violencia que resultan en muerte. Una de ellas es la banalización de las complicaciones; otra es el tratamiento irónico de los episodios de confrontación.</p>	<p>La relación entre la enfermedad física, sobrecarga de trabajo y sufrimiento psíquico es claramente identificada entre los servidores de las dos corporaciones. Sin embargo, observamos más intensidad de sufrimiento psíquico (síntomas psicósomáticos, depresivos y de ansiedad) entre policías militares (33,6%) en relación a los civiles (20,3%) (p&lt;001).</p>
<b>Souza et al. (2012)<sup>5</sup></b>	<p>Muestra (n=1.700) Policías militares, hombres y mujeres</p> <p>Abordaje cuantitativo: <i>Self-Reported Questionnaire</i> (SRQ-20) Escala de Apoyo Social</p>	<p>La naturaleza de las actividades que realizan en el ejercicio de la profesión de policía militar.</p>	<p>El modelo logístico elaborado demostró que factores como capacidad de reaccionar a situaciones difíciles, grado de satisfacción con la vida, comprometimiento de la salud física y mental, carga excesiva de trabajo y exposición constante al estrés y a la victimización influyen notablemente en el sufrimiento psíquico en este grupo de profesionales.</p>

	Rio de Janeiro/Brasil.		
<b>Bezerra et al. (2013)<sup>4</sup></b>	Muestra (n=42) Policías militares mujeres. Abordaje cualitativo (entrevistas, grupos focales y observación)  Rio de Janeiro/Rio de Janeiro/Brasil.	Discriminación de género y acoso son considerados importantes factores estresantes.	El sufrimiento psíquico aparece más fuertemente entre las oficiales con cargos de jefatura y las actividades operacionales son percibidas como más estresantes por el riesgo que ofrecen. El ejercicio físico es la estrategia considerada más eficaz para prevenir las consecuencias del estrés. Así, aunque las mujeres estén presentes en la PM hace muchos años, la organización y la gestión prácticamente continúan bajo la óptica masculina y son necesarias inversiones en acciones preventivas del estrés en la perspectiva de género.
<b>Melo et al. (2014)<sup>20</sup></b>	Muestra (n=1.069) sujetos, (n=583) policías participantes de la carrera de formación y 486 policías efectivos.  Abordaje cuantitativo: estudio correlacional descriptivo Short Form Health Survey (SF-36) y Occupational Stress Indicators (OSI).  Santa Catarina/Brasil	Esto puede ser entendido como una falta de equilibrio entre las exigencias del trabajo y el control de sus actividades.	Los iniciantes de la fuerza policial presentan mejores condiciones de salud física y mental que los policías que están actuando; las condiciones de los funcionarios que trabajan en actividades operacionales, en comparación con las de los que están en mejores condiciones de salud y que actúan en actividades administrativas, afectan mucho más al estrés ocupacional, la apariencia física, el dolor, el estado general de salud, la vitalidad, la función social y emocional y la salud mental.
<b>Ma et al. (2015)<sup>18</sup></b>	Muestra (n=365) Policías militares (PM), hombres y mujeres  Abordaje cuantitativo: estadístico descriptivo <i>Spielberger Police Stress</i> e informaciones sociodemográficas Edades entre 27 y 66 años  New York/ New York/United Stat of America	En determinados turnos, el trabajo genera estrés: de mañana (62,1% a las 7:00 y 37,9%, a las 8:00 AM); a la tarde (entre 12:00 y 7:59 PM - todos los trabajadores del turno de la tarde comenzaron a trabajar a las 4:00 PM); y en el turno de la noche (20:00-3h59 - todos los trabajadores del turno de la noche comenzaron a trabajar a las 8:00 PM). El horario típico incluye cuatro días de trabajo, cuatro días libres, cuatro días de trabajo y tres días libres.	Durante el mes anterior y el año, los policías que trabajan en los turnos vespertino y nocturno relataron eventos más estresantes que los oficiales del turno del día - presión administrativa / profesional y peligro físico / psicológico (p<0,05). Estas diferencias eran independientes de la edad, del sexo, de la raza/etnia y de la clasificación policial. La frecuencia de estos eventos estresantes no difirió significativamente entre los oficiales trabajadores de los turnos de la tarde y de la noche.  Concluyendo, trabajadores con turnos no remunerados pueden estar expuestos a eventos más estresantes en esta cohorte. Las intervenciones para reducir o gestionar el estrés policial que son adaptadas por cambio pueden ser consideradas.

## DISCUSIÓN

Se constató que la producción científica acerca del estrés en policías es escasa, a pesar del creciente interés por el asunto. El principal hecho de exclusión tuvo que ver con el hecho de un mismo artículo repetirse en varias bases y el texto no estar disponible en su versión completa. Esto deja clara la restricción de las revistas indexadas en estas bases de datos, que limitan el avance de la ciencia y la circulación de forma libre.

Entre los diez estudios encontrados sobre estrés, los posibles factores causadores de estrés más relatados fueron: violencia dentro y fuera de la corporación militar<sup>3-5,8,9,21</sup>; trabajo en turnos<sup>3,4,6,18</sup>; asociación entre el estrés y las variables sociodemográficas<sup>3,19,20</sup>; exigencias del trabajo – organización del trabajo<sup>3-8,20,21</sup> y discriminación de género<sup>3,4,6,8</sup>.

En un estudio realizado con policías de la Fuerza Táctica y de la calle sobre la salud mental, en lo que respecta a la percepción del estrés en el ejercicio profesional, fueron encontrados resultados que indicaron que la mayor parte (91,7%) de los policías se siente estresada<sup>21</sup>.

Las exigencias del trabajo – organización del trabajo<sup>3-8,20,21</sup> fue el ítem más mencionado por los trabajadores participantes de las investigaciones. Los estudios apuntaron que existen presiones y desafíos en las esferas de la organización prescripta del trabajo policial, los cuales imponen rigurosos límites a la expresión de la subjetividad de los policías en el trabajo, para los cuales son proporcionadas posibilidades precarias de conducir su sufrimiento de forma creativa y no insalubre, asociadas a la falta de amparo del Estado, lo que los conduce al agotamiento<sup>8</sup>.

Para compensar la limitación salarial, los policías militares hacen otras actividades, las llamadas “changas”, con el propósito de complementar el ingreso mensual<sup>7,21</sup>. En la mayoría de las veces, son servicios de seguridad particular, de eventos privados o de establecimientos comerciales. Esto hace que los policías, especialmente, los del sexo masculino, aprovechen sus momentos libres para ejercer otra actividad remunerada<sup>7</sup>. En relación a los trabajadores del sexo femenino,

la mayoría aprovecha los periodos libres para actividades de estudio, trabajo doméstico y ocio.

Las cuestiones relacionadas a la jerarquía también fueron mencionadas en diversos estudios y apuntadas como una de las fuentes generadoras de estrés, con relatos de inferiorización de los policías por sus superiores. Esta cuestión también está ligada al deseo de ascender al cargo, algo que merece gran dedicación y empeño<sup>3-5,7-9</sup>. Estos cargos son posiciones deseadas y que generan competencia entre los profesionales y, por contemplar pocos de ellos, generan ansiedad y frustración<sup>4</sup>.

En esta situación, la elevada carga de trabajo, asociada a los factores de los contextos sociales y familiares externos a la organización, es un punto bastante preocupante; y, la jornada de trabajo diferenciada y gestionada por la organización militar compromete al trabajador tanto física como mentalmente. Cuando están trabajando, los policías necesitan dedicación exclusiva y estar siempre alertas para cualquier situación de peligro que suceda, lo que resulta en disminución de las horas de sueño y de descanso.

La violencia policial fue el segundo ítem más reportado como parte de estos mecanismos, pues expresa el sufrimiento psíquico de los policías, constituido en el territorio de violencia en la organización del trabajo y por la presión organizacional y social<sup>3-5,8,9,21</sup>.

En un cuestionario respondido por los policías, en diferentes grupos de actuación, ellos dijeron que se sienten estresados ‘siempre’, ‘a veces’ o ‘nunca’. En el grupo de policías de calle, se encontró el mayor porcentaje (92,3%) de los trabajadores que, siempre o a veces, se sienten estresados<sup>21</sup>. El trabajo de estos policías está directamente asociado a actividades más peligrosas, en relación a los que actúan dentro de las corporaciones, lo que genera un nivel mayor de alerta y, consecuentemente, de ansiedad.

Estudio sobre policías mostró que los trabajadores que actúan en turnos vespertinos y nocturnos mencionaron un número mayor de factores de estrés asociados



al trabajo en comparación a los que trabajan en el turno diurno<sup>21</sup>. Las causas que envuelven la fatiga en el trabajo son múltiples y, en general, resultado de las asociaciones entre las malas condiciones de trabajo, el trabajo en turnos, el desencuentro entre los ritmos biológicos y los horarios de trabajo<sup>6</sup>.

Otros factores que pueden estar asociados al estrés, según los policías, son el contenido violento del trabajo policial, el contacto rutinario con la muerte y la violencia y la constante presión de las responsabilidades, elementos del cotidiano de trabajo causadores de daños a la salud de estos profesionales<sup>8</sup>. No obstante, la gran cuestión del estrés envuelve la forma cómo es percibido por los policías. Muchos lo consideran como una característica de la actividad que realizan y que será revertido. Por otro lado, existen algunos individuos que enfrentan el estrés como un gran problema y presentan serias dificultades para su manejo.

La discriminación por género fue citada y descrita en cuatro trabajos<sup>3,4,6,8</sup>. Uno de ellos apunta, específicamente, el prejuicio y la discriminación del género como un factor estresor. Las policías dijeron que se sienten evaluadas no solamente por su número, sino también por el sexo y que hay una gran diferencia entre los géneros durante la distribución de las actividades y gran desconfianza por parte de los hombres en relación a su capacidad. El asedio moral y sexual también es citado por las policías, que sienten dificultad en crear estrategias de defensa<sup>4</sup>.

Ellas también se refirieron a la gran demanda de trabajo y a la falta de infraestructura adecuada, de personal y de material como generadores de estrés. En el caso de las trabajadoras que desempeñan sus actividades operacionales en las calles, la cuestión es la exigencia física. Para ellas, los equipamientos de defensa, como los fusiles, por ejemplo, son pesados, razón por la cual sienten dificultad de sostenerlos y manejarlos por prolongados periodos. Diversos estudios se refirieron a las condiciones adversas del trabajo al sol, sin acceso al agua y lugar adecuado para ir al baño, lo que se complica en el periodo menstrual<sup>4</sup>.

La asociación entre el estrés y las variables sociodemográficas<sup>3,19,20</sup> fue también otro hallazgo. Los policías, que lidian con tareas peligrosas, afirman que cierta dosis de estrés es positiva y necesaria para que el servicio sea hecho<sup>5</sup>. Esta es una realidad muy presente en el día a día de los policías más jóvenes y/o los que están hace poco tiempo en la corporación, que les gusta el estrés y dicen que es una de las fuentes de ánimo para hacer su trabajo. Mientras que, los policías con más edad y/o cierto tiempo en la corporación consideran esto malo y relacionan el estrés sufrido en el trabajo a los problemas de salud y a las dificultades de relacionarse dentro y fuera del trabajo<sup>3,8,18-20</sup>.

El estrés genera dificultades relativas a las cuestiones profesionales y particulares<sup>22</sup>. En algunos casos, provoca aislamiento, insomnio<sup>6</sup> y depresión<sup>4,7,8,19</sup>. Investigaciones nacionales e internacionales presentan datos relativos a los policías que se aíslan de la convivencia social para proteger a su familia, con el fin de no ser afectados por los riesgos que envuelven sus actividades profesionales<sup>4,7,8</sup>.

En gran parte de los policías participantes de los estudios hay cambios en sus respuestas en los cuestionarios por recelo de sufrir puniciones o de ser despedidos de sus funciones, inclusive con la firma del término de consentimiento libre y aclarado que les asegura el anonimato. Esto sucede porque sufren puniciones cuando cuestionan a sus superiores sobre alguna actitud relativa a su desempeño en el trabajo<sup>5,21,23</sup>.

Algunos investigadores aseveran que las respuestas de los participantes no corresponden exactamente a la realidad<sup>21</sup>. Cuando se trata de instrumento de cuño más subjetivo, que requiere la 'sinceridad' del evaluado, se tiene que lidiar con la posibilidad de que las respuestas estén presentando algún sesgo. Sin embargo, también se debe ver este dato como representativo del relato, sobre cómo estos policías se sienten y cómo se perciben en su actuación profesional.

## CONCLUSIÓN

La utilización del método PRISMA en esta investigación requirió empleo de conocimientos de diversas áreas, como Psicología, Salud Colectiva y Sociología, junto con las directrices de la literatura especializada, como soporte teórico para elaborar una propuesta con el objetivo de investigarse más profundamente el cotidiano de los policías militares, en la perspectiva de basar los estudios desarrollados por el Laboratorio de Salud, Trabajo y Ergonomía (LASTE).

Los resultados de la investigación mostraron escasez de estudios destinados a la profundización y al entendimiento de los factores generadores de estrés en los policías militares. Este estudio demostró que la actividad profesional del policía militar es significativamente estresante. Por esta razón, es necesario profundizar la temática, ya que los estudios hasta entonces desarrollados aún no son suficientes para comprobarse la realidad.

El género femenino es más afectado por el estrés en el trabajo en la PM. En las cuestiones referentes a la edad o al tiempo de trabajo, los más nuevos o con menos tiempo de profesión son los que menos sufren con el problema. Una de las posibles causas es la compatibilidad de algunos factores del estrés de la profesión que son necesarios para que puedan ejecutar sus actividades con satisfacción. La elevada carga de violencia a la cual son expuestos es otro posible inductor de los índices de estrés.

La profesión del policía militar debe ser considerada muy importante para la sociedad. Con base en lo que fue mostrado, se percibe que los profesionales de esta área son expuestos a varios factores desencadenantes de estrés, lo que afecta a las condiciones de su vida y a la realización de actividad profesional.

Así, considerando todos los aspectos aquí abordados, se entiende que son necesarios nuevos estudios sobre los factores generadores y propulsores de estrés en policías militares y la profundización de las cuestiones organizacionales y de las relaciones interpersonales.

Este estudio tiene limitaciones en lo que

se refiere a los tipos de instrumentos utilizados en los estudios electos para esta revisión, pues la investigación se limitó a analizar las cuestiones relativas a los factores de estrés. Se sugieren nuevas revisiones, en las que se incluya un metaanálisis, que presente evidencias y características de los instrumentos de investigación utilizados.

A su vez, este estudio espera ofrecer subsidios para investigaciones que tengan a los policías militares como población a ser estudiada, en la perspectiva de auxiliar investigadores y profesionales del área de salud en sus prácticas de investigación.

## REFERENCIAS

1. Sadir MA, Bignotto MM, Lipp MEN. Stress e qualidade de vida: influência de algumas variáveis pessoais. *Paidéia* (Ribeirão Preto). [Internet]. 2010 [citado en 21 jun 2017]; 20(45):73-81. doi: <https://dx.doi.org/10.1590/S0103-863X2010000100010>
2. Lima DR. Manual de farmacologia clínica, terapêutica e toxicológica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 1993.
3. Costa M, Accioly JH, Oliveira J, Maia E. Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. *Rev Panam Salud Publica* [Internet]. 2007; [citado en 21 jun 2017]; 21(4):217-22. Disponible en: [http://www.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1020-49892007000300004&lng=en](http://www.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1020-49892007000300004&lng=en). doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1020-49892007000300004>
4. Bezerra CM, Minayo MCS, Constantino P. Estresse ocupacional em mulheres policiais. *Ciênc Saúde Colet*. [Internet]. 2013 [citado en 21 jun 2017]; 18(3):657-66. Disponible en: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232013000300011&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232013000300011&lng=en). doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232013000300011>.
5. Souza ER, Minayo MCS, Silva JG, Pires TO. Fatores associados ao sofrimento psíquico de policiais militares da cidade do Rio de Janeiro, Brasil. *Cad Saúde Pública* [Internet]. jul 2012 [citado en 21 jun 2017]; 28(7):1297-311. Disponible en: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-311X2012000700008&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2012000700008&lng=en). doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2012000700008>

6. Moreno CRC, Fischer FM, Rotenberg L. A saúde do trabalhador na sociedade 24 horas. São Paulo em Perspect. [Internet]. 2003 [citado em 21 jun 2017]; 17(1):34-46. doi: <https://dx.doi.org/10.1590/S0102-88392003000100005>.
7. Silva MB, Vieira SB. O processo de trabalho do militar estadual e a saúde mental. Saúde Soc. [Internet]. dez 2008 [citado em 22 jun 2017]; 17(4):161-70. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-12902008000400016&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12902008000400016&lng=en). doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-12902008000400016>.
8. Amador FS, Santorum K, Cunha CS, Braum SM. Por um programa preventivo em saúde mental do trabalhador na Brigada Militar. Psicol, Ciênc Prof. [Internet]. 2002 [citado em 21 jun 2017]; 22(3):54-61. doi: <https://dx.doi.org/10.1590/S1414-98932002000300009>
9. Minayo MCS, Assis SG, Oliveira RVC. Impacto das atividades profissionais na saúde física e mental dos policiais civis e militares do Rio de Janeiro (RJ, Brasil). Ciênc Saúde Coletiva [Internet]. abr 2011 [citado em 21 jun 2017]; 16(4):2199-2209. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232011000400019&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232011000400019&lng=en). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-81232011000400019>
10. Liberati A, Altman DG, Tetzlaff J, Mulrow C, Gotzsche PC, Ioannidis JPA, et al. The PRISMA statement for reporting systematic reviews and meta-analyses of studies that evaluate health care interventions: explanation and elaboration. Ann Intern Med. [Internet]. 2009 [citado em 21 jun 2017]; 151(4):w65-w94. doi: <http://dx.doi.org/10.7326/0003-4819-151-4-200908180-00136>
11. Shamseer L, Moher D, Clarke M, Ghersi D, Liberati A, Petticrew M, et al. Preferred reporting items for systematic review and meta-analysis protocols (PRISMA-P) 2015: elaboration and explanation. BMJ. Jan 2015; 350:g7647
12. Pengel LHM, Herbert RD, Maher CG, Refshauge KM. Acute low back pain: systematic review of its prognosis. BMJ. 2003; 327(7410):323.
13. Hancock MJ, Maher CG, Latimer J, Spindler MF, McAuley JH, Laslett M, et al. Systematic review of tests to identify the disc, SIJ or facet joint as the source of low back pain. Eur Spine J. 2007; 16(10):1539-50.
14. Costa LCM, Maher CG, McAuley JH, Costa LOP. Systematic review of cross-cultural adaptations of McGill Pain Questionnaire reveals a paucity of clinimetric testing. J Clin Epidemiol. 2009; 62(9):934-43.
15. Costa LOP, Maher CG, Latimer J, Smeets RJEM. Reproducibility of rehabilitative ultrasound imaging for the measurement of abdominal muscle activity: a systematic review. Phys Ther. 2009; 89(8):756-69.
16. Reichenheim ME, Moraes CL. Operationalizing the cross-cultural adaptation of amily nical measurement instruments. Rev Saúde Pública [Internet]. 2007 [citado em 11 Mar 2017]; 41(4):665-73. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-89102007000400024&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102007000400024&lng=en). doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-89102006005000035>
17. Wright B, Marshall D, Adamson J, Ainsworth H, Ali S, Allgar V, et al. Social stories to alleviate challenging behaviour and social difficulties exhibited by children with autism spectrum disorder in mainstream schools: design of a manualised training toolkit and feasibility study for a cluster randomised controlled trial with nested qualitative and cost-effectiveness components [Internet]. Southampton, UK: NIHR Journals Library; 2016 Jan [citado em 11 Mar 2017]. (Health Technology Assessment, No. 20.6.). Appendix 2, Population, intervention, comparator, outcome, setting for systematic review. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK338492/>
18. Ma C, Andrew M, Fekedulegn D, Gu J, Hartley T, Charles L, et al. Shift work and occupational stress in police officers. Saf Health at Work [Internet]. 2015 [citado em 11 Mar 2017]; 6(1):25-9. doi: <https://doi.org/10.1016/j.shaw.2014.10.001>
19. Balakrishnamurth C, Shankar S. Impact of age and level of experience on occupational stress experienced by non-gazetted officers of the central reserve police force. Ind Psychiatry J. [Internet]. 2009 [citado em 05 jun 2015]; 18(2):81-3. Disponível em: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2996209/>
20. Schlichting JAM, Cascaes SF, Valdeni MB, Gonçalves E, Barbosa GFPJ, Silva R. The occupational stress affects the health conditions of military police officers. Rev Cuba Med Mil. [Internet]. 2014 [citado em 22 jun 2017]; 43(3):293-306. Disponível em:

- [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0138-65572014000300004&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572014000300004&lng=es)
21. Oliveira KL, Santos LM. Percepção da saúde mental em policiais militares da Força Tática e de rua. *Sociologias* [Internet]. 2010 [citado en 11 mar 2017]; 12(25):224-50. doi: <https://dx.doi.org/10.1590/S1517-45222010000300009>
22. Lipp MN. Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco. Campinas: Papirus; 1996.
23. Santos MMA, Souza EL, Barroso BIL. Análise sobre a percepção de policiais militares sobre o conforto do colete balístico. *Fisioter Pesqui.* [Internet]. 2017 [citado en 30 ago 2017]; 24(2):157-162. Disponible en: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-29502017000200157&lng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-29502017000200157&lng=pt). doi: <http://dx.doi.org/10.1590/1809-2950/16629324022017>

**FINANCIAMIENTO**

Está investigación fue financiada por el Laboratorio de Salud del Trabajo y Ergonomía (LASTE), localizado en el Departamento de Terapia Ocupacional de la Universidad Federal da Paraíba.

**CONTRIBUCIONES**

**Mayelle Tayana Marinho** realizó la concepción del texto, colecta de datos, organización de las fuentes y análisis. **Marina Batista Chaves Azevedo de Souza** actuó en la concepción del texto, colecta de datos, organización de las fuentes, análisis y revisión final. **Mairana Maria Angelica Santos** participó en la concepción del texto y colecta de datos. **Maísa Alves de Albuquerque da Cruz** contribuyó en la concepción del texto y colecta de datos. **Barbara Iansã de Lima Barroso** participó en la concepción del texto, colecta de datos, organización de las fuentes, análisis y revisión final.

**Cómo citar este artículo (Vancouver)**

Marinho MT, Souza MBCA, Santos MMA, Cruz MAA, Barroso BIL. Factores generadores de estrés en policías militares: revisión sistemática. *REFACS* [Internet]. 2018 [citado en *agregar día, mes y año de acceso*]; 6(Supl. 2):637-648. Disponible en: *agregar link de acceso*. DOI: *agregar link del DOI*.

**Cómo citar este artículo (ABNT)**

MARINHO, M. T. et al. Factores generadores de estrés en policías militares: revisión sistemática. *REFACS*, Uberaba, MG, v. 6, supl. 2, p. 637-648, 2018. Disponible en: *<agregar link de acceso>*. Accedido en: *agregar día, mes y año de acceso*. DOI: *agregar link del DOI*.

**Cómo citar este artículo (APA)**

Marinho, M. T., Souza, M. B. C. A., Santos, M. M. A., Cruz, M. A. A. & Barroso, B. I. L. (2018). Factores generadores de estrés en policías militares: revisión sistemática. *REFACS*, 6(Supl. 2), 637-648. Recuperado en: *agregar día, mes y año de acceso de agregar link de acceso*. DOI: *agregar link del DOI*.