

## SÍNDROME DE BURNOUT EM POLICIAIS MILITARES BRASILEIROS: O QUE DIZEM AS EVIDÊNCIAS?

Adriel Vitor Sabino da Costa Neves<sup>1</sup>, Fábio Gomes de França<sup>2</sup>, Wânia Cristina Morais de Macêdo<sup>3</sup>, Lívia Pontes Amaro<sup>4</sup>, Vanusa Nascimento Sabino Neves<sup>5</sup>.



<https://doi.org/10.36557/2674-8169.2025v7n12p642-663>

Artigo recebido em 29 de Outubro e publicado em 9 de Dezembro de 2025

### ARTIGO DE REVISÃO

#### RESUMO

**Introdução:** A síndrome de *burnout* é uma doença ocupacional que afeta principalmente trabalhadores que lidam com o público e que são submetidos a altos níveis de tensão.

**Objetivo:** Analisar a produção científica sobre a síndrome de *burnout* em polícias militares brasileiros. **Metodologia:** Trata-se de um estudo documental e qualitativo do tipo estado do conhecimento. Na busca sistemática da literatura, utilizaram-se os termos “*military police officer*” AND *burnout*, aplicados ao Portal de Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e às bases de dados Scopus, PubMed, Web of Science e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO). A seleção observou as diretrizes *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*. **Resultados:** As evidências encontradas em nove artigos que atenderam aos critérios de elegibilidade foram sintetizadas em três eixos temáticos: “as escalas utilizadas para avaliar a síndrome de *burnout* em policiais militares”, “a influência do ambiente de trabalho na síndrome de *burnout* em policiais militares” e “as metodologias preventivas da síndrome de *burnout* em policiais militares”. O principal instrumento utilizado para avaliar as dimensões da síndrome de *burnout* em policiais militares é o *Maslach Burnout Inventory*, mas também há uma preocupação em compreender a influência do condicionamento físico na saúde ocupacional dos investigados através de escalas específicas ao perfil do estilo de vida. Apesar de os ambientes operacionais policiais militares serem considerados de risco, há policiais com *burnout* em outros espaços laborais, incluindo os administrativos. As estratégias preventivas e curativas recomendadas abrangem o controle de estresse, a implementação permanente de capacitação e programas de condicionamento físico. **Conclusão:** os estudos são lacunosos sobre a síndrome de *burnout* em policiais militares brasileiros. Novas pesquisas contextualizadas às diferentes dimensões do trabalho dos policiais militares podem auxiliar na compreensão do problema e na prevenção de seus danos.

**Palavras-chave:** *burnout*; polícia; saúde militar; saúde ocupacional.

## BURNOUT SYNDROME IN BRAZILIAN MILITARY POLICE OFFICERS: WHAT DOES THE EVIDENCE SAY?

### ABSTRACT

**Introduction:** Burnout syndrome is an occupational disease that primarily affects workers who deal with the public and are subjected to high levels of stress. **Objective:** To analyze the scientific literature on burnout syndrome among Brazilian military police officers. **Methodology:** This is a documentary and qualitative study, characterized as a state-of-knowledge review. In the systematic literature search, the terms “military police officer” AND burnout were used and applied to the CAPES Journal Portal and to the Scopus, PubMed, Web of Science, and Scientific Electronic Library Online (SciELO) databases. The selection followed the Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses guidelines. **Results:** The evidence found in nine articles that met the eligibility criteria was synthesized into three thematic axes: “the scales used to assess burnout syndrome in military police officers,” “the influence of the work environment on burnout syndrome in military police officers,” and “preventive methodologies for burnout syndrome in military police officers.” The main instrument used to assess the dimensions of burnout syndrome in military police officers is the Maslach Burnout Inventory, though there is also concern regarding understanding the influence of physical conditioning on the occupational health of the participants through lifestyle profile-specific scales. Although operational environments in military police work are considered high risk, cases of burnout also occur in other work settings, including administrative sectors. Recommended preventive and therapeutic strategies include controlling alcohol consumption, implementing continuous training, and maintaining physical conditioning programs. **Conclusion:** Studies on burnout syndrome in Brazilian military police officers remain limited. New research contextualized to the different dimensions of military police work may help deepen the understanding of the issue and support prevention efforts.

**Keywords:** burnout; police; military health; occupational health.

**Instituição afiliada** – <sup>1</sup>Graduando do Curso de Medicina no Centro de Ciências Médicas (CCM) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB). <sup>2</sup>Pós-Doutor em Direitos Humanos, Doutor e Mestre em Sociologia pela UFPB. <sup>3</sup>Médica na Fundação Paraibana de Gestão em Saúde (PB Saúde) e Mestre em Enfermagem pela UFPB. <sup>4</sup>Médica no Município de Mogeiro-PB. <sup>5</sup>Doutora em Educação pela UFPB e Enfermeira no Hospital Universitário Lauro Wanderley (HULW).

**Autor correspondente:** Adriel Vitor Sabino da Costa Neves [adrielsabino.med@gmail.com](mailto:adrielsabino.med@gmail.com)

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).





## INTRODUÇÃO

A implementação de políticas públicas alicerçadas em evidências científicas é factível de favorecer o atendimento das demandas sociais. Da mesma forma, no contexto da segurança pública, as decisões e ações governamentais assentadas em evidências sólidas podem contribuir para a efetividade social a qual se propõe as referidas políticas, além de fortalecer e consolidar a confiança nas instituições de segurança pública.

Por esse ângulo, a Constituição Federal de 1988 estabelece claramente a função das polícias militares (PMs)<sup>1</sup> como parte integrante do sistema de segurança pública, sendo elas incumbidas do policiamento ostensivo fardado, nas ruas, e da preservação da ordem pública. O adequado desempenho dos PMs visa à proteção de bens jurídicos de valor inestimáveis como a vida e a integridade física dos diferentes sujeitos sociais, porquanto, como lembram Carmo, Matos e Silva (2023), a eficácia das medidas de segurança pública reverbera diretamente na qualidade de vida da população.

Mas há de se acautelar que, em grande medida, o cumprimento adequado das funções constitucionais policiais militares está intrinsecamente ligado à saúde ocupacional dos seus integrantes, especialmente no que diz respeito aos aspectos mentais e emocionais. Dada a natureza das funções militares que envolvem o manuseio de armamento letal no enfrentamento direto da violência em suas múltiplas formas, PMs com problemas que lhes afetem as emoções e capacidade de discernimento podem representar perigo de dano para si e para terceiros.

Está devidamente documentado que o adoecimento relacionado ao trabalho é ameaçador à vida do trabalhador, acarretando elevadas despesas para o sistema de saúde, para as organizações laborais e para a sociedade (Ceribelli *et al.*, 2020; Schonfeld; Bianchi, 2021). Assim, destaca-se a importância da atenção à síndrome de *Burnout* (SB) entre PMs.

Maslach e Leiter (2016) salientam que a SB, originalmente identificada em profissionais que lidam diretamente com o público, surge como resposta à exposição a

---

<sup>1</sup> Ao longo do texto, utilizar-se-á a sigla PM tanto para se referir à instituição quanto aos seus profissionais, dependendo do contexto no qual ela estará sendo empregada.



estressores crônicos associados ao trabalho. Essa condição compreende três dimensões principais: exaustão emocional, despersonalização, também denominada cinismo, e baixa realização pessoal, que são pertinentes às circunstâncias sociais e às concepções que o trabalhador tem acerca de si próprio e de outrem.

Nesse contexto, na dimensão exaustão emocional, o profissional experimenta uma perda de energia e uma fadiga persistente. Na dimensão despersonalização, o trabalhador torna-se inadequado e irritado no trato com as pessoas, o que é acrescido de perda de idealismo, podendo haver uma postura retraída, adversa aos padrões sociais estabelecidos. Já na dimensão baixa realização, conhecida como ineficácia, há desmotivação e pouca produtividade (Maslach; Leiter, 2016).

Embora tenha passado a ser conhecida a partir da década de 1970, a SB ainda é uma condição em elucidação. Segundo Maslach e Leiter (2016), o termo *burnout* foi cunhado no trabalho pioneiro do psicanalista Herbert Freudenberger em 1974, no qual ele se dedicou a investigar a relação entre o *burnout* e a depressão. A partir desse ponto, diversos estudos sugerem que depressão e SB são doenças diferentes, mas inter-relacionadas e com implicações mútuas. Na visão de Bianchi, Schonfeld e Laurent (2015), com base na análise de 92 estudos elaborados por pesquisadores de diferentes países, está estabelecido que o início do *burnout* vincula-se ao trabalho, porém os limites SB e depressão, até 2015, eram conceitualmente frágeis. Apesar disso, Schofeld e Bianchi (2015), cientistas em Psicologia respectivamente de Nova Iorque e da Suíça, em outro estudo, observaram que, nos Estados Unidos, professores esgotados preenchem os mesmos critérios para o diagnóstico de depressão, provavelmente devido à sobreposição desses problemas e à possibilidade de a SB ser uma forma de depressão ainda não totalmente esclarecida.

No transcurso desse conhecimento, Schonfeld e Bianchi (2021), mais recentemente, recomendaram abordar a SB segundo os critérios estabelecidos para a depressão, visto que o *burnout* possui sintomas próprios, mas também compartilha outros sintomas já comprovados na depressão. O fato é que a SB é um problema de saúde que tem acometido profissionais de várias áreas. Saultz (2020) chama a atenção para a alta incidência de SB em médicos. Na base de dados Medline, por exemplo, foram localizados 2.722 artigos sobre *burnout* em profissionais da saúde, no período de 2017 a 2019, apontando para o interesse crescente acerca dessa questão entre os membros



da equipe de atenção à saúde. Com efeito, a SB tem sido prevalente entre profissionais de saúde em geral, sobretudo entre aqueles que trabalham sob elevada tensão (Santos *et al.*, 2025)

Não obstante o expressivo interesse investigativo sobre o acometimento dos profissionais da saúde pela SB, o mesmo não se verifica em relação aos profissionais de segurança pública, cujos dados são lacunosos. Uma revisão integrativa realizada por Esteves *et al.* (2023) constatou que essa síndrome é pouco estudada em agentes de segurança pública. De 1.452 artigos das várias partes do mundo, apenas 19 textos, que foram publicados por Portugal (n=7), China (n=5), Brasil (n=3), Israel (n=3) e Canadá (n=1), versou sobre a SB em agentes de segurança pública como policiais militares, rodoviários e penitenciários.

As peculiaridades inerentes ao trabalho tornam os PMs suscetíveis a elevados níveis de estresse, incluindo o estresse pós-traumático (Cabral *et al.*, 2023). Soares *et al.* (2019) ratificam que os PMs brasileiros são vulneráveis à SB, mas são escassas as pesquisas que se dedicam a essa categoria profissional, principalmente quanto às estratégias de prevenção e tratamento. Lima e Nogueira (2022) constataram que a literatura sobre a saúde mental dos PMs da Região Nordeste, no interregno de 2007 a 2020, evidenciou a necessidade de mais estudos para elucidar a SB especificamente em meio a essa categoria.

Há que se destacar, ainda, que a saúde mental constitui um tema de relevância interdisciplinar, cuja efetivação demanda uma discussão ampla voltada à sua promoção (Neves *et al.*, 2025a). Isso é importante porque as doenças que afetam a sanidade mental, como a SB, são frequentemente estigmatizadas, o que interfere diretamente na procura pelo diagnóstico e tratamento (Neves *et al.*, 2025b).

Diante dessa conjuntura, objetiva-se investigar como se caracteriza a produção científica publicada nos últimos cinco anos no tocante à SB em PMs brasileiros, de modo a questionar-se como tem se apresentado essa produção sobre a SB em PMs? Com o intuito de responder a esse problema de pesquisa e alcançar o objetivo proposto, desenvolveu-se um estudo fundamentado no estado do conhecimento, sob uma perspectiva que visa ampliar o debate sobre o tema.

Assim, acredita-se na relevância do presente estudo para lançar luz sobre o conhecimento atual a respeito da SB em correlação com as especificidades laborais nas



PMs brasileiras. Afinal, é significativo identificar as lacunas e as tendências de pesquisas que forneçam um alicerce para os estudos do porvir. Além disso, a síntese das evidências pode contribuir para que elaboradores de políticas públicas, tomadores de decisão, profissionais da segurança pública, acadêmicos e sociedade compreendam melhor as repercussões e as formas de prevenção da SB em PMs.

## **METODOLOGIA**

Este é um estudo qualitativo-documental, baseado no estado conhecimento, que elegeu como material empírico a produção científica atual sobre a SB em PMs. De acordo com Minayo (2012), as pesquisas qualitativas problematizam teorias e hipóteses, permitindo que os apanhados sejam interpretados quanto aos seus preceitos. Ferreira (2002), por seu turno, esclarece que as pesquisas denominadas estado do conhecimento ou estado da arte, possuem caráter bibliográfico, mapeiam e discutem a produção científica em certos domínios, dão a ver a evolução do conhecimento e possibilitam projeções de pesquisas futuras.

Por meio do acesso Comunidade Acadêmica Federada (CAFe) a disposição da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), em março de 2024, uma busca sistemática foi realizada no Portal de Periódicos da CAPES e nas bases de dados Scopus, PubMed, Web of Science (WoS) e SciELO. A opção por tais *locus* se deu devido à reconhecida qualidade e ao expressivo volume da literatura científica que disseminam em âmbito nacional e internacional.

Os termos de busca foram: “military police officer” AND “burnout”. A adição das aspas duplas e do operador booleano “AND” visou localizar registros contendo o termo composto “policial militar” com a palavra “burnout” nos mesmos documentos.

Adotou-se como critério de inclusão: artigos oriundos de estudos primários brasileiros, revisados por pares, publicados nos últimos cinco anos e disponíveis online para a análise do inteiro teor. Excluíram-se documentos duplicados, ou diferentes de artigos, ou publicados anteriormente a 2019, ou indisponíveis para *download*. A aplicação desses critérios foi otimizada pela seleção dos filtros disponíveis nas ferramentas de busca das bases referidas.

Em primazia da pertinência dos documentos para responder ao problema de pesquisa, a seleção foi conduzida segundo o fluxograma *Preferred Reporting Items for*

*Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) de 2020 (Page *et al.*, 2021).

O estudo prescindiu da apreciação e chancela pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), porque manipulou, com lisura, unicamente dados abertos.

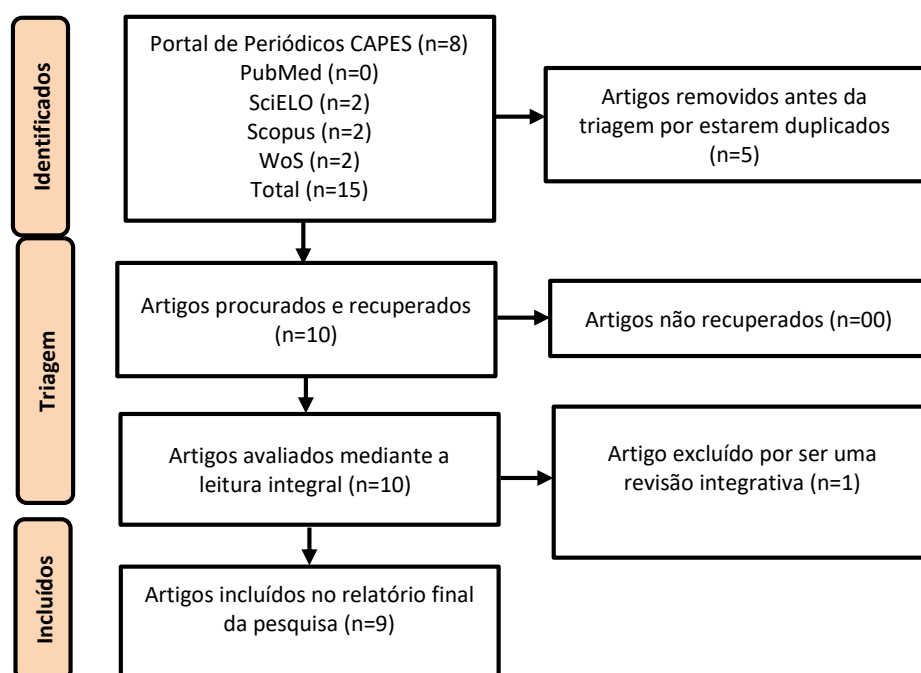
## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nesta seção, os resultados e discussões são apresentados em simultâneo. Na primeira subdivisão, estão especificados os estudos que atenderam aos parâmetros de elegibilidade em conformidade com as diretrizes PRISMA. No segundo segmento, a síntese das evidências é reflexionada.

### ESPECIFICAÇÃO DOS ESTUDOS QUE ATENDERAM AOS CRITÉRIOS DE ELEGIBILIDADE

O protocolo PRISMA propicia clareza e austeridade metodológica. Embora pensado para revisões sistemáticas que avaliam intervenções em saúde, é aplicável a revisões com outros objetivos (Page *et al.*, 2021). Na figura 1, constam o quantitativo de documentos identificados, extraídos e incluídos, bem como as justificativas das exclusões.

**Figura 1** - Fluxograma da pesquisa e resultados auferidos



**Fonte:** Dados da pesquisa em diagrama de fluxo adaptado de Page *et al.* (2021).

De acordo com o que está apresentado no fluxograma da figura 1, por meio da busca sistemática no Portal de Periódicos CAPES, PubMed, SciELO, Scopus e WoS, 15 artigos foram identificados, dos quais cinco foram excluídos em razão da duplicidade. No Portal de Periódicos CAPES, havia quatro repetições de artigos já localizados em outras bases e, no SciELO, uma repetição foi identificada.

Os dez artigos não duplicados foram buscados, recuperados e lidos na íntegra para validar os requisitos de elegibilidade e, conseqüentemente, verificar sua adesão ao objetivo do estudo. Dentre esses, foi excluída uma revisão integrativa realizada por Lima e Nogueira (2022) a qual, por sua natureza secundária, abordou a literatura preexistente acerca da SB em PMs da Região Nordeste.

A tabela 1, por ordem alfabética de autoria, detalha os artigos que atenderam a todos os requisitos de elegibilidade quanto aos autores, ano de publicação, tipo de estudo, sujeitos investigados e locais e unidades de atuação dos PMs que compuseram os estudos primários perquiridos.

**Tabela 1** - Detalhamento dos resultados da pesquisa quanto à autoria, ano, tipologia do estudo, sujeitos e locais de pesquisa

Nº	Autor (ano)	Tipo de estudo	Sujeitos de estudo	Local
01	Arsenian e Giovani (2023)	Observacional de corte transversal	104 PMs masculinos e femininos	Quadro de saúde da Polícia Militar de São Paulo
02	Araújo <i>et al.</i> (2020)	Transversal descritivo quantitativo	30 policiais militares masculinos	1ª Cia do 3º BPM de Sergipe
03	Batista <i>et al.</i> (2019)	Descritivo de corte comparativo	44 oficiais do BOPE e do BPTRAN	Patos, Paraíba
04	Ceribeli <i>et al.</i> (2020)	Descritivo quantitativo	358 policiais militares masculinos (86,6%) e femininos (13,4%)	Minas Gerais
05	Cunha <i>et al.</i> (2021)	Transversal descritivo	187 PMs masculinos	ROTAM, Goiânia, Goiás
06	Marzzoni <i>et al.</i> (2021)	Descritivo quantitativo	112 PMs masculinos (n=75) e femininos (n=37)	Serviço administrativo da Polícia do Pará
07	Santos <i>et al.</i> (2021)	Transversal descritivo e analítico	268 PMs masculinos (n=227) e femininos (n=41)	Serviços administrativo (n=80) e operacional (n=188) 3º BPM do Paraná
08	Soares <i>et al.</i> (2019)	Descritivo quantitativo	195 PMs masculinos e femininos (praças e graduados)	Belo Horizonte, Minas Gerais



09	Soares, Rodrigues e Pimenta (2021)	Descritiva, quantitativa, comparativa e transversal	80 agentes de segurança pública, sendo 25 militares masculino e femininos	Minas Gerais
----	------------------------------------	---	---	--------------

**Fonte:** Dados da pesquisa (2024).

Sete estados representaram o alcance geográfico das investigações. Houve três estudos de Minas Gerais, enquanto Goiás, Paraíba, Paraná, Pará, São Paulo e Sergipe, cada qual, contribuíram com uma pesquisa cada. Esse número limitado de nove estudos, apesar da procura em cinco robustas bases de dados, incluindo aquelas que disseminam internacionalmente a produção científica brasileira, aponta para a escassez de estudos primários sobre a SB em PMs brasileiros. Isso configura uma lacuna epistêmica que sugere a necessidade de novas investigações que abordem as diferentes realidades do exercício profissional militar nas cinco regiões do Brasil.

Em alguns artigos, a metodologia estava, em certa medida, obscura; no entanto, foi possível identificar que cinco estudos expressamente declaram ser do tipo transversal. As outras pesquisas, embora não tenham se posicionado quanto a ser transversais, permitiram inferir que também são desse tipo. Esse ponto de vista pode ser compreendido a partir dos argumentos de Zangirolami-Raimundo, Echeimberg e Leone (2018), os quais afirmam que o estudo de corte transversal é um dos desenhos dos estudos observacionais, nos quais a principal característica é que a observação das variáveis se dá em um único momento, sem necessidade de acompanhamento pelo pesquisador. Além disso, nesses estudos, o pesquisador não interfere nos fenômenos, somente os observa de maneira sistemática e padronizada, sem interação com a população amostral durante a coleta dos dados ou materiais de interesse. Tal modo, os estudos transversais, podem se classificar em transversal analítico, quando o pesquisador examina as variáveis e estabelece suas relações, ou em transversal descritivo, quando o investigador descreve a frequência e a distribuição das variáveis sem comparar os parâmetros entre um e outro sujeito ou grupos de sujeitos (Hochman *et al.*, 2005).

De maneira geral, foi possível identificar que os nove estudos primários abordaram 1.296 PMs em diferentes ambientes de trabalho, com predominância de homens. Os estudos de Arsenian e Giovani (2023), Ceribeli *et al.* (2020), Marzzoni *et al.* (2021) Santos *et al.* (2021) e Soares *et al.* (2019) incluíram mulheres, porém em número



diminuto, o que justificaram pelo predomínio masculino nos quadros funcionais das PMs.

As investigações abarcaram PMs atuantes em serviços operacionais, administrativos e assistenciais à saúde, destacando diferentes nuances das atividades policiais militares em correlação com a SB. A título de representação, Araújo *et al.* (2020), Batista *et al.* (2019), Ceribeli *et al.* (2020), Cunha *et al.* (2021), Soares *et al.* (2019) elegeram subdivisões dos serviços operacionais, tais como Rondas Ostensivas Táticas Metropolitanas (ROTAM), Batalhão de Operações Especiais (BOPE) e Batalhão de Trânsito (BPTRAN). Arsenian e Giovani (2023) estudaram a SB em oficiais e praças<sup>2</sup> do quadro de saúde. Marzzoni *et al.* (2021) dedicaram-se aos PMs lotados no serviço administrativo, enquanto Santos *et al.* (2021) analisaram a SB relacionada ao serviço administrativo em cotejo com o labor operacional.

No próximo segmento, as principais evidências serão discutidas em confluência com as especificidades dos setores de atuação e do estilo de vida dos PMs.

## **SÍNTESE DE EVIDÊNCIAS**

### **Escalas utilizadas para avaliar a SB em PMs**

A maioria dos estudos apreciados interessou-se pela elucidação das dimensões da SB em PMs mediante a aplicação de escalas avaliativas. O inventário mais utilizado, isoladamente ou em conjunto com outras escalas, foi o de Maslach Burnout Inventory (MBI), empregado por Ceribeli *et al.* (2020), Cunha *et al.* (2021), Marzzoni *et al.* (2021), Soares *et al.* (2019), Soares, Rodrigues, Pimenta (2021) e Santos *et al.* (2019). A MBI é o instrumento avaliativo da SB composto por itens que investigam aspectos relacionados

---

<sup>2</sup> Segundo o modelo hierárquico herdado e copiado do Exército pelas PMs em todo o Brasil, existem dois quadros distintos em relação à disposição hierárquica organizacional: o das praças (soldados, cabos, terceiro-sargento, segundo-sargento, primeiro-sargento e subtenente) e dos oficiais (segundo-tenente, primeiro-tenente, capitão, major, tenente-coronel e coronel). Quanto ao primeiro, em tese, cabem as funções de execução, inclusive o policiamento ostensivo fardado, nas ruas e, cabe ao quadro dos oficiais o comando, a gestão, o controle e a fiscalização dos subordinados, mesmo que todas as posições hierárquicas envolvam condições de chefia e liderança à medida que se alcança um nível superior na instituição, por exemplo, o cabo que exige obediência do soldado e assim sucessivamente até o último e mais elevado posto da hierarquia, o de coronel. De todo modo, as praças possuem graduações e os oficiais postos (patentes).



à exaustão emocional, despersonalização e baixa realização profissional. Cada item, consoante as respostas do tipo Likert, recebe uma pontuação, que é somada e seus resultados podem ser analisados estatisticamente (Maslach; Jackson, 1981).

Além do MBI, foram aplicadas as seguintes escalas: World Health Organization Quality Of Life (WHOQOL); Escala de Ansiedade, Depressão e Estresse-21 (EADS-21) (Araújo *et al.*, 2020); Perfil de Estilo de Vida Individual (PEVI) (Araújo *et al.*, 2020; Batista *et al.*, 2019); Escala de Estresse no Trabalho (EET); Utrecht Work Engagement Scale (UWES) (Santos *et al.*, 2021), International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) (Soares *et al.*, 2019); Inventário de Beck de Ansiedade (IBA); Inventário de Beck de Depressão (BDI); e Inventário de Ideação Suicida de Beck (BSI) (Soares; Rodrigues; Pimenta, 2021).

A WHOQOL foi desenvolvida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) para avaliar a qualidade de vida em diferentes contextos e culturas. Nela, as questões abordam as relações sociais e os domínios físicos, psicológicos e ambientais vivenciados pelos sujeitos avaliados (Fleck *et al.*, 2024). A PEVI, por meio do que denominada de “O Pentágulo do Bem-Estar”, avalia a nutrição, a atividade física, o comportamento preventivo, o relacionamento social e o controle do estresse (Nahas; Barros; Francalacci, 2012). A EADS-21, como sugere a sua denominação, contém questões do tipo Likert que avaliam a saúde mental segundo a ansiedade, a depressão e o estresse (Araújo *et al.*, 2020). Os itens da EET indicam o nível de estresse organizacional. A UWES informa o engajamento e o nível de satisfação no trabalho (Santos *et al.*, 2021). O IPAQ também foi proposto pela OMS, testado em vários países, afere o tempo semanal dedicado à atividade física (Pires, Pires Jr.; Oliveira; 2014; Soares *et al.*, 2019).

Soares, Rodrigues e Pimenta (2021) optaram por aplicar o MBI e outros instrumentos específicos para avaliar outras dimensões correlatas à SB. Em particular, o IBA aferiu a ansiedade, o DBI a depressão e o BSI a ideação suicida.

### **A influência do ambiente de trabalho na SB em PMs**

Embora a SB seja um fenômeno complexo, intrinsecamente ligado aos variados ambientes de trabalho e às subjetividades dos trabalhadores, a maior parte dos estudos se dedicou a avaliar a SB em PMs que atuam no serviço operacional, ocasionalmente comparando-os com aqueles lotados no serviço administrativo. Ademais, um estudo



abordou o serviço policial militar na área da saúde.

Por meio de marcadores salivares, foi observado que, dos 104 PMs do quadro de saúde que atuaram durante a pandemia da Covid-19 no estado de São Paulo, 80,77% apresentavam SB e 19,23% estavam em risco para desenvolver tal problema. A prevalência foi maior nas mulheres do quadro de auxiliares e com a renda mensal mais baixa naquela categoria, de três a seis salários mínimos (Arseanian; Giovani, 2023). Esses índices merecem uma atenção especial, ao serem os maiores em todos os estudos integrantes desta pesquisa, possivelmente por refletir a magnitude do enfrentamento da pandemia da Covid-19, na época ainda uma doença desconhecida, sem medicação específica e com elevado número de contágios, casos graves e fatais.

Neves, Fialho e Machado (2021) corroboram que, no início da crise da Covid-19 no Brasil, profissionais da saúde de várias categorias em serviços de saúde de todo o país, manifestaram medo da contaminação e da morte, incertezas e sobrecarga de atribuições.<sup>3</sup> Mesmo diante de todo aquele cenário inóspito e convivendo com os óbitos de vários companheiros de trabalho, esses profissionais permaneceram firmes no cumprimento dos deveres funcionais (Neves *et al.*, 2020). De fato, profissionais de saúde, ainda que trabalhando em unidades básicas que são menos complexas, diante de infraestrutura precária e submetidos a extensas jornadas de trabalho, referem maior exaustão física e mental (Lima; Domingues Jr.; Gomes, 2023). O mesmo ocorre com profissionais da educação, cujo esgotamento tem sido exacerbado, principalmente devido à precarização das condições de trabalho, que envolve altas demandas de atribuições, falta de reconhecimento social e ausência de dignidade remuneratória (Fialho; Neves; Costa, 2025), sobretudo após a crise sanitária da Covid-19 e a intensificação do uso de tecnologias digitais no processo de ensino e aprendizagem, sem que os professores fossem devidamente preparados para as novas exigências (Fialho *et al.*, 2025; Fiuza; Queiroz; Neves, 2025).

Os influxos do ambiente de trabalho na saúde mental e emocional dos PMs são multidimensionais e seus desfechos imprevisíveis, por isso a prevenção é a melhor estratégia. Soares, Rodrigues e Pimenta (2021) identificaram casos de depressão em

---

<sup>3</sup> Para conhecimento sobre a atuação específica dos PMs durante a pandemia e o medo de contágio em relação à doença ver França (2020).



graus grave, leve a moderado em 30%, dos seus investigados, enquanto a ansiedade, em níveis semelhantes, foi observada em 31,3% deles. Outrossim, 8,8% dos sujeitos possuíam ideação suicida e 2,6% eram sobreviventes de tentativa de suicídio.

Não obstante a prevalência da SB na amostragem de Soares, Rodrigues e Pimenta (2021), que incluiu 80 agentes de segurança pública, sendo 25 PMs, tenha sido menor do que a documentada pela OMS, é importante ter cautela, porquanto a maneira como a SB é vivenciada é muito singular, e não é possível prever a ocorrência dos desfechos mais danosos.

Nos achados de Soares *et al.* (2019), os PMs operacionais<sup>4</sup>, quando comparados aos administrativos<sup>5</sup>, apresentaram maior risco de SB. Cunha *et al.* (2021) identificaram que 81,3% dos PMs da ROTAM (serviço operacional) avaliados apresentavam baixo risco de SB, porém 13,9% possuíam predisposição e 4,8% ostentavam indicativos do adoecimento para essa síndrome. Marzzoni *et al.* (2021), no serviço administrativo da Polícia Militar do Pará, comprovaram nível intermediário na dimensão exaustão emocional, com a média geral 2,38, e, na dimensão despersonalização, nível moderado, com a média geral de 1,62.

As evidências compiladas neste estudo ainda não permitem afirmar que o trabalho operacional, por si só, é responsável pela maior incidência da SB em PMs, uma vez que outros fatores possivelmente intervêm nos níveis de *burnout*. Aliás, Cunha *et al.* (2021) consignaram que PMs, que relataram consumo de álcool e recebiam menor remuneração, apresentaram maior exaustão emocional.

Não existe uma predileção de nível hierárquico para o desenvolvimento da SB. Oficiais e praças, ainda que em trabalhos administrativos, estão propensos a esse problema (Marzzoni *et al.*, 2021). Na ótica de 268 PMs da Polícia Militar do Paraná representantes dos serviços operacionais e administrativos, por ordem de significância, os principais estressores relacionados ao trabalho incluem: poucas perspectivas de crescimento na carreira (imprevisibilidades das promoções), deficiência de treinamento

---

<sup>4</sup> Categoria nativa, nomenclatura comumente utilizada pelos PMs em todo o Brasil que os caracterizam como aqueles que trabalham nas ruas, no combate direto ao fenômeno criminal. Silva (2002) também mapeou, na PM de Goiás, a denominação de policiais “rambo”, o que equivale a dizer que se é operacional.

<sup>5</sup> A expressão “administrativos” também se trata de uma categoria nativa PM e se refere aos policiais que desempenham atividades burocráticas.



e capacitação profissional, favoritismo e discriminação no ambiente de trabalho, e longas jornadas de trabalho (Santos *et al.*, 2021).

Como se vê, essas questões, que aumentam a incidência da SB, são geradas por relações verticalizadas distorcidas das finalidades administrativas adequadas e, portanto, são perfeitamente evitáveis. Para tanto, ao nível mais amplo, é necessário o compromisso político-administrativo com a valorização da carreira policial militar e, internamente, que os processos gerenciais sejam respeitosos, éticos, capazes de reduzir os conflitos no ambiente de trabalho e favorecer o bem-estar profissional.

### **Metodologias preventivas da SB em PMs**

A partir do conhecimento de quais fatores laborais e subjetivos conseguem aumentar a incidência da SB em PMs, é possível sugerir formas de prevenção. Segundo Marzzoni *et al.* (2021), PMs motivados e satisfeitos com suas atribuições são menos propensos a desenvolver a SB. Ceribeli *et al.* (2020) corroboram que o prestígio atribuído pelos PMs às suas corporações, associado aos altos níveis de satisfação profissional, exercem um papel preventivo. Winter e Alf (2019) informam que, diante dos desafios e do sofrimento relacionados ao trabalho, os PMs mobilizam mecanismos de defesas como a sublimação e a resiliência.<sup>6</sup>

Apesar de o trabalho policial militar ser permeado por contradições como jornadas extenuantes sob alta carga de tensão, falta de reconhecimento e apoio social, além da exposição diuturna a situações de risco, é possível que os PMs encontrem prazer no trabalho. Areosa (2013) sugere que isso ocorre porque o trabalhador, por meio da sublimação, converte impulsos negativos em algo positivo, produzindo, assim, contentamento no trabalho (Dejours, 1992).

O sedentarismo aumenta a predisposição para a SB. Portanto, programas institucionais que incentivem a atividade física e evitem a obesidade podem capacitar os PMs para suportar os estresses decorrentes das tarefas ocupacionais (Araújo *et al.*, 2020; Batista *et al.*, 2019; Soares *et al.*, 2019). Em diferentes categorias profissionais,

---

<sup>6</sup> Torna-se interessante para conhecimento o estudo clássico de Dejours (1992) que relaciona o uso da disciplina militar como fator de adaptação e motivação para que pilotos de caça da Força Aérea lidem com o medo e a ansiedade relativos à profissão, fazendo do trabalho um desafio proveitoso.



estudos têm demonstrado que uma programação regular de exercícios físicos, associada a uma percepção positiva de si e do trabalho, têm potencial de prevenir a SB (Lima; Nogueira, 2022).

Araújo *et al.* (2020), ao avaliarem o perfil físico de 30 PMs do serviço ativo operacional de cidades com poucos habitantes no estado de Sergipe, inferiram que a atividade física influencia favoravelmente na redução das condições estressoras do serviço. Mas, os autores não excluíram a possibilidade da interferência positiva dos fatores sociodemográficos nos resultados, dado que a população das quatro cidades nas quais os PMs atuavam somava apenas 54.707 habitantes. Ainda assim, Soares *et al.* (2019) compartilham da mesma compreensão de que os PMs mais sedentários sejam mais vulneráveis à SB; conseqüentemente, o melhor condicionamento físico está associado a menos esgotamento profissional.

Batista *et al.* (2019), ao focarem em 44 PMs oficiais masculinos do BOPE e do BPTRAN do município de Patos, no sertão paraibano, entenderam que nos dois grupos (BOPE e BPTRAN), apesar de atividades diferenciadas, já que no BOPE exige condicionamento físico e equilíbrio emocional mais elevados, além de rapidez nas decisões, o perfil do estilo de vida foi semelhante ao dos oficiais do BPTRAN. No quesito controle de estresse, os oficiais do trânsito ficaram aquém dos índices dos PMs do BOPE, sugerindo que os treinamentos recebidos pelo BOPE reverberam no melhor condicionamento para suportar as altas cargas de estresse ocupacional.

As evidências recomendam capacitar os PMs para lidar com o público, de modo que se sintam menos esgotados e sejam mais valorizados pela sociedade, favorecendo, desse modo, a percepção do prestígio organizacional (Ceribeli *et al.*, 2020). Igualmente, é substancial reduzir o consumo de álcool, dada a correlação significativa entre etilismo, baixa remuneração e maior exaustão emocional (Cunha *et al.*, 2021).

A partir do pressuposto de que SB possui interface com condições de trabalho e a qualidade de vida, as melhorias obrigatoriamente precisam considerar essas perspectivas, sobretudo para permitir que os PMs reconheçam suas vulnerabilidades. É fundamental que as PMs propiciem ambientes preventivos e identifiquem precocemente perfis de risco, além de promoverem efetivamente o suporte necessário para evitar o agravamento da SB.



## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Esta pesquisa analisou a produção científica sobre a SB em PMs brasileiros nos últimos cinco anos (2019 a 2024). Dentre os resultados, destacou-se que os estudos nesse contexto ainda são escassos e lacunosos, principalmente no que diz respeito às mulheres. Portanto, há espaço para novas investigações que procurem elucidar as diversas nuances da SB em PMs masculinos e femininos em diferentes locais de atuação.

Quanto às evidências sobre a influência do ambiente de trabalho militar na SB, estas ainda não são suficientemente consistentes. Não se confirmou haver consenso sobre o grau de interferência dos ambientes operacionais e administrativos na SB entre PMs. Os resultados encontrados apontam que, possivelmente, em ambos os espaços laborais, os conflitos internos e os equívocos de gerenciamento, desvalorizam os profissionais, afetam a saúde ocupacional e predisõem à SB.

Com base nos fatores que aumentam a suscetibilidade para a SB, algumas estratégias preventivas são sugeridas. No âmbito mais amplo das políticas de segurança pública e das medidas institucionais, incluem-se a melhor capacitação profissional, o aprimoramento do condicionamento físico, a redução do consumo de álcool, a valorização remuneratória e uma carreira profissional com oportunidades de progresso.

Chama a atenção os mecanismos de defesa mediante os quais, mesmo diante da conjuntura desfavorável, os PMs encontram o prazer no trabalho, o que parece prevenir a SB. No entanto, é importante ressaltar que esses são mecanismos subjetivos, cuja eficácia também é peculiar, não excluem a importância das medidas efetivas e estruturais de longo prazo, com o escopo de melhorar as condições de trabalho e evitar o adoecimento.

A temática não se esgota com esta pesquisa; pelo contrário, aponta que a SB em PMs brasileiros ainda carece de aprofundamento e ampliação das investigações. Isso é especialmente importante porque as funções incumbidas às polícias militares são confrontadas pelo crime em constante evolução. Novas pesquisas são bem-vindas para melhor esclarecer os desafios enfrentados pelos PMs e desenvolver estratégias eficazes de prevenção da SB e de reabilitação.

## **REFERÊNCIAS**



ARAÚJO, F. M. *et al.* Nível de atividade física, percepção de qualidade de vida e saúde mental em policiais militares. **Motricidade**, v. 16, n. 1, 2020. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/motricidade/article/view/22332>. Acesso em: 10 out. 2025

AREOSA, J. Comentário ao artigo “A sublimação, entre sofrimento e prazer no trabalho”. Christophe Dejours e a Psicodinâmica do Trabalho. **Revista Portuguesa de Psicanálise**, v. 33, n. 2, 2013.

ARSENIAN, M. B.; GIOVANI, É. M. Prevalence of burnout by social demographic factors and salivary biomarkers through Fourier transform infrared spectroscopy in military police officers of the São Paulo health care team who worked during Covid-19. **RGO - Revista Gaúcha de Odontologia**, v. 71, 2023. Disponível em <https://doi.org/10.1590/1981-86372023005420230047>. Acesso em: 12 out. 2025

BATISTA, F. V. M. *et al.* Military Special Operations and Traffic Police Officers Have Similar Lifestyles Unrelated to Physical Fitness. **Journal of Health Sciences**, v. 21, n. 1, 2019. Disponível em <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/05/995899/01-policiais-militares-5540.pdf> . Acesso em: 12 out. 2025

BIANCHI, R.; SCHONFELD, I. S., LAURENT, E. Burnout-depression overlap: a review. *Clinical Psychology Review*, v. 36, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.01.004>. Acesso em: 12 nov. 2025.

CABRAL, J. B. *et al.* Transtorno de estresse pós-traumático em policiais militares: uma revisão integrativa da literatura. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, [S. l.], v. 5, n. 4, p. 1294–1306, 2023. DOI: 10.36557/2674-8169.2023v5n4p1294-1306. Disponível em: <https://bjih.s.emnuvens.com.br/bjih/article/view/470>. Acesso em: 6 dez. 2025.

CARMO, S. A.; MATOS, Á. K. P.; SILVA, A. B. A criminalidade nas zonas urbanas de Boa Vista/RR (2019-2021). **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, v. 15, n. 43, 2023. Disponível em: <https://revista.ioles.com.br/boca/index.php/revista/article/view/1639>. Acesso em: 19 mar. 2025.

CERIBELI, H. B. *et al.* Prestígio organizacional percebido, identificação organizacional e exaustão emocional do policial militar. **RGO: Revista Gestão Organizacional**, v. 13, n. 2, 2020. Disponível em: <https://bell.unochapeco.edu.br/revistas/index.php/rgo/article/view/4883>. Acesso em: 19 mar. 2025.

CUNHA, G. R. S. *et al.* Síndrome de Burnout e qualidade de vida em policiais militares de Goiás das Rondas Ostensivas Táticas Metropolitanas (ROTAM). **Movimenta**, v. 14, n. 3, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.31668/movimenta.v14i3.12183>. Acesso em: 19 mar. 2025.

DEJOURS, C. **A loucura do trabalho**: estudo de psicopatologia do trabalho. São Paulo:



Cortez-Oboré, 1992.

ESTEVEES, G. G. L. et al. Uma Revisão sobre Instrumentos de Avaliação do Burnout na **Segurança Pública. Psico-USF**, Ribeirão Preto, v. 28, n. 2, 2023. Disponível <https://doi.org/10.1590/1413-82712023280206>. Acesso em: 19 jun. 2025.

FERREIRA, N. S. A. As pesquisas denominadas “estado da arte”. **Educação & Sociedade**, n.º 79, agosto, 2002. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0101-73302002000300013>. Acesso em: 17 out. 2025.

FLECK, M. P. A. *et al.* Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida "WHOQOL-bref". **Revista de Saúde Pública**, v. 34, n. 2, 2000. Disponível em <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-283164>. Acesso em: 12 ago. 2025.

FIALHO, L. M. F.; NEVES, V. N. S.; COSTA, M. A. A. da. As publicações acerca do esgotamento profissional docente na base de dados Eric: uma revisão integrativa : Publications on teacher burnout in the Eric database: an integrative review . **Revista Cocar**, [S. l.], v. 23, n. 41, 2025. Disponível em: <https://periodicos.uepa.br/index.php/cocar/article/view/10102>. Acesso em: 8 dez. 2025.

FIALHO, L. M. F. *et al.*; Síndrome de Burnout e a precarização do trabalho docente: evidências na revisão de literatura brasileira. **ETD - Educação Temática Digital**, Campinas, SP, v. 27, n. 00, p. e025043, 2025. DOI:10.20396/etd.v27i00.8676385. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/etd/article/view/8676385>. Acesso em: 8 dez. 2025.

FIALHO, L. M. F.; SIQUEIRA, F. Q.; NEVES, V. N. S. A educação no pós-pandemia: uma revisão de escopo sobre os percalços a serem superados. **Práxis Educacional**, Vitória da Conquista, v. 21, n. 52, p. e15869, 2025. DOI: 10.22481/praxisedu.v21i52.15869. Disponível em: <https://periodicos2.uesb.br/praxis/article/view/16853>. Acesso em: 8 dez. 2025.

FRANÇA, F. G. Ressonâncias biopolíticas: risco, coronavírus e as polícias no exercício da quarentena. **Revista Política e Trabalho**, n. 52, jan./jun., 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufpb.br/index.php/politicaetrabalho/article/view/51290>. Acesso em: 8 dez. 2025.

HOCHMAN, B. *et al.* Desenhos de pesquisa. **Acta cirúrgica brasileira**, v. 20, p. 2-9, 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-86502005000800002>. Acesso em: 12 jul. 2025.

LIMA, L. A. O.; DOMINGUES JR., P. L.; GOMES, O. V. O. Saúde mental e esgotamento profissional: um estudo qualitativo sobre os fatores associados à síndrome de burnout entre profissionais da saúde. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, v. 16, n. 47, 2023.



Disponível em: <https://revista.ioles.com.br/boca/index.php/revista/article/view/2653>. Acesso em: 19 mar. 2024.

LIMA, T. K. M.; NOGUEIRA, C. P. V. Saúde mental de policiais militares do Nordeste brasileiro: Uma revisão integrativa de literatura. **Revista de Psicologia**, v. 16, n. 61, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.14295/idonline.v16i61.3478>. Acesso em: 17 ago. 2024.

MARZZONI, D. N. S. *et al.* A invisibilidade do esgotamento profissional: uma investigação acerca dos policiais militares que trabalham no serviço administrativo. **Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente**, v. 12, n. 1, 2021. Disponível em: <https://revista.faema.edu.br/index.php/Revista-FAEMA/article/view/932>. Acesso em: 14 mar. 2025.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E. The measurement of experienced burnout. **Journal of Occupational Behavior**, v. 2, n. 2, 1981. Disponível em <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>. Acesso em: 12 nov. 2025.

MASLACH, C.; LEITER, M. P. Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. **World Psychiatry**, v. 15, n. 2, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/wps.20311>. Acesso em: 19 jul. 2025.

MINAYO, M. C. S. Análise qualitativa: teoria, passos e fidedignidade. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 17, n. 3, 2012. Disponível em <https://doi.org/10.1590/S1413-81232012000300007>. Acesso em: 12 ago. 2025.

NAHAS, M. V.; BARROS, M. V. G.; FRANCALACCI, V. O Pentágulo do Bem-Estar: base conceitual para avaliação do estilo de vida de indivíduos ou grupos. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 5, n. 2, 2012. Disponível em <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-283942>. Acesso em: 11 nov. 2025.

NEVES, V. N. S. *et al.* The impact of the Covid-19 pandemic on health worker`s emotions and professional learning. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 12, 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/11367>. Acesso em: 8 dec. 2025.

NEVES, A. V. S. da C. *et al.* Panorama bibliométrico acerca da telessaúde mental na base de dados Scopus. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, [S. l.], v. 7, n. 8, p. 986–1004, 2025a. DOI: 10.36557/2674-8169.2025v7n8p986-1004. Disponível em: <https://bjih.emnuvens.com.br/bjih/article/view/6197>. Acesso em: 6 dez. 2025.

NEVES, A. V. S. da C. *et al.* Evidências bibliométricas sobre telessaúde mental (2013-2025). In: **Saúde mental no século XXI: diagnósticos, tratamentos e inovações**. Editora Científica Digital, 2025b. p. 49-63.

NEVES, V. N. S.; FIALHO, L. M. F.; MACHADO, C. J. S. A Pandemia da Covid-19 e a Educação na Saúde. **Revista Humanidades e Inovação**, v.8, n. 62, 2021. Disponível em



<https://revista.unitins.br/index.php/humanidadeseinovacao/article/view/3705>. Acesso em: 12 out. 2025.

PAGE, M. J. *et al.* The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. **BMJ**, v. 372, n. 71, 2021. Disponível em: doi: 10.1136/bmj.n71. Acesso em: 28 dez. 2024.

PIRES, A. A. P.; PIRES, R.; OLIVEIRA, R. F. Concordância entre os formatos impresso e eletrônico do IPAQ-L. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 20, n. 6, 2014. Disponível em <https://doi.org/10.1590/1517-86922014200602134>. Acesso em: 12 out. 2025.

SANTOS, F. B. *et al.* Estresse ocupacional e engajamento no trabalho entre policiais militares. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 12, 2021. Disponível em <https://doi.org/10.1590/1413-812320212612.14782021>. Acesso em: 28 dez. 2024.

SAULTZ, J. B. Burnout. **Fam Medicina**, v. 52, n. 1, 2020. Disponível em <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31914178/>. Acesso em: 12 out. 2025.

SCHONFELD, I. S. BIANCHI, R. Burnout and Depression: Two Entities or One? **Journal of Clinical Psychology**, v. 72, n. 1, 2015. Disponível em <https://doi.org/10.1002/jclp.22229>. Acesso em: 9 set. 2025.

SCHONFELD, I. S.; BIANCHI, R. From Burnout to Occupational Depression: Recent Developments in Research on Job-Related Distress and Occupational Health. **Frontiers in Public Health**, v. 9, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.796401>. Acesso em: 12 out. 2025.

SILVA, A. J. **Praça Velho**: um estudo sobre o processo de socialização policial militar (Dissertação de Mestrado em Sociologia), Goiás, UFG, 2002.

SANTOS, E. P. M. *et al.* Burnout em profissionais de saúde: uma revisão das definições, fatores de risco e estratégias de prevenção. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, [S. l.], v. 6, n. 9, p. 494–506, 2024. DOI: 10.36557/2674-8169.2024v6n9p494-506. Disponível em: <https://bjih.s.emnuvens.com.br/bjih/article/view/3406>. Acesso em: 6 dez. 2025.

SOARES, D. S. *et al.* Influence of physical activity on military police officers' burnout. **Journal of Physical Education**, v. 30, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v30i1.3059>. Acesso em: 13 nov. 2025.

SOARES, W. D.; RODRIGUES, B. P.; PIMENTA, C. P. S. Síndrome de Burnout, depressão, ansiedade e ideação suicídio em servidores de segurança pública. **Revisão Uningá**, v 3, 2021. Disponível em: <https://revista.uninga.br/uningareviews/article/view/3613>. Acesso em: 15 mar. 2025.

WINTER, L. E.; ALF, A. M. A profissão do policial militar: vivências de prazer e



**SÍNDROME DE BURNOUT EM POLICIAIS MILITARES BRASILEIROS: O QUE DIZEM AS EVIDÊNCIAS?**

Neves *et. al.*

sofrimento no trabalho. **Rev. Psicol., Organ. Trab.**, v. 19, n. 3, 2019. Disponível em <https://doi.org/10.17652/rpot/2019.3.13214>. Acesso em: 18 nov. 2025.

ZANGIROLAMI-RAIMUNDO, J.; ECHEIMBERG, J. O.; LEONE, C. Tópicos de metodologia de pesquisa: Estudos de corte transversal. **Journal of Human Growth and Development**, v. 28, n. 3, 2018. Disponível em <http://dx.doi.org/10.7322/jhgd.152198>. Acesso em: Acesso em: 18 set. 2025.