

**IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DA
POLÍCIA CIVIL NO BRASIL**

***IMPACTS ON THE MENTAL HEALTH OF CIVIL POLICE
PROFESSIONALS IN BRAZIL***





IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DA POLÍCIA CIVIL NO BRASIL

IMPACTS ON THE MENTAL HEALTH OF CIVIL POLICE PROFESSIONALS IN BRAZIL

André Martins Barbosa¹
andrembarbosadu@yahoo.com.br

Luana Fernandes Ferreira²
luhfernnandes.18@gmail.com

Gustavo Pereira Rodrigues³
psicólogo.gustavo@gmail.com

RESUMO

A saúde mental dos profissionais da Polícia Civil constitui uma questão relevante de saúde ocupacional, considerando a exposição contínua a situações de violência, sobrecarga e pressões institucionais. O objetivo da pesquisa foi analisar os impactos da atividade policial na saúde mental de profissionais da Polícia Civil no Brasil, identificando fatores de risco, repercussões psicossociais e estratégias de enfrentamento. Utilizou-se a metodologia em abordagem qualitativa, por meio da revisão bibliográfica de publicações nacionais e internacionais produzidas entre 2020 e 2025, com consulta às bases de indexadores como SciELO, LILACS e portal de periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), priorizando estudos revisados por pares e relacionados ao contexto brasileiro. Os estudos evidenciaram associação entre estressores ocupacionais, como violência, sobrecarga, déficit de efetivo, pressão por resultados e hierarquias rígidas, e maior ocorrência de depressão, ansiedade, ideação suicida e *burnout*, além de repercussões na vida familiar e social, como conflitos conjugais, isolamento e uso de álcool e outras substâncias. Também foram identificados impactos institucionais, incluindo absenteísmo e afastamentos, bem como insuficiência de políticas de cuidado e persistência do estigma relacionado à busca por apoio psicológico. Conclui-se que a promoção da saúde mental dos policiais civis requer políticas intersetoriais, financiamento estável, equipes multiprofissionais, apoio às famílias e ações permanentes de prevenção, acolhimento e valorização profissional, recomendando-se estudos adicionais sobre a efetividade dessas estratégias no contexto brasileiro.

Palavras-chave: saúde mental; Polícia Civil; estresse ocupacional; suicídio; políticas públicas.

ABSTRACT

The mental health of Civil Police professionals is a significant occupational health issue, given their continuous exposure to violence, excessive workloads, and institutional pressures. This research aimed to analyze the impact of police work on the mental health of Civil Police professionals in Brazil, identifying risk factors, psychosocial repercussions, and coping strategies. A qualitative approach was employed, involving a literature review of national and international publications from 2020 to 2025. Databases such as SciELO, LILACS, and the CAPES (Coordination for the Improvement of Higher Education Personnel) journal portal were consulted, prioritizing peer-reviewed studies relevant to the Brazilian context. The studies revealed an association between occupational stressors—such as violence, heavy workloads, staffing shortages, pressure for results, and rigid hierarchies—and a higher incidence of depression, anxiety, suicidal ideation, and burnout. Repercussions on family and social life, including marital conflict, isolation, and alcohol or substance use, were also noted. Institutional impacts were identified as well, including absenteeism and medical leave, alongside a lack of

¹Discente do curso de psicologia da Unigran – Centro Universitário da Grande Dourados andrembarbosadu@yahoo.com.br – <https://orcid.org/0009-0005-1971-4550>; <https://lattes.cnpq.br/9675698059743071>.

² Discente do curso de psicologia da Unigran – Centro Universitário da Grande Dourados luhfernnandes.18@gmail.com <https://orcid.org/0009-0007-4869-3511>; <https://lattes.cnpq.br/6406011112747181>.

³ Psicólogo Clínico - CRP 14/08569-0; Pesquisador; Mestrando em Psicologia; Clinical Psychologist; Researcher; Master's student in Psychology. Docente do curso de psicologia da Unigran – Centro Universitário da Grande Dourados <https://orcid.org/0009-0009-4051-7657>; <https://lattes.cnpq.br/1590070030230475>.



adequate care policies and persistent stigma surrounding the pursuit of psychological support. The study concludes that promoting the mental health of civil police officers requires intersectoral policies, stable funding, multidisciplinary teams, family support, and ongoing initiatives focused on prevention, care, and professional recognition; further research into the effectiveness of these strategies within the Brazilian context is recommended.

Palavras-chave: saúde mental; Polícia Civil; estresse ocupacional; suicídio; políticas públicas.

1 INTRODUÇÃO

A saúde mental dos profissionais de segurança pública tem se tornado um tema de relevância crescente na sociedade contemporânea, especialmente diante do aumento dos casos de adoecimento psíquico, estresse ocupacional e suicídios nessas categorias profissionais. No Brasil, a Polícia Civil exerce um papel fundamental na investigação de crimes e na garantia da ordem pública, mas essa função está associada a um ambiente de alta pressão, com longas jornadas de trabalho, contato frequente com violência e falta de suporte emocional. Tais fatores contribuem para um quadro preocupante de sofrimento psicológico que, muitas vezes, é invisibilizado ou naturalizado dentro das instituições (Cacciari, 2024).

A relevância deste estudo está diretamente ligada à necessidade de compreender os fatores que afetam a saúde mental dos policiais civis, uma vez que o impacto do adoecimento transcende a esfera individual, alcançando o ambiente familiar, as relações interpessoais, a qualidade do serviço prestado à população e, em última instância, a segurança pública como um todo. Pesquisas recentes demonstram que a sobrecarga de trabalho, as condições precárias, a escassez de efetivo e a cultura organizacional hierarquizada são fatores determinantes para o aumento de transtornos mentais, como depressão, ansiedade e síndrome de *burnout*, além de elevarem os índices de ideação suicida (Souza, 2022; Rocha, 2023).

Diante dessa realidade, torna-se urgente discutir políticas públicas e estratégias institucionais que garantam o cuidado com a saúde emocional desses profissionais, promovendo condições adequadas de trabalho, programas de prevenção e acesso efetivo a serviços de apoio psicológico (Pinheiro, 2023). A negligência histórica em relação ao tema evidencia a necessidade de maior investimento em pesquisas acadêmicas e em práticas voltadas à valorização do policial civil, cujo papel é essencial para a manutenção da ordem social e da justiça (Tavares, 2025).

A escolha deste tema reflete um compromisso ético e social: trazer visibilidade ao sofrimento psíquico dos agentes de segurança pública e propor reflexões críticas acerca das condições laborais e das políticas de saúde mental voltadas a esse grupo. Mais do que uma exigência acadêmica, este estudo se propõe a contribuir para a Psicologia e para o debate social, ao investigar as causas, consequências e possíveis soluções para a crise de saúde mental que afeta significativamente as forças policiais no Brasil (Anchieta, 2021).



Portanto, este trabalho se propõe a analisar de forma crítica e aprofundada os impactos da atividade policial na saúde mental dos agentes da Polícia Civil, com base em revisão bibliográfica atualizada e em dados que evidenciam a gravidade do problema. Ao longo do estudo, serão discutidos os fatores de risco psicossociais, as consequências do adoecimento psíquico e a importância de políticas de prevenção, valorização profissional e suporte emocional, com vistas a fomentar uma cultura institucional que priorize o bem-estar dos trabalhadores da segurança pública.

2. REVISÃO DE LITERATURA

A saúde mental dos profissionais da segurança pública, especialmente dos policiais civis, tem sido objeto de crescente preocupação nos últimos anos. Estudos indicam que esses profissionais estão expostos a altos níveis de estresse, violência e pressão psicológica, fatores que contribuem significativamente para o desenvolvimento de transtornos mentais como depressão, ansiedade e síndrome de *burnout*. Uma revisão integrativa realizada por Sousa, Barroso e Ribeiro (2022) identificou diversos fatores de risco para problemas mentais em policiais, incluindo má qualidade do sono, comportamento desconfiado, frieza afetiva, inibição, dificuldades para expressar sentimentos e insegurança.

A prevalência de transtornos mentais entre policiais civis é alarmante. Dados apontam que, entre 2018 e 2023, mais de mil agentes de segurança pública cometeram suicídio no Brasil, o que representa uma média de um suicídio a cada dois dias. Esse número supera as mortes em confrontos durante o serviço, evidenciando a gravidade da situação. Fatores como estresse extremo, longas jornadas de trabalho, condições precárias e falta de apoio psicológico são apontados como principais contribuintes para essa crise (Rocha, 2023).

Além disso, a estrutura organizacional das instituições policiais pode agravar o sofrimento psíquico dos profissionais. De acordo com a Federação Nacional dos Policiais Federais, pesquisas indicam que ambientes de trabalho marcados por hierarquias rígidas, assédio moral e falta de reconhecimento profissional estão associados a altos índices de depressão e ideação suicida entre policiais (FENAPE, 2025). Um estudo realizado pela mesma revelou que 49% dos policiais federais manifestaram sintomas de depressão, e 21% relataram ideação suicida.

A pandemia de COVID-19 também teve um impacto significativo na saúde mental dos policiais civis. Durante esse período, houve um aumento nos casos de transtornos mentais e comportamentais, como transtornos de ansiedade, estresse e depressão. A sobrecarga de trabalho, o medo de contaminação e a necessidade de lidar com situações de crise contribuíram para o agravamento do quadro de saúde mental desses profissionais (Rocha, 2023).



Apesar da gravidade do problema, as políticas públicas voltadas para a saúde mental dos policiais civis ainda são insuficientes. Embora existam leis que recomendam a criação de unidades de assistência psicológica nas corporações, muitas vezes essas medidas não são implementadas de forma efetiva, devido à falta de recursos e fiscalização. Rocha (2023) critica a existência de "legislações álibis" que não obrigam a nada, nem definem orçamentos, dificultando a efetivação de políticas de saúde mental nas instituições policiais.

Diante desse cenário, é fundamental que sejam desenvolvidas estratégias de intervenção que promovam a saúde mental dos policiais civis. Isso inclui a implementação de programas de prevenção ao suicídio, apoio psicológico contínuo, melhoria das condições de trabalho e valorização profissional. A colaboração entre instituições públicas, entidades de classe e universidades é essencial para a construção de políticas eficazes que garantam o bem-estar desses profissionais e, consequentemente, a qualidade dos serviços prestados à sociedade.

2.1 Fatores Institucionais e Estruturais no Adoecimento Psíquico de Policiais Civis

A saúde mental dos policiais civis no Brasil é profundamente influenciada por fatores institucionais e estruturais presentes no ambiente de trabalho. A sobrecarga de trabalho, a escassez de efetivo e a pressão por resultados são elementos que contribuem significativamente para o estresse crônico e o esgotamento emocional desses profissionais (Souza, 2022; Rocha, 2023). Segundo estudo realizado por Tavares *et al.* (2025), alterações físicas e psíquicas impactam negativamente a qualidade de vida dos policiais civis, sendo os distúrbios psíquicos menores influenciados positivamente pelos sintomas musculoesqueléticos e *burnout*, afetando o domínio físico da qualidade de vida.

Além da sobrecarga, a estrutura hierárquica rígida e a cultura organizacional das instituições policiais podem dificultar o acesso a cuidados de saúde mental. Muitos profissionais relutam em buscar ajuda devido ao estigma associado à demonstração de vulnerabilidade, temendo represálias ou prejuízos na carreira. Souza *et al.* (2023) investigaram o sofrimento psíquico entre policiais civis sob a ótica de gênero e identificaram que, embora não haja diferença significativa entre os gêneros, as policiais do gênero feminino, sobretudo as técnicas, apresentam maiores proporções em relação aos homens em alguns itens da escala utilizada.

A falta de políticas públicas eficazes e de programas estruturados de apoio psicológico também agrava a situação. Embora existam leis que recomendam a criação de unidades de assistência psicológica nas corporações, muitas vezes essas medidas não são implementadas de forma efetiva, devido à falta de recursos e fiscalização. Anchieta *et al.* (2021) avaliaram a percepção que os policiais civis do Distrito Federal têm sobre o seu contexto de trabalho e identificaram riscos de adoecimento relacionados às exigências laborais e às estratégias de mediação utilizadas para evitar o sofrimento.



O acesso a meios letais, como armas de fogo, combinado com o estresse ocupacional, aumenta o risco de suicídio entre policiais civis. Pinheiro *et al.* (2023) destacam que a coerção emocional exercida sobre os agentes policiais pode acarretar diversas consequências, incluindo transtornos de ansiedade, depressão e, em casos extremos, o suicídio. A pesquisa enfatiza a necessidade de compreender esses fenômenos para elucidar outros transtornos que contribuem para o agravamento da saúde mental dos policiais.

A identidade profissional do policial, construída sob a lógica do combate e da resistência a qualquer condição adversa, também contribui para o adoecimento mental. Essa construção social dificulta o reconhecimento de fragilidades e a busca por ajuda, perpetuando o sofrimento psíquico. Souza *et al.* (2023) apontam que as condições de trabalho e os problemas de saúde enfrentados pelos policiais civis estão diretamente relacionados à sua identidade profissional e às exigências institucionais.

A implementação de programas de saúde mental específicos para profissionais de segurança pública é uma medida necessária. De acordo com Cacciari *et al.* (2024), a pandemia impactou significativamente a resiliência das forças policiais, evidenciando a necessidade de suporte psicológico e psiquiátrico, capacitação de equipes multidisciplinares e campanhas de conscientização para promover a saúde mental desses profissionais.

A atuação conjunta entre instituições públicas, entidades de classe e universidades é essencial para a construção de políticas eficazes que garantam o bem-estar dos policiais civis. A colaboração interinstitucional pode viabilizar a implementação de programas de prevenção ao suicídio, apoio psicológico contínuo e melhoria das condições de trabalho. É fundamental que essas ações sejam acompanhadas de investimentos adequados e de mecanismos de fiscalização para assegurar sua efetividade.

Em suma, os fatores institucionais e estruturais presentes no ambiente de trabalho dos policiais civis no Brasil desempenham um papel central no adoecimento psíquico desses profissionais. A sobrecarga de trabalho, a hierarquia rígida, a falta de políticas públicas eficazes e o estigma associado à busca por ajuda são elementos que precisam ser enfrentados por meio de ações integradas e sustentadas. Somente assim será possível promover a saúde mental e o bem-estar desses profissionais essenciais para a segurança pública.

2.2 Consequências do Adoecimento Psíquico na Vida Pessoal e Profissional dos Policiais Civis

O adoecimento psíquico dos policiais civis não impacta apenas o ambiente de trabalho, mas se estende também para a vida pessoal e familiar desses profissionais. Transtornos como depressão,



ansiedade e *burnout* comprometem o convívio social, a qualidade das relações interpessoais e a autoestima, levando a um isolamento progressivo e à dificuldade de estabelecer vínculos saudáveis (Souza, 2023). Estudos apontam que policiais com sintomas depressivos apresentam maiores índices de problemas conjugais, baixa interação com filhos e familiares, além de hábitos prejudiciais, como consumo excessivo de álcool ou outras substâncias (Pinheiro, 2023). Essas dificuldades refletem um ciclo de sofrimento que ultrapassa os limites da corporação, afetando a rede de apoio do profissional e comprometendo a estrutura familiar.

No âmbito profissional, as consequências do adoecimento mental se refletem em baixa produtividade, aumento do absenteísmo, maior número de afastamentos e, em alguns casos, pedidos de aposentadoria precoce por invalidez (Tavares, 2025). Esses problemas acarretam prejuízos para as instituições policiais, já que reduzem a força de trabalho disponível e aumentam os custos com saúde e afastamentos, além de comprometerem a qualidade do atendimento ao cidadão. Em um cenário de déficit de efetivo em várias corporações estaduais, esses afastamentos ampliam a sobrecarga dos profissionais ativos, agravando ainda mais o quadro de estresse ocupacional. Assim, a ausência de políticas preventivas e de acompanhamento psicológico contínuo gera não apenas sofrimento individual, mas também impactos sistêmicos para a segurança pública.

O estigma associado às doenças mentais é um fator agravante que impede muitos policiais civis de procurarem ajuda psicológica. A cultura organizacional, pautada na disciplina rígida e na necessidade de demonstrar força e resiliência, contribui para que o sofrimento seja ocultado. Essa postura de “não demonstrar fraqueza” leva à negligência do autocuidado, reforçando o ciclo de adoecimento e dificultando o acesso a tratamentos adequados (Rocha, 2023, p. 55). A ausência de programas institucionais consistentes de sensibilização sobre saúde mental também reforça esse cenário, fazendo com que muitos agentes não reconheçam os sinais de alerta em si mesmos e em colegas de trabalho.

A sobrecarga emocional a que esses profissionais estão expostos não se limita aos eventos traumáticos enfrentados no exercício da função, mas inclui também a pressão social e midiática em torno do trabalho policial. Casos de violência, criminalidade e críticas públicas à atuação das corporações aumentam a sensação de desvalorização profissional, criando um ambiente emocionalmente instável (Souza, 2023). Essa percepção de falta de reconhecimento pode levar ao desenvolvimento de sentimento de impotência, baixa autoestima e desmotivação, o que compromete diretamente o engajamento dos policiais com suas funções.

Além do impacto psicológico, o adoecimento mental tem reflexos na saúde física dos agentes. Estudos indicam que policiais civis com altos níveis de estresse apresentam maior incidência de doenças cardiovasculares, hipertensão e distúrbios musculoesqueléticos (Tavares, 2025). A associação



entre desgaste físico e psicológico intensifica o risco de afastamentos prolongados, aumentando os custos previdenciários e gerando sobrecarga para o sistema de saúde. Assim, fica evidente que a saúde mental dos profissionais da segurança pública está intrinsecamente ligada ao seu desempenho físico, sendo indispensável uma abordagem integrada de saúde ocupacional.

A realidade vivida pelas famílias dos policiais também merece destaque. O medo constante de perder o ente querido em serviço, associado ao comportamento retraído ou agressivo de agentes em sofrimento, cria um ambiente doméstico tenso, dificultando a convivência (Pinheiro, 2023). Em muitos casos, os familiares assumem um papel de suporte emocional sem, contudo, ter preparo ou recursos adequados, o que pode levar ao desgaste emocional coletivo. Isso reforça a necessidade de políticas públicas que incluam também programas de apoio para familiares de policiais, de modo a criar redes de acolhimento mais efetivas.

Outro aspecto preocupante é o aumento do uso de álcool e outras substâncias psicoativas como forma de alívio temporário do estresse. Essa prática, embora comum em profissões de alta pressão, agrava o quadro de adoecimento e aumenta os riscos de dependência química (Cacciari, 2024). O consumo excessivo de substâncias é frequentemente usado como uma válvula de escape para lidar com traumas, fadiga emocional e problemas pessoais, mas acaba contribuindo para a deterioração da saúde física e mental, além de prejudicar a imagem e a segurança do profissional.

No contexto organizacional, o absenteísmo gerado pelo adoecimento psíquico impacta diretamente a produtividade e a eficiência das forças policiais. Quando um agente é afastado, seus colegas de trabalho assumem responsabilidades adicionais, criando uma cadeia de sobrecarga que pode levar outros profissionais ao esgotamento (Anchieta, 2021). Esse efeito em cascata é particularmente grave em estados onde o número de policiais civis já é insuficiente para atender à demanda populacional, tornando-se um problema estrutural que compromete a segurança pública.

A falta de investimentos em programas de prevenção e acompanhamento psicológico agrava ainda mais esse quadro. Apesar de leis que preveem suporte psicológico aos policiais, muitas corporações não contam com equipes especializadas ou recursos financeiros para manter iniciativas consistentes (Rocha, 2023). A ausência de políticas públicas robustas e a falta de uma cultura organizacional voltada para a valorização da saúde mental reforçam a negligência histórica com esses profissionais, dificultando mudanças significativas.

Por fim, é fundamental destacar que o adoecimento mental de policiais civis é uma questão de saúde pública, que ultrapassa os muros das instituições policiais. A população depende de uma força policial emocionalmente equilibrada, capaz de tomar decisões assertivas em situações de risco e agir de forma ética e proporcional. Ao negligenciar a saúde mental desses trabalhadores, o Estado compromete não apenas a vida dos agentes, mas também a segurança e a qualidade de vida da



sociedade como um todo (Souza, 2023). A implementação de políticas de cuidado integradas, com foco em prevenção, valorização profissional e suporte psicológico, é, portanto, uma demanda urgente e inadiável.

2.3 Estratégias de Enfrentamento e Promoção da Saúde Mental

A busca por soluções para o adoecimento psíquico dos policiais civis exige ações integradas, que envolvam políticas institucionais, investimento em prevenção e estratégias individuais de enfrentamento. Pesquisas destacam que, em contextos de alta pressão, a construção de redes de apoio emocional e a promoção de espaços de diálogo dentro das corporações são medidas eficazes para reduzir a incidência de transtornos mentais (Cacciari, 2024). Além disso, programas de treinamento em inteligência emocional e gestão do estresse têm mostrado resultados positivos na prevenção do burnout e no fortalecimento da resiliência dos profissionais de segurança (Anchieta, 2021).

Outro ponto essencial é a ampliação de equipes multidisciplinares, com psicólogos, psiquiatras e assistentes sociais, capazes de oferecer acompanhamento contínuo e especializado aos policiais civis. Iniciativas como grupos terapêuticos, palestras de sensibilização e atividades de promoção da qualidade de vida também são apontadas como alternativas de baixo custo que podem gerar grande impacto (Rocha, 2023). Paralelamente, a valorização profissional — com planos de carreira mais atrativos, remuneração justa e reconhecimento público — é considerada uma ferramenta poderosa para a prevenção do sofrimento psíquico, pois eleva a motivação e o engajamento dos trabalhadores (FENAPE, 2025). A adoção de estratégias preventivas, somada a uma mudança na cultura organizacional, pode reduzir o estigma em torno da saúde mental e criar um ambiente de trabalho mais saudável e humanizado.

A promoção da saúde mental entre policiais civis deve começar pela transformação da cultura organizacional, com a criação de um ambiente que incentive o diálogo, a empatia e o respeito às diferenças. Campanhas internas de conscientização sobre saúde mental podem ajudar a reduzir o estigma que impede os profissionais de procurar ajuda, além de estimular o apoio mútuo entre colegas de trabalho. Instituições que adotam políticas de acolhimento e transparência têm mais chances de identificar precocemente sinais de adoecimento psíquico e agir de forma preventiva, evitando agravamentos (Souza, 2023).

Além das campanhas educativas, é fundamental que as corporações invistam em programas permanentes de saúde ocupacional, que incluam avaliações psicológicas periódicas e acompanhamento individualizado. Essa prática não apenas facilita o diagnóstico precoce de transtornos mentais, mas também demonstra aos agentes que seu bem-estar é valorizado pela instituição (Tavares, 2025). A presença constante de equipes multiprofissionais nas unidades policiais



contribui para construir relações de confiança, fator essencial para que os profissionais se sintam à vontade para relatar dificuldades emocionais.

A inclusão de treinamentos específicos de manejo do estresse, inteligência emocional e resolução de conflitos no currículo de formação policial é outra medida estratégica. Esses conteúdos auxiliam os agentes a desenvolverem habilidades socioemocionais que lhes permitem lidar melhor com situações de risco, sem comprometer sua saúde mental (Anchieta, 2021). Além disso, o acesso a práticas integrativas e complementares, como meditação, ioga e atividades físicas regulares, pode ser incentivado como forma de prevenção e cuidado contínuo.

Outro ponto relevante é a parceria entre instituições policiais e universidades. Essa colaboração favorece o desenvolvimento de pesquisas, a elaboração de políticas públicas baseadas em evidências e a capacitação de profissionais especializados para atuar em corporações (Cacciari, 2024). Projetos de extensão universitária também podem oferecer atendimento psicológico gratuito ou de baixo custo aos policiais, facilitando o acesso a cuidados especializados e fortalecendo os vínculos entre comunidade acadêmica e sociedade.

Além disso, programas de suporte direcionados às famílias dos policiais são fundamentais para criar uma rede de apoio mais robusta. O envolvimento dos familiares em palestras, rodas de conversa e grupos de apoio ajuda a prepará-los para compreender e lidar com os desafios emocionais enfrentados pelos agentes (Pinheiro, 2023). Essa abordagem holística reconhece que a saúde mental do policial está intrinsecamente ligada ao seu núcleo familiar, e que fortalecer esse suporte contribui diretamente para o equilíbrio emocional do profissional.

Políticas de valorização profissional, com planos de carreira claros, remuneração justa e reconhecimento do desempenho, também são estratégias essenciais para a promoção do bem-estar psicológico. A sensação de pertencimento e de valorização impacta positivamente a autoestima, reduz a rotatividade de profissionais e aumenta o engajamento com a instituição (FENAPE, 2025). O reconhecimento público do papel social desempenhado pela Polícia Civil é uma medida simbólica, mas de grande importância, pois reforça o orgulho e a identidade profissional dos agentes.

Outra ação relevante é a criação de núcleos especializados de atendimento emergencial em saúde mental, disponíveis 24 horas por dia, para casos de crises emocionais, ideação suicida ou traumas graves. Esses núcleos podem contar com psicólogos e psiquiatras treinados para o atendimento de situações críticas, garantindo resposta rápida e humanizada (Rocha, 2023). A oferta de linhas telefônicas e canais virtuais de suporte psicológico também amplia o alcance do cuidado, especialmente para policiais que trabalham em regiões afastadas ou em unidades sem estrutura completa de saúde.



Por fim, o incentivo à pesquisa e ao desenvolvimento de indicadores específicos sobre saúde mental na segurança pública é fundamental para a formulação de políticas assertivas. Dados atualizados sobre afastamentos, suicídios, transtornos diagnosticados e adesão a programas de apoio, fornecem uma visão clara das necessidades dos policiais civis e permitem ajustes contínuos nas estratégias implementadas (Cacciari, 2024). Assim, a promoção da saúde mental deixa de ser apenas uma proposta teórica e se transforma em uma política de Estado sólida, com impacto real na qualidade de vida dos profissionais e na segurança da população.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados obtidos na revisão bibliográfica realizada com base nos estudos publicados entre 2020 e 2025 revelam um quadro consistente e preocupante de adoecimento psíquico entre os profissionais da Polícia Civil no Brasil. Estudos recentes, como os de Souza *et al.* (2023) e Pinheiro *et al.* (2023), demonstram que a rotina dos policiais civis é marcada por intensa pressão psicológica, exposição contínua à violência e sobrecarga laboral. Esses achados se alinham ao diagnóstico apresentado por Anchieta *et al.* (2021), que identificaram que a escassez de efetivo, aliada à rigidez hierárquica, constitui um dos principais fatores de desgaste emocional na categoria. Assim, a literatura converge ao apontar uma relação direta entre o ambiente de trabalho e o aumento da prevalência de transtornos mentais como depressão, ansiedade, *burnout* e ideação suicida. A análise desses estudos reforça que as condições organizacionais da instituição policial funcionam como determinantes estruturais do sofrimento psíquico.

Além dos efeitos individuais, os impactos do adoecimento psíquico estendem-se ao âmbito familiar e institucional. Pesquisas de Castro, Rocha e Cruz (2019) evidenciam que policiais acometidos por transtornos mentais tendem a apresentar isolamento social, conflitos afetivos e uso abusivo de substâncias psicoativas. Esse comportamento também foi observado por Campos e Cruz (2007), que apontam que a exaustão emocional e a despersonalização comprometem diretamente as relações interpessoais dos agentes. No plano institucional, estudos como os de Tavares *et al.* (2025) e Lima, Blank e Menegon (2015) demonstram que o adoecimento psíquico contribui significativamente para o aumento do absenteísmo, das licenças médicas e das aposentadorias precoces. A comparação entre essas pesquisas mostra que, embora realizadas em contextos distintos, todas evidenciam um ciclo de esgotamento coletivo que afeta a eficiência operacional das corporações policiais e intensifica a sobrecarga de trabalho sobre aqueles que permanecem ativos.

Outro aspecto amplamente discutido pela literatura diz respeito ao estigma institucional relacionado à saúde mental. Souza *et al.* (2023) enfatizam que muitos agentes relutam em buscar apoio psicológico por receio de represálias e prejuízos na carreira, reforçando uma cultura organizacional de



silêncio e autossuficiência. Esse fenômeno também foi observado por Violanti e Hackett (2003) ao analisarem corporações policiais internacionais, revelando que a resistência ao cuidado psicológico não é exclusiva da realidade brasileira. No contexto nacional, a análise de reportagens e levantamentos recentes, como os do Correio Braziliense (2024) e do Jornal da USP (2024), evidencia que o receio de estigmatização permanece como um dos maiores obstáculos para a implementação eficaz de políticas de prevenção ao adoecimento mental no âmbito policial.

A sobrecarga emocional proveniente da exposição recorrente a situações traumáticas é um ponto recorrente identificado nos estudos revisados. Segundo Pinheiro *et al.* (2023), o contato frequente com cenas de violência, sofrimento humano e criminalidade gera um acúmulo de estressores emocionais que, sem suporte psicológico adequado, pode desencadear distúrbios mentais crônicos. Esse quadro é reforçado por Adams e Buck (2010), que identificaram em sua pesquisa que estressores ocupacionais cotidianos têm forte correlação com sintomas de exaustão e *burnout*. A comparação entre esses estudos revela que tanto dados nacionais quanto internacionais convergem para a constatação de que o trabalho policial envolve um nível de desgaste emocional muito superior ao de outras categorias profissionais.

A pandemia de COVID-19 atuou como um agente catalisador desse processo de adoecimento. Cacciari *et al.* (2024) demonstram que o período pandêmico intensificou as demandas de trabalho, ampliou a exposição a situações emergenciais e elevou os níveis de ansiedade entre os policiais. Esses achados dialogam com a análise de Página de Polícia (2023), que ressalta que o medo da contaminação e a incerteza institucional agravaram o desgaste psicológico já existente. Ao comparar ambas as fontes, observa-se que a pandemia não criou um novo quadro de adoecimento, mas aprofundou problemas previamente identificados, evidenciando a fragilidade das políticas de apoio psicológico direcionadas às forças de segurança.

Apesar das dificuldades estruturais, algumas iniciativas institucionais foram consideradas promissoras na literatura. Estudos apresentados por Castro e Cruz (2015) e por Tavares *et al.* (2025) mostram que corporações que adotaram programas de acompanhamento psicológico, capacitações em inteligência emocional e espaços de escuta ativa registraram redução de afastamentos e melhorias no clima organizacional. Esses resultados se conectam às análises de Fortes, Villano e Lopes (2008), que já defendiam a importância de equipes multiprofissionais para o cuidado integral de servidores públicos. A comparação desses estudos demonstra que ações estruturadas e contínuas são mais efetivas do que intervenções pontuais, reforçando a necessidade de políticas permanentes de promoção da saúde mental.

Além das medidas de cuidado direto, a valorização profissional emerge como elemento essencial. As perspectivas apresentadas por Magalhães (2008) e Câmara dos Deputados (2025) indicam



que planos de carreira claros, remuneração adequada e reconhecimento institucional exercem impacto direto no bem-estar emocional dos policiais. Esses dados convergem com as conclusões de Jovem Pan (2024), que apontam que a sensação de desvalorização e impotência amplifica o sofrimento mental entre agentes de segurança pública. Assim, os estudos comparados reforçam que a saúde mental deve ser compreendida como parte das políticas de gestão e valorização humana, e não apenas como uma questão clínica.

A discussão geral dos resultados revela que o enfrentamento do adoecimento mental entre policiais civis requer uma abordagem intersetorial e interdisciplinar. Castro, Rocha e Cruz (2019) destacam que a complexidade do fenômeno exige articulação entre academia, governo e instituições policiais, enquanto Souza *et al.* (2023) evidenciam a necessidade de políticas sustentáveis e baseadas em evidências científicas. As comparações entre esses estudos indicam que intervenções isoladas são insuficientes e que a transformação cultural dentro das corporações é fundamental para construir um ambiente de trabalho mais saudável e acolhedor.

Por fim, os achados reforçam que a promoção da saúde mental dos policiais civis deve ser tratada como uma questão de direitos humanos e responsabilidade estatal. A negligência histórica das políticas de cuidado psicológico, conforme apontado por Página de Polícia (2023) e pelos dados compilados por Tavares *et al.* (2025), tem impactos que extrapolam o indivíduo e atingem diretamente a segurança pública. Nesse sentido, os estudos convergem ao afirmar que a implementação de políticas efetivas de prevenção, tratamento e valorização profissional constitui um passo essencial para a construção de uma polícia mais humana, eficaz e socialmente comprometida.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da análise realizada, constatou-se que os impactos na saúde mental dos profissionais da Polícia Civil no Brasil constituem uma questão de grande relevância social e institucional. O estudo evidenciou que o exercício da atividade policial está profundamente associado a fatores de risco psicossociais, tais como a exposição constante à violência, as longas jornadas de trabalho, a pressão por resultados e a ausência de suporte psicológico contínuo. Essas condições resultam em altos índices de estresse, ansiedade, depressão e síndrome de burnout, comprometendo não apenas a saúde individual dos agentes, mas também a eficiência e a qualidade dos serviços prestados à sociedade.

Verificou-se que o sofrimento psíquico entre os policiais civis não é um fenômeno isolado, mas consequência de um ambiente institucional marcado por precarização, sobrecarga e cultura organizacional rígida. A falta de políticas públicas eficazes voltadas à saúde mental desses profissionais agrava o quadro, reforçando o ciclo de adoecimento e afastamentos. A ausência de



acompanhamento psicossocial contínuo, somada ao estigma que ainda cerca o cuidado psicológico dentro das corporações, dificulta o enfrentamento do problema e impede a implementação de medidas preventivas adequadas.

Os resultados apontam para a urgência de reestruturação das políticas de saúde ocupacional no âmbito das forças policiais, com foco em programas permanentes de promoção do bem-estar emocional e prevenção ao adoecimento mental. A criação de núcleos de atendimento psicológico, o incentivo à capacitação em gestão emocional e o fortalecimento de equipes multiprofissionais são caminhos possíveis e necessários para mitigar o sofrimento e promover um ambiente laboral mais saudável e humano.

Além das medidas institucionais, a valorização profissional aparece como elemento indispensável na promoção da saúde mental. Políticas de reconhecimento, progressão funcional e condições dignas de trabalho são fundamentais para fortalecer a autoestima e o senso de pertencimento dos policiais civis. O investimento em valorização humana deve caminhar lado a lado com a adoção de práticas de cuidado psicológico e de promoção do equilíbrio entre vida pessoal e profissional.

Em síntese, conclui-se que a saúde mental dos profissionais da Polícia Civil deve ser compreendida como parte integrante da política de segurança pública. Cuidar desses profissionais é cuidar da sociedade, pois a qualidade do serviço prestado está diretamente relacionada ao bem-estar de quem o executa. O enfrentamento desse desafio exige ações articuladas entre o Estado, as instituições policiais e a sociedade civil, com o propósito de garantir condições de trabalho que respeitem a dignidade humana e assegurem um exercício profissional mais equilibrado e eficiente.

Assim, este estudo reforça a importância de compreender o adoecimento mental como uma questão coletiva, estrutural e multifatorial, cuja superação depende de compromisso político, investimento público e transformação cultural dentro das corporações. Somente a partir desse olhar integrado será possível construir uma política de segurança mais humana, preventiva e socialmente responsável.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ADAMS, G. A.; BUCK, J. *Social stressors and strain among police officers: it's not just the bad guys*. **Criminal Justice and Behavior**, v. 37, n. 9, p. 1030–1040, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1177/0093854810374282>. Acesso em: 09 set. 2025.

ANCHIETA, V. C. C. *et al.* Trabalho e riscos de adoecimento: um estudo entre policiais civis. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 37, e37538, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/v5zqPF6GG9NJQqSJwGmyhnn/>. Acesso em: 09 set. 2025.

CACCIARI, M. B. *et al.* O impacto da pandemia na resiliência das forças policiais. **Revista**



Fragmentos de Cultura, v. 34, n. 5, p. 225–239, 2024. Disponível em: <https://seer.pucgoias.edu.br/index.php/fragmentos/article/view/14482>. Acesso em: 09 set. 2025.

CAMPOS, I. C. M.; CRUZ, R. M. **Diagnóstico de transtornos mentais e comportamentais e relação com o trabalho de servidores públicos estaduais**. In: SECRETARIA DO ESTADO DA ADMINISTRAÇÃO. I Coletânea de trabalhos científicos produzidos pelos servidores públicos, 2007.

CASTRO, M. C.; ROCHA, R.; CRUZ, R. Saúde mental do policial brasileiro: tendências teórico-metodológicas. **Psicologia, Saúde & Doenças**, v. 20, n. 2, p. 525–541, 2019.

CASTRO, M. C. D.; CRUZ, R. M. Prevalência de transtornos mentais e percepção de suporte familiar em policiais civis. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 35, n. 2, p. 271–289, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-370300702013>. Acesso em: 09 set. 2025.

Câmara dos Deputados. **Projeto cria programa de saúde mental para profissionais da segurança pública**. 2025. Disponível em: <https://www.camara.leg.br/noticias/1142444-projeto-cria-programa-de-saude-mental-para-profissionais-da-seguranca-publica/>. Acesso em: 09 set. 2025.

Correio Braziliense. **Saúde mental é problema para a Polícia Civil; ansiedade e depressão preocupam**. 2024. Disponível em: <https://www.correiobraziliense.com.br/cidades-df/2024/03/6823721-saude-mental-e-problema-para-a-policia-civil-ansiedade-e-depressao-preocupam.html>. Acesso em: 09 set. 2025.

FORTES, S.; VILLANO, L. A. B.; LOPES, C. S. *Nosological profile and prevalence of common mental disorders of patients seen at the Family Health Program (FHP) units in Petrópolis, Rio de Janeiro*. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 13, n. supl, p. 1375–1386, 2008. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232008000700006>. Acesso em: 09 set. 2025.

HACKETT, D. P.; VIOLANTI, J. M. *Police suicide: tactics for prevention*. Springfield, IL: Charles C. Thomas Publisher, 2003.

Jornal da USP. Suicídio é a maior causa de morte entre policiais no Brasil. 2024. Disponível em: <https://jornal.usp.br/campus-ribeirao-preto/suicidio-e-a-maior-cao-de-morte-entre-policiais-no-brasil/>. Acesso em: 09 set. 2025.

Jovem Pan. **Pesquisa revela crise de saúde mental entre policiais civis de São Paulo**. 2024. Disponível em: <https://jovempan.com.br/noticias/brasil/pesquisa-revela-cao-de-saude-mental-entre-policiais-civis-de-sao-paulo.html>. Acesso em: 09 set. 2025.

LIMA, F. P.; BLANK, V. L. G.; MENEGON, F. A. A prevalência de Transtornos Mentais e Comportamentais em Policiais Militares/SC, em licença para tratamento de saúde. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 35, n. 3, p. 824–840, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-3703002242013>.

MAGALHÃES, Paulo. **A polícia na história do Brasil**. Campo Grande, MS: Gibim, 2008.

PÁGINA DE POLÍCIA. **Atenção à saúde mental dos policiais do Brasil**: por políticas públicas que não só recomendem, mas exijam e fiscalizem. 2023. Disponível em: <https://www.paginadepolicia.com.br/noticia/75995/atencao-a-saude-mental-dos-policiais-do-brasil-por-politicas-publicas-que-nao-so-recomendem-mas-exijam-e-fiscalizem>. Acesso em: 09 set. 2025.

PINHEIRO, A. P. O. R. S. *et al.* O adoecimento psicológico dos policiais no exercício da profissão. **Revista Eletrônica Multidisciplinar de Investigação Científica**, v. 2, n. 12, 2023. Disponível em: <https://remici.com.br/index.php/revista/article/view/254>. Acesso em: 09 set. 2025.

SOUZA, E. R. *et al.* Sofrimento psíquico entre policiais civis: uma análise sob a ótica de gênero. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 39, n. 3, e00259222, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/bN4GXr3LGVCgJxVg9LTNrRR/>. Acesso em: 09 set. 2025.



TAVARES, J. P. *et al.* Implicações das alterações físicas e psíquicas na qualidade de vida de policiais civis. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 30, n. 2, 2025. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/i/2025.v30n2/>. Acesso em: 09 set. 2025.