

SINTOMATOLOGIA DE *STRESS* EM POLICIAIS DA REGIÃO SUL DE MOÇAMBIQUE DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19¹²

Stress symptomatology in police officers in the southern region of Mozambique during the Covid-19 pandemic

Bênsen Nilton Xai-Xai Mucavele³ 

Comando Provincial da Polícia da República de Moçambique de Gaza⁴
Xai-Xai, Gaza, Moçambique.

Mussa Abacar⁵ 

Universidade Rovuma, Faculdade da Educação e Psicologia
Nampula, Moçambique

Gildo Aliante⁶ 

Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil

Resumo

Este estudo investigou a sintomatologia de *stress* em 100 agentes da polícia durante a pandemia da Covid-19. Do ponto de vista metodológico, esta investigação, de cariz descritivo, situa-se no enfoque quantitativo. Foram aplicados de forma individual, dois instrumentos distintos: Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos de Lipp e questionário de dados sociodemográficos e laborais. A análise descritiva dos dados, realizada com auxílio do *Software Statistical Package for the Social Sciences*, indicou a predominância de sintomas de *stress* físicos como psicológicos, sobretudo os da fase de resistência. Estes achados reforçam a necessidade de desenho e implementação de políticas institucionais de atenção à saúde do trabalhador centradas no diagnóstico, orientação e controle do *stress* no trabalho.

Palavras-chave: Agentes da polícia; *Stress*; Saúde mental.

Abstract

This study investigated the symptoms of stress in 100 police officers during the Covid-19 pandemic. From the methodological point of view, this investigation, of a descriptive nature, is

¹ Editora responsável pela avaliação: Prof.^a Dr.^a Beatriz Amália Albarello.

² Copyright © 2022 Mucavele, Abacar & Aliante. Este é um artigo em acesso aberto, distribuído nos termos da Licença Creative Commons - Atribuição que permite o uso irrestrito, a distribuição e reprodução em qualquer meio, desde que o artigo original seja devidamente citado.

³ bensnilton@gmail.com

⁴ Avenida Hospital Provincial 70, Bairro 9, Xai-Xai, Gaza, Moçambique. Caixa Postal: 70.

⁵ mabacar@unirovuma.ac.mz

⁶ aliantegildo@yahoo.com.br

situated in the quantitative approach. Two different instruments were applied individually: Lipp's Stress Symptoms Inventory for Adults and a questionnaire on sociodemographic and employment data. The descriptive analysis of the data, carried out with the help of the Statistical Package for the Social Sciences Software, indicated the predominance of physical and psychological stress symptoms, especially those in the resistance phase. These findings reinforce the need to design and implement institutional policies for workers' health care focused on the diagnosis, guidance and control of stress at work.

Keywords: Police officers; Stress; Mental health.

Introdução

A atividade policial requer que o profissional atue no confronto contra a conduta irregular ou criminoso da sociedade, defendendo seus cidadãos, arriscando a própria vida em prol da defesa da vida do outro. Sua função não se resume apenas ao serviço diário, implica também constante estado de alerta, mesmo nas horas de lazer (Lipp, Costa, & Nunes, 2017). Adicionalmente, estes autores comentam que a maioria das situações que permeiam o dia a dia do policial é aquela que exige resolução imediata, o confronto com a imprevisibilidade e a incerteza.

Há de se considerar que a profissão policial é uma atividade de alto risco ocupacional, pois além de ser bastante desgastante, devido à necessidade de lidar com elevados índices de criminalidade e às inúmeras situações nas quais envolvem diretamente com a violência, a tensão e os problemas familiares de terceiros, exige o enfrentamento da brutalidade, da morte de criminosos e da possibilidade de sua própria morte e a de colegas, além das emoções associadas ao próprio ato de se envolver na morte de outrem (Ceribili, Freitas, Rezende, & Sabino, 2020). Outras fontes de tensão que podem agredir a saúde de policiais identificadas na literatura internacional são: a pressão pelo trabalho, a sobrecarga de trabalho, a infraestrutura de trabalho insuficiente, o ambiente autoritário, a baixa remuneração salarial, a discriminação em razão de gênero, o uso permanente de arma de fogo, o risco real de ser ferido ou morto inclusive em espaços sociais e o risco da sua família ser atingida como represália a algum procedimento realizado no exercício de sua função (Andrade, Souza, & Minayo, 2009; Urbani, Jesus, & Cozendey-Silva, 2019).

É evidente que as características específicas da profissão da polícia contribuem para o sofrimento e adoecimento mental, entre elas, a demanda de dedicação integral ao trabalho, o que leva a atividade profissional a ocupar espaços de sua vida pessoal (Castro & Cruz, 2015; Cordeiro, Batista, & Oliveira, 2019). Na verdade, o policiamento tem sido referido como uma atividade estressante e em sucessivos estudos comparativos demonstram que a percepção de

stress em policiais é apontada como superior quando comparada à de outras categorias profissionais (Johnson et al., 2005; Pelegrini, Cardoso, Claumann, Pinto, & Felden, 2018; Queirós et al., 2020). Prova disso, de forma consistente, os inúmeros estudos desenvolvidos com policiais a nível internacional enfatizam que o desempenho das atividades ligadas ao policiamento ocasiona, para além do *stress* e *burnout* (Adams & Mastracci, 2019; Johnson, Russo, & Papazoglou, 2019), doenças físicas, depressão, agressividade e até o suicídio (Baldwin, Bennell, Andersen, Semple, & Jenkins, 2019; Ermasova, Cross, & Ermasova, 2020; Figueiredo-Ferraz, Gil-Monte, Queirós, & Passos, 2014; Pinheiro & Farikoski, 2016; Urbani et al., 2019; Wassermann, Meiring, & Becker, 2019).

Em Moçambique, os policiais garantem a lei, a ordem e tranquilidade pública; a salvaguarda da segurança de pessoas e bens; o respeito pelo Estado de Direito Democrático e a observância estreita dos direitos e liberdades fundamentais dos cidadãos (Moçambique, 2018). E uma vez que a literatura científica revela que o sofrimento e/ou adoecimento mental em policiais constitui uma realidade global, em Moçambique alguns fatores como o aumento de casos de violência, raptos, sobretudo nas grandes cidades, e dos ataques terroristas nos últimos cinco anos nas províncias de Cabo Delgado, Niassa e Nampula, aliadas às condições de trabalho insuficientes, torna a esses profissionais vulneráveis ao *stress*. Alguns policiais desempenham as funções de guardas em residências de altos dirigentes e governantes do Estado, outros garantem a segurança das pessoas em vias públicas tanto de dia como de noite. A missão do policial em Moçambique tornou-se ainda mais exigente devido aos fatores anteriormente mencionados (e.g., ataques terroristas no norte de Moçambique, sendo os policiais são chamados no combate; aumento da criminalidade e de raptos nas grandes cidades) e surgimento da pandemia da Covid-19.

Quanto aos ataques terroristas no país, os policiais são chamados no combate desta problemática que iniciou na província de Cabo Delgado nos meados do mês de outubro de 2017, com uma tendência de alastramento para as províncias do Niassa e de Nampula. Além da multiplicidade de acontecimentos no cotidiano que estes devem dar resposta imediata e o confronto com a imprevisibilidade e incerteza, os policiais moçambicanos trabalham em condições precárias de trabalho, caracterizadas pela escassez de meios operativos e obediência a uma autoridade rígida, o que interfere no desempenho desses profissionais e pode gerar *stress* ocupacional, com possíveis repercussões negativas em sua saúde e qualidade de vida. Collins e Gibbs (2003), Hassard, Teoh, Visockaite, Dewe e Cox (2018) e Slate, Johnson e Colbert (2007) evidenciaram que um grande número de reformas nesta categoria profissional deve-se aos

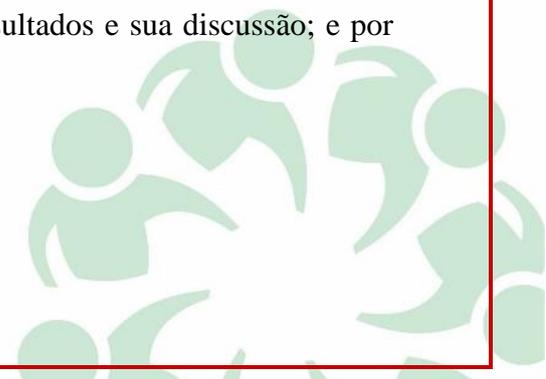
problemas psicológicos, sendo esses custos suportados pelo Orçamento de Estado e tendo impacto negativo na prestação dos serviços.

Especificamente no contexto moçambicano, um estudo recente de Aliante e Abacar (2021) com amostra de policiais constatou que, fatores relacionados ao trabalho (e.g., riscos oferecidos pelo ambiente de trabalho, condições precárias de trabalho, baixos salários, sobrecarga de trabalho, escassez de meios operativos e más relações interpessoais) e fatores extra-organizacionais, tais como: dificuldades de conciliar a família-trabalho foram os estressores psicossociais mais indicados pelos investigados. Contudo, destaca-se a extrema raridade da produção acadêmica sobre o *stress* ocupacional em policiais a nível nacional, sendo esta investigação, uma das pioneiras na área.

O presente estudo justifica-se, igualmente, pela relevância da temática de *stress* ocupacional, sendo de grande interesse na investigação científica a nível global, pelos seus custos e efeitos que parecem ser elevados e financeiramente traduzem-se num peso crescente, com repercussões na diminuição da produtividade, ausência por doença e reforma antecipada. Além disso, a realização desta pesquisa foi motivada pela experiência profissional do primeiro autor que é membro da polícia, o qual observou que muitos dos seus colegas revelavam perda de entusiasmo e vitalidade no trabalho.

Como bem comentam Muller, Silva e Pesca (2022), se antes da situação crítica e de tensão proporcionada pela pandemia da Covid-19 já eram enfatizados os desafios relacionados ao trabalho, no momento atual isso fica ainda mais evidente, pois as configurações de trabalho têm se tornado cada vez mais individualizadas e específicas. Neste âmbito, identificar a sintomatologia de *stress* em policiais constitui um passo fundamental para melhor compreensão do assunto e traçar linhas para seu enfrentamento institucional, assim como propor pistas para futuras pesquisas, especialmente neste período da pandemia, em que os problemas de saúde mental de trabalhadores tendem a acentuar.

Tendo por base essa compreensão, este artigo amplia o entendimento sobre o *stress* no trabalho, especialmente para policiais moçambicanos. A pesquisa foi realizada com o propósito de averiguar a sintomatologia do *stress* em agentes da polícia durante a pandemia da Covid-19 em Moçambique. Decorrente disso, primeiramente é apresentado o arcabouço teórico do estudo; na sequência, constam o desenho metodológico; os resultados e sua discussão; e por último, as considerações finais e as referências.



Referencial teórico

Nesta seção faz-se imersão sobre a literatura atinente ao estudo de *stress*. A palavra *stress* vem do latim *stringere*, que significa estreitar (Almeida et al., 2016). A partir do início do século XVIII sua utilização foi concebida para designar sofrimento, privação, calamidades. Após meados desse mesmo século, houve uma alteração semântica resultante das vivências da época. Assim, *stress* passou a ser utilizado como o agente causador que o origina, ou seja, a carga que produz uma tensão. O termo foi usado para designar uma deformação ou ruptura de um objeto na área da metalurgia. Nessa época, estudos realizados na área da engenharia mostravam que as características das cargas tinham que ser consideradas na escolha do material para a construção de pontes e outras estruturas (Lipp, 2001). Essa concepção referente às ciências físicas passa a ser considerada análoga às ciências humanas, pois o homem também possui habilidades para suportar ou não as cargas emocionais (Stora, 1990).

No início do século XX a atenção dos profissionais da área da saúde voltou-se para o papel dos aspectos psíquicos e das condições de vida no surgimento e desenvolvimento das doenças estudadas. Como descrito por Limongi-França e Rodrigues (2011), Smutes introduziu, em 1926, o conceito de holismo, que institui a concepção sobre a natureza biopsicossocial do homem, em termos de saúde e doença e seu devido tratamento, levando em conta a pessoa como um todo e não somente em partes isoladas. Após essa nova perspectiva, por volta de 1920, surgiram alguns trabalhos sobre *stress* e, entre eles, os estudos de Hans Selye, estudante de medicina na Universidade de Praga, a partir de observações em pacientes de algumas doenças infecciosas que apresentavam sintomas comuns, sem sinais específicos, ou seja, tais pacientes apresentavam respostas que não eram exclusivas àquelas doenças identificadas (Limongi-França & Rodrigues, 2011; McShane & VonGlinow, 2014; Silva, Goulart, & Guido, 2018).

Na continuidade de suas pesquisas, Selye, expondo ratos a estressores, conseguiu identificar mudanças na fisiologia corporal. Em seu livro, *The Stress of Life*, obra reconhecida como referência dos primórdios dos estudos sobre *stress*, Selye relata a descoberta de que seus ratos desenvolviam aumento e encolhimento em algumas glândulas ligadas ao córtex. Em 1936, já então médico endocrinologista, radicado no Canadá, Selye utiliza pela primeira vez o termo *stress* e por volta dos anos 1950 torna-se o “pai do *stress*”, ao denominar o *stress* como o conjunto de reações que um organismo desenvolve ao ser submetido a uma situação que exige esforço para a adaptação (Selye, 1993; Silva & Salles, 2016).

Selye (1993), conceituou *stress* como um conjunto de respostas inespecíficas que surgem no organismo diante de qualquer situação que exija da pessoa esforço de adaptação,

isto é, um conjunto de forças aplicadas a um corpo que tendem a desgastá-lo ou deformá-lo, considerando-se reações desencadeadas pelo organismo exposto às diferentes situações prejudiciais à saúde. A partir da abordagem biologicista dos estudos de *stress* de Selye, vários autores começaram a se interessar nesta temática, motivando o surgimento de outros modelos teóricos ou abordagens, tais como psicológica ou interacionista, social e biopsicossocial (Garcia, Emerich, Salaroli, Cavaca, & Santos, 2021; Silva, Goulart, & Guido, 2018; Osorio & Niño, 2017).

Na perspectiva psicológica, o *stress* ocorre quando as exigências percebidas pelo sujeito são excessivas ou parecem exceder as suas capacidades de adaptação (Lazarus, 1996). Daí que o *stress* não se resume apenas a um estímulo seguido por uma resposta, mas sim ao resultado de uma variedade de processos psicológicos intermediários (Lazarus & Folkamn, 1984). Na ótica de Friedrich, Macedo e Reis (2015), *stress* refere-se a alterações psicofisiológicas decorrentes de situações que fogem da capacidade de enfrentamento do indivíduo. O *stress* pode ser definido também como toda a ação do organismo, que combinado a componentes psicológicas, físicas e mentais ocorrem quando surge a necessidade de uma adaptação a um evento estressor, mas que será prejudicial se houver exposição prolongada ao evento ou uma predisposição do indivíduo a determinadas doenças (Pinheiro & Farikoski, 2016).

Para Lipp (2017), *stress* trata-se de uma condição de desequilíbrio das funções gerais corpóreas, desenvolvida por situações difíceis e particulares vivenciadas por cada indivíduo. Por fim, Silva et al. (2018), conceituaram o *stress* como uma síndrome que se apresenta de forma inespecífica diante das exigências em que o ser humano é submetido, manifestando-se de forma positiva (*eustress*), que motiva e provoca a resposta adequada aos estímulos estressores; ou negativa (*distress*), que intimida o indivíduo diante de uma situação ameaçadora, com sinais da ansiedade, medo, tristeza e raiva. Essa síndrome possui relação não somente com as questões biológicas que o ocasionam, mas também com as psicológicas e emocionais. De acordo com este conhecimento, ao longo deste trabalho o termo *stress* é empregue em referência ao *distress*.

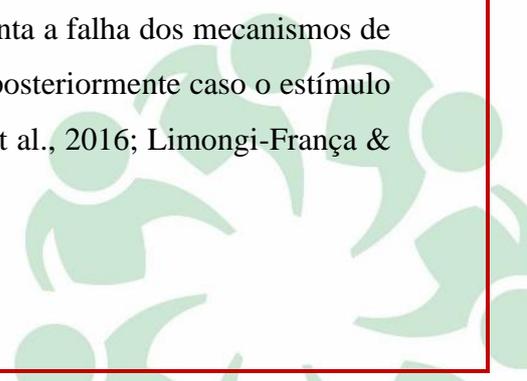
Quando o *stress* é proveniente do espaço de trabalho ou decorrentes das atividades realizadas naquele ambiente designa-se por *stress* ocupacional (Aliante, Abacar, & Pereira, 2020; Almeida et al., 2016). Este tipo de *stress* configura-se quando a origem dos agentes estressores (fatores de *stress*) é eminentemente do ambiente de trabalho (Friedrich et al., 2015; Marras & Veloso, 2012; Humberto, Abacar, & Aliante, 2021). Neste sentido, concebe-se, então, o *stress* ocupacional como uma resposta física e emocional, em geral prejudicial, que ocorre quando as exigências do trabalho não correspondem às capacidades, aos recursos ou às

necessidades do trabalhador (Almeida et al., 2016; Coelho, Souza, Cerqueira, Esteves, & Barros, 2018). Dito em outras palavras, o *stress* ocupacional ocorre quando as demandas do trabalho não combinam ou excedem as capacidades, os recursos ou as necessidades do trabalhador, ou quando o conhecimento ou as habilidades de um trabalhador individual ou de um grupo não são compatíveis com as expectativas da cultura organizacional de uma empresa (International Labour Organization, 2016).

Baseando-se no modelo proposto por Selye, Lipp (2000, 2016) propôs quatro fases do desenvolvimento do *stress*: fase de alarme, resistência, quase-exaustão e exaustão, sendo que o desenvolvimento de uma fase precipita o surgimento da outra. A primeira é a fase do alarme, onde o indivíduo ao se deparar com o agente estressor prepara-se para lutar ou fugir. Compreendido nesta fase como um leve desequilíbrio biológico e psíquico (Brito & Bondan, 2020; Lipp, 2016). A reação do alarme é caracterizada pelos seguintes sintomas: aumento da frequência cardíaca; aumento da pressão arterial; aumento da concentração de glóbulos vermelhos; aumento da concentração de açúcar no sangue; redistribuição do sangue; aumento da frequência respiratória; dilatação dos brônquios; dilatação da pupila; aumento da concentração de glóbulos brancos e a ansiedade (Limongi-França & Rodrigues, 2011; Lipp, 2016, 2017). Se o estressor persistir e o indivíduo não lidar adequadamente a ele, desenvolve-se a segunda fase, a de resistência.

A fase de resistência ocorre quando o estressor é de longa duração ou quando sua intensidade é demasiada. Nesta fase o indivíduo faz uso da energia adaptativa agindo no meio social tentando modificá-lo com a intenção de reequilibrá-lo. Na presente fase, dois sintomas mais importantes surgem: dificuldades com a memória e muito cansaço (Lipp, 2016, 2017). Adicionalmente, é a fase caracterizada pela presença dos seguintes sintomas: aumento do córtex da supra-renal; atrofia de algumas estruturas relacionadas à produção de células do sangue; ulcerações no aparelho digestivo; irritabilidade; insônia; mudanças no humor e diminuição do desejo sexual (Limongi-França & Rodrigues, 2011; Prado, 2016).

Para Lipp (2016), a fase de quase-exaustão é caracterizada pelo enfraquecimento do organismo e início do processo da doença. Precisa-se, então, de ajuda tanto médica para tratar o problema físico que já surgiu, como psicológica para aprender a lidar com a causa do *stress*. Por fim, a quarta fase, denominada de fase de exaustão, representa a falha dos mecanismos de adaptação onde em parte existe um retorno à fase de alarme e, posteriormente caso o estímulo estressor permaneça pode levar o indivíduo a morte (Almeida et al., 2016; Limongi-França & Rodrigues, 2011).



Os sintomas de *stress* podem ser categorizados em três grupos: físicos, psicológicos e comportamentais (Mackey, Perrewé, & McAllister, 2017; Robbins, 2009). Quanto aos sintomas físicos destacam-se: mudanças no metabolismo, aumento dos ritmos cardíaco e respiratório, aumento da pressão sanguínea, dores de cabeça e até ataques de coração (Abacar, Aliante, & António, 2021; Robbins, 2009). Entre os sintomas psicológicos apontam-se respostas emocionais como ansiedade, frustração, insatisfação relacionada ao trabalho, tensão, irritabilidade, tédio e procrastinação (Abacar et al., 2021; Ferreira et al., 2022; Limongi-França & Rodrigues, 2011; Robbins, 2009). Por fim, os sintomas comportamentais podem ser: uso de substâncias psicoativas, isolamento, redução das amizades, desespero e ocorrência de acidentes. Soma-se a estas manifestações, mudanças na produtividade, absenteísmo e rotatividade, bem como mudanças nos hábitos de alimentação, aumento do consumo de álcool ou tabaco, fala mais rápida, inquietação e distúrbios do sono (Robbins, 2009; Spector, 2013).

Método

Foi desenvolvida uma pesquisa transversal, descritiva e de natureza quantitativa. O estudo contou com a participação de 100 policiais ativos que trabalhavam em uma unidade policial localizada na região sul de Moçambique. Na amostra, predominaram homens (74%) e as idades dos participantes variava entre 19 a 60anos. A técnica de amostragem adotada foi a não probabilística, por conveniência (Gil, 2008), pois foram envolvidos policiais no ativo que consentiram em participar da pesquisa de forma voluntária.

Quanto aos instrumentos de coleta de dados, foram aplicados um questionário sobre dados sociodemográficos e laborais e, o Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos de Lipp (ISSL). O questionário de dados sociodemográficos visava obter informações pessoais e laborais, tais como: gênero, idade, estado civil, tempo de serviço, vínculo laboral e carga horária semanal. O ISSL é um instrumento psicológico aprovado pelo Conselho Federal de Psicologia e amplamente utilizado para avaliar a presença de *stress*, sua gravidade e a maior vulnerabilidade do respondente, se psicológica ou física (Faiad, Souza, & Matsunaga 2018; Lipp et al., 2017; Santos, Hesper, Silva, & Sachetti, 2021), composto por diferentes conjuntos de sintomas de acordo com o modelo quadrifásico de *stress*, que inclui as fases de alerta, resistência, quase-exaustão e exaustão (Lipp, 2000, 2017).

O respondente é solicitado a indicar se teve ou não o sintoma nas últimas 24 horas, na última semana ou no último mês. Cada quadro refere-se a uma das fases do *stress*, sendo que os dois primeiros quadros contêm 15 itens e o último (fase de exaustão) tem 23 itens, totalizando

53 itens. A avaliação das respostas dadas pelos sujeitos é feita por meio do uso de tabelas do próprio manual do ISSL que transformam os dados brutos em porcentagem (Lipp et al., 2017; Souza et al., 2015).

A presença de *stress* pode ser constatada se qualquer um dos escores brutos atingir os limites determinados (maior que seis no Q1- parte um, ou seja, a soma de quantidade de sintomas de F1 e P1; maior que três no Q2- parte dois, soma de F2 e P2 e; maior que oito no Q3- parte três, soma de F3 e P3). Caso os escores obtidos estejam acima dos limites nos três quadros é identificado o processo de agravamento do *stress*. Para determinar-se a fase de *stress* em que a pessoa se encontra, considera-se o quadro em que ela mais pontuou, em termos percentuais, sendo que os resultados permitem saber além da fase de *stress*, se os sintomas prevalentes são físicos ou psicológicos (Faiad et al., 2018; Machado, 2020).

No estudo de validação e padronização do ISSL obteve-seo coeficiente alfa de Cronbach de 0,91, demonstrando que os itens refletem um alto valor para o conceito intencional, qual seja: medir o nível de *stress* (Lipp, 2000). O uso do ISSL como instrumento para avaliação do *stress* nesta investigação deveu-se por quatro razões: estar redigido em língua portuguesa, ser de uso livre para questões de investigação, de fácil manejo e aplicação, bem como, um dos mais usados na avaliação do constructo de *stress* em países de língua portuguesa e no contexto de trabalho (Diehl & Marin, 2016; Santos et al., 2021).

Este estudo foi desenvolvido na região sul de Moçambique e atendeu os procedimentos éticos em pesquisa com seres humanos, desde livre participação, garantia do anonimato e confidencialidade na identidade dos respondentes. Os participantes foram informados de que os resultados serviriam apenas para fins acadêmicos e que poderiam interromper a participação a qualquer momento. Embora a instituição onde a pesquisa foi vinculada não possui um Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), a sua realização teve anuência da Direção Científica da Academia Militar “Marechal Samora Machel”.

Assim, em cumprimento do dever ético em pesquisas com seres humanos, primeiramente foi formulado um pedido a esta Direção de modo a autorizar o processo de coleta de dados. Após a autorização que culminou com a emissão da credencial, foi mantido contato com as Direções (e.g., Direção do Pessoal e Formação, Direção da Doutrina e Ética Policial, Direção da Ordem e Segurança Públicas e, Direção de Logística e Finanças), onde foram explicadas as motivações, os objetivos do estudo, assim como a metodologia para o processo de levantamento de dados.

Após a autorização, seguiu-se o processo de coleta dos dados, onde foram explicados os objetivos do estudo e dadas as instruções sobre o preenchimento dos questionários. Os dados

foram coletados entre os meses de junho a julho do ano de 2020. Os questionários foram preenchidos individualmente e a tarefa durava cerca de 20 minutos. A análise dos dados foi realizada com o *software Statistical Package for the Social Science* (IBM SPSS, versão 22.0) para o sistema operacional Windows. Foram examinadas as frequências dos sintomas de *stress* em cada fase da doença.

Resultados e Discussão

Os resultados deste estudo constam nesta seção. Após a sua apresentação faz-se a discussão.

Perfil sociodemográfico e profissional dos participantes

Esta pesquisa teve a participação de 100 agentes da Polícia da República de Moçambique, sendo 74% do sexo masculino e 26% do sexo feminino, com idades variadas entre 19 a 60 anos. No que tange ao estado civil, 58% afirmaram que eram casados, 35% solteiros, 7% viúvos. Quanto ao tipo vínculo laboral com Estado, todos os participantes eram nomeados (efetivos). Em relação ao tempo de serviço, a média era de 10 anos numa amplitude entre 1-35 anos. Por fim, a carga horária semanal era estimada entre 24 a 48 horas dependendo da área de atuação.

Sintomas de *stress* em policiais moçambicanos

De modo identificar os sintomas de *stress* nos policiais, foi aplicado o ISSL. A Tabela 1 a seguir ilustra a frequência de respostas.

Tabela 1: Frequência dos sintomas de *stress* em policiais moçambicanos da região sul do país em 2020.

Fase de alarme	Frequência dos sintomas
<i>Sintomas físicos</i>	<i>n</i>
Mãos e pés frios	15
Boca seca	10
Nó no estômago	9
Aumento de sudorese	13
Tensão muscular	15
Aperto de mandíbula/ranger de dentes	5

Diarreia passageira	25
Insônia	25
Taquicardia	15
Hiperventilação	8
Hipertensão arterial súbita e passageira	12
Mudança de apetite	30
<i>Sintomas psicológicos</i>	<i>n</i>
Aumento súbito de motivação	30
Entusiasmo súbito	16
Vontade súbita de iniciar novos projectos	15
Fase de resistência	Frequência dos sintomas
<i>Sintomas físicos</i>	<i>n</i>
Problemas com a memória	19
Mal-estar generalizado, sem causa específica	50
Formigamento nas extremidades	7
Sensação de desgaste físico constante	43
Mudança de apetite	50
Aparecimento de problemas dermatológicos	11
Hipertensão arterial	11
Cansaço constante	36
Aparecimento de úlcera	6
Tontura ou sensação de estar flutuando	7
<i>Sintomas psicológicos</i>	<i>n</i>
Sensibilidade emotiva excessiva	20
Dúvida quanto a si próprio	70
Pensar constantemente em um só assunto	43
Irritabilidade excessiva	37
Diminuição da libido	3
Fase de quase-exaustão e exaustão	Frequência dos sintomas
<i>Sintomas físicos</i>	<i>n</i>
Diarreia frequente	12
Dificuldades sexuais	38
Insônia	13
Náusea	12
Tiques	1
Hipertensão arterial continuada	8
Problemas dermatológicos prolongados	8
Mudança extrema de apetite	10
Excesso de gases	17
Tontura frequente	12
Úlcera	9
Enfarto	5
<i>Sintomas psicológicos</i>	<i>n</i>
Impossibilidade de trabalhar	7
Pesadelos frequentes	20
Sensação de incompetência em todas as áreas	8
Vontade de fugir de tudo	12
Apatia, depressão ou raiva prolongada	14

Cansaço constante excessivo	30
Pensar e falar constantemente em um só assunto	13
Irritabilidade frequente sem causa aparente	10
Angústia, ansiedade, medo diariamente	10
Hipersensibilidade emotiva	7
Perda de senso de humor	9

Fonte: Resultados da pesquisa.

Na Tabela 1 apresentada é possível verificar os sintomas físicos e psicológicos mais sinalizados pelos policiais investigados das quatro fases do modelo de *stress* adotado. Na fase de alarme os sintomas mais pontuados foram: mudança de apetite, diarreia passageira, insônia e tensão muscular (físicos) e aumento súbito de motivação (sintoma psicológico).

Na fase de resistência, os sintomas físicos mais sinalizados foram: mudança de apetite, mal-estar generalizado sem causa aparente, sensação de desgaste físico constante e cansaço constante. Já nos sintomas psicológicos com maior incidência foram os seguintes: dúvida quanto a si próprio, pensar constantemente em um só assunto e irritabilidade excessiva. Por fim, na fase de quase-exaustão e exaustão foram evidenciados sintomas físicos (tontura frequente, insônia, dificuldades sexuais e mudança extrema de apetite) e psicológicos (pesadelos frequentes e cansaço constante excessivo).

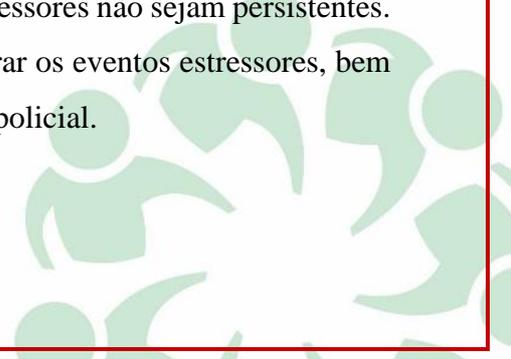
De um modo geral, os sintomas mais frequentes foram os da fase de resistência, com predomínio dos da área psicológica. Embora o Inventário de Sintomas de *Stress* de Lipp não tenha sido concebido para avaliar o *stress* em contexto específico de trabalho, os resultados dos sintomas ora identificados nesta investigação podem estar associados ao trabalho que policiais estão sujeitos, uma vez que a pesquisa envolveu profissionais que estavam no ativo. Cabe mencionar que o momento da coleta dos dados deste estudo coincidia com o primeiro período da declaração de emergência que vigorou de abril até agosto de 2020.

No período em alusão, os policiais foram responsáveis em fazer cumprir a quarentena obrigatória e das regras sanitárias por parte da população, especialmente no uso das máscaras faciais e o distanciamento social nas vias públicas, ruas e locais de maior concentração populacional. De certo modo, o cumprimento dessas normas exigia o uso da força para fazer valer a lei que, por conseguinte, resultava em atos de agressão física e psicológica tanto para as pessoas vigiadas como para os policiais. Neste sentido, além de expor o policial a essas eventuais agressões, este estava mais exposto à contaminação pelo vírus da Covid-19, devido ao contato diário com outras pessoas nas vias públicas, constituído também uma ameaça a sua saúde física e mental.

Os achados de outros autores apontaram direção semelhante ao observado nesta pesquisa. Numa amostra de 264 policiais, Costa, Aciolly, Oliveira e Maia (2007) verificaram que 47,4% apresentaram sintomatologia de *stress*, sendo 3,4% na fase de alerta, 39,8% na fase de resistência, 3,8% na fase de quase exaustão e 0,4% na fase de exaustão. Sintomas psicológicos foram registrados em 76% da amostra e sintomas físicos em 24,0%. Paralelamente a isso, Dantas, Brito, Rodrigues e Maciente (2010) e Pinheiro e Farikoski (2016), revelaram que 62% e 45% participantes, num total de 50 e 38 policiais sucessivamente, apresentaram *stress* em algum nível, com predominância da fase de resistência. De forma semelhante, Neves, Oliveira, Ferreira e Batista (2016), demonstraram que 42% dos 33 policiais investigados apresentaram sintomatologia de *stress* na fase de resistência.

Posteriormente, a investigação de Lippetal. (2017) com 1017 policiais de diferentes ramos, verificou que 52% da amostra pesquisada apresentava *stress*, sendo cinco sintomas foram mais frequentes: sensação de desgaste físico constante, tensão muscular, problema com a memória, cansaço mental e insônia. A presença desses sinais revela que um número grande de policiais estava na fase de resistência, que é aquela durante a qual a pessoa ainda produz, porém com dificuldades. Outros estudos que avaliaram o *stress* em policiais recorrendo o Inventário de Sintomas de *Stress* de Lipp para Adultos (ISSL) foram os de Cordeiro, Batista e Oliveira (2019) e Menezes, Souza, Souza, Mattos e Pimentel (2018). O primeiro envolveu uma amostra de 13 policiais, tendo constatado que 40% apresentava manifestações de *stress*, dos quais majoritariamente manteve-se na fase de resistência, com predominância de sintomas psicológicos. O segundo envolveu 176 policiais e apontou, também, que 32,4% dos participantes encontrava-se em alguma fase do *stress*, 58,8% apresentaram sintomas de *stress* na fase de resistência.

Contudo, de modo geral, os resultados da presente investigação indicam a prevalência de sintomatologia de *stress* nos policiais investigados na fase de resistência. Por se tratar de uma fase em que o sujeito automaticamente utiliza energia adaptativa para se reequilibrar (Dantas et al., 2010) quando consegue, os sinais iniciais desaparecem e o indivíduo volta a normalidade, porém, a sensação de falta de recursos para lidar com a situação precipita a fase de quase-exaustão ou exaustão, provocando o desgaste emocional, pelo que deve merecer atenção de modo que os sintomas identificados e/ou eventos estressores não sejam persistentes. Para tal, é necessário realizar outras pesquisas que visem explorar os eventos estressores, bem como tomar providências voltadas à atenção à saúde mental do policial.



Considerações finais

O presente estudo investigou a sintomatologia do *stress* em agentes da polícia durante a pandemia da Covid-19 em Moçambique. Os resultados permitem concluir que os policiais apresentaram manifestações de *stress* em todas as fases, com ênfase na resistência, com predomínio de sintomas de natureza psicológica. Desse modo, pode-se questionar se as situações de trabalho garantem o bem-estar psíquico dos policiais. Com efeito, é essencial salientar que se os policiais não tiverem à sua disposição estratégias adequadas para lidar com os estressores do trabalho pode resultar em uma debilitação do organismo e entrarem em colapso, passando para a fase de exaustão, ao progressivo esgotamento físico e mental. Ainda é possível desenvolver ações preventivas por parte da organização policial, com particular atenção no diagnóstico, orientação e controle do *stress* no trabalho, a remoção de eventos estressores e implementação de programas de atividade física e de aconselhamento psicológico.

Mediante os resultados descritos neste artigo, deve haver uma preocupação para que não haja a evolução do *stress* para a fase de exaustão, o que não é desejável pois esta constitui uma fase comprometedora e adoecedora, podendo evoluir para síndrome de *burnout*. Nesse sentido, torna-se relevante salientar a necessidade da identificação das situações que são avaliadas como fatores psicossociais de risco relacionados ao trabalho dos policiais, de modo que sirvam de indicadores para o desenvolvimento de ações de atenção à saúde mental no trabalho através de criação de uma política institucional e/ou nacional de Saúde do Trabalhador.

Faz-se importante destacar que este estudo tem um caráter transversal e envolveu policiais de uma unidade, que constitui uma limitação. No futuro, novas pesquisas, com uma abordagem qualitativa, podem examinar os estressores ocupacionais que afetam o trabalho dos policiais, já que neste artigo foi investigada apenas a sintomatologia de *stress*. Ademais, é necessário expandir a coleta de dados para unidades policiais de outras regiões do país, averiguando a diferença em níveis de *stress* com variáveis sóciodemográficas e laborais, estressores ocupacionais, ou mesmo verificar associação com outros constructos como qualidade de vida e satisfação no trabalho. O desenvolvimento destes estudos permitirá ampliar e aprimorar o conhecimento a respeito do *stress* ocupacional em policiais moçambicanos, de modo a propor estratégias de enfrentamento institucional mais apropriadas.



REFERÊNCIAS

- Aliante, G., & Abacar, M. (2021). *Stress* ocupacional e estratégias de enfrentamento em policiais moçambicanos. [Resumo expandido]. *Anais do XXI Encontro Nacional Online da Associação Brasileira de Psicologia Social: As crises e a Psicologia Social: memórias, críticas do presente e estratégias de luta* (GT 24, pp.572-3). Evento Online, 19 de outubro a 1 de novembro. ISSN: 1981-4321. <https://www.encontro2021.abrapso.org.br/site/anais2#G>
- Adams, I., & Mastracci, S. (2019). Police body-worn cameras: effects on officers' burnout and perceived organizational support. *Police Quarterly*, 22(1), 5-30. <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1098611118783987>
- Abacar, M., Aliante, G., & António, J. F. (2021). *Stress* e estratégias de *coping* em estudantes universitários. *Aletheia*, 54(2), 133-144. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/aletheia/v54n2/v54n2a14.pdf>
- Aliante, G., Abacar, M., & Pereira, A. M. (2020). Estresse ocupacional em professores de educação inclusiva. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 11(1), 162-181. <http://www.uel.br/revistas/uel/index.php/eip/article/view/36767/27297>
- Aliante, G., Abacar, M., Saquina, B. H., & Aristides, C. L. (2019). *Stress* em estudantes de graduação em uma universidade pública da região norte de Moçambique. *Trabalho En(Cena)*, 4(2), 465-484. <https://doi.org/10.20873/2526-1487V4N2P465>
- Almeida, H., Brito-Costa, S., Alberty, A., Gomes, A., Lima, P., & Castro, F. V. (2016). Modelos de stress ocupacional: sistematização, análise e descrição. *INFAD - Revista de Psicologia*, 1(2), 435-454. <http://dx.doi.org/10.17060/ijodaep.2016.n1.v2.309>
- Andrade, E. R., Souza, E. R., & Minayo, M. C. S. (2009). Intervenção visando a auto-estima e qualidade de vida dos policiais civis do Rio de Janeiro. *Ciência & Saúde Coletiva*, 14(1), 275-285. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232009000100034>
- Baldwin, S., Bennell, C., Andersen, J. P., Semple, T., & Jenkins, B. (2019). Stress-activity mapping: physiological responses during general duty police encounters. *Frontiers in Psychology*, 10, 2216, 1-17. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2019.02216/full>
- Brito, F. O., & Bondan, L. E. (2020). Nível de estresse em policiais militares atuantes de Videira, SC. *Anuário Pesquisa e Extensão Unoesc Videira*, 5, e24738, 1-8. <https://portalperiodicos.unoesc.edu.br/apeuv/article/view/24738>
- Castro, M. C. A., & Cruz, R. C. (2015). Prevalência de transtornos mentais e percepção de suporte familiar em policiais civis. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 35(2), 271-289. <https://doi.org/10.1590/1982-370300702013>
- Ceribili, H. B., Freitas, V. F., Rezende, A. F., & Sabino, K. L. C. (2020 maio/ago.). Prestígio organizacional percebido, identificação organizacional e exaustão emocional do policial militar. *Revista Gestão Organizacional*, 13(2), 26-47. <https://doi.org/10.22277/rgo.v13i2.4883>

- Coelho, J. P. M., Souza, G. H. S., Cerqueira, C. L. C., Esteves, G. G. L., & Barros, B. N. R. (2018). Estresse como preditor da Síndrome de Burnout em Bancários. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, 18(1), 306-3015. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpot/v18n1/v18n1a05.pdf>
- Collins, P. A., & Gibbs, A. C. (2003). Stress in police officers: A study of the origins, prevalence and severity of stress-related symptoms within a county police force. *Occupational Medicine*, 53(4), 256-264. 10.1093/occmed/kqg061
- Cordeiro, P., Batista, E. C., Oliveira, M. L. M. C. (2019). Avaliação do nível de stress da polícia civil do interior do Estado de Rondônia. *Revista Interdisciplinar Encontro das Ciências*, 2(1), 431-442. <https://scielosp.org/article/rpsp/2007.v21n4/217-222/>
- Costa, M., Accioly, J., & Oliveira, J. (2007). Stress: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. *Revista de Panamericana de Salud Pública*, 21(4), 217-222. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/7876>
- Dantas, M. A., Brito, D. V. C., Rodrigues, P. B., & Maciente, T. S. (2010). Avaliação do stress em policiais militares. *Psicologia: Teoria e Prática*, 12(3), 66-77. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872010000300006
- Diehl, L., & Marin, A. H. (2016). Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 7(2), 64-85. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/eip/v7n2/a05.pdf>
- Ermasova, N., Cross, A. D., & Ermasova, E. (2020). Perceived stress and coping among law enforcement officers: an empirical analysis of patrol versus nonpatrol officers in illinois, USA. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 35, 48-63 <https://link.springer.com/article/10.1007/s11896-019-09356-z>
- Faiad, C., Souza, V., Matsunaga, L. H., Rodrigues, C. M. L., & Rosa, H. R. (2018). Propriedades psicométricas do ISSL no contexto da segurança pública. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 9(3), 54-72. <http://dx.doi.org/10.5433/2236-6407.2018v9n3suplp54>
- Ferreira, L. B. S., Ribeiro, R. C. H. M., Pompea, D. A., Contrin, L. M., Wernek, A. L., Ribeiro, R. M., & Souza, S. M. (2022). Nível de estresse e avaliação preliminar da síndrome de burnout em enfermeiro da UTI na COVID-19 - Estudo de caso. *Research, Society and Development*, 11(2), e31111225658, 1-15. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i2.25658>
- Figueiredo-Ferraz, H., Gil-Monte, P. R., Queirós, C., & Passos, F. (2014). Validação fatorial do “Spanish Burnout Inventory” em policiais portugueses. *Psicologia Reflexão e Crítica*, 27(2), 291-299. <https://doi.org/10.1590/1678-7153.201427209>
- Friedrich, A. C. D., Macedo, F., & Reis, A. H. (2015). Vulnerabilidade ao stress em adultos jovens. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, 15(1), 59-70. <http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2015.1.499>
- Garcia, A. L., Emerich, T. B., Salaroli, L. B., Cavaca, A. G., & Santos Neto, E. T. (2021, ago.). Notícias sobre o estresse na mídia impressa: abordagens biológicas, psicológicas, sociais ou biopsicossociais. *Tempus, Actas de Saúde Coletiva*, 12(2), 209-229. <https://doi.org/10.18569/tempus.v12i2.2661>

- Gil, A. C. (2008). *Métodos e técnicas de pesquisa social* (6ª ed.). Atlas.
- Hassard, J., Teoh, K. R. H., Visockaite, G., Dewe, P., & Cox, T. (2018). The cost of work-related stress to society: A systematic review. *Journal of Occupational Health Psychology, 23*(1), 1-17. <https://doi.org/10.1037/ocp0000069>
- Humberto, S. C., Abacar, M., & Aliante, G. (2021). Sintomas de *stress* e estratégias em professores moçambicanos do ensino superior. *Research, Society and Development, 10*(3), e28910313260, 1-25. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i3.13260>
- International Labour Organization (2016). *Workplace stress: A collective challenge*. Turin, Itália: International Labor Organization.
- Johnson, S., Cooper, C., Cartwright, S., Donald, I., Taylor, P., & Millet, C. (2005). The experience of work-related stress across occupations. *Journal of Managerial Psychology, 20*, 178-187. <https://doi.org/10.1108/02683940510579803>
- Johnson, O., Russo, C., & Papazoglou, K. (2019). “Job Exposure & Occupational Challenges: The Importance of Mindfulness for Today’s Law Enforcement Professional”. *Crisis, Stress, and Human Resilience: An International Journal, 1*(3), 187-191. <https://www.crisisjournal.org/article/11156-job-exposure-occupational-challenges-the-importance-of-mindfulness-for-today-s-law-enforcement-professional>
- Lazarus, R. (1996). *Psychological stress and the coping process*. McGraw-Hill.
- Lazarus, S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. Springer.
- Limongi-França, A.C., & Rodrigues, A. L. (2011). *Stress e trabalho: uma abordagem psicossomática*. (4ª ed.). Atlas.
- Lipp, M. E. N. (2000). *Manual do inventário de sintomas de stress para adultos*. Casa do psicólogo.
- Lipp, M. E. N. (2001). Stress emocional: a contribuição de estressores internos e externos. *Revista de Psiquiatria Clínica, 28*(6), 347-9. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-315084>
- Lipp, M. E. N. (2016). O stress do professor frente ao mau comportamento do aluno. In D. C. Fava (Org.), *A prática da Psicologia na escola* (pp.351-372). Artesâ.
- Lipp, M. E. N. (2017). O treino de controle do estresse em grupo: um modelo da TCC. In C. B. Neufeld, & B. Rangé (Org.), *Terapia cognitivo-comportamental em grupos: das evidências à prática* (pp.301-318). Artmed.
- Lipp, M. E. N., Costa, K. R. S. N., & Nunes, V. O. (2017). Estresse, qualidade de vida e estressores ocupacionais de policiais: sintomas mais frequentes. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho, 17*(1), 46-53. <http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2017.1.12490>
- Mackey, J. D., Perrewé, P. L., & McAllister, C. P. (2017). Do I fit in? Perceptions of organizational fit as a resource in the workplace stress process. *Group & Organization Management, 42*(4), 455-486. <https://doi.org/10.1177/2F1059601115625155>

- Machado, C. S. (2020). Estresse e trabalho: Aproximações com a psicodinâmica do trabalho. [Dissertação de mestrado, Universidade Federal de Goiás]. Repositório da Universidade Federal de Goiás:<https://repositorio.bc.ufg.br/tede/handle/tede/11162>
- Marras, J. P., & Veloso, H. M. (2012). *Estresse ocupacional*. Elsevier.
- McShane, S. L., & Von Glinow, M. A. (2014). *Comportamento organizacional: Conhecimento emergente, realidade global*. AMGH.
- Menezes, M. V. M., Souza Júnior, C. J. P., Souza, L. R., Matos, R. M. P. R., & Pimentel, D. (2018, nov/dez.). Perfil de policiais militares com estresse ocupacional. *Revista Debates em Psiquiatria*, 12-18. <https://deborahpimentel.com.br/wp-content/uploads/2019/06/Perfil-de-Policiais-Militares-com-Estresse-Ocupacional.pdf>
- Moçambique (2018). *Lei nº 1/2018 de 12 de junho – Lei da revisão pontual da Constituição da República de Moçambique*. Maputo, Moçambique: Boletim da República, I Série, número 115, 115(782), 3-42.
- Muller, J. M., Silva, N., & Pesca, A. D. (2022). Estratégias de coping no contexto Laboral: Uma revisão integrativa da produção científica brasileira e internacional. *Revista Psicologia: Organizações & Trabalho*, 21(3), 1594-1604. <http://dx.doi.org/10.5935/rpot/2021.3.20385>
- Neves, L., Oliveira, M. L. M. C., Ferreira, D. F., & Batista, E. C. (2016). Sintomatologia de estresse em policiais militares numa cidade do interior de Rondônia. *Revista Interdisciplinar do Pensamento Científico*, 2(1), 191-227. <http://dx.doi.org/10.20951/2446-6778/v2n1a14>
- Osorio, J. E., & Niño, L. C. (2017). Estrés laboral: estudio de revisión. *Revista Diversitas – Perspectivas en Psicología*, 13(1), 82-90. <http://www.scielo.org.co/pdf/dpp/v13n1/1794-9998-dpp-13-01-00081.pdf>
- Pelegri, A., Cardoso, T. E., Claumann, G. E., Pinto, A. A., Felden, E. P. G. (2018). Percepção das condições de trabalho e estresse ocupacional em policiais civis e militares de unidades de operações especiais. *Caderno Brasileiro de Terapia Ocupacional*, 26(2), 423-430. <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAO1160>
- Pinheiro, L. R. S., & Farikoski, C. (2016). Avaliação do nível de estresse de policiais militares. *Revista de Psicologia da IMED*, 8(1), 14-19. <https://doi.org/10.18256/2175-5027/psico-imed.v8n1p14-19>
- Pikoulas, G., Charila, D., & Elias, T. (2022). The protective role of self-esteem on burnout and depression symptoms among police officers: A path analysis approach. *International Journal of Police Science & Management*, 1-12. <https://doi.org/10.1177%2F14613557221089569>
- Prado, C. E. P. do (2016). Estresse ocupacional: causas e consequências. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, 14(3), 285-9. <https://portalidea.com.br/cursos/gesto-do-stress-apostila03.pdf>
- Queirós, C., Passos, F., Bartólo, A., Marques, A. J., Silva, C. F. da & Pereira, A. (2020). Burnout and stress measurement in police officers: Literature review and a study with the

operational police stress questionnaire. *Frontiers in Psychology*, 11, 1-23. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.00587/full>

Robbins, S. P. (2009). *Comportamento organizacional* (11ª ed.). Pearson.

Santos, L. S., Hesper, Y. R., Silva, J. P., Sachetti, V. A. R. (2021, jun.). Utilização de instrumentos para avaliação de estresse em crianças e adolescentes em estudos brasileiros: revisão integrativa. *Revista Psicologia e Saúde em Debate*, 7(1), 293-314. <https://doi.org/10.22289/2446-922X.V7N1A21>

Selye, H. (1993). History of stress concept. In L. Goldberg & S. Briznitz (Eds.), *Handbook of stress. Theoretical and clinical aspects*. The Free Press.

Silva, L. C., & Salles, T. L. A. (2016). O estresse ocupacional e as formas alternativas de tratamento. *Revista de Carreiras e Pessoas*, 6(2), 234-247. <https://doi.org/10.20503/recape.v6i2.29361>

Silva, R. M., Goulart, C. T., Guido, L. A. (2018). Evolução histórica do conceito de estresse. *Revista Científica de Sena Aires*, 7(2), 148-56. <http://revistafacesa.senaaires.com.br/index.php/revisa/article/viewFile/316/225>

Slate, R. N., Johnson, W. W., & Colbert, S. S. (2007). Police stress: A structural model. *Journal of Criminal Psychology*, 22, 102-112. <http://dx.doi.org/10.1007%2Fs11896-007-9012-5>

Souza, R. G., Santana, E. B., Pedra, R., Dias, D., Henrique, E., & Dantas, M. (2015). A relevância dos instrumentos de avaliação de ansiedade, stress e depressão. *Ciências Biológicas e de Saúde*, 3(1), 37-57. <https://periodicos.set.edu.br/index.php/cadernobiologicas/article/view/2493>

Spector, P. E. (2013). *Psicologia nas organizações* (4ª ed.). Saraiva.

Stora, J. B. (1990). *O stress*. RÉS.

Urbani, G., Jesus, L. F. de, & Cozendey-Silva, E. N. (2019). Síndrome da disfunção da articulação temporomandibular e o estresse presente no trabalho policial: Revisão integrativa. *Ciência & Saúde Coletiva*, 24(5), 1753-1765. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018245.16162017>

Wassermann, A., Meiring, D., & Becker, J. R. (2019). Stress and coping of police officers in the South African police service. *South African Journal of Psychology*, 49(1), 97-108. <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/0081246318763059>

Contribuições dos autores	
Autor 1	Participou na concepção e redação do projeto de pesquisa, na coleta de dados, na redação inicial do artigo
Autora 2	Participou na concepção e redação do projeto de pesquisa, na redação inicial e revisão final do artigo.
Autor 3	Fez a busca dos artigos usados no referencial teórico e discussão dos resultados, participou na redação da versão inicial do manuscrito e revisão crítica e final do artigo.