

PREVALÊNCIA DE DEPRESSÃO ENTRE POLICIAIS MILITARES

PAULO CÉSAR ESTEFANO^{1,2}, ALESSANDRA TOMAZELI FERON³, ROGERIO TOMASI RIFFEL^{2,4}, IVANA LORAINE LINDEMANN^{2,5}

Introdução: A rotina dos policiais militares (PM) está associada a uma carga psicológica intensa, decorrente do enfrentamento diário da violência e de condições laborais precárias, o que contribui para o desenvolvimento de transtornos mentais, como a depressão (PINTO *et al.*, 2018), cuja prevalência varia de 9% a 38,8%, média de 18,4%, nessa população (SOUSA; BARROSO; RIBEIRO, 2022). Destaca-se, contudo, que a Brigada Militar (BM) do Rio Grande do Sul oferece serviços e programas de apoio à saúde mental, disponibilizando atendimentos em diferentes modalidades de terapia. Além disso, a instituição realiza treinamentos para capacitar seus profissionais a reconhecerem colegas em sofrimento psicológico (BRIGADA MILITAR RS, 2024). Considerando que a saúde mental dos PM impacta diretamente no desempenho de suas funções e, conseqüentemente, na qualidade da segurança pública, torna-se essencial investigar a prevalência de transtornos como a depressão nessa população, bem como identificar os fatores relacionados ao adoecimento desses profissionais.

Objetivo: Estimar a prevalência de depressão entre os PM ativos do Rio Grande do Sul. Além disso, caracterizar a amostra conforme as variáveis sociodemográficas, de saúde e comportamentais e verificar a distribuição da prevalência de depressão conforme fatores preditores.

Métodos: Estudo transversal realizado como um recorte da pesquisa intitulada “Saúde mental dos policiais militares: uma análise quantitativa dos fatores associados” mediante aprovação ética (nº 4.765.628). A amostra foi composta por PM, de ambos os sexos e de qualquer idade, ativos da BM do Rio Grande do Sul, Brasil. A coleta de dados foi realizada de maio a agosto de 2021, por meio de um questionário eletrônico e auto aplicado, distribuído de forma on-line pela própria instituição e divulgado nas redes sociais dos membros da equipe de pesquisa. O desfecho deste estudo foi a depressão, aferida através do Inventário de Depressão de Beck II

¹ Discente do curso de medicina da Universidade Federal da Fronteira Sul, *campus* Passo Fundo - RS, contato: paulo.estefano@estudante.uffs.edu.br

² Grupo de Pesquisa: Inovação em Saúde Coletiva: políticas, saberes e práticas de promoção da saúde

³ Médica.

⁴ Docente do curso de medicina da Universidade Federal da Fronteira Sul, *campus* Passo Fundo -RS.

⁵ Docente do curso de medicina da Universidade Federal da Fronteira Sul, *campus* Passo Fundo - RS. **Orientadora.**

(BECK; STEER, 1996), instrumento que avalia sintomas do distúrbio, por meio de 21 itens, considerando-se positivos os escores iguais ou superiores a 14 pontos. Além disso, foram consideradas variáveis demográficas e comportamentais, como sexo, idade, cor de pele, situação conjugal, escolaridade, prática de exercícios físicos, estado nutricional (avaliado pelo Índice de Massa Corporal, categorizado em eutrofia para valores menores que 25, sobrepeso para ≥ 25 e < 30 , e obesidade para resultados ≥ 30 segundo a Organização Mundial da Saúde, 2000), tabagismo, consumo de bebidas alcoólicas, anos de serviço prestados na BM e o cargo exercido no serviço (praça ou oficial). Quanto às variáveis de saúde mental, foram verificados estresse, aferido pelo Inventário de Sintomas de Estresse para Adultos de Lipp (ROSSETTI *et al.*, 2008), distúrbios de sono, pelo Índice de Qualidade do Sono de Pittsburg (BERTOLAZI *et al.*, 2011), e ideação suicida, utilizando o Questionário de Ideação Suicida de Reynolds (REYNOLDS, 1988). A análise estatística compreendeu a caracterização da amostra, a estimativa da prevalência da depressão, com intervalo de confiança de 95%, e a verificação da sua distribuição conforme características sociodemográficas, de saúde e comportamentais (teste do Qui-Quadrado de Pearson e teste exato de Fisher, admitindo-se 5% de erro α).

Resultados e discussão: A amostra consistiu em 925 participantes, predominando indivíduos do sexo masculino (73,1%), com idade média de 37,74 (DP \pm 8,2) sendo a faixa etária mais comum entre 30 e 39 anos (42,4%), de cor de pele branca (82,4%), em uma relação conjugal (67,9%), com escolaridade até o ensino médio (39,2%), que praticavam atividade física (82,5%) e apresentavam sobrepeso (50,3%). O hábito tabagista foi relatado por 10,9% da amostra e 83,4% referiram consumo de bebidas alcoólicas. No contexto profissional, o tempo de serviço até 10 anos (40,6%) foi aquele com maior ocorrência e o cargo praça foi o mais comum (71,7%). No quesito saúde mental, a maioria demonstrou algum nível de estresse (51,0%), 25,7% apresentaram distúrbios relacionados ao sono e 5,0% evidenciaram ideação suicida. A prevalência de depressão foi de 27,4% (IC95 24,5-30,2), com destaque para o sexo feminino (36,4%; $p < 0,001$), escolaridade até o ensino médio (32,2%; $p < 0,001$), não praticantes de exercícios físicos (40,1%; $p < 0,001$) e com obesidade (35,0%; $p = 0,012$). Além disso, a prevalência do desfecho foi maior naqueles com o cargo de praça (34,4%; $p < 0,001$), que apresentaram algum nível de estresse (50,2%; $p < 0,001$), distúrbios de sono (61,1%; $p < 0,001$) e ideação suicida (91,3%; $p < 0,001$).

Tabela 1. Distribuição da frequência de depressão conforme variáveis sociodemográficas, de saúde e ocupacionais em uma amostra de policiais militares ativos do Rio Grande do Sul, 2021 (n=925).

Variável	Frequência		Presença de Depressão		p*
	n (%)	n	n	%	
Sexo (n=917)					<0,001
Feminino	247(26,9)	90	36,4		
Masculino	670 (73,1)	159	23,7		
Idade					0,518
21-29	249 (26,9)	73	29,3		
30-39	392 (42,4)	109	27,8		
≥40	284 (30,7)	71	25,0		
Cor de pele (n=921)					0,060
Branca	759 (82,4)	198	26,1		
Não Branca	162 (17,6)	54	33,3		
Estado civil (n=915)					0,595
Com cônjuge	621 (67,9)	167	26,9		
Sem cônjuge	294 (32,1)	84	28,6		
Escolaridade					<0,001
Ensino médio	363 (39,2)	117	32,2		
Ensino superior	356 (38,5)	102	28,7		
Pós graduação	206 (22,3)	34	16,5		
Prática de exercícios físicos					<0,001
Sim	763 (82,5)	188	24,6		
Não	162 (17,5)	65	40,1		
Estado nutricional (n=924)					0,012
Eutrofia	302 (32,7)	67	22,2		
Sobrepeso	465 (50,3)	131	28,2		
Obesidade	157 (17,0)	55	35,0		
Tabagismo					0,132
Sim	101 (10,9)	34	33,7		
Não	824 (89,1)	219	26,6		
Etilismo					0,710
Sim	771 (83,4)	209	27,1		
Não	154 (16,6)	44	28,6		
Anos de Serviço					0,155
0-10	376 (40,6)	101	26,9		
11-20	367 (39,7)	111	30,2		
21-30	182 (19,7)	41	22,5		
Cargo ocupado					<0,001
Praça	663 (71,7)	228	34,4		
Oficial	262 (28,3)	25	9,5		
Estresse					<0,001
Não apresenta	453 (49,0)	16	3,5		
Apresenta em algum nível	472 (51,0)	237	50,2		
Distúrbio do sono					<0,001
Ausência	676 (74,3)	102	15,1		
Presença	234 (25,7)	143	61,1		
Ideação suicida					<0,001**
Sim	46 (5,0)	42	91,3		
Não	879 (95,0)	211	24,0		

* Teste do Qui-Quadrado de Pearson ** Teste exato de Fisher. Fonte: Elaborado pelos autores, 2025.

Em contrapartida, Silva *et al.* (2023) encontraram maior índice em profissionais com ensino superior, porém, sem associação significativa com depressão. Essa diferença pode estar

A prevalência de depressão foi superior à encontrada em outros trabalhos, como os 8,8% em soldados colombianos (LÓPEZ *et al.*, 2020) e os 18,6% em recrutas brasileiros (TONON *et al.*, 2020). Essa diferença pode ser atribuída principalmente a dois fatores: o perfil da amostra, que aqui incluiu policiais mais velhos e com maior tempo de serviço em comparação aos recrutas e soldados dos outros estudos, e ao método de coleta, pois o questionário on-line anônimo pode ter facilitado o relato dos sintomas, apesar de um possível viés de resposta.

Destaca-se maiores prevalências de depressão no sexo feminino, indivíduos obesos, sedentários e com altos níveis de estresse. Esses achados corroboram López *et al.* (2020), que associaram depressão à autoimagem negativa (11,7%), e Tonon *et al.* (2020), que destacaram o estresse percebido (RP 6,429) como fator associado. Souza *et al.* (2021) apontaram que, no contexto militar, mulheres são minoria, mas mais vulneráveis a estressores e com maior prevalência de depressão, em consonância com Labaka *et al.* (2018), que atribuíram esse risco a fatores fisiológicos. A inclusão de obesidade e sedentarismo reforça a influência do estilo de vida dos policiais, possivelmente ligada às exigências físicas e psicológicas da profissão.

A depressão foi também mais prevalente entre aqueles com escolaridade até o ensino

ligada à composição das amostras, uma vez que no estudo de Silva *et al.* ela era composta majoritariamente de pessoas com ensino superior completo, e a distintos fatores de estresse: enquanto os indivíduos com ensino superior podem enfrentar pressões relacionadas ao desempenho e à progressão na carreira, aqueles com menor escolaridade podem estar mais expostos à vulnerabilidade emocional e à própria violência no trabalho.

Em relação aos distúrbios do sono, Tonon *et al.* (2020) observaram associações significativas entre sintomas depressivos e características específicas do sono, como despertares noturnos e má qualidade subjetiva (RP 1,808). Os achados destacam o papel do sono como um fator central na saúde mental, especialmente em populações com horários irregulares e alta demanda psicológica, como os PM, de modo a ratificar as observações deste estudo.

Contudo, é importante destacar as diferenças metodológicas entre os estudos. O presente trabalho utilizou uma abordagem mais ampla, com ênfase em variáveis sociodemográficas e ocupacionais, enquanto López *et al.* (2020) aplicaram um questionário específico de depressão em homens, focando em dimensões como desesperança e autoimagem. Tonon *et al.* (2020), por outro lado, incluíram medidas biológicas, como cortisol salivar, além de avaliações psicológicas detalhadas.

O contexto ocupacional também foi significativo, com maior prevalência de depressão entre praças e indivíduos com estresse elevado. Esses achados são consistentes com outros estudos sobre o impacto do tempo de serviço (SILVA *et al.*, 2017) e do estresse (TONON *et al.*, 2020). Acredita-se que a hierarquia rígida e as demandas operacionais da profissão agravam a exposição a estressores, favorecendo o surgimento de transtornos mentais. Outro aspecto importante foi a prevalência de ideação suicida entre os PM. O resultado encontrado apresenta diferenças significativas quando comparados aos de López *et al.* (2020), que relataram uma ideação suicida superior (23,9%) em soldados colombianos. Uma possível explicação é o estigma associado à saúde mental entre policiais, o que pode levar à subnotificação desses pensamentos. Além disso, o fato de que a BM dispõe de estrutura de atendimento de saúde mental pode, também, explicar o achado de menor prevalência nesse sentido.

Conclusão: Os resultados reforçam a necessidade de intervenções contínuas em saúde mental para PM, focando em suporte psicológico, atividade física e qualidade do sono. Estratégias adaptadas às especificidades ocupacionais são essenciais para reduzir a prevalência de depressão. Reconhecem-se as limitações do estudo, como a possibilidade de causalidade reversa e os vieses de resposta e auto seleção inerentes ao questionário auto aplicado.

Referências:

BECK, A. T., STEER, R. A., & BROWN, G. K. **BDI-II Manual**. The Psychological corporation, Harcourt Brace & Company. San Antonio, 1996.

BERTOLAZI, Alessandra Naimaier *et al.* Validation of the Brazilian Portuguese version of the Pittsburgh Sleep Quality Index. **Sleep Medicine**, [S.L.], v. 12, n. 1, p. 70-75, jan. 2011.

BRIGADA MILITAR RS. **Brigada Militar do Rio Grande do Sul**, 2024. Página inicial. Disponível em: < <https://www.bm.rs.gov.br/inicial>>. Acesso em: 27 de dez. de 2024.

LABAKA, Ainitze *et al.* Biological Sex Differences in Depression: a systematic review. **Biological Research For Nursing**, [S.L.], v. 20, n. 4, p. 383-392, 14 maio 2018.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE (OMS). **Obesidade: prevenindo e controlando a epidemia global**. Relatório de uma Consulta da OMS. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2000.

PINTO, J. N. *et al.* Avaliação do Sono em um Grupo de Policiais Militares de Elite. **Acta Paulista de Enfermagem**, [S.L.], v. 31, n. 2, p. 153-161, mar. 2018.

REYNOLDS, W. Suicidal ideation questionnaire: **Professional manual**. Odessa: Psychological Assessment Resources, 1988.

ROSSETTI, M. O. *et al.* O inventário de sintomas de stress para adultos de lipp (ISSL) em servidores da polícia federal de São Paulo. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 4, n. 2, p. 108-120, 2008.

SILVA, Franciele Cascaes da *et al.* Polícias militares presentan alteraciones antropométricas, riesgo coronario y una baja calidad de vida. **Revista Cubana de Medicina Militar**, Ciudad de La Habana, v. 46, n. 4, p. 1-15, dez. 2017.

SILVA, Alexciana Santos da *et al.* Prevalence of symptoms of depression, anxiety and stress in military police / Prevalência de sintomas de depressão, ansiedade e estresse em policiais militares. **Revista de Pesquisa Cuidado É Fundamental Online**, [S.L.], v. 15, p. 1-9, 17 out. 2023.

SOUSA, R. C.; BARROSO, S. M.; RIBEIRO, A. C. S. Aspectos de saúde mental investigados em policiais: uma revisão integrativa. **Saúde e Sociedade**, [S.L.], v. 31, n. 2, p. 1-14, 2022.

TONON, André C. *et al.* How do stress, sleep quality, and chronotype associate with clinically significant depressive symptoms? A study of young male military recruits in compulsory service. **Brazilian Journal Of Psychiatry**, [S.L.], v. 42, n. 1, p. 54-62, fev. 2020.

Palavras-chave: Epidemiologia; Doença Crônica; Saúde Pública.

Nº de Registro no sistema Prisma: PES-2024-0086.

Financiamento: FAPERGS. Edital nº 500/GR/UFFS/2024.