

## Vulnerabilidades Psicológicas na Carreira Policial: Fatores de Risco para o Desenvolvimento de Transtornos Mentais

Priscila de Carvalho Tenório<sup>1</sup>, Amanda Marques de Vasconcelos<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Acadêmica curso de Bacharelado em Psicologia, Centro Universitário Brasileiro, Brasil. (\*Autor correspondente: prict3110@gmail.com);

<sup>2</sup>Acadêmica curso de Bacharelado em Psicologia, Centro Universitário Brasileiro, Brasil. (\*Autor correspondente: amandamarquesdevasconcelos@gmail.com).

*Anais do Congresso de Psicologia da UNIBRA (Resumos)*

### RESUMO

A carreira policial, marcada por violência constante, riscos operacionais e rigidez institucional, expõe seus profissionais a condições que favorecem o adoecimento psíquico. Transtornos como Estresse Ocupacional, Ansiedade Generalizada, Estresse Pós-Traumático e Estresse Agudo apresentam alta prevalência, agravados pelo estigma, pela subnotificação e pela naturalização do sofrimento dentro das corporações. A crescente incidência de afastamentos e suicídios confirma a gravidade dessa realidade. Os objetivos foram identificar e compreender as vulnerabilidades psicológicas na carreira policial brasileira, analisando os fatores de risco institucionais, ocupacionais e psicossociais que contribuem para o desenvolvimento de transtornos mentais. O estudo empregou uma Revisão Sistemática da Literatura, com abordagem qualitativa, utilizando artigos publicados entre 2020 e 2025, coletados nas bases Google Scholar, SciElo, PubMed e EBSCO. Após triagem por resumos, exclusão de materiais prévios a 2019 e leitura integral, os estudos foram categorizados segundo eixos temáticos. As buscas utilizaram descritores relacionados à saúde mental e atividade policial. Os achados revelam que o adoecimento decorre de fatores como sobrecarga emocional, estrutura organizacional rígida, falta de reconhecimento, jornadas exaustivas, conflitos hierárquicos e ausência de políticas eficazes de saúde mental. Prevalcem sintomas de estresse, burnout, ansiedade, depressão, distúrbios psiquiátricos menores e TEPT. Também se destacam o impacto do suporte familiar, da atividade física, da resiliência e da escolaridade como fatores de proteção, enquanto gênero, baixa patente e exposição contínua ao trauma intensificam a vulnerabilidade. O sofrimento psíquico policial resulta da interação entre demandas emocionais, riscos operacionais e fragilidades institucionais. Torna-se essencial implementar políticas preventivas, apoio psicológico contínuo e estratégias organizacionais que promovam qualidade de vida e reduzam o adoecimento.

**Palavras-Chaves:** Estresse ocupacional; Saúde mental; Polícia; Ansiedade; TEPT; Burnout; Vulnerabilidade; Transtornos mentais; Cultura organizacional; Adoecimento.

## Psychological Vulnerabilities in Police Careers: Risk Factors for the Development of Mental Disorders

### ABSTRACT

Police work, marked by constant exposure to violence, operational risks, and institutional rigidity, places professionals in conditions that foster psychological distress. Disorders such as Occupational Stress, Generalized Anxiety, Post-Traumatic Stress, and Acute Stress are highly prevalent, intensified by stigma, underreporting, and the normalization of suffering within police institutions. The growing rates of mental health-related leave and suicide highlight the seriousness of this scenario. The objectives were to identify and understand the psychological vulnerabilities present in the Brazilian police career, analyzing institutional, occupational, and psychosocial risk factors associated with the development of mental disorders. This study employed a Systematic Literature Review with a qualitative approach, using articles published between 2020 and 2025 from Google Scholar, SciElo, PubMed, and EBSCO. After screening abstracts, excluding materials prior to 2019, and conducting full-text analysis, studies were categorized into thematic axes. Keywords related to mental health and police work guided the search strategy. Findings indicate that psychological distress stems from emotional overload, rigid organizational structure, lack of recognition, exhaustive work schedules, hierarchical conflicts, and insufficient mental health policies. High prevalence of stress, burnout, anxiety, depression, minor psychiatric disorders, and PTSD was identified. Protective factors included family support, physical activity, resilience, and higher education, while gender, lower rank, and continuous exposure to trauma increased vulnerability. Psychological suffering in police work results from the interaction between emotional demands, operational risks, and institutional weaknesses. Implementing preventive policies, continuous psychological support, and organizational strategies that promote well-being is essential to reduce mental health deterioration.

**Keywords:** Occupational stress; Mental health; Police; Anxiety; PTSD; Burnout; Vulnerability; Mental disorders; Organizational culture; Distress.