

REFLEXÕES SOBRE O ESTRESSE APRESENTADO POR POLICIAIS MILITARES DO CORPO DE BOMBEIROS DE TAUBATÉ: INCIDÊNCIA, FASES E SINTOMAS

Rachel Maia da Paixão Aguiar e Paulo Francisco de Castro (O)

Universidade de Taubaté - Departamento de Psicologia
Avenida Tiradentes, 500 - Jardim das Nações - Taubaté / SP - 12.030-180
rachelpaixao@yahoo.com.br; castro.pf@uol.com.br

Resumo- Profissões que lidam diariamente com a tensão e o sofrimento humanos são importantes focos de pesquisas e estudos em relação ao estresse vivenciado por esses profissionais. A palavra bombeiro está carregada de um sentido de heroísmo e salvação, mas há outro lado pouco visto, compreendido, estudado e mostrado, uma profissão que exige muitos recursos físicos, emocionais, psicológicos e sociais daqueles que optam por trabalhar nessa área. Participaram do estudo 55 Policiais Militares do Corpo de Bombeiros, sendo 93% (N= 51) do sexo masculino e 7% (N=4) do sexo feminino, com idade entre 18 e 50 anos, com funções administrativas (N=19), no resgate (N=18) e em ocorrências de incêndio (N=18), que responderam a um pequeno questionário e foram submetidos ao Inventário de Sintomas de Estresse de Lipp (ISSL). O ISSL é um instrumento de avaliação do estresse quanto à presença e à fase em que ele se encontra. Foi possível identificar que 40% (N=22) apresentaram estado de estresse e 60% (N=33) não possuem estresse.

Palavras-chave: Avaliação Psicológica; Estresse; Bombeiros.

Área do Conhecimento: Psicologia

Introdução

Profissões que lidam diariamente com o sofrimento humano vêm sendo um dos grandes focos de pesquisas e estudos em relação ao estresse organizacional dos mesmos. No entanto, em relação aos profissionais da Polícia Militar (Bombeiros), existe uma precariedade de estudos que abordam a problemática ou realidade de suas atividades. Nesse escasso conteúdo, é importante a verificação da existência de estresse em seus profissionais, assim como uma necessidade de acompanhamento e intervenção psicológica.

Em relação aos profissionais da Polícia Militar (Bombeiros), existe uma precariedade de estudos que abordam a problemática ou realidade de suas atividades. Nesse escasso conteúdo, é importante a verificação da existência de estresse em seus profissionais, assim como uma necessidade de acompanhamento e intervenção psicológica. O profissional do Corpo de Bombeiros está exposto diariamente aos agentes estressores do trabalho.

A carga horária normal de um bombeiro que atua na linha de frente do combate é de 24 horas trabalhadas, com 48 horas de folga. Nas 24 horas de trabalho, o bombeiro fica no quartel ou "guarnição" aguardando algum chamado, esta espera é acompanhada de tensão constante, pois a qualquer momento este poderá receber um chamado para atuar (MONTEIRO et al., 2002).

Relatos de Bombeiros descrevem que quando estão a caminho do local que eles foram solicitados, há grande tensão e faz com que pensem muitas coisas, uma espécie de angústia também surge, além de nervosismo. Ao chegarem

ao local da ocorrência a sensação é de que se acalmam, mas ainda sentem-se envolvidos por uma tensão contínua sentida de outra forma (MONTEIRO et al., 2002).

Um profissional Bombeiro Militar está sujeito a ir de um extremo ao outro, a estar numa situação confortável ou outra amedrontadora, estão facilmente expostos a condições que propiciam algum tipo de sofrimento, prejudicando assim sua qualidade de vida e propiciando o estresse (MONTEIRO et al., 2002).

O termo estresse vem da física, e neste campo do conhecimento tem o sentido de grau de deformidade que uma estrutura sofre quando é submetida a um esforço. Segundo Buarque de Holanda (1986) estresse é "conjunto de reações do organismo a agressões de ordem física, psíquica, infecciosa, e outras capazes de perturbar a homeostase". Definir estresse ainda é difícil, mesmo sendo um dos assuntos mais estudados, explorado e divulgado, muitos são os conceitos e definições apresentados por estudiosos e especialistas.

O primeiro a utilizar o termo estresse foi Hans Selye, médico, fisiologista e pesquisador americano. Muitos dizem que ele foi o criador da moderna conceituação de estresse. Ele definiu estresse como um conjunto de reações que um organismo desenvolve ao ser submetido a uma situação que exige um esforço para a ela se adaptar. O estresse se manifesta como uma síndrome específica, induzida de forma não específica, pode ser provocada por uma infecção por um traumatismo ou por uma tensão emocional (BACCARO, 1990).

Mas o conceito de Selye adquiriu novas definições com o passar dos anos: tensão emocional em que vive o homem moderno (BACCARO, 1990); segundo Lipp (1997 apud LIPP; TANGANELLI, 2002), reação muito complexa, composta de alterações psicofisiológicas ocorridas quando o indivíduo é forçado a enfrentar situações que ultrapassem sua habilidade de enfrentamento. Resposta não específica do corpo humano a qualquer evento ou circunstância a qual esteja submetido, toda capacidade de adaptação do indivíduo frente a um novo desafio, reação emocional com componentes psicológicos e físicos que ocorre na presença de qualquer evento que confunda, amedronte ou excite a pessoa, enfim, várias definições são encontradas tanto de grandes autores como de estudiosos do assunto.

Metodologia

Participaram do estudo 55 policiais militares bombeiros, com variadas funções, que responderam a um pequeno questionário e foram submetidos ao Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp – ISSL.

O ISSL é um instrumento útil na identificação de quadros característicos do stress. Visa diagnosticar a sintomatologia que o paciente apresenta, avaliando se este possui sintomas de stress, o tipo de sintoma existente (se somático ou psicológico) e a fase em que se encontra (LIPP, 2002).

Resultados

Participaram do estudo 55 Policiais Militares do Corpo de Bombeiros de Taubaté, sendo 93% (N=51) do sexo masculino e 7% (N=4) do sexo feminino, com idade entre 18 e 50 anos.

Tabela 1. Distribuição por escolaridade

Escolaridade	N	%
Ensino Fundamental Completo	7	13
Ensino Médio Incompleto	2	4
Ensino Médio Completo	27	49
Ensino Superior Incompleto	6	11
Ensino Superior Completo	13	24
Total	55	100

Como é possível observar na Tabela 1, a maioria dos colaboradores da pesquisa possuíam ensino médio completo (49% - N=27), seguido de ensino superior completo (24% - N=13) e de ensino fundamental completo (13% - N=7), poucos foram os policiais com ensino médio incompleto e

ensino superior incompleto. Este resultado permite a análise de que provavelmente não haveria dificuldades em compreender os itens da escala, permitindo avaliação clara do construto indicado.

Tabela 2. Área de atuação dos Policiais.

Áreas	N	%
Administração	19	35
Resgate	18	33
Incêndio	18	33
Total	55	100

A Tabela 2 mostra as áreas em que os participantes desenvolvem suas atividades, observa-se que 35% (N=19) dos bombeiros atuam na área administrativa que seriam os serviços de protocolos, dos registros de ocorrências, a parte burocrática do corpo de bombeiros e que também ficam responsáveis por informar e alertar a sociedade sobre a prevenção de acidentes; seguido por 33% (N=18) que atuam na área de resgate, estes ficam responsáveis por realizar resgates e salvamentos, prevenir acidentes e sinistros, atender ocorrências com produtos perigosos, prestar atendimento pré-hospitalar, e 33% (N=18) que atuam na área de incêndio, os quais também atendem algumas das ocorrências do resgate quando necessário, auxiliam em situações extremas de resgates ou em caso de grandes acidentes, mas suas prioridades ficam em atender ocorrências com produtos perigosos e combater incêndios.

Após análise do material obtido pelo ISSL, identificou-se os seguintes dados no que tange ao estresse:

Tabela 3. Índice de Estresse na amostra.

Estresse	N	%
SIM	22	40
NÃO	33	60
Total	55	100

Observa-se que 60% (N=33) dos profissionais bombeiros não indicaram vivência de estresse e que 40% (N=22) revelaram atravessar um quadro de estresse. Os dados a seguir referem-se aos profissionais com indicação de estresse.

Tabela 4. Fases do Estresse na Amostra.

Fases	N	%
Alerta e Resistência	2	9
Resistência	15	68
Resistência e Exaustão	4	18
Alerta, Resistência e Exaustão	1	4
Total	22	100

Discussão

Como é possível observar na Tabela 1, a maioria dos colaboradores da pesquisa possuíam ensino médio completo (49% - N=27), seguido de ensino superior completo (24% - N=13) e de ensino fundamental completo (13% - N=7), poucos foram os policiais com ensino médio incompleto e ensino superior incompleto. Este resultado permite a análise de que provavelmente não haveria dificuldades em compreender os itens da escala, permitindo avaliação clara do construto indicado.

A Tabela 2 mostra as áreas em que os participantes desenvolvem suas atividades funcionais, é possível observar que 35% (N=19) dos bombeiros atuam na área administrativa que seriam os serviços de protocolos, dos registros de ocorrências, a parte burocrática do corpo de bombeiros e que também ficam responsáveis por informar e alertar a sociedade sobre a prevenção de acidentes; seguido por 33% (N=18) que atuam na área de resgate, estes ficam responsáveis por realizar resgates e salvamentos, prevenir acidentes e sinistros, atender ocorrências com produtos perigosos, prestar atendimento pré-hospitalar, e 33% (N=18) que atuam na área de incêndio, os quais também atendem algumas das ocorrências do resgate quando estes já estão em outra atividade, ou quando precisam auxiliar em situações extremas de resgates ou em caso de grandes acidentes, mas suas prioridades ficam em atender ocorrências com produtos perigosos e combater incêndios.

A Tabela 3 apresenta os dados relativos ao índice de estresse nos policiais:

É possível notar que a diferença entre a quantia de funcionários que possuem estresse, e os que não possuem é relativamente pequena, onde 40 % (N=22) possuem estresse para com 60% (N=33) que não possuem estresse.

Ao observar a Tabela 4 conseguimos entender que a maior parte dos sujeitos que possuem índice de estresse estão na fase de Resistência, denominada a fase 2 dentro das fases do estresse no ISSL. Onde 68% funcionários (N=15) se encontram nesta fase. Seguido de 18% (N=4) na fase de Resistência e Exaustão, 9% (N=2) e 4% (N=1).

No ISSL as fases do estresse são divididas da seguinte maneira.

Fase 1 – Alerta: é a fase positiva do stress, quando o ser humano automaticamente se prepara para a ação. Esta fase se caracteriza pela produção e ação da adrenalina que torna a pessoa mais atenta, mais forte e mais motivada. (LIPP, 2002).

Fase 2 – Resistência: se a fase de alerta é mantida por períodos muito prolongados ou se

novos estressores se acumulam o organismo entra em ação para impedir o desgaste total de energia entrando na fase de resistência, quando se resiste aos estressores e se tenta, inconscientemente, reestabelecer o equilíbrio interior que foi quebrado na fase de Alerta. A produtividade cai drasticamente. (LIPP, 2002).

Fase 3 – Quase Exaustão: quando a tensão excede o limite do gerenciável, a resistência física e emocional começa a se quebrar, ainda há momentos em que a pessoa consegue pensar lucidamente, tomar decisões, rir de piadas e trabalhar, porem tudo isso é feito com esforço e estes momentos de funcionamento normal se intercalam com momentos de total desconforto. Há muita ansiedade nesta fase. A pessoa experimenta uma gangorra emocional. (LIPP, 2002).

Fase 4 – Exaustão: é a fase mais negativa do stress, a patológica. É o momento em que um desequilíbrio interior muito grande ocorre. A pessoa entra em depressão, não consegue se concentrar ou trabalhar. Suas decisões muitas vezes são impensadas. (LIPP, 2002).

Dentro das fases Alerta, Resistência e Exaustão; encontramos 2 tipos de sintomatologia, Sintomas Físicos e Sintomas Psicológicos.

Foi possível mensurar nos 22 participantes com índice de estresse, que todos possuem os 2 tipos de sintomas.

Conclusão

A vida do policial militar bombeiro pode ser cercada de momentos de glória e de grande felicidade diante do sucesso de salvamentos e dificuldades da população.

A carga horária normal de um bombeiro que atua na linha de frente do combate é de 24 horas trabalhadas, com 48 horas de folga. Nas 24 horas de trabalho, o bombeiro fica no quartel ou “guarnição” aguardando algum chamado, esta espera é acompanhada de tensão constante, pois a qualquer momento este poderá receber um chamado para atuar (MONTEIRO et al., 2002).

Esses aspectos deixam a profissão e sua atividade cercada de bons momentos, assim como as circunstâncias propiciam o desencadeamento de estresse profissional.

Apesar desses aspectos, mais da metade dos colaboradores na presente pesquisa, não apresentaram índice de estresse, enquanto, menos da metade demonstrou índice ao estresse, ou seja, possuem todas as condições psicológicas para o desenvolvimento de situações de estresse diretamente ligadas à atividade profissional.

Importante observar os fatores que levam a esse quadro nesses profissionais para que seja

possível a verificação de estratégias de atuação psicológica que possam minimizar tal situação.

Referências

- BACCARO, A. **Vencendo o estresse: como detectá-lo e superá-lo.** 2. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 1990.
- BRASIL. **A Profissão Militar.** Presidência da República – Estado Maior das Forças Armadas: Caderno de divulgação, 1995.
- BUARQUE HOLANDA, A. F. **Novo Dicionário da Língua Portuguesa.** 2. ed. Rio de Janeiro: Editora Nova Fronteira S.A., 1986.
- DEJOURS, C. (1949). **A Loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho.** 5. ed. Ampliada tradução de PARAGUAY, A.I.; FERREIRA, L.L. São Paulo: Editora Cortez - Oboré, 1992.
- FRANÇA, A. C. L.; RODRIGUES, A. L. **Stress e trabalho:** guia básico com abordagem psicossomática. São Paulo: Atlas, 1997.
- Lipp, M. N. **Manual do Inventário de Sintomas de Stress para adultos de Lipp (ISSL).** São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.
- LIPP, M.N.; TANGANELLI, M.S. Stress e Qualidade de Vida em Magistrados da Justiça do Trabalho: Diferenças entre Homens e Mulheres. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, Campinas, v.15, n.3, p. 537-548, 2002.
- MONTEIRO, J.K. et al. Bombeiros: um olhar sobre a qualidade de vida no trabalho. **Psicologia: ciência e profissão**, Brasília, v.27, n.3, p.1-12, Set. 2007.
- NATIVIDADE, M.R.; BRASIL, V. A escolha profissional entre os bombeiros militares. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, São Paulo, v. 7, n. 1, p. 1-10, Jun.1995.