

O RISCO DE STRESS DURANTE OS TURNOS NA POLÍCIA MUNICIPAL

Iolanda Braga Pereira^{1,2,3}, Cristina Queirós^{1,2,3} & António Leitão da Silva^{3,4}

iolandapereira@live.com

cqueiros@fpce.up.pt



POLÍCIA
MUNICIPAL DO PORTO

1. Introdução

A *European Agency for Safety and Health at Work*, definiu em 2013 como prioridades na segurança e saúde ocupacional os riscos psicossociais e o stress no trabalho. A atividade policial é considerada stressante, tendo consequências para a saúde e bem-estar psicológico dos polícias (Lucas et al., 2012; Rakhase, 2014; Solana et al., 2013), nomeadamente a agressividade, pois sob stress os indivíduos avaliam as situações como ameaça (Griffin & Bernard, 2003; Neely & Cleveland, 2012; Queirós et al., 2013). Para melhor se compreender o stress no trabalho, efetuam-se recolhas de dados diárias (Adams et al., 2014; Oerlemans & Bakker, 2014).

2. Objetivos

Este estudo pretende identificar os níveis de stress ao longo de duas semanas, comparando início e fim do turno num grupo de 80 polícias e 31 fiscais da Polícia Municipal do Porto.

3. Método

Participantes: Foram inquiridos, 80 polícias e 31 fiscais da Polícia Municipal do Porto (86% homens, média idade= 45,6 anos) num total de 70 participantes com registos diários, dos quais 540 registos foram válidos durante 2 semanas de registo/trabalho. Neste conjunto de registos, 54% foram de polícias e 46% de fiscais.

Instrumentos: Breve questionário sociodemográfico e 4 questões sobre sintomas físicos e psicológicos de stress (tensão muscular; cansaço físico ou dores no corpo; dificuldade em raciocinar; irritação, stress ou nervosismo) avaliados numa escala de 1 (pouco) a 5 (muito sentido) e já usadas em bombeiros (Gomes et al., 2012; alfa = 0.89 nesta amostra).

Procedimento: Distribuição de questionários de autopreenchimento de forma voluntária e confidencial. Através de um código individual, durante 2 semanas consecutivas cada participante avaliou diariamente as 4 questões no início e no fim do turno nas instalações do seu serviço.

4. Resultados

Encontraram-se diferenças significativas nas 4 questões, com o fim do turno a ter médias superiores ao longo das duas semanas (Tabela 1 e Figura 1), não existindo diferenças em função de variáveis individuais (nomeadamente entre polícias e fiscais) nem ao longo dos dias. Os sintomas estão positiva e significativamente correlacionados, sobretudo os sintomas físicos e psicológicos durante o mesmo momento de avaliação. As diferenças de médias são ligeiramente superiores no último dia da medição (Figura 2), mas sempre significativas entre início e fim do turno ($p < 0,010$). Encontrou-se no fim uma estabilidade das diferenças nos sintomas ao longo das duas semanas, sobretudo no fim do turno (Figura 3), o que sugere que o stress é contínuo.

Figura 3. Apresentação das diferenças de médias para o primeiro e último dia dos registos (dias 1 e 14)

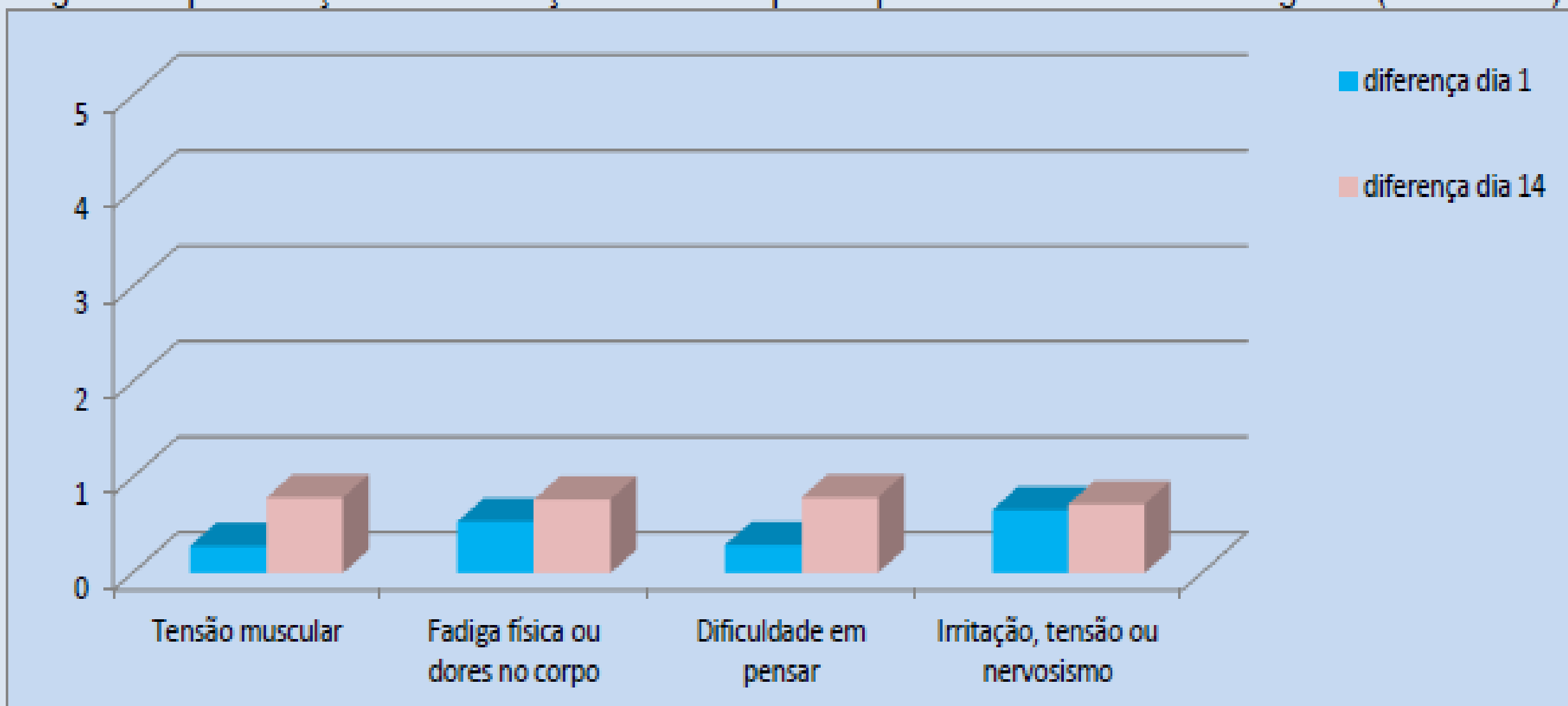


Tabela 1. Média, desvio padrão, teste t e correlação entre sintomas físicos e psicológicos no início e fim do turno

	Média	D.P.	t student (sig) Início-fim	Início Tensão muscular	Início Fadiga física ou dores no corpo	Início Dificuldade em pensar	Início Irritação, tensão ou nervosismo	Fim Tensão muscular	Fim Fadiga física ou dores no corpo	Fim Dificuldade em pensar
Início Tensão muscular	1,84	1,041	-13,049 (,000)**							
Início Fadiga física ou dores no corpo	1,95	1,100	-15,172 (,000)**	,847**						
Início Dificuldade em pensar	1,74	,993	-13,715 (,000)**	,731**	,714**					
Início Irritação, tensão ou nervosismo	1,93	1,077	-14,862 (,000)**	,608**	,609**	,582**				
Fim Tensão muscular	2,47	1,231	-	,520**	,473**	,420**	,375**			
Fim Fadiga física ou dores no corpo	2,76	1,319	-	,434**	,480**	,386**	,359**	,848**		
Fim Dificuldade em pensar	2,49	1,314	-	,338**	,317**	,418**	,281**	,782**	,805**	
Fim Irritação, tensão ou nervosismo	2,75	1,389	-	,312**	,293**	,256**	,473**	,706**	,744**	,758**

** p < 0,001

Figura 1. Diferença de médias entre início e fim do dia

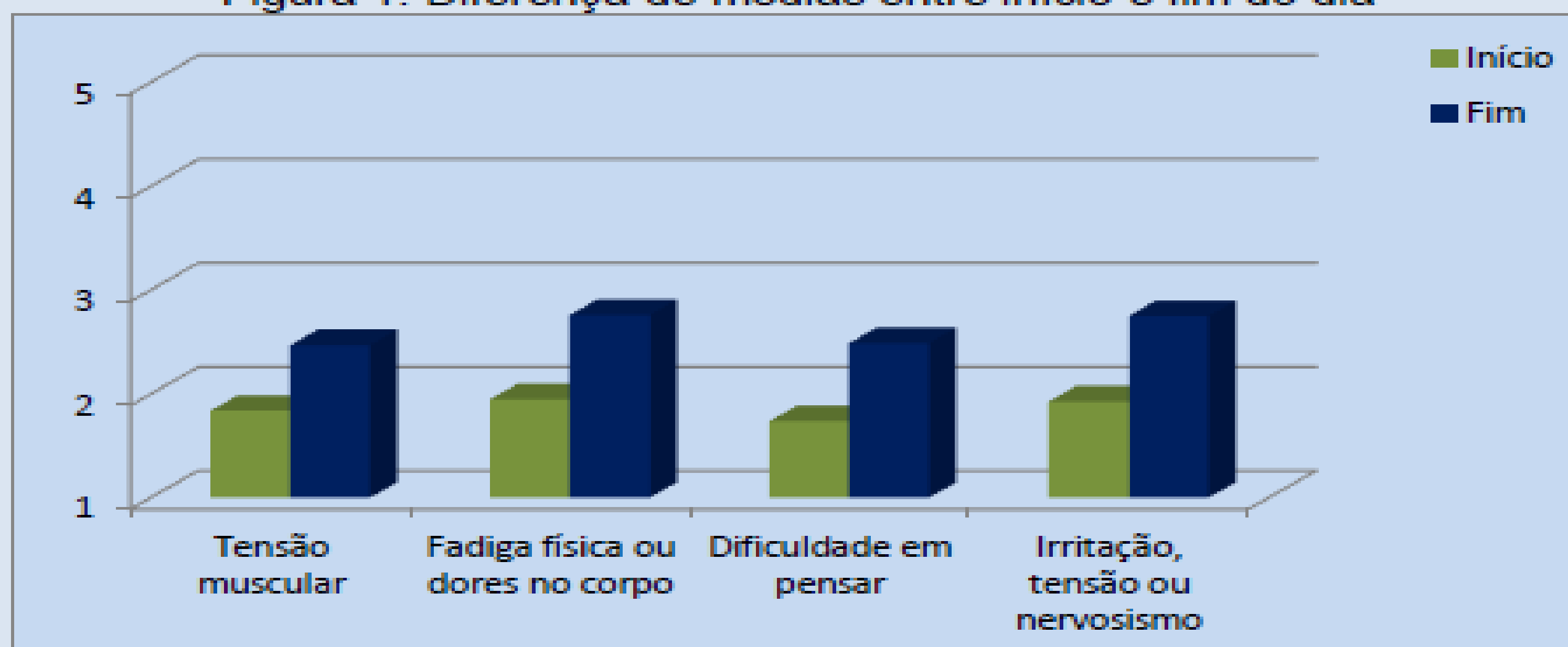
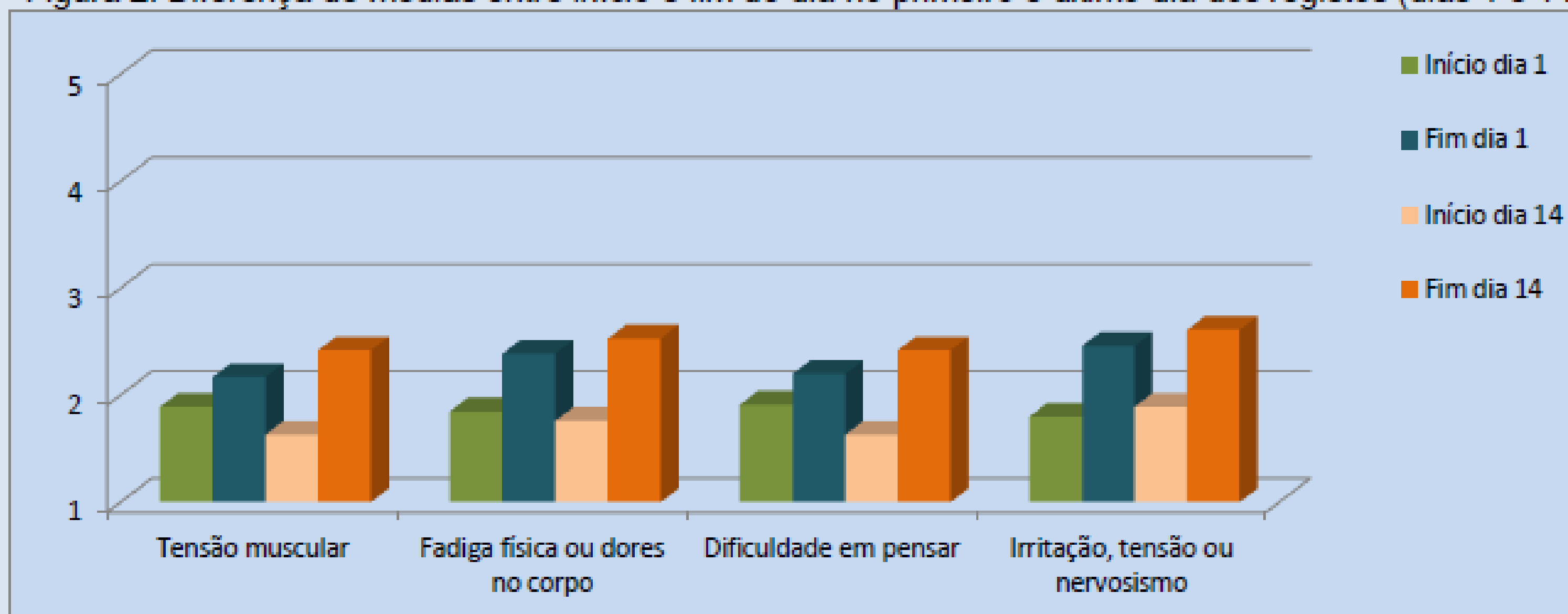


Figura 2. Diferença de médias entre início e fim do dia no primeiro e último dia dos registos (dias 1 e 14)



5. Conclusões

Os resultados encontrados sugerem a existência de um stress contínuo que leva os profissionais da Polícia Municipal a terem de se adaptar e utilizar estratégias de recuperação para lidarem com o stress crónico. As médias superiores no final dos turnos e no final das 2 semanas sugerem a necessidade de se estudar os processos de recuperação do stress no trabalho (Demerouti et al., 2012; Sonnentag, 2001). É ainda de notar que o stress crónico pode transformar-se em burnout, com consequências negativas já estudadas (Maslach, 2011), e que afetam a saúde do profissional e a qualidade dos serviços que este presta ao cidadão. No caso específico das forças policiais é ainda de realçar que o stress pode conduzir a uma tendência para interpretar os estímulos como ameaça, podendo desencadear agressividade (Griffin & Bernard, 2003) e problemas psicológicos (Schwarzer et al., 2014).

6. Referências

- Adams, P., Rabbi, M., Rahman, T., Matthews, M., Volda, A., Gay, G., Choudhury, T., & Volda, S. (2014). Towards personal stress informatics: Comparing minimally invasive techniques for measuring daily stress in the wild. *Pervasive Computing Technologies for Healthcare (Proceedings of Conference)*, pp.1-8.
- Demerouti, E., Bakker, A.B., Sonnentag, S., Fullagar, C. (2012). Work related flow and energy at work and at home: A study on the role of daily recovery. *Journal of Organizational Behaviour*, 33, 276-295.
- European Agency for Safety and Health at Work (2013). *European Opinion Poll on Occupational Safety and Health*. Bilbao: EU-OSHA.
- Gomes, P.T., Kaisele, M., Queirós, C., Oliveira, M., Lopes, B., Coimbra, M. (2012). Vital Analysis: Annotating sensed physiological signals with the stress levels of first responders in action. In *Proceedings of the 34th Annual International IEEE EMBC*, 6695-6698.
- Griffin, S.P. & Bernard, T.J. (2003). Angry aggression among police officers. *Police Quarterly*, 6(1), 3-21.
- Lucas, T., Weidner, N. & Janisse, J. (2012). Where does work stress come from? A generalizability analysis of stress in police officers. *Psychology & Health*, 27(12), 1426-1447.
- Maslach, C. (2011). Burnout and engagement in the workplace: New perspectives. *The European Health Psychologist*, 13(3), 44-47.
- Neely, P. & Cleveland, C. (2012). The impact of job-related stressors on incidents of excessive force by police officers. *American Journal of Health Sciences*, 3(1), 63-74.
- Oerlemans, W.G.M. & Bakker, A.B. (2014). Why extraverts are happier: A day reconstruction study. *Journal of Research in Personality*, 50, 11-22.
- Queirós, C., Kaisele, M., & Silva, A.L. (2013). Burnout as predictor of aggressivity among police officers. *European Journal of Policing Studies*, 1(2), 110-134.
- Rakhase, B. (2014). Occupational stress and coping in Maharashtra police personnel: a comparative study. *Scholars World IRMJCR*, 2(1), 30-37.
- Schwarzer, R., Bowler, R.M. & Cone, J.E. (2014). Social integration buffers stress in New York police after the 9/11 terrorist attack. *Anxiety, Stress & Coping: An International Journal*, 27(1), 18-26.
- Solana, E.I.F., Extremera, R.A., Pecino, C.V. & Fuente, G.R.C. (2013). Prevalence and risk factors of burnout syndrome among Spanish police officers. *Psicothema*, 25(4), 488-493.
- Sonnentag, S. (2001). Work, recovery activities and individual well-being: a diary study. *Journal of Occupational Health Psychology*, 6(3), 196-210.

