



ISSN: 2230-9926

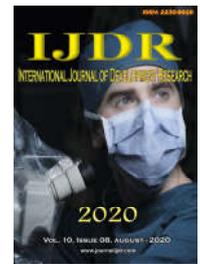
Available online at <http://www.journalijdr.com>

IJDR

International Journal of Development Research

Vol. 10, Issue, 08, pp. 39712-39717, August, 2020

<https://doi.org/10.37118/ijdr.19741.08.2020>



RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS

ESTRESSE E SUPORTE SOCIAL: UM ESTUDO COM POLICIAIS MILITARES

¹Thayrine Santos Moura Pimentel, ²Carla Fernanda de Lima, ^{3*}Pedro Wilson Ramos da Conceição, ⁴Érika Castelo Branco Said, ⁵Nayara Vitoria Rodrigues dos Santos, ⁶Adriana Renata Rodrigues, ⁶Ivone dos Anjos Carvalho, ⁶Maria Tiara Sousa da Costa, ⁶Nailson Coelho Araújo, ⁶Antônia Maria dos Santos Mesquita and ⁶Alana Raissa Lima da Silva

¹Psicóloga, Especialista em Saúde Mental e Atenção Psicossocial pela Faculdade Ademar Rosado -FAR. Diretora Geral do Hospital Municipal de União-PI, Teresina, Piauí, Brasil. ²Doutora em Psicologia Social pela Universidade Federal da Paraíba-UFPB. Docente da Universidade Federal do Delta do Parnaíba. Parnaíba, Piauí, Brasil. ³Psicólogo e Mestre em Políticas Públicas pela Universidade Federal do Piauí. Docente do Centro universitário Uninassau/Redenção e do Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão-UniFacema. Teresina, Piauí, Brasil. ⁴Especialista em Neuropsicologia e em Análise do Comportamento pela Faculdade Inspirar. Docente do Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão- UniFacema, Psicóloga da Associação dos Amigos dos Autistas. Teresina, Piauí, Brasil. ⁵Acadêmica de Direito pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão – UNIFACEMA. Caxias, Maranhão, Brasil. ⁶Acadêmico(a) em Psicologia- Uninassau. Teresina, Piauí, Brasil

ARTICLE INFO

Article History:

Received 18th May 2020
Received in revised form
27th June 2020
Accepted 29th July 2020
Published online 30th August 2020

Key Words:

Estresse, Suporte Social, Policiais Militares.

*Corresponding author:

Pedro Wilson Ramos da Conceição

ABSTRACT

O presente estudo objetivou verificar a influência das fontes de suporte social sobre a intensidade de estresse vivenciada pelos policiais militares da cidade de Parnaíba – PI. Participaram da pesquisa 130 policiais de diversos cargos, a maioria do sexo masculino (93,1 %) e com idades entre 20 e 54 anos (M = 37; DP = 8,06). Os instrumentos de coleta de dados utilizados foram um questionário contendo dados sociodemográficos e profissionais; o Questionário de Estresse Percebido (QEP) e o Questionário de Suporte Social (SSQ). Os dados foram analisados por meio do SPSS (versão 18.0). Os resultados indicaram uma pontuação de média à alta no QEP. Quanto ao SSQ obteve-se que 67,6 % dos participantes apontam 34 indivíduos ou mais que oferecem apoio em diversas circunstâncias da vida deles e 83,1% indicaram estar satisfeito com o suporte recebido. Quanto à relação do estresse com o suporte social recebido foram encontradas correlações significativas do estresse percebido com a satisfação com suporte social recebido ($r = 0,27; p = 0,002$), mas não com a quantidade de pessoas suportivas ($r = 0,11; p = 0,18$). Os resultados sugerem que talvez não seja a quantidade do suporte recebido que importa, mas, a qualidade atribuída a esse suporte. Esses achados podem servir de base para futuras pesquisas que busquem investigar outros fatores determinantes no nível de estresse ocupacional dos policiais militares em âmbito nacional.

Copyright © 2020, Thayrine Santos Moura Pimentel et al. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Citation: *Thayrine Santos Moura Pimentel, Carla Fernanda de Lima, Pedro Wilson Ramos da Conceição, et al.* “Estresse e suporte social: um estudo com policiais militares”, *International Journal of Development Research*, 10, (08), 39712-39717

INTRODUCTION

O trabalho, no decorrer da história, tem sido dos principais reguladores das situações sociais dos indivíduos, influenciando no modo de vida de cada sujeito e tornando-se a principal fonte de significados na composição da vida daqueles que o executam, sejam atividades formais ou informais.

Assim, apresenta uma função decisiva na posição social e na formação da identidade (Lima, Oliveira, Oliveira, Rezende & Freires, 2017). Quando o trabalho é pouco motivador e irrelevante, ele torna-se alienante e sem significado, o que pode causar sofrimento ao indivíduo. No mais, quando as atividades e o local de trabalho têm um significado para o trabalhador, o trabalho pode ser percebido como significativo e emancipador (Zanelli, 2008).

Dessa maneira, o trabalho é responsável por expor o executor das atividades a situações que podem implicar no adoecimento físico e mental dos trabalhadores, já que, na maioria das vezes, são submetidos a longas jornadas de trabalho, com péssimas condições, sobrecarga do mesmo, dentre outros aspectos. Há, portanto, um desgaste da qualidade de vida que se manifesta através de diversos tipos de problemas, dentre as que mais se destaca tem-se o estresse. O estresse é uma reação do organismo com componentes psicofisiológicos que ocorre quando há a necessidade de uma adaptação grande a um evento ou situação de importância (Lipp, 2000). Segundo essa autora, o fenômeno pode ter sentido positivo ou negativo. O primeiro caso acontece quando o estresse está em sua fase inicial (alerta), fazendo com que o organismo produza adrenalina que dá energia, ânimo e vigor. Assim, o indivíduo está pronto para lutar ou fugir das situações, além disso, apresentando também tensão muscular, taquicardia, pressão no estômago, boca seca, mãos frias e suadas. Já o segundo caso, o estresse negativo, trata-se do estresse em excesso que ocorre quando a pessoa vai além do seu limite e extenua sua capacidade de adaptação, prejudicando a produtividade, a capacidade de trabalho e, conseqüentemente, a qualidade de vida sofre danos. O estresse relacionado ao trabalho é conhecido como estresse ocupacional, que ocorre quando o indivíduo percebe que as demandas que surgem no trabalho excedem suas habilidades de enfrentamento e, portanto, provocam nele reações negativas, podendo se agravar quando o sujeito percebe que as suas competências são insuficientes, havendo, assim, poucas possibilidades de autonomia e controle (Paschoal & Tamayo, 2004).

Muitas são as profissões que apresentam um contexto estressante. Dentre elas está a de policial. A profissão de policial se sobressai como uma das que apresenta uma maior prevalência de estresse, pois é uma função que envolve um alto risco para os profissionais, uma vez que eles vivenciam, no seu dia-a-dia, situações de brutalidade, violência e morte (Costa, Accioly, Oliveira & Maia, 2007). Estudos, como o de Costa et al. (2007) e Pinheiro e Farikoski (2016), por exemplo, relatam que o estresse em policiais é predominante na fase de resistência, na qual ainda se pode lidar com as tensões e, os sintomas podem ser eliminados. Porém, quando não há um tratamento do mesmo, ele pode evoluir para fase de exaustão, debilitando o organismo e favorecendo o aparecimento de doenças graves. Segundo Sanchez-Milla, Sanz-Bou, Apellaniz-Gonzalez e Pascual-Izaola (2001), o estresse em policiais está relacionado com diversos fatores, como: fatores relacionados ao posto de trabalho, funções desempenhadas no trabalho, desenvolvimento da carreira profissional, estrutura e clima organizacional, relações pessoais e fatores externos ao trabalho. Assim, os indivíduos acometidos com tal patologia, devido ao estado de fragilidade física, procuram uma rede que os proteja mental e emocional, o suporte social.

Suporte Social: De acordo com Cobb (1976), o suporte social é conceituado como uma informação que possibilita ao indivíduo acreditar que é querido e amado, estimado, e que é parte integrante de um compromisso social mútuo. Segundo este autor, o suporte social pode resguardar as pessoas de tensões advindas de um vasto campo de estados patológicos como o alcoolismo, a sociofobia e a tendência suicida. Além de diminuir a quantidade de medicamento requerida, podendo reduzir o tempo de recuperação e facilitar o aceite a regimes médicos prescritos.

Dessa forma, Zuzanek e Mannell (2000) creem que elevados índices de suporte social contribuem para reduzir os níveis de estresse. Dela-Coleta (2007), em sua pesquisa com o setor de segurança pessoal e patrimonial, afirma que amigos e cônjuges destacam-se como pessoas suportivas. Os amigos tiveram a maior frequência nas citações como pessoas que realmente apreciam o sujeito, que o ajudam a sentir que ele tem algo positivo e que o auxiliariam em caso de morte ou doença de outros amigos ou parentes. Esse estudo mostra que quanto mais grave a fase em que o sujeito se encontra, menor o suporte social percebido. O suporte social tem um peso na vida pessoal na medida em que ele é capaz de reduzir o isolamento social enquanto o estresse também diminui proporcionalmente (Serra, 2016; Lima, 1999). Sendo assim, esse suporte possibilita uma melhoria na qualidade de vida do trabalhador em suas relações sociais, enquanto isso também reflete no seu trabalho (Souza Filho et al., 2015). Dessa maneira, o apoio se constitui como uma proteção ao indivíduo quando este lida com situações estressantes. Cobb (1976) argumenta que o suporte social é uma entidade específica, que influencia no estado de saúde, em virtude da facilitação no conflito e adaptação a crises emocional.

As teorias que enfocam o suporte social apontam que uma das principais constatações é a de que ele exerce efeitos diretos sobre o sistema de imunidade do corpo, ou seja, eleva a capacidade de os sujeitos enfrentarem o estresse. O papel do suporte social, de acordo com várias premissas, é o de manutenção da saúde, na prevenção contra doença e como forma de facilitar a convalescença (Pietrukowicz, 2001; Valla, Guimarães, & Lac, 2006). Vaux (1988) indicou que os sujeitos que recebem um maior número de pessoas suportivas deviam apresentar maior bem-estar e níveis de estresse mais baixos do que os que recebem um menor suporte. No mesmo raciocínio, a pesquisa realizada por Zuzanek e Mannell (2000), a qual relaciona estresse, suporte social e participação em atividades de lazer sobre a saúde mental, diz que um alto nível de apoio social, em geral, contribuiu diretamente para níveis mais baixos de estresse. Dela-Coleta (2007), em seu estudo, também afirma que quanto mais grave a fase de estresse em que o sujeito se encontra, menor é o suporte social percebido. Outros autores acreditam, ainda, que a carência de suporte social também é um estressor (Dumbar, Ford & Hunt, 1998; Singer & Lord, 1984). Dessa forma, quando isso ocorre, ou seja, quando o indivíduo é isolado socialmente, vários problemas podem se manifestar com uma maior intensidade na vida desta pessoa, sejam eles físicos, orgânicos, emocionais. Hockenbury e Hockenbury (2003) argumentam que o isolamento social aparece como uma alta probabilidade de adoecimento, assim como obesidade, inatividade física, tabagismo, colesterol elevado. Dessa forma, conclui-se que o suporte social constitui um fator que minimiza as conseqüências que o estresse pode gerar como também auxilia no tratamento do mesmo. Considerando que o suporte social poderá constituir-se como um fator essencial na promoção de saúde inclusive da saúde mental (Costa & Ludermir, 2005), e que o estresse é um dos principais sofrimentos psíquicos que acomete os policiais, buscou-se um maior conhecimento no tocante ao estresse relacionado ao trabalho e ao apoio social a que esta classe recorre. Dessa forma, delimitou-se a este estudo quantitativo verificar a influência das fontes de suporte social sobre a intensidade do estresse vivenciado pelos policiais militares da cidade de Parnaíba-Piauí.

MÉTODOS

Amostra: Foi utilizada uma amostra de 130 policiais que corresponde a 44,2% do total de profissionais da corporação. Estes tinham idades entre 20 e 54 anos ($m = 37$; $dp = 8,06$), em sua maioria do sexo masculino (93,1%). Quanto à escolaridade, 2,3% tinham o ensino fundamental incompleto, 5,4% com fundamental completo, 3,8% com médio incompleto, 28,5% com superior completo e 0,8% com especialização. A maior parte dos participantes ocupava o cargo de soldado (60,8%), seguido de sargentos (19,9%), cabos (4,6%), tenentes (3,1%), motoristas (3,1%), subtenentes (2,3%), capitão (2,3%), comandantes (2,3%), major (0,8%) e seção de motores (0,8%). A carga horária de trabalho desses profissionais variou de 6 a 72 horas semanais, sendo que a maioria (53,8%) trabalha 48 horas.

Instrumentos: Os instrumentos utilizados foram: questões contendo dados sócio-demográficos e profissionais; as versões brasileiras do Questionário de Estresse Percebido (QEP; Levenstein et al., 1993; Sanz-Carrillo, Garcia-Campayo, Rubio, Santed & Montoro, 2002) adaptada para o Brasil por Pimentel (2011); e do Questionário de Suporte Social (*Social Support Questionnaire*- SSQ; Sarason et al., 1983), adaptado por Matsukura, Marturano e Oishi (2002). A versão brasileira do QEP inclui 27 itens, sendo que de acordo com Sanz-Carrillo et al. (2002) são avaliados 7 diferentes aspectos, a saber: aceitação social, sobrecarga, irritabilidade, tensão e fadiga, energia e alegria, medo e ansiedade e realização e satisfação pessoal. O mesmo é respondido em uma escala do tipo *Likert* de 4 pontos, sendo: 1 (quase nunca), 2 (às vezes), 3 (frequentemente) e 4 (quase sempre) com a qual cada item ocorreu no último mês. O Questionário SSQ contém 27 questões e cada questão requer uma resposta em duas partes. Na primeira parte, relaciona-se o número de pessoas que o respondente percebe como fontes de suporte social, podendo listar até nove possibilidades ou a opção “nenhum” e seu escore é denominado SSQ-N; na segunda parte, o indivíduo informa sobre sua satisfação com esse suporte, numa escala do tipo *Likert* de 6 pontos, que varia de 1 (muito satisfeito) a 6 (muito insatisfeito), fornecendo o escore SSQ-S. Assim, valores baixos nessa escala indicam maior índice de satisfação.

Procedimentos: Para o recrutamento dos participantes foi feito um contato com seu superior imediato a fim de marcar um horário no qual pudessem ser dadas as informações necessárias a respeito da pesquisa para o grupo disponível. Para concordar em participar da pesquisa, cada policial deveria assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Nesse documento continham informações sobre as responsabilidades dos pesquisadores, como o comprometimento de garantir o sigilo dos dados, a fidelidade dos resultados e a publicação dos resultados para a comunidade científica; além de informações sobre os direitos dos participantes, como a possibilidade de parar de responder à pesquisa quando quisesse e a garantia do anonimato de suas respostas. A explicação sobre a pesquisa e a coleta de dados foi realizada no horário de trabalho dos profissionais em sala específica destinada a reuniões particulares dos policiais militares em cada departamento que pertence ao referido Batalhão, tendo carteiras disponíveis para a aplicação da pesquisa. Porém, em alguns casos, foi de forma individual no posto de trabalho do profissional. Vale ressaltar que antes de começar as aplicações dos instrumentos, a pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CEP), já que esta foi realizada com seres humanos e pesquisas com esta amostra devem cumprir a Resolução do Conselho

Nacional de Saúde n.466/12 que trata dos procedimentos éticos.

Análise dos Dados: Os dados foram analisados no pacote estatístico *Predictive Analytics Software* (PASW; versão 18.0) no qual utilizou-se estatísticas descritivas como frequência, média, desvio padrão e análise de percentis, que serviram para descrever a amostra e calcular as pontuações nas duas escalas; bem como de estatísticas inferenciais como correlações por meio do índice r de Pearson, empregada para examinar relações entre variáveis; ANOVAs, para verificar diferenças.

RESULTADOS

Para uma melhor compreensão dos resultados, inicialmente, realizou-se a normatização dos itens do QEP utilizando-se a distribuição normal padrão. Para isso, somou-se todos os componentes da escala de estresse, que são os valores das estatísticas amostrais, no qual se obteve uma média de 58,5, ($dp=10,4$). Esses valores foram transformados em valores da normal padrão, através da subtração de cada escore bruto pela média total e posteriormente pela divisão desta diferença pelo desvio padrão; obtendo-se assim o escore Z . Como esse escore admite valores negativos, o que dificulta a interpretação dos dados, calculou-se também o escore padrão normalizado (escore T), que tem como fórmula $(10 \cdot \text{valor } z) + 50$; onde 10 é o valor do desvio padrão padronizado e 50, o valor da média padronizada (Pasquali, 2003). Na sequência, para verificar as pontuações dos participantes foi realizada uma análise de percentis, na qual pôde-se perceber que a maioria dos policiais (66,1%) apresentam pontuações medianas a altas; sendo que, a maior parte desses apresentou pontuação alta, indicando níveis graves de estresse, como pode ser observado na Tabela 1:

Tabela 1. Análise de Percentis do QEP

Percentis	Escore T	n	%
0 - 33	0 - 44,7	44	33,8%
34 - 66	45,2 - 53,3	41	31,5%
67 - 100	53,4 - 93,7	45	34,6%

Nota. Escores T = escores padrões normalizados

Tabela 2. Análise de Percentis do SSQ - N

Percentis	Escore T	Índices N	n	%
0 - 33	0 - 45	0 - 32	42	32,3%
34 - 66	45,03 - 50,2	34 - 50	44	33,8%
67 - 100	50,6 - 99,4	51 - 216	44	33,8%

Nota. Escores T = escores padrões normalizados; Índices N = número de pessoas suportivas apontadas

Quanto aos resultados do SSQ, esse fornece dois escores, o primeiro refere-se ao Índice $N = SSQ - N$ (suporte social recebido) e o segundo ao Índice $S = SSQ - S$ (satisfação com o suporte). No Índice N foram somadas todas as pessoas citadas como suportivas por cada participante, sendo que o mínimo foi 0, ou seja, ninguém e o máximo foram 216 indivíduos citados. Cabe considerar que o instrumento pode variar de 0 a 243, sendo este valor máximo correspondente ao número de questões (27) multiplicado pelo número de pessoas que podem ser citadas em cada questão, que é 9 pessoas. A partir daí, foram realizadas as mesmas análises da seção anterior, calculando-se, inicialmente a média dos escores N que foi de 49,7 ($dp = 33,6$); em seguida transformou-se os valores em escores padrão normalizados e, por fim, verificou-se os percentis, como observado na Tabela 2.

A maioria dos participantes apresentou escores médios a altos, ou seja, 67,6 %, os quais listaram 34 indivíduos ou mais que oferecem apoio em diversas circunstâncias da vida deles. Além disso, foi realizada uma análise de frequência das pessoas indicadas como suportivas nas 27 questões respondidas pelos participantes, com o intuito de averiguar qual a maior fonte de suporte social. Os resultados mostraram maior frequência para: cônjuge (1315), mãe (1076), amigos (706), irmão(a) (647), pai (519), filho(a) (517), namorado(a) (350), família (323), pais (121), tio (a) (109), Deus (88), primo (a) (85) entre outros (sogro - 36, avô - 31, pastor - 26, cunhado - 24, compadre - 20, Jesus Cristo-19, noiva - 18, ex-esposa - 12, colegas de trabalho - 12, chefe - 8, sobrinha - 3, Espírito Santo, São Francisco - 3, cachorro - 3, comandante - 2, padre - 1, neto - 1, advogado - 1, viúva - 1, sociedade - 1, médico - 1, vizinho - 1). Além desses, a opção ninguém obteve uma frequência de 367. De um modo geral, cônjuge, mãe e amigos destacam-se como pessoas que podem dar um maior suporte nas várias situações que o indivíduo pode se deparar ao longo da vida. Vale destacar que a opção “ninguém” foi um pouco considerável e foi indicada em todas as 27 questões do SSQ.

Com relação ao Índice S foram somadas as avaliações de cada item do questionário e dividiu-se por 27, que é o número total de questões (média aritmética simples), com média entre 1 e 6, correspondendo ao grau de satisfação com o suporte social. A partir dessa análise obteve-se que grande parte dos indivíduos (83,1%) indicou muita satisfação, (16,1%) em torno do ponto médio (de razoavelmente satisfeito a razoavelmente insatisfeito) e (0,8%) indicou muita insatisfação. Com isso, pode-se perceber que a grande maioria dos participantes estão satisfeitos com o suporte social que recebem, com uma média de 1,51 ($dp=0,65$). Apontando, apenas uma pessoa muito insatisfeita. Por fim, foram explorados resultados da relação entre o estresse percebido, o suporte social e variáveis sociodemográficas. Os achados apontaram uma correlação significativa do estresse percebido com a satisfação com suporte social recebido ($r=0,27$; $p=0,002$), mas não com a quantidade de pessoas suportivas ($r=0,11$; $p=0,18$). Também não foram encontradas correlações significativas do nível de estresse nem com variável idade ($r=0,004$; $p=0,96$) e nem com o tempo de serviço ($r=0,04$; $p=0,64$).

DISCUSSÃO

De acordo com Lipp, Costa e Nunes (2017) “O interesse pelo estudo do estresse ocupacional tem aumentado desde a década de 1990, em especial no que se refere ao impacto que tem na saúde dos trabalhadores e, consequentemente, na necessidade de seu manejo” (p.47). Atualmente, ele é classificado como uma doença (CID - 10, 1994) que pode ter sérios prejuízos para as pessoas e para as organizações. Frente a essa problemática, a presente pesquisa buscou reunir evidências acerca de um possível fator de proteção, a saber o suporte social, que poderia contribuir para a redução desse tipo de estresse em uma amostra de policiais. Para isso, inicialmente buscou-se identificar o nível de estresse da amostra alvo, o que mostrou que a maioria dos participantes apresentou uma pontuação de média a alta de estresse, o que vem a corroborar com diversos estudos que apontam que os policiais apresentam um nível elevado de estresse, como as pesquisas de Pinheiro e Farikoski (2016), Andrade e Guimarães (2017) e Lipp et al. (2017). Os altos índices de estresse que atingem os policiais ocorrem devido a vários aspectos. Para Santiago & Souza (2016) os fatores de risco para o estresse incluem extensas horas laborais, o risco de vida, lidar diariamente com situações

de morte (vítimas, criminosos...) e insegurança no trabalho. Já Silva (2000) afirma que as causas do estresse podem surgir conforme três fatores: da família, do trabalho, e do ambiente em que se vive. Em relação ao ambiente, Santos (2016) afirma que esses profissionais apresentam uma maior vulnerabilidade ao sofrimento, “porque estão constantemente expostos ao desgaste físico e emocional, devido suas atividades serem realizadas em contato direto e intenso com pessoas em situação de risco, dor, mortes e violências” (p.8). Então, por ser uma profissão que apresenta uma predisposição ao estresse resolveu-se desenvolver esse estudo no contexto parnaibano, já que não foram encontrados estudos que abordem essa temática na região. Em um estudo com policiais, Dela-Coleta (2007) afirma como principais fatores que contribuem para o estresse: o relacionamento com colegas e superiores, imagem negativa da polícia por parte da sociedade e da mídia, falta de apoio legal e governamental ao trabalho da polícia, excesso de trabalho, falta de infra-estrutura, risco de vida, excesso de controle externo, salários baixos e instabilidade. Esses fatores se relacionam, portanto, com a própria organização como também com a função de policial. Em outro estudo realizado com policiais militares de Minas Gerais, Moraes et al. (2000) observaram que estes profissionais estavam contentes com a função ocupacional, entretanto existiam algumas fontes de pressão que atuavam como agentes estressores: carga de trabalho, inter-relacionamentos, ambiente e clima organizacional.

Vale ressaltar que todos estes aspectos anteriormente citados podem ser organizados e administrados, ou seja, reestruturados organizacionalmente, de maneira que se possam minimizar tanto os problemas intra quanto extra-organizacionais e, assim, prevenir o sofrimento psíquico evidenciado nesta profissão. Contudo, quando as pessoas vivenciam o estresse, geralmente elas buscam um apoio social para que as proteja. Neste estudo evidenciou-se que os policiais recebem suporte social em diversas situações de suas vidas e, que são apoiados, principalmente, pelos cônjuge, mãe e amigos. Tais resultados corroboraram com a pesquisa de Dela-Coleta (2007), que também destacou, como pessoas que oferecem suporte, os amigos, cônjuges e mães. Nessa mesma pesquisa, os amigos foram citados como pessoas que realmente apreciam o sujeito, que o ajudam a sentir que ele verdadeiramente tem algo positivo e que o ajudariam em diversas situações da vida do indivíduo. O cônjuge foi mencionado em situações de confortar e abraçar o sujeito quando necessário, preocupar-se com o sujeito, apoiá-lo em decisões importantes e aceitá-lo como é. Já as mães foram lembradas em diversos aspectos da vida do indivíduo. Tais achados sugerem que as pessoas percebem o suporte não só no contexto familiar, mas também na sociedade. Isso pode ser resultado dos relacionamentos que se tem atualmente, podendo, assim, caracterizar a tendência dos contatos familiares e sociais.

Outro achado desta pesquisa foi que os respondentes mostraram-se, em sua maioria, estarem satisfeitos com o suporte recebido. Tais dados assemelham-se com aqueles encontrados em outros estudos que também revelam que grande parte dos participantes se encontra satisfeitos com o apoio que recebe (Dela-Coleta, 2007). Portanto, os resultados obtidos indicam um suporte social considerável e, ainda, demonstram uma satisfação com as fontes de suporte. Assim, os sujeitos podem estar protegidos diante de diversas situações que enfrentam ao longo da vida, já que podem contar com pessoas que lhes dão apoio.

Esses dados, pois, respondem aos objetivos que se referem a investigar as fontes de suporte social percebido e avaliar a satisfação com esse suporte. Uma hipótese testada nessa pesquisa foi que o suporte social poderia influenciar positivamente nos níveis de estresse, ou seja, um alto nível de apoio social, em geral, deveria contribuir diretamente para níveis mais baixos de estresse. Em oposição, nesta pesquisa não foi encontrada correlação entre a quantidade do suporte social recebido e a intensidade do estresse, já que mesmo os indivíduos que apresentam um alto nível de estresse apresentam quantidades expressivas de pessoas suportivas, assim como os que tem um baixo índice de estresse. Isso pode indicar que a quantidade de suporte recebido pode não ser tão importante quanto qualidade desse suporte. Além disso, em discordância com alguns autores que defendem que um elevado número de pessoas suportivas amenizam a intensidade do estresse, outros indicam que pode acontecer o inverso, justificando que a função de moderação do suporte social sobre a resposta de estresse pode ser determinada pelas condições estressantes sob as quais o sujeito está trabalhando (Coyne & Downey, 1991). Brown e Grover (1998), por exemplo, sugerem que o papel de moderação de algumas variáveis, como o suporte social, opera diferencialmente sob condições de alta e baixa exposição ao estresse. Outros autores afirmam, ainda, que o suporte social pode trazer consequências que podem até mesmo minimizar o efeito positivo no bem-estar tornando a experiência de receber suporte estressante. Uma explicação para isso pode estar relacionado ao compromisso de ter que devolver igualmente o suporte recebido (Taylor, 1995; Pierce, Saranson, & Saranson, 1996).

Destaca-se, entretanto, que a satisfação com o suporte recebido se correlacionou com o estresse percebido, de modo que, quanto maior a satisfação com o suporte, menor é o nível de estresse. Isso pode sugerir que a ação do suporte como um fator de proteção contra o estresse pode depender muito mais de aspectos internos do que externos ao indivíduo. Assim, como já mencionado, talvez não seja a quantidade do suporte recebido que importa, mas a forma como se enxerga o suporte, ou seja, a qualidade atribuída ao mesmo. Tais resultados podem servir de fundamento para ações proativas por parte da corporação, através do desenvolvimento de ações voltadas para a implantação de um Núcleo de Gerenciamento de Estresse, que sirva para evitar e prevenir o adoecimento dos profissionais, promovendo saúde e qualidade de vida no trabalho. Nesse sentido, é importante frisar a relevância de profissionais de psicologia, sejam eles organizacionais e/ou clínicos, que possam auxiliar os sujeitos a desenvolver estratégias de enfrentamento frente a situações dos trabalhos prescrito e real desenvolvidos por este profissional, reduzindo, portanto, os efeitos negativos que o estresse traz para o sujeito. Outro aspecto que pode estar sendo trabalhado na instituição é o suporte social, este também pode auxiliar na diminuição dos impactos do estresse. Embora os resultados não tenham apontado que nessa amostra o apoio social influencia na intensidade do estresse, é imprescindível a estimulação de fontes de suporte, principalmente, entre os próprios profissionais, para que estes possam obter ajuda diante de situações estressoras, já que outros estudos apontam que o suporte diminui os impactos do estresse. Cabe ressaltar que o estudo teve algumas limitações, devido à rotina que os profissionais levam e outras questões de ordem pessoal dos sujeitos. Em alguns momentos, houve policiais que não responderam aos questionários por estarem executando suas atividades de propiciar segurança à população, outros se

recusaram a participar da pesquisa, além disso, havia aqueles que tinham sido transferidos para outros municípios e ainda havia alguns que estavam de férias e licença saúde, por isso a amostra foi reduzida. Contudo, destaca-se que esse estudo pode servir de base para futuras pesquisas que busquem investigar outros fatores que podem ser determinantes no nível de estresse ocupacional dos policiais militares em âmbito nacional, além de procurar avaliar a relação entre o estresse e o suporte social em policiais, a partir do método de análise qualitativo, para que se investigue a percepção dos sujeitos de maneira mais subjetiva e abrangente.

REFERÊNCIAS

- Andrade, J. S., & Guimarães, L. A. M. 2017, abril. Estresse ocupacional, hardiness, qualidade de vida de policiais militares. *R. Laborativa*, 61, 80-105.
- Brown, J., & Grover, J. 1998. *The role of moderating variables between stressor exposure and being distressed in a sample of serving police officers*. *Personality and Individual Differences*, 242, 181-185.
- Cobb, S. 1976. Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300-314.
- Costa, M., Accioly, H. Jr., Oliveira, J., & Maia, E. 2007. Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. *Revista Panam Salud Publica/Pan Am J Public Health*, 21(4), 217-222.
- Costa, A. G., & Ludermitz, A. B. 2005. Transtornos mentais comuns e apoio social: estudo em comunidade rural da Zona da Mata de Pernambuco, Brasil. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, 21(1), pp. 73-79, jan-fev.
- Coyne, J., & Downey, G. 1991. Social factors and psychopathology, stress, social support and coping. *Annual Review of Psychology*, 42, 401-425.
- Dela-Coleta, A. S. M. 2007. *Estresse e suporte social em profissionais do setor de segurança pessoal e patrimonial*. Dissertação de Mestrado em Psicologia, Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia.
- Dumbar, M., Ford, G., & Hunt, K. 1998. Why is the receipt social support associated with increased psychosocial distress? An examination of three hypotheses. *Psychology and Health*, 3, 527-544.
- Hockenbury, D. H., & Hockenbury, S. E. 2003. *Descobrendo a Psicologia*. São Paulo: Edição Manole.
- Levenstein, S., Prantera, V., Varvo, V., Scribano, M. L., Berto, E., & Luzzi, C. et al. 1993. Development of the perceived stress questionnaire: a new tool for psychosomatic research. *J. Psychosom. Res.*, 37, 19-32.
- Lima, C. F., Oliveira, K. G., Oliveira, I. C. V., Rezende, A. T., & Freires, D. A. N. 2017. Psicologia social do trabalho. In C. F. Lima & C. E. Pimentel Orgs. *Revisitando a Psicologia Social* pp. 197-214. Curitiba: Juruá.
- Lima, M. S. 1999. Epidemiologia e impacto social. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 21, pp. 1-5.
- Lipp, M. E. N. 2000. *Inventário de Sintomas de Stress de Lipp ISSL*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- 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 Trabalhos*, 17(1), 46-53.
- Matsukura, T. S., Marturano, E. M., & Oishi, J. 2002. O questionário de suporte social SSQ: estudos da adaptação para o português. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 10(5), 675-681.

- Moraes, L. F. R. de, Ferreira, S. A. A., & Rocha, D. B. 2000. *Trabalho e Organização: Influências na Qualidade de Vida e Estresse na Polícia Militar do Estado de Minas Gerais*. Belo Horizonte: Neaco/Cepead/face/UFMG. Recuperado em 25 de abril, 2011.
- Paschoal, T., & Tamayo, A. 2004. Validação da Escala de Estresse no Trabalho. *Estudos de Psicologia*, 91, 45-52.
- Pasquali, L. 2003. *Psicometria: teoria dos testes na psicologia e na educação*. Petrópolis, RJ: Vozes.
- Pierce, G. R., Sarason, I. G., & Sarason, B. R. 1996. Coping and social support. In M. Zeidner, & N. S. Endler Eds., *Handbook of coping: Theory, research, applications*. New York: John Wiley & Sons, 434-451.
- Pietrukowicz, M. C. L. C. 2001. *Apoio social e religião: uma forma de enfrentamento dos problemas de saúde*. Dissertação de Mestrado em Saúde Pública, Escola Nacional de Saúde Pública, Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro. Recuperado em 06 de junho, 2011.
- Pinheiro, L. R. S., & Farikoski, C. 2016. Avaliação do Nível de Estresse de Policiais Militares. *Revista de Psicologia da IMED*, 81, 14-19.
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. 1983. Assessing social support: The Social Support Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 127-139.
- Sanchez-Milla, J. J., Sanz-Bou, M. A., Apellaniz-Gonzalez, A., & Pascual-Izaola, A. 2001. Polícia y estrés laboral. Estresores organizativos como causa de morbilidad psiquiátrica. *Revista de La Sociedad Española de Salud Laboral en la Administración Pública S.E.S.L.A.P.*, 14.
- Santiago, C. B., & Souza, J. C. P. 2016, julho/novembro. Estresse ocupacional e investigadores da polícia civil nascida de Manaus. *Amazônica de Saúde, Revista Científica da Fametro*, 22.
- Santos, C. S. 2016. *Fatores da Síndrome de Burnout como preditores da depressão em policiais militares*. UEPB, Campina Grande, PB.
- Sanz-Carrillo, C., Garcia-Campayo, J., Rubio, A., Santed, M. A., & Montoro, M. 2002. Validation of the Spanish version of the perceived stress questionnaire. *Journal of Psychosomatic Research*, 167-172.
- Serra, E. C. A. 2016. *Qualidade de vida, suporte social e stress percebido após a reclusão*. Dissertação de mestrado, Escola de Psicologia e Ciências da Vida, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Lisboa.
- Singer, J. E., & Lord, D. 1984. The role of social support in coping with chronic or life-threatening illness. In A. Baum, S. Taylor, & J. Singer Eds., *Handbook of psychology and health*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc., Publishers, IV, 269-278.
- Souza Filho, M. J., Noce, F., Andrade, A. G. P., Calixto, R. M., Albuquerque, M. R., & Costa, V. T. 2015. Avaliação da qualidade de vida de policiais militares. *R. bras. Ci. e Mov.*, 22, 159-169.
- Taylor, S. E. 1995. *Health psychology* 3a ed. Los Angeles: McGraw-Hill.
- Valla, V. V., Guimarães, M. B., & Lac, A. 2006. *A Busca da Saúde Integral por Meio do Trabalho Pastoral*. Ciências Sociais e Religião, Porto Alegre, ano 8, 8, 139-154.
- Vaux, A. 1988. *Social support: Theory, research and intervention*. New York: Praeger.
- Zanelli, J. C., & Silva, N. 2008. Trabalho, Qualidade de Vida e Promoção de Saúde. Em: *Interação Humana e Gestão*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 107-125.
- Zuzanek, J., & Mannell, R. 2000. Effects of physically active leisure, social support, work stress, and chronic stress on mental health and physical health: A longitudinal perspective. *Faculty of Applied Health Sciences*. University of Waterloo. Recuperado em 07 de maio, 2011.
