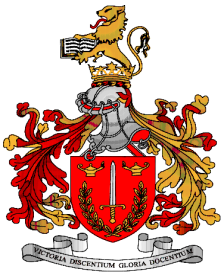
INSTITUTO SUPERIOR DE CIÊNCIAS POLICIAIS E SEGURANÇA INTERNA



Nuno Pedro Alves da Silva Bastião de Almeida

Aspirante a Oficial de Polícia

Dissertação Mestrado Integrado em Ciências Policiais

XXXIV Curso de Formação de Oficiais de Polícia

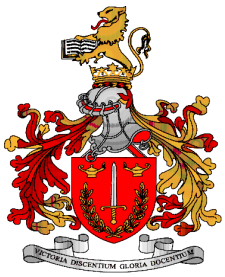
Impacto do trabalho policial nos Polícias do Corpo de Intervenção

Orientadora:

Prof.ª Doutora Lúcia G. Pais

Lisboa, 13 de maio de 2022

INSTITUTO SUPERIOR DE CIÊNCIAS POLICIAIS E SEGURANÇA INTERNA



Nuno Pedro Alves da Silva Bastião de Almeida

Aspirante a Oficial de Polícia

Dissertação Mestrado Integrado em Ciências Policiais

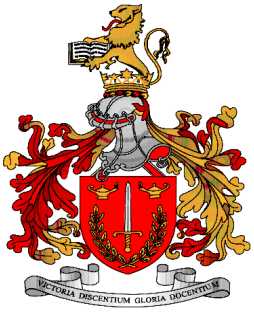
XXXIV Curso de Formação de Oficiais de Polícia

Impacto do trabalho policial nos Polícias do Corpo de Intervenção

Orientadora:

Prof.ª Doutora Lúcia G. Pais

Lisboa13 de maio de 2022



Estabelecimento de Ensino:	Instituto Superior de Ciências Policiais e Segurança Interna
Curso:	XXXIV CFOP
Orientadora:	Prof.ª Lúcia G. Pais
Título:	*Impacto do trabalho policial nos Polícias do Corpo de Intervenção*
Autor:	Nuno Pedro Alves da Silva Bastião de Almeida
Local de Edição:	Lisboa
Data de Edição:	13 de maio de 2022

Dissertação apresentada ao Instituto Superior de Ciências Policiais e Segurança Interna com vista à obtenção do grau de Mestre em Ciências Policiais, elaborada sob a orientação da Prof.ª Doutora Lúcia G. Pais.

DEDICATÓRIA

Aos meus filhos, por iluminarem, até,
o caminho mais escuro.

AGRADECIMENTOS

Àqueles que tornaram tudo isto possível, que de uma forma ou de outra contribuíram para que este percurso se concretiza-se.

À Professora Doutora Lúcia Pais por ter aceite como seu orientando e desafiado com este trabalho que tanto gostei de fazer.

Ao Sr. Subintendente Ponte, pelas suas contribuições e pelos seus minutos perdidos a auxiliar-me e a aconselhar-me.

Aos oficiais do Corpo de Intervenção por me terem recebido tão bem e de forma tão disponível naquela que é a vossa casa.

Ao Pedro Carvalho pelo estágio, pelo que me ensinou, pelos bons momentos que me permitiu naquela que foi a minha primeira casa na PSP, a 12ª Esquadra, e a todo o efetivo da melhor Eco do país.

Ao Subcomissário Tiago Padeiro e à 90ª Esquadra – Vila Franca de Xira, pela segunda parte do estágio e pelos ensinamentos que me foram passando.

Ao Pedro Moreira porque sem ti não tinha, sequer, entrado para esta aventura. Ao Ricardo Teixeira pelos momentos e pelos desabafos.

Às EPRI, em particular aos que, comigo, iniciámos aquele projeto e que de alguma forma contribuíram para o meu percurso, ensinando-me muito durante aqueles anos e não só. Ao antigo Sabre 4 pela equipa, espírito e união que tínhamos, mesmo nos momentos mais complicados.

Ao 34º CFOP, porque no fim de tudo, todos contribuíram de alguma maneira.

Aos 13, pelos conselhos que foram dando ao longo desta jornada.

Ao Gil, ao Fernandes, ao Coelho pelos momentos, pelos risos e pelas ajudas que foram dando ao longo destes anos.

Aos Nascitúrcios pelos momentos, nas mais diversas situações e nos mais diversos sítios.

À família, à distante e à mais próxima, aqui ou onde quer que estejam.

Ao Rum, por ter sido o companheiro que foi ao longo de tanto tempo.

À Ana, por ter aguentado o "barco" durante cinco longos anos, missão que se revelou difícil e de grande exigência.

"Aos miúdos" que de uma maneira ou de outra acabaram por ser o meu suporte, a minha luz.

Ao Gustavo, pelas suas traquinices e ataques que me fazem sorrir em qualquer momento.

À minha Fia, por todo o carinho que tenta dar com os seus abracinhos, por me tentar animar em qualquer momento que me vê em baixo. Por ser meiga e adorar as nossas brincadeiras, que tanto me fizeram desanuviar.

Mas sobretudo a Ti, à minha pequena Lia, por tudo o que, também tu, tiveste de atravessar. Por seres tão pequenina e veres o pai a sair de casa e a dedicar o todo tempo que tinha, que podia ser nosso, aos estudos. A Ti, por teres de suportar tanta mudança, tanta vivência, para que o pai acabasse a escola. A Ti por ainda assim seres a menina doce, meiga, gentil, que ainda me chama para brincar depois de tanta vez te pedir espaço por causa dos trabalhos, que me ama e que não deixa de o demonstrar a cada dia que passa. A Ti por seres, sem saber, a minha boia de salvação de todas as vezes que pensei em largar tudo. A Ti por ainda vires atrás de mim com esse sorriso que só tu tens. A Ti, minha pequenina, devo-te o mundo. Por ti, e para ti, e para os teus irmãos... o "segredo" de nós os três: Amo-te munto, munto, GIGANTE!

EPÍGRAFE

"Eis o meu segredo: só se vê bem com o coração. O essencial é invisível aos olhos. Os homens esqueceram-se dessa verdade, mas tu não a deves esquecer. Tu tornaste eternamente responsável por aquilo que cativa."

(Antoine de Saint-Exupéry)

RESUMO

Não há sociedade moderna que se mantenha sã, sem a ordem social necessária para que os seus cidadãos consigam prosseguir com as suas aspirações de vida. Para pôr cobro a situações de desordem concertada e grave, a Polícia de Segurança Pública (PSP) tem os polícias do Corpo de Intervenção (CI), especializados para atuar em situações de grande tensão, conflito e onde as ameaças à integridade física ou à vida estão bem patentes. Importa perceber que estas situações, às quais acorrem, acarretam níveis de *stress* elevados, podendo levar a que estes polícias se sintam reféns de um problema psicológico. Pelo bem-estar dos homens e para que a instituição não perca os ativos humanos que têm um *know how* considerável, é necessário perceber os origens dos impactos destes profissionais, bem como as consequências na sua saúde. Assim, realizaram-se 20 entrevistas, a polícias que estão no serviço operacional do CI, as quais, depois de transcritas, constituíram o *corpus* que foi sujeito a análise de conteúdo. Os resultados mostram que o maior enfoque dos impactos tem origem no contexto do trabalho mas também no conteúdo do trabalho. Percebemos, ainda, que as estratégias de defesa passam muito pela abstração das situações ou pelo recurso a estratégias grupais, evidenciando o espírito de camaradagem desta Subunidade Operacional. Por outro lado, percebemos que os operacionais do CI sentem haver um estigma quanto à saúde mental, o que resulta em alguma relutância em procurar ajuda dentro da organização. É discutida a criação de mecanismos para minimizar este estigma, e tornar a ajuda especializada mais próxima dos polícias.

Palavras-chave: Corpo de Intervenção; impactos da atividade policial; Polícia de Segurança Pública; saúde dos polícias; stress na atividade policial

ABSTRACT

No modern society can be healthy without the necessary social order for its citizens to be able to pursue their life aspirations. To put an end to situations of concerted and serious disorder that are installed, the Public Security Police (PSP) has the men of the Riot Police Unit, specialized to act in situations of great tension, conflict and where threats to physical integrity or life are clearly evident. However, it is important to realize that these situations, to which they are accustomed, bring high levels of stress, which can lead these police officers to feel hostages of a psychological problem. For the well being of the men and so that the institution does not lose human assets that have an enviable know how, it is necessary to understand the origins of the impacts of these professionals. Thus, 20 interviews were conducted, of Officers/Main Officers who are in the operational service of the IC. After the interviews had been conducted, they were transcribed, constituting the corpus that was subject to content analysis by means of a mixed procedure. From the content analysis we noticed that the biggest focus of the impacts is on questions about the work and content context. We also noticed that the defense strategies go through the abstraction of situations or group strategies, showing the spirit of camaraderie in this Operational Subunit. On the other hand, we noticed that the IC operatives feel there is a stigma about mental health, showing some reluctance to seek help within the institution. It is important to create mechanisms to dispel this stigma, and make specialized help closer to the Officers.

Keywords: Riot Police; impacts of police activity; Public Security Police; police officers' health; stress in police activity

ÍNDICE

Dedicatória i
Agradecimentos ii
Epígrafe iv
Resumo v
Abstract vi
Índice de anexos ix
Índice de figuras x
Introdução 1
Capítulo I – Enquadramento Teórico.....4

1. A Polícia.....4
   1.1. Conceito de Polícia 4
   1.2. Missão e atribuições da PSP 5
2. Subunidade Operacional – Corpo de Intervenção 6
   2.1. Ordem Pública 6
   2.2. Corpo de Intervenção – Contexto Histórico 7
   2.3. Atualidade do CI e a Atividade Operacional 8
   2.4. Manutenção da Ordem Pública "Lá Fora" 10
3. Impacto da Atividade Operacional e o Desgaste do Polícia 13
   3.1. Os incidentes Críticos 13
   3.2. Impacto do *Stress* e dos Incidentes Críticos no Organismo 16
   3.3. Estigma Das Doenças Mentais 18
      3.3.1. (Sub)Cultura Policial 19
      3.3.2. Resistência à Ajuda 20
4. Conteúdo da Atividade Policial 21
   4.1. Do Conteúdo ao Contexto.....22
   4.2. Dicotomia entre Crenças e a Execução da Missão.....24
4. Mecanismos de Gestão de *Stress* 26
   4.1. Mecanismos de defesa.....26
   4.2. O *debriefing* psicológico.....26
   4.3. Consequências Comunitárias da falta de Gestão do *Stress*.....28

5. Formulação do Problema 29

Capítulo II – Método 30

1. Participantes.....31

2. *Corpus*.....32

3. Instrumentos.....32

3.1. Entrevista.....32

3.2. Análise de conteúdo 33

4. Procedimento.....36

Capítulo III – Apresentação e Discussão de Resultados 39

Capítulo IV – Conclusão 50

Referencias.....58

Anexos 68

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1. Pedido de entrevistas 68
Anexo 2. Ofício de pedido de colaboração para realização de entrevistas 69
Anexo 3. Ofício de autorização para a realização de entrevistas 70
Anexo 4. Termo de Consentimento Informado distribuído aos participantes 71
Anexo 5. Exemplos de perguntas feitas durantes as entrevistas 72
Anexo 6. Quadro Categorial 73
Anexo 7. Tabela de apresentação de categorias, subcategorias e indicadores 82
Anexo 8. Contagem de indicadores 88

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Distribuição Percentual das Categorias Obtidas 39
Figura 2. Distribuição Percentual das u.r. Registadas nas Diferentes Subcategorias.40

INTRODUÇÃO

A polícia faz parte um leque de serviços do Estado que se caracterizam por serem os primeiros a acorrer a situações de perigo ou onde está em risco a vida dos cidadãos – os chamados *'first responders'*. Por este motivo e por lidar com ocorrências limite, onde a segurança do próprio polícia é posta em causa, esta atividade é caracterizada por uma exposição constante a situações que podem deixar algum tipo de trauma (Paton & Violanti, 2006) podendo deixar marca no polícia. A diversidade das ocorrências com que os polícias se podem deparar durante um turno, bem como a sua complexidade, as condições em que os polícias trabalham, a exigência física e o próprio risco inerente à função – onde a violência está presente, motivando o sentimento legítimo de temer pela sua integridade física/vida – e os sucessivos turnos, fazem com que esta seja uma profissão de desgaste rápido. Ainda assim, falta-nos compreender qual o verdadeiro impacto nos polícias que a realização deste trabalho pode ter, bem como as demonstrações que podem indiciar que aquele polícia está a viver uma sobrecarga emocional ou *stress* do qual não se consegue libertar. Assim como nos falta perceber como é que as instituições policiais se devem organizar e agir, de modo a reduzir as consequências nefastas dos impactos nos polícias.

Sabemos que a acumulação de *stress* e a sua má gestão por parte dos profissionais de polícia leva a que este grupo profissional, em Portugal, tenha uma das maiores taxas de suicídio, quando comparado com a população em geral, assim como uma esperança média de vida inferior em cerca de 13 anos comparativamente aos restantes concidadãos (Rodrigues, 2018). Não olhando tão para jusante nesta questão, sabemos que os altos níveis de *stress* levam ao surgimento de doenças musculares, cardiovasculares ou do foro psicológico (Paton & Violanti, 2006). Estas problemáticas, são de uma extrema importância para as instituições policiais. Não só porque se debruçam sobre assuntos que dizem respeito ao bem-estar dos homens e mulheres que as constituem, como, num prisma mais amplo, se percebe que estas doenças influem na taxa de absentismo, assim como na necessidade de cuidados médicos.

Se, hoje em dia a saúde física é sujeita a um *check-up* regular, que permita diagnosticar uma eventual patologia e tratá-la, então dever-se-ia olhar também para a

saúde mental, as suas causas e consequências, tanto para o indivíduo como para os que o rodeiam ou com ele lidam. Para tal, é preciso uma cultura de cuidado com a saúde em geral. Será necessário, portanto, começar a formar os polícias que ingressam nas diferentes polícias acerca do que é a saúde e a boa condição física, o bem-estar físico e psicológico, quais as perturbações que podem surgir, como detetar sintomatologia e quais os mecanismos dirimentes. Ao mesmo tempo, deve a instituição adotar medidas que não só contribuam para a procura por ajuda, quando necessário, bem como medidas que permitam ao polícia aliviar o 'peso' do *stress* imprimido pela própria organização no seu trabalhador (*stress* organizacional.)

Se o primeiro pensamento que nos surge, quando falamos em polícia e *stress* devido à sua atividade, vai ao encontro de situações mais marcantes, tenebrosas e inquietantes com que um polícia se possa deparar num turno de serviço, espantar-nos-emos ao perceber que grande parte do *stress* vivido pelos polícias advém da instituição. São as dificuldades causadas pela organização policial que mais afeta os polícias, seja em longevidade seja em nível. A par deste *stress* organizacional, surgem questões morais que fazem com que os polícias entrem em conflito com as suas próprias convicções, podendo levá-los a uma angústia por terem certas convicções e no entanto os procedimentos institucionais ou legais ditarem que devam agir de determinada maneira.

Os polícias do Corpo de Intervenção (CI) não estão na linha da frente das ocorrências policiais, quando intervêm é à ordem da estrutura de comando e quando as condições para a atuação se degradaram de tal modo que os meios normais não lhes conseguem fazer frente. Por isso, o CI atua – genericamente – quando há desordem concertada e grave. No entanto, estes homens sofrem os mesmos problemas organizacionais que os demais polícias da PSP: os tempos de promoção; as possibilidades de progressão na carreira; as burocracias; e, os processos administrativos instaurados. Ainda assim, são os Homens do Corpo de Intervenção que têm uma imagem e postura a manter, resultado de mais de 46 anos de história da Subunidade e que por uma questão de orgulho nessa Subcultura a perpetuam.

O nosso estudo surge como um seguimento da linha de investigação de Vilela (2021) e Silva (2021), e tem como objetivo conhecer o impacto que a atividade policial tem para os polícias do Corpo de Intervenção.

O primeiro capítulo é constituído pelo enquadramento teórico onde se descreve o que é o Corpo de Intervenção, quais as suas missões, sendo feito um paralelismo com outros serviços de manutenção e reposição da ordem noutros países. Este capítulo abrange, ainda, uma parte dedicada às principais causas de *stress* sentido pelos polícias, assim como as suas manifestações e consequências, e as estratégias para mitigar esse mesmo *stress*. O capítulo termina com a formulação do problema de investigação.

O segundo capítulo versa sobre o método adotado neste estudo, sendo fundamentada a escolha de uma abordagem qualitativa, sendo apresentado todo o procedimento metodológico seguido para responder ao problema de investigação.

O terceiro capítulo diz respeito à apresentação e discussão dos resultados obtidos. E no quarto e último capítulo fecha-se o trabalho com a apresentação da conclusão e, também, de propostas de medidas que consideramos pertinentes, bem como de estudos futuros que acreditamos serem uma mais valia para o aprofundar do conhecimento científico nesta área.

CAPÍTULO I - ENQUADRAMENTO TEÓRICO

Para que o objeto de estudo desta investigação seja melhor entendido e apreendido, cabe-nos enquadrá-lo teórica e conceptualmente, e por isso faremos uma revisão da literatura a que esta investigação se subordina.

Ora, desde os primórdios das civilizações que existe uma necessidade de criar estruturas, mais ou menos organizadas, que se dediquem ao controlo e manutenção do *status quo* da própria sociedade. Tal advém do facto de as diversas sociedades albergarem diferentes pessoas, com perspetivas, anseios, vontades, aspirações sociais ou morais, ou mesmo ambições diferentes dos demais. Por este motivo, surgem as Polícias e sem elas viveríamos no caos.

1. A POLÍCIA

1.1 CONCEITO DE POLÍCIA

Diversos autores defendem que a palavra Polícia deriva, à semelhança de Política do grego *Politeia*. Refira-se que está intimamente ligada ao conceito de *Polis* – do grego Cidade – (Monet, 2001) remetendo-nos para o governo da cidade e as suas políticas, prevenindo a criminalidade e os perigos, garantindo a tranquilidade essencial à vida em sociedade (Clemente, 2010).

Platão (2017 [380 a.c.]), em *A República*, referia-se à Polícia como Os Guardiães, uma classe social vocacionada para a defesa da cidade e do urbanismo, e garante da ordem e tranquilidade, encarregues de fazer com que os cidadãos respeitassem os normativos legais em vigor. Naquela que seria uma sociedade fortemente estratificada, os Guardiães seriam selecionados e educados de forma a cumprirem a sua função de controlo social e, assim, garantirem a "sã convivência" e o "respeito pelo Outro" (Pais & Felgueiras, 2020, p. 89).

Com o tempo, o conceito de Polícia passou a encerrar em si noções como a de ser a instituição do Estado encarregue da prevenção criminal ou da reposição e manutenção da ordem e tranquilidade públicas (Gonçalves, 2017).

1.2 MISSÃO E ATRIBUIÇÕES DA PSP

O principal objeto da Polícia é a prevenção dos danos sociais, dos crimes, da insegurança e da instabilidade social. Raposo (2006) afirma que a atividade da Polícia cimentar-se-á no garante da tranquilidade e da segurança públicas, sendo estas condições essenciais ao exercício dos Direitos, Liberdades e Garantias dos cidadãos e que se encontram constitucionalmente previstos.

O caráter amplamente disseminado de polícia integral que tem a PSP decorre, entre outras coisas, do facto de esta Força de Segurança (FS) conseguir dar resposta a um espectro alargado de áreas de atuação (Elias, 2018). Certo é que a atualmente a Polícia tem vindo a sofrer diversas mutações devido aos mais variados fatores. O mais preponderante deles prende-se com a própria evolução social, exponenciada pela globalização cada vez mais evidente, que acarreta novos desafios para as organizações policiais (Elias, 2018).

Ainda assim, e apesar do espectro de abrangência da missão da Polícia ser cada vez mais aberto e diversificado, a *Mater Legis* – Constituição da República – refere no seu artigo 272º n.º 1 que à Polícia caberá defender a legalidade democrática e garantir a segurança interna e os direitos dos cidadãos. Por sua vez, a Lei Orgânica da PSP (LOPSP) no seu artigo 1º n.º 2 diz que a Polícia de Segurança Pública (PSP) "tem por missão assegurar a legalidade democrática, garantir a segurança interna e os direitos dos cidadãos, nos termos da Constituição e da lei". Mais adiante, no artigo 3º deste normativo, encontramos as atribuições da PSP, as quais passam pela prevenção criminal e contraordenacional, licenciamento e fiscalização de atividades de diversas matérias, ações de investigação criminal delegadas por entidade judicial, bem como "garantir a ordem e tranquilidade públicas e a segurança e proteção de pessoas e dos bens".

2. SUBUNIDADE OPERACIONAL - CORPO DE INTERVENÇÃO

Como polícia integral, e por forma a garantir, da melhor maneira possível, a ordem pública, a PSP tem, de entre as suas valências, o Corpo de Intervenção (CI), sendo esta uma das cinco Subunidades da Unidade Especial de Polícia (UEP), e aquela que mais está capacitada para o teatro operacional de reposição e manutenção da ordem para violência concertada e grave.

2.1 ORDEM PÚBLICA

A PSP é uma polícia integral, o que significa que o conjunto das suas atribuições abarca a prevenção criminal, a ordem pública, as informações policiais e, ainda, matérias de polícia administrativa (Elias, 2018). Como parte integrante e fulcral do Sistema Nacional de Segurança Interna, a atividade da PSP subordina-se aos pilares que norteiam este sistema, nomeadamente no que diz respeito à Ordem Pública.

Ora, a ordem pública caracteriza-se como fundamental para a concretização da vida em sociedade, sendo que a sua ausência traduzir-se-á no caos, deixando de haver a paz social necessária para a realização da vida de cada um de nós. É, então, por este motivo que Hobbes (2014 [1651]) refere que para suprimir os conflitos da sociedade, caberá ao estado o uso da violência legítima, por meio das forças de segurança.

Deste modo, segundo Oliveira (2015), poderíamos olhar para a ordem pública de diversas perspetivas. Por um lado, o Direito Penal refere que esta dimensão visa regular os interesses essenciais à vida em sociedade (Oliveira, 2015). Por outro, o Direito Constitucional vem definir a ordem pública como um parâmetro invocado pelo legislador de forma a fundamentar possíveis restrições aos cidadãos. Diferentes autores também tentaram definir a ordem pública. Costa (1998) refere-se à ordem pública como as normas que têm como fim último tutelar os interesses superiores da sociedade; também Telles (2010) afirma que esta é representada pelos superiores interesses da comunidade. Oliveira (2015, p. 60) refere que a ordem pública poderá ser "entendida como um ponto de equilíbrio entre a desordem suportável e a ordem

indispensável". Clemente (2015) afirma que é a segurança que sustentará a liberdade, consistindo "na ausência de ameaça aos valores fundamentais da cidadania" (p. 10). Felgueiras (2015) refere que a polícia terá de garantir sempre a promoção da liberdade e da segurança "enquanto bens públicos essenciais à vida social" (p. 4). Para tal, cabe à polícia fazer sempre uma análise daqueles que são os confrontos de interesses entre as partes envolvidas nas interações políticas e sociais que se consubstancia na diversidade sociopolítica das sociedades (Felgueiras, 2015).

2.2 Corpo de Intervenção – Contexto Histórico

Sun Tzu (2020 [IV a.c]) ensinou-nos que conhecer-nos é um dos caminhos para o sucesso (vitória). Conhecer a história de uma instituição é conhecê-la em si mesmo, sendo que tal premissa tem ainda maior peso quando se trata de uma instituição policial com tradições, subculturas e características muito próprias.

Pese embora o Corpo de Intervenção tenha o seu início a 27 de março de 1976 (PSP, 2022), as suas raízes surgem com a criação da Polícia de Choque da PSP, em finais dos anos 30 do século XX. Esta especialidade tinha como finalidade a reposição da ordem pública e a sua manutenção através de meios não letais, à semelhança do que já vinha a acontecer noutros países, nomeadamente na Alemanha (Cerezales, 2006). Em 1960 é criada a primeira Companhia Móvel da PSP, pelo Decreto Lei 42908, de 08 de abril, com o intuito de ser projetada para as colónias ultramarinas, onde, à época, se vivia grande convulsão social.

Esta nova valência da PSP teve a sua inspiração num modelo francês (Ponte, 2016), as Companhias Republicanas de Segurança (*Compagnies Républicaines de Sécurité*), criadas a 8 de março de 1944 (Police Nationale, 2021), tanto na sua organização como nas táticas que eram utilizadas no teatro operacional, designadamente no uso de meios coercivos não letais, como bastões, gás lacrimogénio, e canhões de água (Ponte, 2016). As Companhias Móveis seriam empregues durante o período pré 25 de Abril, tanto em território ultramarino como em território nacional, com tal eficácia que houve necessidade de aumentar o efetivo, sendo conhecidas como as "polícias de choque" (Ponte, 2016). Numa investigação

sobre o Corpo de Intervenção (CI), Ponte (2016) refere que devido à ligação feita entre estas Companhias e o Estado Novo, elas são extintas em 1974, pela Portaria n.º 413/74, de 05 de julho.

É, então, em 1976 – uma vez mais, derivado à instabilidade social e pelos problemas de "violência concertada" e "desordem pública" (Ponte, 2016) que então se verificavam – que se inicia o 1.º Curso Ordem Pública, que ficou concluído a 27 de março desse mesmo ano – data de aniversário do "Choque". O Decreto de Lei n.º 137/77, de 05 de abril formalizou esta Unidade, que é a mais antiga das cinco que incorporam a orgânica da PSP.

Apesar da inspiração do modelo orgânico e emprego da força do Corpo de Intervenção provir das Companhias Republicanas de Segurança da *Police Nationale*, este modelo sofreu alterações devido ao intercâmbio com a congénere do *Cuerpo Nacional de Policía*. Deste modo, a forma de atuação do CI e de emprego da força passou a ser um modelo, ainda que dinâmico, mais musculado e com grande mobilidade auto, em vez de se seguir o modelo francês que se apoia na projeção de equipas mais pequenas.

2.3 Atualidade do CI e a Atividade Operacional

Em 2007, por força da aprovação da LOPSP, Lei n.º 53/2007, de 31 de agosto, as cinco Unidades Especiais de Polícia são integradas numa única Unidade. É assim criada a Unidade Especial de Polícia (UEP) e as subunidades que a integram passam a denominar-se de Subunidades Operacionais (SO). Em 2008 materializa-se esta união, passando o Corpo de Intervenção, o Grupo de Operações Especiais, o Corpo de Segurança Pessoal, o Centro de Inativação de Explosivos e Segurança do Subsolo e o Grupo Operacional Cinotécnico a estar sob um único Comando. Esta mudança orgânica teve a sua génese na necessidade de congregar a coordenação operacional, logística e administrativa das unidades especiais (Farinha, 2013). A UEP é uma Unidade que se encontra na direta dependência do Diretor Nacional da PSP. Não obstante o CI fazer parte desta Unidade, mantém – à semelhança das outras

Subunidades Operacionais – a sua autonomia técnico-tática no modo e forma de atuar no teatro de operações (Farinha, 2013).

O CI constitui-se, então, como uma força de reserva à ordem do Diretor Nacional, especialmente preparada e destinada a ser ativada em ações de manutenção e reposição da ordem pública, no combate a situações de violência concertada e grave, na colaboração com os (demais) comandos no patrulhamento, designadamente, de visibilidade e na segurança de grandes eventos (art.º 42º da LOPSP). Apesar de o CI ser uma força de reserva, o certo é que esta força policial é cada vez mais requisitada, sendo chamada a cumprir novas missões (Ponte, 2016).

Conjugando o artigo 42.º da LOPSP, com o 40.º do mesmo diploma, percebemos que o CI empenha-se: (1) em serviços de patrulhamento, onde o nível estratégico (decisões tomadas ao nível do escalão superior da estrutura de comando, seja ao nível nacional – DN – seja ao nível do comando policial) entende ser necessário o reforço de um policiamento mais musculado (exemplo do policiamento a zonas de diversão noturna como o Bairro Alto, em Lisboa); (2) em serviços de policiamentos desportivos, nomeadamente em jogos de futebol das principais ligas nacionais; (3) em policiamentos em grandes eventos, como foi a Cimeira da NATO, visita do Papa ou as edições da *Websummit*; (4) em serviços de reposição da ordem pública; (5) em operações coordenadas com outros serviços e valências da PSP, como buscas domiciliárias, ou Operações Especiais de Prevenção Criminal estabelecidas no artigo 11.º da Lei de Política Criminal (Lei n.º 55/2020, de 2020); ou, (6) na resolução de Incidentes Tático Policiais (ITP; situações inopinadas classificadas como tal de acordo com o art.º 18 da Lei de Segurança Interna) (Castro, 2016). Estes empenhamentos dos elementos do CI surgem no dia-a-dia ou em diversas notícias que, por vezes, são referidas nos órgãos de comunicação social (OCS).

Esta atividade operacional do Corpo de Intervenção está de acordo com as necessidades que os Comandos de Polícia têm no caso de intervenções mais musculadas, assim como com a padronização dos níveis de intervenção atualmente em vigor na PSP. Segundo esta escalada progressiva dos níveis de intervenção dos meios da Polícia, o CI intervém em situações de maior complexidade, onde já há uma desordem estabelecida e a necessidade de uma intervenção musculada, onde se

percebe que a situação será (potencialmente) de grande a intensidade quer física quer emocional no que diz respeito à sua resolução.

Para pertencer ao Corpo de Intervenção os polícias, das diferentes carreiras – Agentes, Chefes e Oficiais – já têm que pertencer ao efetivo da Polícia de Segurança Pública antes de concorrerem a esta Subunidade Operacional. Após a abertura do procedimento concursal, os polícias que preencham as condições de admissão submetem-se a provas. Estas provas são, desde logo, curriculares, onde poderá ser exigido tempo mínimo ao serviço da PSP, provas físicas, provas médicas e provas psicomotoras. Após a ordenação dos candidatos decorrente da respetiva classificação, existe um novo método de pré-seleção que passa por acompanhar os candidatos numa prova de aptidão para a especialidade. Terminadas as provas de seleção, os candidatos aprovados e que estejam dentro das vagas que o curso acolhe, iniciam o Curso de Ordem Pública (COP).

Durante o COP, ou "Curso do Choque" como é vulgarmente chamado nesta SO, os polícias têm de enfrentar simulações de teatros operacionais que podem surgir no dia-a-dia de um operacional do CI. Entre elas destacam-se situações de reposição da ordem pública, policiamento de eventos desportivos – e respetivo acompanhamento de adeptos nos "cordões de marcha"– e "movimentos táticos". Em todas elas tenta-se alcançar o maior realismo possível, criando situações de tensão sobre os polícias-formandos, procurando assim perceber a capacidade de estes enfrentarem circunstâncias de grande esforço físico e psicológico, assim como capacitá-los para teatros de operações reais.

2.4 MANUTENÇÃO DA ORDEM PÚBLICA "LÁ FORA"

O debate sobre a ordem pública tem sido tema para alguns autores, no entanto estes, na sua maioria, versam sobre matérias de doutrina jurídica ou de conteúdo filosófico acerca de como deveria ser a atuação das polícias em situações em que esteja em causa a ordem pública. Ainda assim, o foco passa sobretudo pela ordem pública a um nível mais baixo da atuação e intervenção policial, ficando a resolução destas ocorrências ao alcance do patrulheiro, que no seu turno diário se depara com as

chamadas próprias da atividade policial. Já no que concerne à desordem pública, quando esta se revela grave e concertada – elemento natural para a atuação do Corpo de Intervenção – a literatura nacional e estrangeira é mais exígua. Tal poderá prender-se, por exemplo, com o facto de os modelos de ordem pública nos diferentes países obedecerem a normativos internos, que nem sempre são ou poderão ser divulgados por questões óbvias, quer para segurança das suas táticas quer para segurança dos seus polícias. Por outro lado, algumas polícias europeias não adotaram o modelo de atuação em que uma Unidade especializada atua nas situações de desordem, em vez disso optam por concentrar os polícias de patrulha, dotando-os de equipamento de ordem pública, constituindo equipas de reação para tais cenários. Ainda assim, recorrendo a *fontes abertas* das próprias polícias nacionais, tentamos fazer uma caracterização de algumas destas unidades.

Todas as sociedades, eventualmente, acabam por ter contestação social, de tal forma que as forças policiais são obrigadas a atuar de modo a repor a ordem pública, mantendo-a. Antes de nos debruçarmos sobre as congéneres do CI no estrangeiro, teremos de falar daquela que, entre nós, pratica uma atividade semelhante. Assim, em Portugal a ordem pública fora das áreas de jurisdição da PSP é garantida pela Guarda Nacional Republicana (GNR), que, à semelhança da PSP, tem uma Subunidade Operacional dedicada à Reposição e Manutenção da ordem pública quando esta sofre alterações que ponham em causa a vida democrática. Trata-se do Grupo de Intervenção e Ordem Pública (GIOP) (Farinha, 2011). Para ingressa nesta Subunidade, que está sob o Comando da Unidade de Intervenção da GNR (UI), os militares da Guarda – por inerência – já têm de pertencer aos quadros daquela força de segurança. Esta Subunidade tem a sua sede na Pontinha onde se situa a UI, sendo projetada de acordo com as necessidades e planeamentos da estrutura de comando.

O GIOP tem também como missão "realizar ações de natureza preventiva em apoio das demais unidades da Guarda, apoiar na gestão e resolução de incidentes críticos, realizar ações de segurança de pessoas e bens alvo de especial ameaça, garantir a segurança de instalações sensíveis", bem como a "segurança de grandes eventos, e ainda, assegurar a participação da Guarda em missões internacionais com forças constituídas", ao mesmo tempo que assegura "as ações de formação que lhe

sejam atribuídas". "Garante, [ainda], a prestação de honras militares em complemento da Unidade de Segurança e Honras de Estado da GNR" (Serrano, 2012, p.14).

Em França, as *Compagnies Republicaines Securité*, pertencentes à *Police Nationale*, têm como principal missão a manutenção da ordem, no entanto, são-lhes atribuídas missões tão diversas como reforço em policiamentos rodoviários e operações de combate ao terrorismo, ou, numa vertente *safety*, em patrulhamentos e resgate em terrenos montanhosos, ou de auxílio à segurança nas praias (Police Nationale, n.d.). Para pertencer a estas unidades o polícia poderá percorrer diversos caminhos, variando consoante a escolaridade que possui ou a sua perspetiva de carreira, no entanto, seja qual for o percurso escolhido o agente de autoridade terá de pertencer à *Police Nationale*.

Como sabemos, o modelo anglo-saxónico da polícia Inglesa difere do português na exata medida em que os Departamentos de Polícia têm uma conotação comunitária, não constituindo um organismo único para todo o país. Assim, centramo-nos na zona de Londres onde a *Metropolitan Police* tem uma unidade especializada para as questões de ordem pública. Uma vez mais, para pertencer a este serviço tem de se fazer parte da polícia local. Além da ordem pública, têm capacidade para fazer entradas táticas em edifícios, para intervir em prisões ou para fazer face a incidentes policiais como ameaças com recurso a produtos químicos, biológicos ou radiológicos, somando o facto de poderem fazer uso de armas de fogo, o que naquele país tem duras restrições (Metropolitan Police, 2021).

Ao nosso lado, em Espanha, a força de reposição e manutenção da ordem pública pertence, genericamente, *ao Cuerpo Nacional de Policía* (Corpo Nacional de Polícia), que, por Decreto Real 1668/89, de 29 de dezembro, criou as *Unidades de Intervención Policial*. São unidades de reserva que têm como principal missão atuar "atuar principalmente nos pressupostos da prevenção e do perigo iminente ou grave alteração da segurança pública" (artigo n.º 1 do mencionado Decreto Real). Ainda assim, a sua atuação será muito semelhante à do Corpo de Intervenção da PSP, atuando em situações de desordem grave e concertada, onde os normais meios policiais não consigam assegurar a reposição e manutenção da ordem e da paz públicas.

3. IMPACTO DA ATIVIDADE POLICIAL E O DESGASTE DO POLÍCIA

Como já referimos, não existem sociedades sem Polícia, sendo que ela visa "promover o bem comum" (Clemente 2016, p. 61). A Polícia tem vindo a sofrer sucessivas transformações, decorrentes da própria evolução da sociedade. No entanto, esta mudança leva a que se exija cada vez mais aos polícias, desde logo a constante atualização da vasta legislação em vigor, o acompanhamento das necessidades societais em termos de modelos de policiamento, a adaptação às novas realidades criminais que surgem ou até o apoio às vítimas que procuram um porto de abrigo junto do polícia (Luís, 2011). A par destas exigências, decorrentes da transformação das missões e atribuições da Polícia, o polícia de hoje tem de estar preparado para gerir situações inopinadas e de grande *stress*, estar capacitado para o processo de tomada de decisão onde pesam os trâmites legais, os procedimentos institucionais ou a sua própria experiência profissional e pessoal, enquanto presencia situações de "miséria humana e morte" (Violanti, 2006, p.17), perigo, ou que envolvem grande emotividade ou desgaste psicológico.

Violanti (2006) afirma que esta profissão destaca-se pela exigência psicológica e, consequentemente, pelos altos níveis de *stress*. Pese embora não haja o reconhecimento legal, o facto de a atividade policial ter características como o perigo associado ou mesmo a exposição à miséria humana (Violanti, 2006), concorre para um aumento exagerado do *stress* no polícia, assim como problemas do foro psicológico, do sistema músculo-esquelético e do sistema cardiovascular, potenciando doenças como a hipertensão (Paton & Violanti, 2006). Collins e Gibbs (2003) referem que o absentismo e a falta de produtividade podem ser duas das consequências do elevado nível de stress experienciado pelos polícias.

3.1 OS INCIDENTES CRÍTICOS

Sabemos que os incidentes críticos podem deixar a sua marca no indivíduo – traumatizando-o – no entanto, também sabemos que essa marca é variável de acordo com cada pessoa. Digliani (2012) no seu trabalho sobre incidentes críticos nas forças de segurança refere que um mesmo incidente crítico pode ter consequências diversas em dois indivíduos diferentes. Para tal, importa introduzir nesta equação aspetos

como as crenças individuais, a visão do mundo, capacidades de gestão de *stress* e formação nesta área, e a própria história de vida (experiências) do polícia. Por outro lado, também o incidente em concreto tem variáveis a considerar, como o quão repentino aconteceu, a idade dos intervenientes, se o polícia estava sozinho no momento ou com outros colegas de profissão.

Ainda que haja esta individualização nas consequências que resultam de um incidente crítico, Mitchell e Bray (1990) classificam um incidente crítico como um evento em que a capacidade emocional da pessoa não consegue acompanhar e dar resposta adequada. Bohl (1995) afirma que esta será uma situação que provoca grandes reações ao nível emocional e psicológico. Davis (2013) afirma que os incidentes críticos podem levar a uma mudança drástica ou "profunda" no indivíduo ao nível do seu funcionamento fisiológico ou psicológico. Já Digliani (2012) refere que incidentes críticos têm o potencial de sobrecarregar as normais capacidades do individuo em lidar com o *stress*, aliás, é esta potencialidade que distinguirá incidentes quotidianos – onde a sua resolução é atingível com os normais mecanismos de resolução que cada um possui – dos incidentes críticos. Desta forma, percebemos que, transversalmente, um incidente crítico caracteriza-se pela dissonância cognitiva entre a realidade apresentada e a capacidade que a pessoa tem em fazer face a essa realidade. Tal leva a um momento de choque e colapso emocional, no fundo, é-nos retirada a "rede de suporte" que representa a nossa capacidade emocional ou psicológica de enfrentar a vida.

Chopko et al. (2015) e Weiss et al. (2010) realizaram inquéritos sobre os incidentes críticos a agentes das forças de segurança. Os primeiros mostram que a possibilidade de cometer um erro durante uma ação policial que fira ou mate um colega ou um civil são as situações que mais potencialidade têm em causa trauma aos polícias. Já os segundos verificaram, como situações apontadas como mais graves: (1) a possibilidade de ferir ou matar um colega; (2) ser feito refém; (3) ficar encurralado em situações que periguem para a sua vida; e, (4) ver alguém morrer. Já em 2016, Violanti et al. obtiveram as mesmas conclusões sobre os fatores que têm mais preponderância para afetar os polícias ao nível psicológico. O facto de os incidentes críticos apontados como sendo aqueles que mais causam perturbações nos polícias serem os mesmos nestes estudos, torna-se um ponto de informação essencial.

Informação é poder, e com este tipo de informação as Polícias podem materializar/operacionalizar medidas conducentes à mitigação destes fenómenos.

Curiosamente, nos seus estudos, Chopko et al. (2015) perceberam que quanto mais pequeno for o departamento de polícia em que os agentes trabalham, mais forte é a relação entre os incidentes críticos e a instalação do Transtorno de Stress Pós Traumático (TSPT), apresentando como justificação o facto de estes acontecimentos ocorrerem de menos vezes, o que poderá fazer com que o choque seja maior, enquanto em serviços onde estas ocorrências sejam mais frequentes as situações acabam por ser consideradas mais "normais". Isto permite-nos perceber que os polícias, embora não vivam ou experienciem ocorrências stressantes diariamente, poderão desenvolver algum tipo de patologia do foro psicológico por viverem uma situação traumática apenas uma única vez.

É importante realçar que nem todos os agentes das forças de segurança desenvolvem TSPT após o envolvimento num incidente crítico, nem estes acontecimentos serão o único caminho para que esta patologia surja nos homens e mulheres que prestam serviço como agentes de autoridade (Dockstader, 2019). Lancaster et al. (2016) desenvolveram um estudo com militares expostos a situações de combate, tendo concluído que estes soldados têm entre quatro a cinco vezes mais probabilidades de desenvolver TSPT em relação a soldados não expostos ao combate. No entanto, perceberam também que esta situação acontecerá de acordo com as perceções dos fatores de *stress* de cada indivíduo, exatamente a mesma conclusão a que Digliani (2012) tinha chegado.

Acresce dizer que num estudo elaborado pelo Centro Nacional para Distúrbios de Stress Pós-traumático dos Estados Unidos, concluiu-se que um polícia que vivencia uma situação de incidente crítico e entra em negação, tentando lutar contra pensamentos intrusivos ou sentimentos negativos, ou mesmo tentando bloquear recordações daquele momento, muito provavelmente estará a desenvolver TSPT (Dockstader, 2019).

3.2 Impacto do Stress e dos Incidentes Críticos no Organismo

Como se não bastassem as consequências psicológicas, Denning (2017) revela que a experienciação destas situações faz com que o organismo entre numa sobrecarga de hormonas essenciais à resposta rápida do sistema nervoso simpático. Por outras palavras, quando nos deparamos com um incidente crítico, há uma produção e libertação de cortisol, adrenalina e noradrenalina nas glândulas supra-renais. O cortisol funciona como regulador do stress, estando, ainda, intimamente ligado ao ritmo circadiano – que mais à frente será aprofundado. A adrenalina e a noradrenalina são duas hormonas essenciais às neurotrasmissões, sendo que juntas acabam por ser as responsáveis pela "*fight or flight response*" (reação de lutar ou fugir). Esta reação, mais não é do que uma descarga de adrenalina no organismo que prepara o corpo para agir quando a sua sobrevivência está em causa. Neste processo químico, o corpo – através do sistema nervoso simpático – promove o aumento da frequência cardíaca, a dilatação das vias respiratórias (para uma maior oxigenação), estimula a produção de glicose no fígado ao mesmo tempo que reduz o fluxo sanguíneo na pele e no sistema digestivo a fim de potenciar a capacidade de resposta do indivíduo em reagir à ameaça (McCarty, 2016).

Denning (2017) refere que, com o tempo, este tipo de reações químicas no nosso organismo faz com que o *stress*, que seria controlável, passe a ter consequências nefastas, gerando crises de ansiedade, o que a longo prazo causará danos ao nível dos neurónios e do sistema nervoso. Nesta linha de raciocínio, Echouff-Tcheugui et al. (2018) afirmam que a exposição ao *stress* durante períodos muito longos leva a que haja uma perda da capacidade de memorização, devido a uma retração do próprio cérebro. Com as variações químicas repentinas que ocorrem no organismo, outras doenças poderão surgir como lesões do miocárdio, úlceras pépticas, hipertensão, doença coronária, diabetes, impotência sexual, obesidade, assim como existe cada vez mais uma relação entre os níveis de *stress* vividos pelo indivíduo e a incidência de doenças cancerígenas (Oliveira, 2006; Violanti, 2014).

Young et al. (2001) referem, ainda, que o *stress,* tenha origem no contexto ou no conteúdo da atividade policial (que será explicado mais adiante), e os incidentes

críticos influem no polícia de tal forma que este pode começar a apresentar certas reações como por exemplo:

Cognitivas, como a dispersão da atenção ou a diminuição da capacidade de concentração; perdas de memória; distorção da realidade;

Emocionais, como o choque emocional; sentimentos de culpa ou de raiva; medo; irritabilidade; empobrecimento afetivo; agir em "piloto automático"; e a naturalização da violência;

Físicas, como a hipertensão arterial; taquicardia; perturbações do sono; náuseas; e,

Reações quanto às relações interpessoais, nomeadamente, isolamento social; dificuldades nas relações laborais; iniciação/aumento do conflito nas relações.

Uma vez que a polícia é um serviço permanente, cobrindo as 24 horas do dia, grande parte dos polícias acabam por trabalhar por turnos, fazendo com que quem trabalhe sob este registo tenha uma alteração de horários biológicos. Neste âmbito, Worley (2018) afirma que o sono é de uma importância extrema para que o processo cognitivo se desenrole, assim como o estado de vigília da pessoa. Worley (2018), nos seus estudos demonstrou que ao fim de 16 horas acordado, os processos cognitivos e a capacidade de concentração da atenção apresentam-se deficitários com tendência a agravar-se até que a pessoa volte a dormir. O mesmo verifica-se quando o indivíduo não dorme durante a noite, uma vez que o ritmo circadiano (ritmo biológico que regula a atividade dos seres vivos, cf. https://www.sns.gov.pt/noticias/2017/10/03/premio-nobel-da-medicina-2017/) é estabelecido pela transição do dia para noite – juntamente com neurorecetores presentes nos globos oculares que são influenciados pela luminosidade – e, quando desregulado, faz com que o organismo tenha défices funcionais no comportamento, regulação da temperatura e níveis hormonais (SNS, 2022). Esta desregulação do horário do sono, faz com que a proteína PER1, que é produzida pelo organismo durante a noite, e que deve ser degrada durante o dia, não seja devidamente sintetizada (Van Laake et al. 2018), levando a um conflito biológico com consequências prejudiciais.

Cheng e Drake (2020) afirmam que a capacidade de adaptação, velocidade de pensamento e criatividade, assim como a deteção e correção de possíveis erros, fica comprometida, além de afetar a função psicomotora. Já no que diz respeito às funções afetivas e sociais, Cheng e Drake (2020) afirmam que um cérebro cansado terá menos capacidade de regular as emoções uma vez que o trabalhador que faz turnos terá uma gestão de *stress* mais deficitária do que a restante população. Acresce que, uma vez mais, os riscos de AVC isquémico e de enfarte são aumentados.

Além disto, o risco de desenvolver uma doença cancerígena fica aumentado (Violanti, 2014), sendo que, genericamente, os polícias têm uma esperança média de vida de menos sete anos comparando com a população em geral, sendo que em Portugal esta diferença aumenta para os 13 anos (Rodrigues, 2018). A juntar a isto, temos a violência autoinfligida, sobretudo o suicídio. Ferro (2018) refere que a exposição a situações stressantes, com grande pressão, e a ocorrência de eventos traumáticos ou incidentes críticos contribui para o suicídio dos polícias com a própria arma. Hackett e Violanti (2003) inferem que a disponibilidade das armas (de serviço) é um dos preditores de suicídio, a par de outros como: tentativas de suicídio anteriores; fins de relacionamentos (os divórcios já referidos acima); ou, sanções disciplinares/judiciais. Também Rodrigues (2018) dá conta deste fenómeno, acrescentando que o grau de incidência do suicídio no seio das polícias nacionais (PSP e GNR) entre 2000 e 2017 é de 16,9 suicídios por 100 mil habitantes ao passo que na população em geral esta taxa passa para, sete suicídios, entre 2000 a 2016.

Estas consequências, mais do que serem uma preocupação do agente de polícia, são – em última análise – um problema social, uma vez que as expensas de tratamento destas patologias passam pelo gasto do erário público, além de poderem ter reflexo na própria prestação dos polícias. Assim, é possível perceber que mitigando estes fatores de *stress*, não só o indivíduo beneficia como também o Estado, ou seja, todos nós.

3.3 Estigma das Doenças Mentais

Segundo a investigadora Dockstader (2019), nos Estados Unidos a população tem um forte estigma em relação às doenças mentais. João et al. (2017) referem que

também em Portugal esse estigma está enraizado, o que faz com que as pessoas com problemas de saúde mental sejam postas de lado no que diz respeito às relações interpessoais. Com o receio de serem eles próprios postos de lado, os sujeitos acabam por ser relutantes quanto ao pedido de ajuda para questões que tenham que ver com algumas perturbações psicológicas que possam estar a experienciar.

3.3.1 (SUB)CULTURA POLICIAL

A Polícia, como organização que é, incute nos seus funcionários uma maneira de estar e de agir que os faz diferenciarem-se dos demais concidadãos. A esta diferenciação chamamos cultura policial. A cultura de uma organização definir-se-á pelos padrões assumidos como basilares pelos integrantes de um determinado grupo, podendo ser desenvolvidos ou inventados por este, com o fim último de lidar com os problemas com que se deparam (Schein, 1984). A cultura policial passa pela forma como os polícias pensam enquanto grupo com características comuns, ou como se comportam (Reiner, 2016). Waddington (1999, p.98) afirma que a cultura policial é o "conjunto de crenças, valores e práticas" e que vai desde a gíria à forma como os polícias percecionam o ambiente envolvente, seja social ou físico. Por seu turno, Chan (2005) considera que esta cultura é essencial para a sobrevivência dos polícias, dados os inerentes riscos que a atividade acarreta.

Embora a Polícia seja única em todo o território nacional, o certo é que as geografias do dispositivo policial, assim como o tipo de serviço que cada polícia efetua ou no qual leva a cabo a sua missão faz com que – com uma ideia de matrioska cultural – haja dentro da cultura policial diversas outras subculturas. É precisamente isto que Bowling et al. (2019) referem quando reconhecem que existe uma cultura policial "originária" mas que existem, dentro desta, subculturas distintas e criadas por "experiências ou posições específicas" (p. 170) vivenciadas pelos polícias de determinadas unidades.

De resto, o polícia enfrenta e existe para enfrentar situações das quais o resto da população se afasta. Os polícias acorrem, como já referimos, a ocorrências onde a degradação social e moral, e a morte ou a violência estão bem presentes, esperando-se destes profissionais uma resposta pronta e eficaz. Espera-se que o polícia seja capaz

de aguentar todas as situações, quer ao nível físico quer ao nível psicológico. O polícia espera isso de si mesmo, ou mais ainda. Prova disso foi um estudo elaborado pela organização Beyond the Blue (2018) que mostrou que os polícias australianos tinham um forte estigma sobre a sua própria saúde mental, sendo que 61% dos agentes das forças de segurança inquiridos evitavam revelar o seu estado de saúde (mental). Em contraponto, os mesmos inquiridos afirmaram que estariam dispostos a trabalhar com alguém que pudesse apresentar alguma doença deste tipo (82%).

O Corpo de Intervenção configura-se como um "departamento" dentro da Polícia, no que diz respeito à subcultura policial. Ora, se os polícias, genericamente, têm um estigma bem vincado no que concerne à saúde mental, é provável que esta Subunidade Operacional também o tenha.

3.3.2 Resistência à Ajuda

O estigma face às doenças mentais (ou perturbações do foro psicológico) tem vindo a diminuir, conforme afirmam Angermeyer et al. (2017). No entanto, além do explanado no ponto anterior, a subcultura policial "encoraja o silêncio e a negação de problemas de saúde mental" (Bishopp & Boots, 2014, p.539), acrescendo que os polícias veem o recebimento de ajuda para estes problemas como negativo, uma vez que consideram ficar expostos. Essa exposição e o seu medo explicam-se com vários fatores, nomeadamente, por sentirem que serão apontados como sendo fracos pelos seus pares ou superiores, por acreditarem que poderão falhar uma possível promoção ou que deixam de ser confiáveis para os seus colegas de trabalho (Dockstader, 2019). No caso Português podemos acrescentar que a estes receios e anseios surge também o medo de ser desarmado, o que levaria a um impedimento de prestação de certos serviços, designadamente todos aqueles que sejam operacionais, e desta feita ficar-se-ia privado de suplementos remuneratórios essenciais ao bem-estar do polícia e da sua família.

No relatório elaborado pela Beyond the Blue (2018) foi percetível que, apesar da relutância em procurar ajuda especializada, os polícias não saberiam a quem recorrer caso essa relutância fosse mitigada (Spencer, 2017). Além disso, os polícias não sabiam identificar sintomatologia associada a doenças do foro psicológico. Esta

ignorância podia, inclusive, ser um dos motivos pelos quais a resistência à procura de ajuda é tão grande. No nosso caso, percebemos que o autoconhecimento de sintomas psicológicos não tem merecido grande reconhecimento no tocante às políticas de formação dos novos polícias. Prova disso é a prevalência da carga horária sobre questões da saúde mental. No Curso de Formação de Agentes (CFA), por exemplo são ministradas apenas 40 horas letivas da disciplina de Psicossociologia onde são contempladas abordagens ao *burnout*, ao suícidio nas polícias, ao *stress* ocupacional, ao *stress* (Escola Prática de Polícia [EPP], 2022).

Paradoxalmente, Copenhaver e Tewksbury (2018) perceberam que a negação da necessidade de ajuda por parte dos agentes das forças de segurança, ou a simples inação no que toca a procurar ajuda, tem uma relação com a quantidade de [que os polícias têm diariamente. No estudo foi possível verificar que quando um polícia conseguia dormir mais uma hora, o seu discernimento ficava mais claro, de tal forma que era capaz de reconhecer a necessidade de receber ajuda (Copenhaver & Tewksbury, 2018). *A contrario*, podemos dizer que um polícia exausto, acaba por agir de forma automática, o que poderá potenciar o erro. Beshears (2017) e Lancaster et al. (2016) afirmam que um indivíduo que chegue ao ponto de exaustão psicológica poderá não conseguir reconhecer que uma ameaça é fruto de uma convicção sua e não uma ameaça real. E daqui pode resultar uma reação exagerada por parte dos agentes da autoridade, visto que estes podem sentir medo e receio de que o seu bem-estar ou segurança estejam a ser ameaçados (King et al., 2006).

3.4 Conteúdo da Atividade Policial

Os autores dividem os fatores que influem nos níveis de *stress* de um polícia em duas grandes "áreas". Por um lado temos o conteúdo do trabalho, que passa pelas próprias características do trabalho policial. Por outro lado temos todas as problemáticas que advêm da organização em si – o contexto do trabalho.

Como fonte de *stress* no que diz respeito ao conteúdo do trabalho, Gonçalves (2011) elenca questões como: a falta de controlo que um agente tem no seu trabalho, remetendo para a incerteza do serviço que irá aparecer durante o turno; o excesso de trabalho, que muitas vezes assola dos polícias, levando-os a trabalhar mais horas do

que era suposto (aqui podemos acrescentar as horas de serviços de remunerados que, embora não sejam serviços contados para o horário do polícia, podem classificar-se como "horas extra"); a pressão do tempo sentida pelos polícias que têm de ser ágeis na obtenção de uma resposta/solução para os problemas que lhes chegam; a ambiguidade do seu papel; a rotina do trabalho; e, as tarefas operacionais que acarretam riscos, como o de ser ferido, ferir um colega ou mesmo a exigência física (e.g., decorrente da manietação de um suspeito violento). Collins e Gibbs (2003) e Violanti et al. (2017) referem ainda: as presenças em tribunal como fator de *stress*, onde os polícias veem o seu serviço escrutinado; os eventos traumáticos ou incidentes críticos (que abordámos acima); as ameaças verbais e psicológicas; e, os horários, com enfoque nos turnos, embora não sejam o fator com mais peso. Este último fator interfere, ainda, na qualidade do sono, que tem uma importância fulcral na vida e bem-estar do indivíduo.

3.5 DO CONTEÚDO AO CONTEXTO

Dockstader (2019) afirma que diversos estudos apontam para que os fatores de *stress* decorrentes do contexto do trabalho possam trazer maiores consequências nos indivíduos do que propriamente os incidentes críticos. Na mesma linha de pensamento Shane (2010) afirma que os fatores decorrentes do *stress* organizacional podem ter a mesma ou maior preponderância no *stress* de um agente de autoridade.

Nesta perspetiva importa perceber o que pode causar este *stress* no contexto do trabalho/*stress* ocupacional, sendo que estes fatores não dizem respeito à atividade em si mas, sobretudo, às condições em que os profissionais de polícia se veem envolvidos no trabalho.

Kirschman (2007) concluiu que os polícias referem: a falta de treino adequado; a supervisão ou liderança deficitária; a falta de comunicação dentro da organização; a injustiça presente na distribuição do trabalho; a fraca remuneração; a falta de reconhecimento e de apoio por parte da hierarquia; a imprevisibilidade dos serviços que lhes são dados; e, o excesso trabalho burocrático. Gonçalves (2004), Monteiro (2006) e Soeiro e Samagaio (2002) referem ainda a imagem institucional negativa como fator de *stress*, bem como o conflito entre o trabalho e a família, sendo

que o isolamento face à família é um ponto importante. Segundo Gonçalves (2011), a família pode servir como uma ajuda no que diz respeito à gestão do *stress* adquirido no trabalho, mas acaba por ser mais um foco de *stress* para os profissionais de polícia, sendo que 37% destes profissionais referem problemas familiares graves (Oligny, 1991, cit. in Gonçalves, 2011). À semelhança do que foi referido a propósito dos incidentes críticos, também aqui a influência destes fatores como stressantes é decorrente da perceção que cada indivíduo tem dessa mesma circunstância.

Huddleston et al. (2007) desenvolveram um estudo onde concluíram que as marcas provenientes de incidentes críticos, como o evitamento de certas situações ou reviver memórias do episódio, iam perdendo o seu impacto ao fim de um ano. Em contraponto, o *stress* ocupacional perdurava por mais tempo e era mais forte (van der Velden, et al., 2010) até porque a atividade laboral ocupa a maioria do tempo diário (Gonçalves et al., 2010), sendo que a grande parte do quotidiano do polícia não é passado em ocorrências mas sim em trabalho dentro da esquadra (43%) como Knox e MacDonald (2001) afirmam. A Beyond the Blue (2018) percebeu que 55% dos participantes na sua pesquisa, todos eles antigos membros da polícia australiana ou dos serviços de emergência, reconheceram que os episódios de *stress* que tinham vivido no trabalho eram imputados à má gestão ou ao tratamento inadequado por quem era seu superior hierárquico. Embora este tipo de *stress*, ocupacional, seja mais fácil de controlar do que aquele que advém do conteúdo do trabalho, importa que sejam tomadas medidas concretas e operacionalizadas no terreno para mitigar esta problemática, as quais promovam o bem-estar no trabalho por parte dos profissionais de polícia.

Assim, ainda que o conceito de bem-estar implique um debate aprofundado, avoquemos, para este contexto, que o bem-estar no trabalho passará pela satisfação que o trabalhador tem com o seu trabalho, seja a um nível geral seja ao nível específico, onde entram as questões supra elencadas como a remuneração, as relações interpessoais e as condições que a organização fornece e promove para o desenrolar da atividade profissional (Warr, 2002). A Dockstader (2019) afirma que uma das medidas que pode mitigar estes problemas é a possibilidade de os agentes terem, no seio do seu departamento policial, uma forma de se expor as suas queixas ou sugestões de melhoramento da atividade policial, de forma anónima. No entanto a

mesma associação refere que para tal só acontece com uma liderança forte e onde haja direção efetiva e ajuda entre o efetivo. Na mesma linha, Llorens et al. (2009) referem que uma liderança adequada e que tenha por base a possibilidade de haver espaço para relações interpessoais é um dos fatores que traz mais benefícios e de forma mais consistente ao trabalhador e consequentemente à organização.

Para Lazarus e Folkman (1984) o *stress* ocupacional far-se-á sentir pelo desajuste entre as exigências do trabalho e as capacidades do trabalhador, ou mesmo as suas expectativas (Gonçalves 2011). Este desajuste pode levar a um sentimento de traição da organização, que se traduz no facto de um trabalhador sentir que houve diversas violações de confiança perpetradas pela instituição num momento em que ele confiava e dependia desta organização (Smith & Freyd, 2014). Reynolds e Helfers (2018) num estudo que tinha como objetivo aferir os sentimentos de injustiça e traição organizacional em agentes de autoridade, concluíram que estes não se sentiam tratados com justiça por parte da instituição. Os mesmos autores concluíram que é na ação disciplinar, na resolução de queixas apresentadas por parte de cidadãos, em momentos de mudança de liderança e em questões de progressão de carreira que os agentes de sentiam mais injustiçados. Ainda neste estudo, os agentes inquiridos referiam que esta injustiça culminava em sentimentos de raiva (75%), desagrado, frustração e desilusão para com a organização, levando a que ficassem mais céticos no que diz respeito à polícia, ficando convictos de que esta não os apoiava. Por conseguinte, estas frustrações resultaram em efeitos tão negativos como a relutância em se esforçarem em questões laborais.

3.6 Dicotomia entre as Crenças e a Execução da Missão

Carleton et al. (2019) afirmam que os profissionais de polícia têm uma incidência mais elevada de sintomatologia relacionada com distúrbios mentais do que a população em geral. No entanto, a tensão que o trabalho provoca no polícia vai mais além dos incidentes críticos ou do *stress* organizacional que já referimos. Os polícias podem viver situações onde haja um conflito de interesses entre as suas convicções, sejam elas de que natureza for, como religiosa, política, ou por convicção pessoal sobre um qualquer tema social, e a sua missão. Norberg (2013) vem relatar isto mesmo, quando afirma que um polícia pode ver-se em situações onde tem de tomar

decisões rapidamente e onde possa haver choque entre aquilo que é a legislação em vigor e os seus valores morais.

O Corpo de Intervenção, é chamado a intervir em inúmeras manifestações, onde a contestação social e as reivindicações feitas pelos manifestantes são problemas que também afetam os polícias. Este facto incute no polícia uma dicotomia entre aquilo em que ele acredita/as suas convicções e aquilo que é a sua missão. Exemplos evidentes disto – no que diz respeito ao CI – surgiram em 2011, momento em que os operacionais do CI foram chamados a atuar perante a manifestação da "Geração à Rasca" que reivindicava condições de trabalho para os jovens e juntou quinhentas mil pessoas nas ruas de Lisboa; ou quando, em 2012, estiveram cerca de duas horas, em frente à Assembleia da República, atrás de uma barreira de escudos, sendo alvo de arremesso de objetos, no fim daquela que era uma manifestação convocada pela Confederação Geral dos Trabalhadores Portugueses – Intersindical Nacional (CGTP-IN) onde se reclamava, entre outras coisas, por aumentos dos salários da função pública e contra o corte dos subsídios de férias e natal (onde se incluíam os próprios polícias do CI); ou, mais marcadamente, aquando das manifestações dos polícias, onde as reivindicações feitas pelas plataformas sindicais eram em prol – também – dos polícias do Corpo de Intervenção, mas onde a missão teve que se sobrepor às convicções do polícia.

Nesta senda, Qashu Lim (2017) afirma que a atividade operacional dos *first responders*, onde se inclui a atividade que os polícias desenvolvem, obriga a que estes profissionais tenham a capacidade de agir rapidamente durante as ações policiais, seguindo os procedimentos institucionais e legais, embora estes possam chocar com as algumas das suas convicções pessoais. Acrescenta, ainda, que estes profissionais regem-se por sistemas burocráticos e estão dependentes de códigos de conduta, de deveres e da Lei, de tal maneira que as suas ações acabam por estar sempre vinculadas a estes procedimentos. Um polícia pode, então, ser confrontado com uma situação em que haja um conflito entre valores, podendo isto ser de tal forma intenso que lhe causará angústia (Carleton et al. 2019).

Deste modo, Jinkerson (2016), define que uma lesão moral é um trauma psicológico que emerge decorrente da violação de crenças morais. A angústia moral que daqui decorre pode ser explicada como sendo uma experiência de sentimentos

dolorosos e que causam desequilíbrio psicológico, ocorrendo quando o indivíduo sabe qual será a coisa mais correta a fazer mas por algum tipo de constrangimento institucional, ou outro, não pode agir de acordo com esse conhecimento (Jameton, 1984, *as cited. in* Papazoglou & Chopko, 2017). Esta angústia, experimentada de forma sistemática, induz no profissional sentimentos de impotência, raiva, depressão, culpa ou ansiedade, podendo, ainda, levar ao distanciamento emocional (Huffman & Ritternmeyer, 2012). Herbert (1996) diz mesmo que o uso da força será resultante, sobretudo, da ação dos suspeitos ou meliantes e não do polícia, donde percebemos que o uso da força *per si* se consubstancia, desde logo, num conflito para o agente entre o que tem de fazer e as suas próprias convicções.

Numa ponte com o *stress* organizacional, percebeu-se que a falta de recursos, a falta de conhecimento técnico e incompetência por parte dos colegas, a ineficácia da comunicação, relativamente à forma como devem ser implementadas as tarefas da organização, levam a que haja conflitos morais nos profissionais (Raganella & White, 2004).

4. Mecanismos de Gestão de Stress

4.1 Mecanismos de defesa

Para lidar com as situações stressantes a que são expostos, e por forma a mitigarem a absorção dos impactos os indivíduos desenvolvem mecanismos de defesa - *coping*. Lazarus e Folkmam (1984) afirmam que para enfrentar essas situações as pessoas têm mecanismos de resolução em que se tentam ajustar à realidade com que se deparam. O certo é que há estratégias de *coping* saudáveis e outras que não o são. Estes últimos podem, inclusive, acarretar ainda mais prejuízo para o indivíduo como sejam o consumo de tabaco, abuso do consumo de cafeína e álcool ou mesmo maus hábitos alimentares (Can & Hendy, 2014).

Em contrapartida, existem mecanismos de defesa que acabam por se revelar como saudáveis e que acabar por contribuir para a promoção do bem-estar na pessoa, como o desporto, o descanso, ou manter uma vida social ativa, ou o apoio familiar (Can & Hendy, 2014).

4.2 O *DEBRIEFING* PSICOLÓGICO

J. Mitchell desenvolveu o Programa de Gestão de *Stress* de Incidentes Críticos ou *Critical Incident Stress Management* (CISM) com o objetivo de permitir que os agentes que vivenciem estas situações possam discuti-las, de forma estruturada, de maneira a prevenir situações mais críticas e avaliar a necessidade de possíveis acompanhamentos (Mitchell & Everly, 2000).

O CISM é um programa que se pauta por uma intervenção na crise sistemática e multicompetente (Mitchell & Everly, 2000), atuando através de sessões de *debriefing* (Rezende et al. 2015) com vista a atenuar o *stress* vivenciado, o que permite auxiliar a redução da incidência e frequência da crise (Mitchell & Everly, 2000). As intervenções podem ser grupais ou individuais, consoante os casos e o tipo de acompanhamentos que devem ser mantidos (Mitchell & Everly, 2000), onde pessoas credenciadas desenvolvem a interação, sendo conhecidos como "pares" ou *CISM team* (Rodrigues, 2014).

Ainda que o *debriefing* psicológico das operações policiais possa ser um momento positivo no tocante à gestão de *stress*, R. Mitchell (2018) vem dizer que este tipo de gestão da situação não atenua as consequências negativas para o indivíduo que viveu um incidente crítico, pelo contrário agrava-as. Este agravamento acontece, em parte, por ocorrer um "reviver" da situação além de haver uma crítica e autocrítica inerentes ao momento do *debriefing* podendo intensificar o sentimento de falha e o impacto do trauma (Dockstader, 2018).

Na verdade, Carlier et al. (2000) realizaram um estudo com polícias que tinham vivido incidentes críticos. Neste estudo dividiram a amostra em dois grupos diferentes, tendo aplicado o modelo CISM a apenas um dos grupos. O que constataram foi que os polícias que tinham passado pelo programa de Gestão de *Stress* de Incidentes Críticos apresentavam mais sintomatologia de Transtorno de *Stress* Pós Traumático do que os que não passaram pelo programa.

Não obstante as críticas apontadas pela literatura, os Serviços de Navegação Aérea portugueses, por exemplo, recorrem ao Programa de Gestão de *Stress* de Incidentes Críticos junto do seu pessoal, com o intuito de atenuar as marcas deixadas pelo *stress* nos responsáveis pelo controlo do tráfego aéreo. Para tal, têm formadores

com credenciação atribuída pela *International Critical Incident Stress Management Foundation* (ICISF) (Silva, 2021).

Em 2013 foi criada a Plataforma de Estudos para a Intervenção em Crise, onde colaboram o Laboratório de Reabilitação Psicossocial da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, o Instituto Nacional de Emergência Médica, o Serviço de Intervenção em Crise da Cruz Vermelha Portuguesa e a Polícia Municipal do Porto, com o objetivo de estudar o impacto das crises e catástrofes nos seus intervenientes (Lusa, 2013). Do que foi possível apurar, através de pesquisa na *internet* e junto de profissionais da PSP, não foram encontrados resultados da atividade desta plataforma.

4.3 Consequências Comunitárias da falta de Gestão do Stress

Ao longo deste capítulo temos vindo a apresentar problemas que, seja pela atividade policial – pensando nas ocorrências com que os polícias se deparam – seja pelas características das condições de trabalho em que os polícias operam, têm reflexos para o polícia e para a organização policial. Estas situações tendem a imprimir no polícia um nível de *stress* tal que este, dependendo dos seus mecanismos de gestão do *stress*, inerentes à sua personalidade ou orientados pelas organizações, pode resultar numa acumulação de tensão que mais tarde ou mais cedo pode resultar em pesadas consequências para o individuo e/ou para a instituição que serve, nomeadamente, e em última instância, no aparecimento do Transtorno de Stress Pós-Traumático.

Como temos vindo a dizer, o *stress* acumulado pode ter como consequência uma visão enviesada da realidade. No fundo, será como se os polícias, fustigados pelos altos níveis de *stress*, pusessem uns óculos e a sua perceção da vida ficasse toldada, decorrente daquilo que veem no seu dia-a-dia. Isto é preocupante pois um polícia pode sentir a sua vida ameaçada por associar o acontecimento que está a viver a um episódio anterior, uma situação traumática ou incidente crítico, fazendo com que

intervenha de acordo com essa perceção de ameaça e não com a realidade concreta de um dado momento.

Desta percepção advêm consequências negativas para a relação entre a comunidade que a Polícia serve e a própria organização policial. Por causa destas discrepâncias, foi realizado um estudo em Oakland, nos Estados Unidos, onde se percebeu – através das *bodycams* usadas pelos polícias – que os agentes de autoridade tinham a tendência a tratar com menos respeito "membros da comunidade negra *versus* branca" (Voigt et al., 2017, as cited in Dockstader, 2019, p. 8).

Desta animosidade que se pode gerar, motivada pela atuação e reação, quer da polícia quer dos indivíduos com quem a polícia interage, resulta uma menor confiança da comunidade e, assim, um decréscimo na qualidade e eficácia da atuação policial (Dockstader, 2019) em campos como sejam o deslindar de crimes investigados ou ações de sensibilização junto de crianças e jovens de bairros mais carenciados. A isto, somar-se-ão as interações hostis entre polícias e comunidade. Nada disto contribui para o conceito imagético da Polícia, podendo, inclusive, fazer com que essa imagem seja "manchada", por um lado por se considerar que uma atuação da polícia foi errada, por outro, por se assumir que a polícia perde a sua autoridade e consequentemente o respeito da população (Dockstader, 2019).

5. FORMULAÇÃO DO PROBLEMA

Os polícias trabalham em contextos onde os acontecimentos se sucedem de maneira bastante rápida e imprevisível e que, normalmente, envolvem situações com uma tremenda potencialidade de causar trauma ao nível psicológico (Carleton et al. 2019). Expostos a eventos com grande imprevisibilidade, em teatros operacionais complexos, os polícias ficam obrigados a ter (ou desenvolver) capacidade para os "digerir". Quando tal não se sucede, temos um polícia que experimenta uma dissonância entre as suas aptidões para lidar com o *stress* e o *stress* que o evento lhe provoca. Este fosso criado tem consequências nefastas na vida e na saúde dos polícias, ao nível fisiológico mas também emocional e social, e que podem perdurar longos períodos de tempo, depois dos eventos terem acontecido. A isto, acresce o

facto de haver um elevado número de polícias com maior preponderância para desenvolverem TSPT ou para a situação limite do cometimento do suicídio.

Sabemos, ainda, que as questões da saúde mental não se regem por equações matemáticas bem delimitadas, e como tal a frequência com que se presencia um incidente crítico, ou a gravidade do mesmo, não é sinónimo de surgirem, ou não, perturbações ao nível psicológico no indivíduo. Por outro lado, as evidências levam-nos a acreditar que nos departamentos/serviços/unidades de polícia mais pequenos, os incidentes críticos têm um peso maior, pois a baixa frequência do acontecimento faz com que o polícia não tenha ferramentas tão hábeis para lidar com a situação, e como consequência são vistos como mais graves (Chopko et al., 2015).

Monteiro (cited in Gonçalves, 2011) afirma que a dicotomia Trabalho-Família e a gestão interna são duas das quatro fontes de *stress* mais referidas no seu estudo quando comparou elementos da Banda de Música da PSP, polícias do Corpo de Intervenção e polícias da Investigação Criminal. O mesmo autor afirma que, no que diz respeito a situações que envolvessem riscos/ameaças e durante uma atuação/intervenção operacional os homens do Corpo de Intervenção tinham níveis (médios) de *stress* mais baixos do que os elementos da Banda.

Como Shane (2010) afirma, as fontes de *stress* derivadas do contexto do trabalho têm um peso igual ou maior que aquelas que advêm de uma experienciação de um incidente crítico. Além da perpetuação no tempo, os factores de *stress* organizacional são os preditores mais fortes (van der Velden et al., 2010).

É perante este cenário que urge perceber qual o impacto da atividade policial nos elementos do CI, percebendo onde se poderá manifestar, quais as consequências para as suas vidas particular e profissional, tendo em vista encontrar estratégias específicas não só de seleção mas também de detecção de sinais de alerta que poderão trazer à organização mais-valias no tocante à gestão do *stress* e dos seus homens.

CAPÍTULO II – MÉTODO

Para a concretização daquilo a que nos propomos neste estudo, importará definir qual o caminho a seguir, tendo como fim último entender quais são, de facto, os impactos na vida dos polícias decorrentes do seu trabalho. Assim, para conhecer certa realidade será fundamental que o investigador recorra a um método de trabalho para conduzir a investigação de tal forma que consiga procurar e encontrar respostas (Quivy & Campenhoudt, 2017). O método de investigação, este, será o percurso "apropriado e validado" (Santo, 2015, p. 13) que a investigação toma para alcançar os fins desejados. É, ainda, um "conjunto de atividades sistemáticas e racionais" (Marconi & Lakatos, 2003, p.83) que conferem maior segurança e economia, permitindo atingir o objetivo, auxiliando o investigador nas suas decisões.

Para Marconi e Lakatos (2003), a primeira parte da investigação tem um caráter descritivo, teórico, resultante da análise da literatura sobre o tema em foco, recolhendo as informações necessárias para a contextualização e delimitação da problemática.

Numa segunda fase, o propósito foi o de conhecer a realidade do impacto da atividade policial na vida dos polícias do Corpo de Intervenção, motivo pelo qual neste trabalho a abordagem utilizada foi qualitativa. A realização de entrevistas semiestruturadas possibilitou-nos a recolha de dados que contribuem para os resultados da investigação, mas também para possíveis investigações futuras (Bardin, 2011).

1. PARTICIPANTES

Numa amostragem por conveniência, obteve-se uma população de 20 polícias pertencentes ao Corpo de Intervenção, sediados na Calçada da Ajuda, que, de forma voluntária, contribuíram com as suas perspetivas para este estudo. Na escolha dos polícias a serem entrevistados foi imposto como requisitos basilares que todos os

participantes estivessem, atualmente, integrados em equipas operacionais, e que pertencessem à carreira de Agente da Polícia de Segurança Pública.

Dos 20 participantes no estudo, um é Agente e os restantes 19 são Agentes Principais. Todos os entrevistados são do género masculino. Relativamente ao tempo de serviço, o tempo máximo situa-se nos 32 anos de serviço na PSP e 30 anos de serviço no CI, ao passo que o tempo mínimo encontra-se nos oito anos de serviço na PSP e quatro anos no CI, sendo a média de tempos de serviço de 20 anos e 9 meses de serviço na PSP e de 17 anos de serviço no CI. Quanto ao leque etário vai desde os 30 anos do polícia mais novo até aos 53 anos do polícia mais antigo, sendo a média de idades dos entrevistados de 44 anos e 3 meses.

2. CORPUS

De acordo com Bardin (2011), o *corpus* corresponde ao "conjunto dos documentos tidos em conta para serem submetidos aos procedimentos analíticos" (p. 126) que, analisados de forma objetiva, buscam fundamentar impressões e juízos intuitivos tendentes a alcançar resultados confiáveis. Nesta investigação, constituiu-se como *corpus* as 20 entrevistas realizadas aos polícias do CI, transcritas.

3. INSTRUMENTOS

3.1. ENTREVISTA

Fortin (1999) refere-se às entrevistas como sendo um "modo particular de comunicação verbal, que se estabelece entre o investigador e os participantes com o objetivo de colher os dados relativos às questões de investigação formuladas" (p. 245). Tal permite ao investigador colher revelações e informações férteis, constituindo-se uma grande vantagem para o estudo, correspondendo a fontes de dados uma vez que se trata de um contacto direto entre o investigador e o entrevistado (Quivy & Campenhoudt, 2017). As entrevistas trazem-nos, ainda, a vantagem de poder observar as reações do entrevistado, o tom de voz, a expressão facial ou a

posição corporal (Fortin, 1999) na sua interação com o investigador, expondo a sinceridade da resposta, que de outro modo podia ficar oculto ou criar dúvidas, assim como permite uma melhor compreensão devido a essa mesma interação. O entrevistador não se limitará, então, a colocar questões mas deve "criar uma situação interpessoal" (Fortin, 1999, p. 248) contribuindo para o grau de motivação do entrevistado.

Para Fortin (1999) o emprego de entrevistas prossegue três objetivos: "1) servir de método exploratório para examinar conceitos, relações entre variáveis e conceber hipóteses; 2) servir de principal instrumento de medida de uma investigação; 3) servir de complemento a outros métodos (p. 245). Neste estudo, as entrevistas constituíram o instrumento de recolha de dados de primordial.

Optámos pela realização de entrevistas semiestruturadas, quanto ao seu grau de estruturação, e conduzidas de modo semi-diretivo no que concerne à sua diretividade uma vez que "a formulação e a sequência das questões não são predeterminadas, mas deixadas à livre disposição do entrevistador" (Fortin, 1999, p. 247) que pretende entender o sentido dado a um acontecimento ou a um fenómeno na perspetiva dos entrevistados.

3.2. ANÁLISE DE CONTEÚDO

Depois de feitas as entrevistas que constituem o *corpus* do trabalho, debruçamo-nos sobre a análise de conteúdos que mais não é do que uma técnica que permite classificar os dados recolhidos. Segundo Krippendorff (2004) a análise de conteúdo firma-se numa técnica de pesquisa que permite realizar "inferências replicáveis e válidas a partir de textos (ou outros conteúdos relevantes) ao contexto do seu uso" (p. 18) sendo uma ferramenta científica. Para Berelson (1952, as cited in Bardin, 2011, p.42) a análise de conteúdo é "uma técnica de investigação que através de uma descrição objetiva, sistemática e quantitativa do conteúdo manifesto das comunicações tem por finalidade a interpretação destas mesmas comunicações".

Flick (2005) afirma que a interpretação dos dados tem dois objetivos: o primeiro contextualizar as afirmações feitas; em segundo lugar reduzir o material textual,

resumindo-o ou categorizando-o. Bardin (2011) menciona quatro regras às quais as categorias de análise de conteúdo devem de obedecer, de modo a garantir a qualidade da análise. Assim, as categorias devem ser:

> 1) homogéneas: poder-se-á dizer que não se mistura "alhos com bugalhos"; 2) exaustivas: esgotar a totalidade do "texto"; 3) exclusivas: um mesmo elemento do conteúdo não pode ser classificado aleatoriamente em duas categorias diferentes; - objetivas: codificadores diferentes devem chegar a resultados iguais; 4) adequadas ou pertinentes: isto é, adaptadas ao conteúdo e ao objetivo. (Bardin, 2011, p. 42)

Para Bardin (2011) a categorização "é uma operação de classificação de elementos constitutivos de um conjunto por diferenciação e, em seguida, por reagrupamento segundo o género (analogia), com critérios previamente definidos" (p. 147). As categorias acabam por ser "classes" que irão reunir um "grupo de elementos (unidades de registo)" (Bardin, 2011, p. 147) que nelas são inseridos de acordo com as suas características em comum. Este processo permite-nos transformar os dados que foram recolhidos em material mais elaborado e ainda mais sintético (Quivy & Campenhoudt, 2017).

A categorização poder-se-á fazer através de três formas: por acervo, onde o "sistema de categorias não é fornecido" resultando este da própria análise dos elementos; por "caixas", no qual as categorias estão previamente definidas e o conteúdo analisado é repartido por estas (Bardin, 2011, p. 48) ou, por último, por um procedimento misto, onde há, efetivamente, uma definição pré estabelecida das categorias mas, tendo em conta a própria análise do conteúdo, há a possibilidade de modificação destas, ou de adaptação ou até de criação de novas categorias, emergentes do *corpus* (Pais, 2004). Na nossa análise o procedimento utilizado foi misto.

Da análise da comunicação entrevistador/entrevistado obtemos indicadores, quantitativos, ou não, que nos irão permitir fazer inferências, que mais não serão do que deduções lógicas (Bardin, 2011). Estas inferências são o ponto intermédio entre a

descrição (que se constitui como uma primeira etapa) e a interpretação (que será a última fase) (Bardin, 2011). Ainda de acordo com Bardin (2011), devemos ter em consideração a necessidade de se garantir e manter a qualidade da análise de forma a que as inferências que sejam feitas sejam válidas, para tal, o procedimento deve ser sujeito a uma série de regras relativas à fiabilidade e à validade (Pais, 2004).

No que diz respeito à fiabilidade Ghiglione e Matalon (2001) afirmam que esta está "ligada ao processo de codificação e, por consequência, ao codificador e ao instrumento de codificação de que ele dispõe" (p. 195). Segundo Krippendorff (2004) a fiabilidade atesta que durante a análise de conteúdo não há contaminação por dados exteriores àqueles que são analisados, como a possibilidade de enviesamento de quem codifica esses dados. De acordo com o mesmo autor, existem dois tipos de fiabilidade: intercodificador e intracodificador. A primeira garante o grau de invariabilidade de um processo codificador ao longo do tempo (Krippendorff, 2004), já a segunda – fiabilidade intercodificador – verifica-se quando codificadores diferentes codificam o mesmo material da mesma maneira (Bardin, 2011; Ghiglione & Matalon, 2001; Krippendorff, 2004). Além dos testes de fiabilidade com foco no codificador, Ghiglione e Matalon (2001) sugerem que também as categorias têm de mostrar essa fiabilidade, desde logo, mostrando que não são ambíguas, permitindo classificar os elementos de análise sem qualquer dúvida, revelando o seu rigor. Assim, como referimos acima, as categorias devem reger-se pelas regras de exaustividade e de exclusividade, levando a que todas as unidades de registo sejam codificadas e que cada unidade de registo apenas "encaixe" numa, e só numa, categoria (Bardin, 2011).

Já no que toca à validade, esta deverá envolver todo o procedimento de análise, permitindo, nomeadamente, a replicação da análise por outro investigador (Pais, 2004). Ghiglione e Matalon (2001) definem a validade como a "adequação atingida entre os objetivos e os fins sem distorção dos factos" (p. 196). Se uma análise for considerada válida, isso obriga a que os resultados alcançados tenham que ser tidos em consideração em investigações posteriores.

No que concerne à organização da análise, Bardin (2011) divide-a em três "pólos cronológicos" (p. 124) distintos, são eles: a pré-análise; a exploração do material; e, o tratamento dos resultados, a inferência e a interpretação.

A pré-análise corresponderá a "um período de intuições, mas tem por objetivo tornar operacionais e sistematizar as ideias iniciais, de maneira a conduzir a um esquema preciso do desenvolvimento das operações sucessivas, num plano de análise" (Bardin, 2011, p. 124). Aqui destaca-se a leitura "flutuante" que se consubstancia num primeiro contacto com os documentos a serem submetidos à análise, permitindo "conhecer o texto deixando-se invadir por impressões e orientações" (Bardin, 2011, p. 126).

A segunda fase, de exploração do material passa pela "aplicação sistemática das decisões tomadas" (Bardin, 2011, p.131). Esta fase de exploração "consiste essencialmente em operações de codificação, decomposição ou enumeração, em função de regras previamente formuladas" (Bardin, 2011, p.131).

Por último, chegamos à fase de tratamento dos resultados obtidos. Aqui processa-se o tratamento dos resultados "brutos" para que se convertam em resultados "significativos e válidos" (Bardin, 2011, p. 131). Posteriormente, através de certas operações estatísticas a apresentação de "quadro de resultados, diagramas, figuras e modelos, os quais condensam e põem em relevo as informações fornecidas pela análise" (Bardin, 2011, p. 131). Em função destes resultados, será então, possível estabelecer inferências, respondendo ao problema de investigação e procurando extrair significado para a temática em estudo.

4. PROCEDIMENTO

Numa primeira fase, foi solicitada a devida autorização à Direção Nacional da Polícia de Segurança Pública (vd. Anexo 1) para a realização de entrevistas a polícias do CI. Autorizado o pedido (vd. Anexo 3), deu-se início a todo o processo estabelecendo contactos com a estrutura de Comando do Corpo de Intervenção de Lisboa. Ao Grupo Operacional Técnicas de Formação e aos Comandantes dos Grupos Operacionais, foi-lhes transmitido pessoalmente, aquando de um encontro no CI, o propósito do nosso estudo, tendo salientado que seria nossa intenção proceder à entrevista de polícias operacionais que ali prestam serviço.

Posteriormente, foram agendados dias em que fosse possível, por motivos operacionais do Corpo de Intervenção, entrevistar pessoalmente os voluntários. Ainda que tivessem sido feitos todos os esforços para manter o anonimato de quem seria entrevistado, houve a necessidade de, no momento das entrevistas, dar conhecimento aos Comandantes de cada Grupo Operacional, estando este facto estreitamente relacionado com o grau de prontidão operacional que estes polícias têm. De qualquer modo, em momento algum houve referência às entrevistas propriamente ditas de qualquer participante no estudo.

Aos polícias voluntários e que acederam a conceder-nos a entrevista foi-lhes explicado, uma vez mais, o propósito deste trabalho, assim como dos procedimentos da própria entrevista, tendo todos ficados esclarecidos. Foi ainda questionado se aquele momento seria oportuno para a realização da entrevista, ou se preferiam que esta se realizasse noutro dia/hora e local, consoante a disponibilidade de cada polícia. Foi, também apresentado a cada um dos participantes um termo de consentimento informado (vd. Anexo 4) para assinar, assim cumprindo os princípios éticos inerentes à condução de investigação científica.

Para alcançar o melhor resultado possível foi pedido a cada polícia que falasse abertamente, de forma sincera, expressando o que sentia e sem qualquer tipo de inibição. Foi, também por isso, garantido que a sua identidade nunca ficaria associada às palavras ali proferidas, de forma a garantir a confidencialidade do teor da entrevista. A realização das entrevistas permitiu que estes profissionais partilhassem os seus testemunhos, pontos de vista ou opiniões sobre as vivências e ocorrências com que se deparam no dia-a-dia da sua atividade operacional através "das suas percepções de determinado acontecimento ou situação" (Quivy & Campenhoudt, 2017, p.91) ou interpretações e experiências.

Após as entrevistas procedeu-se à sua integral transcrição, assim ficando constituído o *corpus* que foi depois submetido à análise do conteúdo. A partir de uma reflexão da "problemática teórica e das características concretas dos materiais em análise" (Vala, 1990, p. 112) e considerando o problema de investigação, construiu-se um quadro categorial (vd. Anexo 6). Este, conta com 10 categorias e 26 subcategorias, e possibilitou a codificação das unidades de registo. A categoria A

refere-se às origens/causas dos impactos de acordo com Gonçalves (2011); a categoria B tem em conta as consequências psicológicas, segundo Young et al. (2001) e Hesketh e Tehrani (2018): a categoria C já se debruça sobre as consequências físicas; a Categoria D refere-se às consequências comportamentais, estas últimas segundo Young et al. (2001); a categoria E tem em conta as estratégias de defesa conforme Can e Hendy (2014).

Resultante da análise do conteúdo surgiram outras cinco categorias. A categoria F refere-se a situações que representavam os maiores desafios decorrentes do serviço operacional no Corpo de Intervenção, decorrentes daquilo que a literatura refere como sendo ligado ao conteúdo do trabalho. A categoria G diz respeito às principais dificuldades sentidas pelos polícias relativamente a questões, que ligadas às resoluções das ocorrências, têm que ver com o contexto do trabalho, surgindo dessa forma as subcategorias G.1 (recurso), G.2 (formação técnica) e G.3 (formação em saúde mental). A categoria H remete para o apoio que os polícias recebem desde o reconhecimento do seu trabalho ao serenar inquietações que os operacionais tenham, seja por parte dos superiores hierárquicos seja por parte de técnicos especializados/psicólogos. A categoria I por sua vez decorre das ocorrências policiais; a categoria J surge com base no tipo de ajuda psicológica à qual os polícias recorreriam.

Depois de estar definida a grelha categorial deu-se início ao processo de codificação. Como já referido, segundo Ghiglione e Matalon (2001) a fiabilidade e validade são da maior importância no processo de codificação, assim, estes foram garantidos pela classificação das unidades de registo sem qualquer ambiguidade. Além deste cuidado foi garantido, também, o princípio da exaustividade, tendo-se esgotado a totalidade do texto, e da exclusividade categorial (Bardin, 2011).

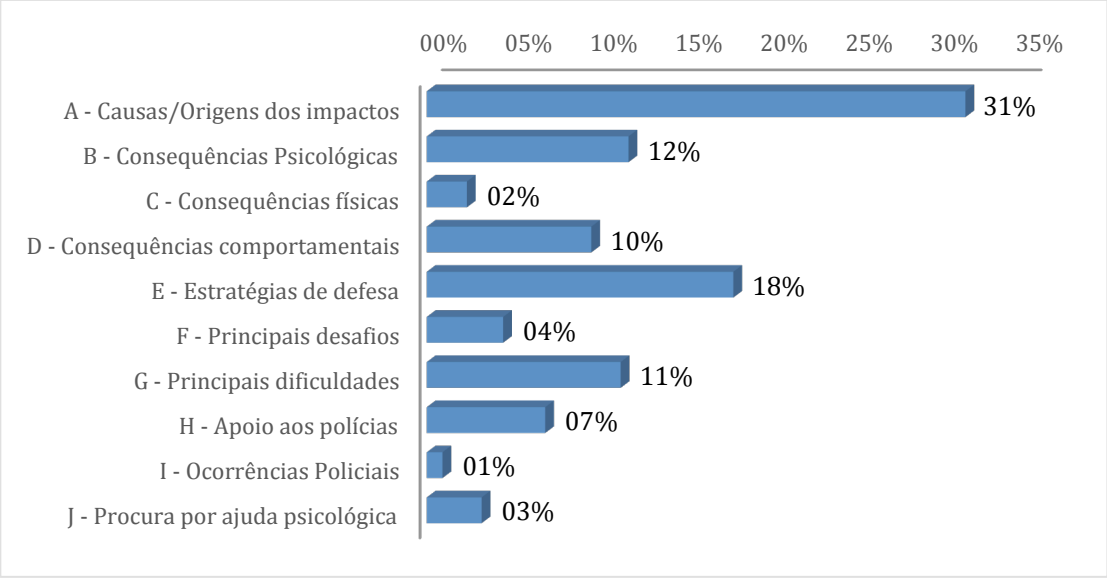
Com isto pudemos tratar, interpretar, apresentar resultados decorrentes da contagem de ocorrência das unidades de registo relativas a cada uma das categorias e subcategorias, levando-nos à consequente discussão dos mesmos.

CAPÍTULO III – APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DE RESULTADOS

Neste capítulo apresentamos os resultados da análise de conteúdo onde expomos a distribuição das 1747 unidades de registo codificadas, analisando de forma mais detalhada as categorias (cf. Figura 1) e correspondentes subcategorias.

Figura 1

Distribuição Percentual das Categorias Obtidas



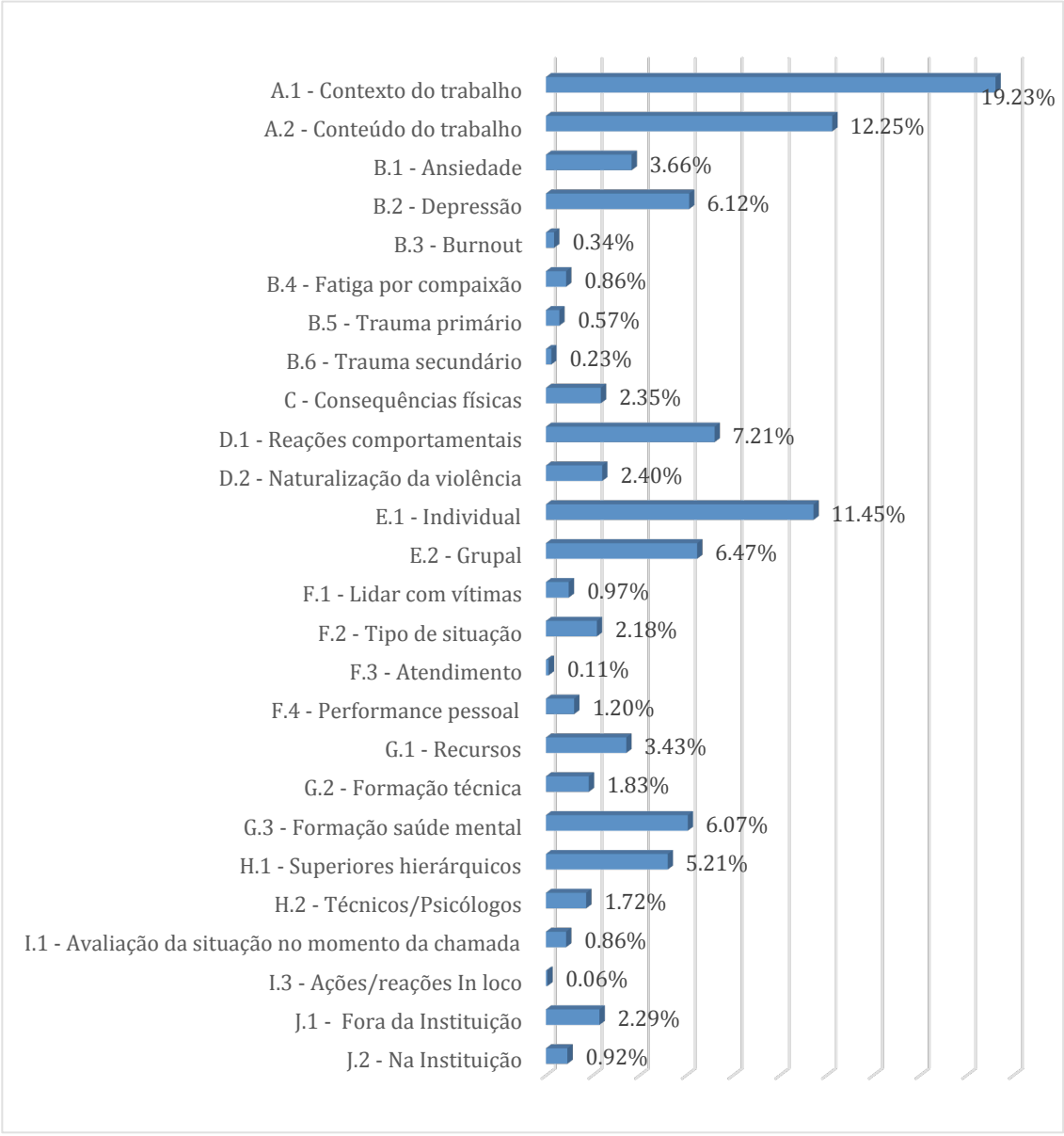
O discurso dos participantes foca-se, sobretudo e com largo destaque, em questões relativas ao contexto e ao conteúdo do trabalho policial como principais fontes dos impactos (Categoria A). Com menor prevalência no discurso, os polícias referiram-se, também, às estratégias de defesa a que recorrem (categoria E) e mencionaram também as consequências psicológicas que sentem (categoria B). Mais de 60% do discurso dos operacionais do Corpo de Intervenção entrevistados incidiu sobre estes três temas. Em seguida os entrevistados referem as principais dificuldades que enfrentam (categoria G), colocando a tónica nos recursos disponíveis e na formação que lhes é ministrada, e também nas consequências comportamentais do trabalho policial (categoria D).

Com pouca expressão nas entrevistas realizadas temos a informação relativa ao apoio dado aos polícias (categoria H), os principais desafios que lhes são colocados

(categoria F), a procura por ajuda psicológica (categoria J), as consequências físicas do trabalho (categoria C) e, por último, informação relativa às ocorrências policiais (categoria I).

Figura 2

Distribuição Percentual das u.r. Registadas nas Diferentes Subcategorias



Na categoria A debatemos sobre as origens dos impactos seja ao nível do contexto do trabalho seja ao nível do conteúdo. Observando esta categoria com mais atenção, podemos afirmar que 19% do discurso destes profissionais refere-se aos fatores de *stress* relativos ao contexto do trabalho (subcategoria A.1). Descendo às u.r., vemos que os polícias referem como maiores fontes de *stress* no que diz respeito ao contexto do trabalho: a falta de comunicação, maioritariamente, entre os escalões hierárquicos superiores responsáveis pelos policiamentos e os homens do Corpo de Intervenção em toda a sua estrutura (e.g., "Eu acho que às vezes deve de haver uma falha de comunicação e quando chega ao próprio comandante do CI já vem tarde e depois há policiamentos que podiam ser avisados com maior tempo de antecedência" – entrevistado n.º19, adiante E19). No entanto, são também várias as referências feitas à existência de uma boa comunicação de entre o efetivo do CI (e.g., "Aqui no CI é muito bom. Temos bom feedback, temos boa comunicação" – E17).

Além da falta de comunicação, os polícias do Corpo de Intervenção referem as condições de trabalho como um dos maiores fatores que estão na origem dos impactos, nomeadamente a falta de condições nas suas instalações ou nas instalações que lhes são atribuídas quando vão em serviços de diligências para outros Comandos Policiais (e.g., "Acho que são escassíssimos os recursos que nos são atribuídos na medida em que as camaratas estão assim há 20 anos quase, estou ca há 16/17 anos e temos ca agentes que já ca estavam que dizem que já estavam assim" – E05); "Imagine um jogo em Braga que temos de ir lá reforçar, temos de ver as condições de alojamento, às vezes chegamos e não temos sítio onde ficar, alimentação, como é?" – E09). Ainda assim, há o reconhecimento de grande parte destes operacionais do esforço que os atuais comandantes fazem para colmatar estas falhas.

A par das condições de trabalho, os polícias do CI salientam a relação entre a comunidade e a polícia como um foco de tensão. Aqui, embora a sua representatividade não seja a maior, percebe-se que é um ponto potenciador dos impactos pelo teor da mensagem passada (e.g., "nunca pensei que a população fosse assim contra nós" – E01); "O pior para mim é a população não perceber o nosso lado, é não ser compreendido pela população" – E06).

Seguidamente surge a distância entre a residência e o local de trabalho como um dos principais factores dos impactos. Este problema é de fácil identificação, uma vez que quase metade dos participantes tem a sua residência fora de Lisboa, de norte a sul do país. Percebemos, deste modo, que os polícias que têm a sua residências em zonas mais afastadas de Lisboa veem-se obrigados a passar as 48 horas que medeiam os turnos de serviço na unidade indo a casa apenas nas suas folgas (que duram dois dias com mais um dia de "mudança de turno") (e.g., "Porque tinha de ir de manha para cima, chegar à hora de almoço, almoçar e quando dava conta já estava no final desse dia. Depois tinha mais um dia apenas porque no seguinte já estava mentalizado e a preparar tudo para voltar para baixo" – E07). Esta distância tem ainda mais impacto quando, por motivos de força maior, lhes são cortados dias de folga. Refira-se também que alguns operacionais revelaram que decidiram abdicar da sua transferência para prestar serviço na zona do país de onde são naturais (encurtando, assim, a distância entre casa e o serviço com o intuito de conseguir mais tempo junto das suas famílias, tendo, inclusivamente, alguns destes operacionais decidido trazer para Lisboa as respetivas famílias).

Com menor incidência discursiva, mas com relevância, encontramos questões que têm que ver com a dificuldade na progressão na carreira (e.g., "Eu nunca concorri a Chefe porque podia saltar fora do CI e depois disso perdia a prioridade" – E04) ou com remunerações inadequadas. Neste último aspeto, os polícias referem com algum destaque o facto de receberem menos dinheiro fazendo os mesmos trabalhos que outros colegas colocados noutras subunidades – o caso do Grupo de Operações Especiais – ou colocados noutros serviços operacionais – o caso dos *Spotters* da UMID (e.g., "Nós recebíamos 9 euros, mas esse colega dos *Spotters* recebia, fazendo o mesmo, uns 180, 200 euros. Era uma injustiça tremenda" – E02); "é o que eu digo, as entradas deviam ser para o GOE e não para nós até porque o suplemento é diferente" – E13).

Em contraposição, nesta mesma subcategoria A.1 (relativa ao contexto do trabalho) temos uma marca discursiva bastante cimentada e transversal a todos os polícias entrevistados sobre a união e a camaradagem que existe entre os polícias que compõem o Corpo de Intervenção, elevando esta qualidade ao nível de irmandade, pondo-a a par da família (e.g., "Aqui somos quase como irmãos, conhecemos a

família uns dos outros, vamos a casa uns dos outros, se algum parente morre vamos aos funerais. Isto é uma família" – E20). Do mesmo modo, sobressai a satisfação de pertencer ao CI demonstrada pelos entrevistados que, apesar de reconhecerem as falhas acima referidas, e outras, consideram o CI o melhor serviço para trabalharem (e.g., "O facto de dizer que pertenço ao CI dá-me orgulho" – E04); "Já tinha tido oportunidade para estar a trabalhar em casa desde 2007, portanto [estar no CI] é uma opção mesmo" – E15).

No que diz respeito aos fatores *stressores* ligados ao conteúdo do trabalho (subcategoria A.2) evidenciam-se, no discurso dos polícias do CI as exigências e os riscos inerentes ao serviço, os quais são naturalmente percebidos, uma vez que estes operacionais atuam essencialmente em situações de maior complexidade e onde o estado de desordem já é avançado. Por isso, são situações que exigem uma atuação mais musculada, sendo que muitas vezes está patente o perigo para a integridade física ou a vida destes polícias (e.g., "Aquelas manifestações de 2012, em que formos horas e horas a ser apedrejados" – E02).

Segue-se a adequação das missões que são dadas aos polícias do CI como causador de impacto, sendo que estes profissionais referem que muitas das vezes são empenhados em missões que – para eles – não se coadunam com a missão do CI (e.g., "Há missões que nos são dadas que são inadequadas para nós. Escondem-nos, ou seja, no terreno as chefias dizem para ficarmos em sítios mais recônditos e longe das situações onde podíamos ser necessários" – E07). Idêntica à adequação das missões está a angústia moral sentida pelos homens do CI, que revelam sentir sentimentos que lhes são estranhos quando estão perante situações com as quais até concordam mas as quais por inerência de serviço têm de enfrentar. Bem explícito disso mesmo são os relatos destes polícias sobre as manifestações em que os manifestantes são colegas de profissão (e.g., "fica ali uma sensação estranha, sei lá. Não sei.. não sei o que é... mas ficamos ali a encolher os ombros... mas as ordens têm de ser cumpridas" – E03); "a manifestação dos Polícias... A primeira manifestação teve um grande impacto que aquilo... teve um grande impacto. Não fui só eu, mas andámos ali uns dias que andámos... foi massacrante..." – E10).

A imprevisibilidade das ocorrências nomeadamente nos serviços que envolvem buscas domiciliárias (e.g., "Há sempre alguma adrenalina. Vamos ao desconhecido, não é? Mas é normal" – E15), o excesso de trabalho (e.g., "quase sempre ou muitas vezes temos as folgas interrompidas com jogos de futebol ou manifestações" – E11), e o facto de trabalharem por turnos (e.g., "Os turnos rebentam com uma pessoa" – E06) são as questões que se seguem em termos de recorrência no discurso dos participantes.

Numa outra perspetiva, estes profissionais referem que gostam de manter uma certa imagem do CI, e esforçam-se por isso. É, então, um motivo gerador de alguma frustração quando têm de utilizar equipamentos que já estão de alguma forma degradados ou ultrapassados (e.g., "E temos uma imagem a manter lá fora, quando vamos com coletes todos sujos ou todos rotos, isso é um bocadinho mau para a instituição e para nós" – E07).

As estratégias de defesa usada pelos polícias do CI são a segunda categoria com mais expressividade, dividindo-se entre estratégias individuais (subcategoria E.1) e grupais (subcategoria E.2), expressando, desta forma, a importância dada pelos polícias desta SO a estas modalidades de absorção dos impactos. Nas estratégias de defesa individuais ressalta a de separação da vida pessoal/profissional (e.g., "O que se passa aqui morre aqui e é enterrado aqui" – E07) que é a mais utilizada entre os profissionais do CI. Também a abstração/evitar assuntos se demonstra como estratégia individual à qual recorrem frequentemente estes polícias (e.g., "No momento é pensar numa coisa completamente diferente. Estou a executar a missão mas estou a pensar numa coisa completamente diferente" – E14).

Ao encontro desta última estratégia, também o distanciamento emocional das situações com que se deparam é uma estratégia muito adotada pelos polícias aquando da sua atuação, criando uma barreira protetora que esperam que não seja permeável, bloqueando qualquer tipo de ligação afetiva, de maneira a não se deixarem envolver pelo lado emocional (e.g., "Tentar manter uma certa barreira entre a situação e nós" – E16).

O desporto é também uma estratégia usada por todos os polícias do CI como escape para aliviar os níveis de *stress* (e.g., "A forma que eu uso é através do treino físico" – E19) e a família como escape às situações da vida policial (e.g., "Desanuvio com a família" – E11).

Todavia, quando questionados em momentos diferentes das entrevistas sobre estratégias a usar, muitos dos polícias referiram não ter qualquer estratégia de defesa, ou não saber qual seria aquela que usam (e.g., "Esperamos, e ela baixa... [a adrenalina sentida]" – E16).

Devemos ressalvar que quase todos os participantes referiram que o que se passa no serviço não "sai do portão para fora", mostrando, de alguma forma o espírito de união reinante no CI.

Já quanto às estratégias de defesa grupais (subcategoria E.2) a medida mais mencionada pelos participantes é a ventilação de problemas entre os colegas (e.g., "Só na camarata entre nós... falamos um bocado, desabafamos" – E07). Seguem-se os convívios/jantares entre operacionais (e.g., "Às vezes é ficar aqui e estar em convívio e estarmos todos" – E10), onde muitas vezes além do convívio permitir tranquilizar os estados de alma dos polícias, permite abrir um espaço de diálogo entre os operacionais fora do ambiente da instituição. O exercício físico praticado em conjunto também é um dos mecanismos com alguma expressividade nos discursos dos participantes (e.g., "É o desporto, o desporto é o escape para tudo.. então se for acompanhado..." – E05);

No entanto, importa referir que muitos dos operacionais mencionam que a vivência em quartel, em sistema de camarata, permite que todos eles estejam atentos ao companheiro do lado, percebendo se este está bem ou não (e.g., "Aqui, como vivemos muito uns com os outros, detetamos se calhar mais facilmente essas alterações nos colegas" – E14). Tal pode revelar-se como uma estratégia primordial na detecção de problemas psicológicos, pois o grau de conhecimento entre colegas e a detecção de que algo está errado com um polícia pode ser o estímulo necessário para que ele procure ajuda especializada. Estas estratégias de grupo poderão estar intimamente ligadas à estratégia individual de separar a vida profissional da pessoal,

reservando para o serviço todos os acontecimentos do trabalho, criando-se aqui uma união tal que quase surge uma família paralela (e.g., "Fazemos uma vida mais juntos, é a 2ª família. Até para conversarmos às vezes de qualquer coisa, é a 2ª família" – E16).

Devemos fazer notar que unindo os indicadores que referem o exercício físico como medida dirimente do *stress*, passamos – num cômputo geral – a ter o desporto como a segunda estratégia mais utilizada por estes profissionais. Este resultado contrasta com os obtidos por Silva (2021) que entrevistou polícias que atuam em casos de violência doméstica, sendo este facto expectável, uma vez que a atividade física e a sua promoção fazem parte da vida e do espírito da Unidade Especial de Polícia e particularmente do Corpo de Intervenção. Ainda assim, no tocante às estratégias de defesa utilizadas pelos polícias, tal como sucedeu com Silva (2021), continua a prevalecer a separação da vida pessoal da vida profissional como aquela que ganha mais relevo.

Como resultado das experiências pelas quais os polícias do CI vão passando, são as consequências psicológicas as que mais se evidenciam. Destas, são os sinais de ansiedade e de depressão que sobressaem como marcas discursivas dos participantes (e.g., "E acaba sempre por ser frustrante estar à espera de ir [a casa] e depois não ir" – (E13); "a ansiedade fica ali... um bocadinho nos píncaros" – E06).

Olhando mais pormenorizadamente para a ansiedade, destacam-se noções de inquietação ou de preocupação sentida pelos polícias do Corpo de Intervenção (e.g., "Ao início a emoção, sei lá… aquela tensão que é acumulativa, vai acumulando não é? Estamos bem, de repente a situação começa a piorar, e vai acumulando a emoção..." – E10). Soma-se a irritabilidade sentida ou percepcionada pelos polícias do CI entre os seus pares (e.g., "uma das coisas que se manifesta é a pessoa ficar mais irritada por coisas simples" – E12).

Quanto aos sinais de depressão, a frustração é de longe o indicador mais referido (e.g., "Tudo isso acaba por nos deixar frustrados" – E01)., sendo que o sentimento de inutilidade também é relevante, e surge quase sempre associado às questões da adequação dos serviços à missão do CI na concepção destes homens (e.g.,

"Nessas alturas nem nos sentimos úteis. Estamos nos sítios só por estar" – E04). No entanto, segundo os participantes estas são questões facilmente ultrapassáveis através das estratégias de defesa adotadas, nomeadamente pela ventilação de problemas entre profissionais e pelos convívios que os mesmos promovem.

Quanto a sinais de *burnout* ou de fatiga por compaixão os registos recolhidos dizem respeito a um grupo muito reduzido de polícias, que ainda assim demonstram que já viveram certas situações de tal forma que já não se deixam afetar pelas mesmas, ficando emocionalmente alheados (e.g., "Não vou trazer isso para a minha vida… é pá o problema é deles [cidadão]! Eu não vou ficar com o problema dos outros, o problema é deles, eu sou apenas o mediador" – E08). No que diz respeito ao trauma primário e ao trauma secundário, as unidades de registo diluem-se por quase metade do número de participantes, sendo a hipervigilância o indicador mais referido, revelando que parte destes polícias, fazendo uma introspeção, percebem que mesmo na sua vida particular demonstram comportamentos onde se sentem constantemente atentos a tudo o que os rodeia (e.g., "O polícia acaba por ter um sentimento de vigilância, uma atitude de vigilância mesmo fora daqui" – E15).

No caso do trauma secundário, praticamente não houve expressividade, ainda assim houve profissionais que referiram: "Eu às vezes dou por mim em casa, depois de fazer uma entrada em que há crianças. (...) Mas depois dou por mim em casa a imaginar entrarem-me em casa, mas não digo nada, nem à minha esposa nem nada" (E04). Isto pode representar que as medidas adotadas para diminuir a absorção dos impactos são desadequadas ou ineficazes, pelo menos relativamente a certo tipo de ocorrências policiais.

Grande parte das ocorrências registadas que referem a frustração surgem na sequência da descrição dos recursos que estes polícias têm ao dispor ou da adequação dos serviços em que são empenhados. Assim, de uma forma transversal, a falta de recursos, sejam eles materiais ou humanos, foram apontados como uma fonte de *stress*. Além destes materiais estarem ultrapassados, deixando a dúvida da sua eficácia nos polícias – o que poderia levar a uma fatalidade (e.g., "Um dia que um colete balístico, por estar fora de condições, não cumpra a sua missão eu lixo-me e aí o mal é

meu" – E18), estes profissionais tendem a querer manter uma boa imagem da instituição.

Somando a tudo isto, junta-se o facto de os participantes referirem que a formação em saúde mental seria uma mais-valia para eles. Lamentam, contudo, que tal nunca tenha acontecido. Nesta sequência, 13 dos 20 dos participantes afirma que não recorreria ao gabinete de psicologia da PSP, preferindo procurar ajuda do foro psicológico no exterior (e.g., "Eu se precisasse procuraria, mas nunca a nível institucional, porque tinha receio de não ser bem aceite" – E04); "No meu caso eu ia ao SNS no meu caso que ia lá fora. Porque eu acho que infelizmente ainda está muito estigmatizado o facto de um indivíduo ir à psicologia na Polícia de Segurança Pública. Há um estigma no geral" – E12). Entretanto, os polícias entrevistados afirmam considerar haver falta de apoio especializado em saúde mental naquela Subunidade Operacional. Nesta linha de raciocínio, o estigma em procurar ajuda é referido como um problema pois inibe a procura por ajuda.

Por outro lado, a formação técnica é vista como algo positivo no CI, fazendo com que os polícias que integram aquela SO se sintam mais valorizados por recebê-la, ainda que haja apontamentos sobre algumas carências quanto à diversidade e o tempo que é despendido para tal. Estes operacionais afirmam que sentem uma grande melhoria e evolução na formação que lhes é ministrada, considerando ser benéfico receber uma instrução variada, que abranja grande parte dos cenários com que se deparam no serviço. Desta formação destacam o movimento tático e a ordem pública. No entanto, foram apontadas falhas nomeadamente no que toca à pouca prática de tiro, com enfoque durante o treino de movimento tático. Esta queixa prende-se com receios que surgem nestes profissionais de ser necessário fazer recurso da arma de fogo numa busca domiciliária e não se sentirem plenamente à vontade para tal (e.g., "É como nos treinos em que o GOE treina tiro nas entradas e nós fazemos treino a seco, até ao dia em que alguém espeta com uma HK 30 fugajos em alguém, mas pronto, aí pode ser que alguém mude as coisas" – E13).

Nesta análise percebemos, ainda, que a impressão de que as características de personalidade sofrem alterações por causa das vivências no trabalho é o indicador com mais prevalência no que diz respeito às reações comportamentais. Todos os

operacionais entrevistados referem que com o passar do tempo, enquanto elementos do CI, vão-se apercebendo que mudam alguns dos seus traços de personalidade (e.g., "Em tudo. Não só na profissão. Já pensamos duas ou três vezes antes de fazer as coisas ou lidar com os problemas" – E11).

Do mesmo modo, todos eles referem que existe uma certa naturalização da violência, refutando a ideia de a aceitarem, mas entendendo que ao presenciar situações de onde a violência esteja presente, tal já não os afeta do mesmo modo que já afetou noutras alturas (e.g., "Nós passamos por tanto tipo de violência, não é, já nos habituamos a ela, não é tolerar, mas como estou farto de ver agressões aquilo não deixa de ser uma agressão mas já não me choca tanto, talvez alguém que não viva isso choque mais" – E14). Esta narrativa corrobora os estudos de Young et al. (2001) que mencionam as alterações emocionais, como por exemplo a naturalização da violência, como uma possível alteração de características do polícia que seja sujeito ao *stress* organizacional ou a incidentes críticos.

Como se tem vindo a ver, estes que foram os temas mais falados pelos polícias entrevistados, são ricos em conteúdo e dão conta de que os polícias do CI lidam, como podem, com os impactos do trabalho que realizam. Além disso, mostram estar bastante conscientes das ameaças e riscos a que estão sujeitos, bem como das necessidades que deveriam ser colmatadas, a vários níveis, para minimizar as consequências do trabalho policial.

Examinando, agora, os tópicos menos tratados durante as entrevistas, no que respeita aos principais desafios sentidos pelos polícias nas suas missões, compreendemos que as situações que representam um maior risco de trauma para estes polícias é a possibilidade de haver colegas feridos/mortos em serviço (e.g., "Não adivinhando, só consigo pensar num (...), mas ver um colega meu a tombar ao meu lado... nem quero pensar nisso. Mas isso é uma coisa que eu nem quero pensar nisso... se isso um dia acontecer... nem quero pensar nisso" – E18). Esta afirmação ilustra, de forma clara, os resultados apresentados por Chopko, et al. (2015) e Weiss et al. (2010), relativamente aos maiores receios sentidos pelos polícias em momentos de atuação operacional.

Nesta sequência, os polícias referem que as situações que envolvam crianças são aquelas que lhes custam mais suportar (e.g., "Só se for qualquer coisa com crianças, sei lá. Mas isso é porque temos aquele instinto animal de protege-las não é?" – E08). Este facto, apesar de ser descrito por Chopko et al. (2015) e por Weiss et al. (2010) como uma das cinco situações que maior trauma provoca nos polícias, não era propriamente expectável neste estudo com estes participantes, dado o tipo de missão que desempenham.

Será relevante referir que, por uma questão intimamente ligada à média de idades dos participantes (acima dos 44 anos), muitos referiram que dos maiores desafios que encontram atualmente no CI é o facto de conseguirem manter o nível de capacidade física e técnica, permitindo tal facto que se mantenham naquela Subunidade Operacional.

Como consequências físicas do trabalho realizado pelos polícias do CI a maioria dos participantes referiu que, em certos momentos, principalmente aqueles que antecedem as buscas domiciliárias, onde é bem patente a imprevisibilidade da missão e a possibilidade de haver o uso de armas de fogo, sentem o coração a bater mais forte (e.g., "Às vezes sinta o coração a saltar no corpo" – E07), revelando que sentem, "à porta da casa" uma descarga de adrenalina enorme, levando esta a que o coração acelere de forma abrupta. Esta situação , como já explorámos, pode ser potenciadora de doenças cardiovasculares (Paton & Violanti, 2006).

A análise efetuada demonstrou que os polícias do Corpo de intervenção veem que os seus superiores hierárquicos tentam criar uma relação interpessoal com eles, por forma a estabelecer pontes, tornando a disposição dos operacionais maior e com mais motivação para o serviço (e.g., "E normalmente os comandantes falam-nos bem. E há uma relação, profissional claro, não é sermos todos amigos, mas há aquela proximidade que nos dá aquele valor. Não é do género, «sou mais um número»" – E18). Do mesmo modo, os participantes percepcionam que os seus comandantes se preocupam com as condições que são dadas aos polícias, tentando colmatar falhas (e.g., "Atualmente, aqui no CI tem se feito um esforço enorme, e aí eu tenho de dar os parabéns a estes comandantes, que têm feito muito por esta casa" – E09).

Para finalizar, cabe-nos dizer que a propósito das ocorrências policiais a que são chamados, os participantes apenas mencionam a sua preparação mental no momento da chamada, fazendo a antecipação de recursos que poderão ser necessários para uma melhor resolução da ocorrência.

CAPÍTULO IV – CONCLUSÃO

O bem-estar dos polícias e a sua promoção poderá ser dos aspetos mais importantes a ter em conta se queremos perpetuar um bom atendimento e serviço em prol do cidadão. Para garantirmos a segurança da sociedade devemos certificar-nos que os homens e mulheres que servem a PSP se encontram motivados, assim como devemos entender que a sua saúde mental é um ponto fulcral no seu desempenho.

A investigação científica realizada a propósito dos efeitos do trabalho policial sobre a saúde dos polícias é inequívoca quanto às consequências que, a médio e longo prazo, se podem fazer sentir. Autores como Dockstader (2019) e Shane (2010) propõem, mesmo, que os gestores policiais devem prestar a maior atenção às condições ligadas ao contexto do trabalho, dado constituírem fontes de *stress* e que podem ser colmatadas com algumas reformas. Isto porque o resultado destas será sempre bem menos oneroso do que os problemas de saúde agudos e crónicos dos profissionais, que sobrecarregam o erário público, além de prejudicarem a imagem da organização e a relação polícia-cidadão.

Neste âmbito, sentimos a necessidade de perceber qual o impacto do trabalho operacional nos polícias do Corpo de Intervenção, de forma a tentar contribuir para um maior conhecimento neste campo, com vista a descobrir como poderão ser colmatadas as consequências negativas desta atividade, levando a que, no fim, os polícias do CI beneficiem na qualidade do serviço.

A abordagem adotada – qualitativa – revelou-se bastante profícua uma vez que possibilitou a interação com os entrevistados, que de outro modo poderiam não contribuir tão ativamente para o estudo. As entrevistas possibilitaram, ainda, que estes polícias descrevessem o que sentem, o que pensam, o que mais os atinge, partilhando quais as consequências da atividade que desempenham e na primeira pessoa.

Com este trabalho, percebemos que o serviço do CI, ainda que não se consubstancie – por norma – numa primeira linha de intervenção nas ocorrências, acaba por encerrar diversos factores de *stress* tenham eles a ver com o contexto ou o conteúdo do trabalho. Foi possível, ainda, apurar que tal como Dockstader (2019) Shane (2010) e van der Velden et al.(2010) afirmam, os problemas derivados do contexto do trabalho ou que advêm do *stress* organizacional, podem constituir-se

como os que mais impacto têm nos profissionais de polícia, permanecendo no íntimo do polícia durante mais tempo e que, por isso, mais consequências psicológicas traz. Certo é que, na nossa análise, esta foi exatamente a fonte de impactos com mais preponderância no discurso dos polícias entrevistados.

Isto torna-se preocupante uma vez que acaba por ser a organização a criar as condições para que estes polícias sintam o "peso de ser polícia", quando, na verdade, deveria ser a organização a instituir condições e procedimentos que se coadunem com o equilíbrio mental e emocional dos seus profissionais.

Ainda neste âmbito, devemos ressalvar que atualmente, e apesar de considerarem que faltam verbas para a realização de renovações naquela Subunidade Operacional, os polícias do CI reconhecem o contributo que atualmente os seus superiores hierárquicos trazem para aquela casa. Desde logo referindo diversas vezes as remodelação das instalações, vendo tal facto como uma preocupação por parte das chefias para com eles próprios.

Além das questões materiais, estes operacionais vêm na criação de uma relação interpessoal Comandante-Operacional um passo importante para a sua satisfação e para um melhor cumprimento do serviço. Criar laços entre os diferentes escalões da hierarquia pode mostrar-se como mais uma estratégia dirimente dos impactos que os operacionais sentem. Desde logo mitigando os conflitos institucionais que possam existir e demonstrando, por parte do superior, que aquele trabalhador é importante – o que irá contribuir para o bem-estar profissional (e.g., "Outras vezes o comandante vem falar connosco e até nos recebe de uma maneira diferente, e eu acho que é a mais correta. – E07).

Esta ideia concorre para a percepção do papel primordial e de extrema importância que pode ter o oficial de polícia na deteção e encaminhamento de situações onde o polícia possa estar a desenvolver sintomatologia do foro psicológico. Estabelecer pontes, criar uma relação com os polícias que estão sob o seu comando poderá ser, ainda, uma estratégia importante que, além de contribuir para deteção de problemas psicológicos no profissional, pode ir mais longe, prevenindo que estes surjam. Com esta ideia, os polícias com cargos de chefia podem perceber quais as dificuldades que mais constrangimentos trazem aos homens e mulheres que têm a cargo, tentando colmatar as falhas, quando possível. É claro que, para isso, necessitam

de fazer formação especializada, coisa que, aliás, os próprios polícias entrevistados disseram sentir falta, eles mesmos.

É nossa missão reforçar a mensagem de que as situações que mais impactam nos polícias do CI são relativas a questões da organização. É, então, imperativo que haja verdadeira vontade de olhar para esse assunto e tentar arranjar soluções para que estes impactos sejam mitigados.

Por outro lado, conseguimos perceber que as situações a que são expostos, muitas vezes acarretam perigo para a sua integridade física, como sejam as manifestações, ou as operações onde a imprevisibilidade é um factor preponderante na predisposição do polícia, levando a que os níveis de adrenalina subam grandemente.

Numa outra dimensão, foi possível confirmar-se os estudos levados a cabo por Chopko et al. (2015) e por Weiss et al. (2010), demonstrando que de entre as situações mais potenciadores de gerar trauma no polícia estão as ocorrências que envolvem crianças, a possibilidade de ferir ou matar um colega, a possibilidade de ferir ou matar um civil e estar envolvido num tiroteio. Devemos referir que, apesar de a literatura afirmar que o envolvimento de crianças é das situações mais traumáticas para o polícia, não estávamos à espera que tal se revela-se tão assinalado nestes polícias pelo tipo de serviços a que são chamados a intervir.

Assim, esta ideia vem cimentar os estudos de Chopko et al. (2015), que salientam que a baixa frequência do acontecimento pode fazer com que o polícia não tenha ferramentas psicológicas e emocionais tão desenvolvidas para lidar com a ocorrência com que se depara, sendo considerados (percecionados) estes acontecimentos como mais graves.

Num outro prisma, realçamos a presença de angústia moral vivida por estes homens, principalmente quando são chamados a criar uma linha de ordem pública diante de manifestantes que são seus colegas de profissão. De facto, por tudo isto, fomos percebendo ao longo do nosso estudo que estes polícias acabam por poder desenvolver algumas reações ou sintomatologia ao nível psicológico, físico, comportamental, e até nos processos cognitivos (Hesket & Tehrani, 2018; Young et

al., 2001). Certo é que estas consequências poderão ter implicações tanto no que concerne à vida profissional do polícia como à vida pessoal.

Importa dizer que diversas ocorrências polícias, podem representar uma ameaça para o polícia do CI. Nestas circunstâncias, o organismo destes profissionais sofre uma descarga de adrenalina e noradrenalina, para que seja possível fazer frente à ameaça com que se deparam. Do mesmo modo, em momentos mais *stressantes*, o organismo destes polícias sofre uma libertação de cortisol como resposta ao momento que estão a vivenciar. Ora, estas oscilações fisiológicas, a médio e longo prazo, poderão levar ao surgimento de doenças cardiovasculares, como a hipertensão ou o risco de AVC e doenças musculares. A variação abrupta de cortisol acabará por ter, ainda, uma influência significativa na qualidade do sono, podendo alterar o ciclo circadiano. Do mesmo modo os turnos feitos pelos polícias do CI não deixam de ter influência no sistema hormonal, podendo levar a uma desregulação na resposta aos *stress*.

Pese embora tudo o que descrevemos, os polícias são vistos como homens e mulheres sempre capazes que superar qualquer privação, incluindo aquelas que dizem respeito a situações traumáticas ou de grande *stress* (Beyond the Blue, 2018). Esta noção cria um foço entre as dificuldades sentidas por estes profissionais e a procura por ajuda especializada. Contribui, também, para este estigma o facto de muitos polícias acreditarem que serão postos/vistos de lado pelos colegas ou que serão desarmados, sofrendo como consequências desse desarmamento o afastamento do serviço operacional.

Com o intuito de minimizar os danos criados pelos impactos negativos no indivíduo e apesar do estigma que surge na literatura e que foi sustentado com a narrativa dos participantes, foi possível compreender que estes operacionais utilizam estratégias de defesa, como o desporto, os convívios e os grupos de ventilação entre profissionais.

Já no tocante às estratégias individuais foi perceptível que o distanciamento criado entre o profissional do CI e os cidadãos com que lidam diariamente e a abstração, são as estratégias de defesa mais utilizadas aquando o decorrer da ocorrência. No entanto, estes polícias referem a importância em preservar o lar e a

família e para tal afirmam que fazem todos os esforços necessários para separar a vida profissional da vida familiar. Esta estratégia, conciliada com o espírito de união que falámos, transmite a ideia de duas vidas paralelas: uma profissional e outra pessoal.

Conseguir lidar com os impactos, ou a procura de ajuda psicológica obriga a que haja um conhecimento aprofundado das questões de saúde mental. Seja na deteção de sintomatologia no próprio polícia ou em terceiros, a formação neste âmbito poder-se-á constituir como peça fundamental no combate ao desenvolvimento de patologias que poderão terminar com o suicídio. Deste modo, percebemos que é crucial aumentar e aprofundar a formação nesta área, tendo ainda a finalidade de desmistificar este campo da saúde do indivíduo. Mais, poderia ser vantajosa a presença de profissionais especializados em saúde mental no seio desta Subunidade Operacional, criando-se, desta forma, uma ligação entre psicólogo/técnico e o polícia.

Esta estratégia pode apresentar-se como benéfica, uma vez que os profissionais do CI poderiam olhar para o psicólogo como alguém "da casa" e este poderia detetar mais facilmente alguma sintomatologia presente nos polícias. Somando que, segundo R. Mitchell (2018), a estratégia de *Critical Incident Stress Management* poderá ser benéfica para algumas pessoas, mas poderá não o ser para todas. Por este motivo, o facto de o técnico/psicólogo, conhecer os polícias daquela Subunidade, poderia adotar a estratégia mais adequada para o indivíduo em si, em vez de se recorrer a estratégias generalizadas. Assim sendo, a presença de alguém especializado na área da psicologia podia apresentar-se como uma estratégia muito benéfica.

Esta visão reforça a ideia da essencialidade de promover a saúde em geral, e a saúde mental em particular, sendo para tal necessário que os polícias saibam onde se podem dirigir em caso de necessidade. Assim, demonstra-se como medida importante que os profissionais de psicologia da instituição se deem a conhecer ao efetivo, talvez passando mais tempo na SO-CI.

Uma vez que sentimos uma diferença substancial aquando da realização das entrevistas, tendo, inclusive, encontrado algumas diferenças entre os participantes mais novos e mais antigos, nomeadamente na mobilização nos mecanismos de defesa de forma mais evidente e massiva e, eventualmente rígida, por parte dos polícias mais

novos, parece-nos profícuo que seja desenvolvido um trabalho que sustente esta diferença.

Para estudos futuros, parece-nos benéfico, que se mantenha esta linha de estudo noutros serviço ou valências da PSP, como seja o trânsito – nas esquadras de sinistralidade rodoviária – ou nos serviços de Investigação Criminal. Propomos, também, o desenvolvimento de estudos no âmbito da angústia moral, percebendo a sua verdadeira dimensão e extensão, uma vez que as situações onde os polícias têm de agir pondo em causa as suas próprias convicções são inúmeras e inerentes à profissão.

Cremos que a par destes estudos, o desenvolvimento de formações durante os cursos de formação inicial dos polícias, seja na Escola Prática de Polícia, seja no ISCPSI, seriam uma mais-valia. Neste último instituto, e porque grande parte das origens dos impactos está intimamente relacionada com questões organizacionais, vemos como fundamental o aumento de formações ministradas por professores de psicologia, interligando estes conhecimentos da área da saúde mental com medidas organizacionais que ajudem a mitigar os impactos do trabalho nos polícias da PSP.

REFERÊNCIAS

Alexander, D. A., & Walker, L. G. (1996). The perceived impact of police work on police officers' spouses and families. *Stress Medicine, 12*(4), 239-246. https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-1700(199610)12:43.0.CO;2-3

Can e Hendy (2014): Can, S. H., & Hendy, H. M. (2014). Police stressors, negative outcomes associated with them and coping mechanisms that may reduce these associations. *The Police Journal: Theory, Practice and Principles, 87*(3), 167-177. doi:10.1350/pojo.2014.87.3.676

Costa, M. J. A. A. (2000). *Direito das obrigações* (7.ª ed.). Almedina.

Angermeyer, M. C., Van Der Auwera, S., Carta, M. G., & Schomerus, G. (2017). Public attitudes towards psychiatry and psychiatric treatment at the beginning of the 21st century: A systematic review and meta‐analysis of population surveys. *World Psychiatry*, *16*(1), 50-61.

Bardin, L. (2016). *Análise de conteúdo* (4th ed.). Edições 70.

Beshears, M. (2017, abril 03). Police officers face cumulative PTSD. *PoliceOne.com.* https://www.police1.com/health-wellness/articles/police-officers-face-cumulative-ptsd-tgd6zLqtGwdG3wg2/

Bishopp, S. A., & Boots, D. P. (2014). General strain theory, exposure to violence, and suicide ideation among police officers: A gendered approach. *Journal of Criminal Justice*, *42*(6), 538-548.

Blue, B. (2018). Answering the call national survey, national mental health and wellbeing study of police and emergency services: Final report.

Bohl, N. (1995). Professionally administered critical incident debriefing for police officers. In M. I. Kurke, & E. M. Scrivner (Eds.), *Police psychology into the 21st century* (pp. 169-188). Lawrence Erlbaum.

Bowling, B., Reiner, R., & Sheptycki, J. (2019). *The politics of the police* (5th ed.). Oxford University Press.

Caetano, M. (1986). *Manual de direito administrativo* (Vol. 1, 10.ª ed.). Almedina.

Carleton, R. N., Afifi, T. O., Taillieu, T., Turner, S., Krakauer, R., Anderson, G. S., MacPhee, R., Ricciardelli, R., Cramm H. A., Groll, D., & McCreary, D. R. (2019). Exposures to potentially traumatic events among public safety personnel in Canada. *Canadian Journal of Behavioral Science/Revue canadienne des sciences du behavior*, *51* (1), 37-52.

Castro, F. (2016). *Incidentes críticos no Corpo de Intervenção: Impacto traumático nos sintomas de ansiedade, depressão, stress e burnout.* (Master's thesis) Instituto Superior de Ciências Policiais e Segurança Interna.

Cerezales, D. P. (2006). Técnica, política e o dilema da ordem pública no Portugal contemporâneo (1851-1974). In P. T. Almeida, & T. P. Marques (Eds.), *Lei e ordem: Justiça penal, criminalidade e polícia – Séculos XIX-XX* (pp. 145-172). Livros Horizonte.

Chan, J. (2005). Changing police culture. In T. Newburn (Ed.), *Policing: Key readings* (pp. 338-363). Willan.

Cheng, P., & Drake, C. L. (2020). Sleep-wake disturbances in shift workers. *UpToDate.*

Chopko, B., Palmieri, P., & Adams, R. (2015) Critical Incident History Questionnaire replication: Frequency and severity of trauma exposure among officers from small to midsize police agencies. *Journal of Traumatic Stress, NÚMERO* (28), 157-161.

Clemente, P. (2010). Polícia e segurança: Breves notas. *Lusíada: Política Internacional e Segurança, 4*, 141-171. http://hdl.handle.net/11067/1005

Clemente, P. (2015). *Cidadania, polícia e segurança*. Instituto Superior de Ciências Policiais e Segurança Interna.

Clemente, P. (2016). *Ética policial: Da eticidade da coação policial.* ISCPSI-ICPOL.

Collins, P. A., & Gibbs, A. C. C. (2003). Stress in police officers: A study of the origins, prevalence and severity of stress-related symptoms within a county police force. *Occupational Medicine, 53*, 256–264. https://doi.org/10.1093/occmed/kqg061

Copenhaver, A., & Tewksbury, R. (2018). Predicting state police officer willingness to seek professional help for depression. *Criminology, Criminal. Jusicet. Law & Socciety*, *19(1)*, 60-74. ISSN 2332-886X

Costa, M. J. A. (1998). *Direito das Obrigações*. (7ª ed.) Almedina.

Davis, J. A. (12 de fevereiro de 2013). Critical incident stress debriefing from a traumatic event: Post-traumatic stress following a critical incident. *Psychology Today.* (1) https://www.psychologytoday.com/us/blog/crimes-and-misdemeanors/201302/critical-incident-stress-debriefing-traumatic-event

Denning, S. (2017). Humanizing the stress of policing. A non-diagnostic approach to teaching stress resilience. *Police Chief Magazine*, (5) 34-37. http://www.policechiefmagazine.org/wpcontent/uploads/PoliceChief_May2017_F2_LOW-RES.pdf

Diário de Notícias. (16 junho 2019). *Agressões a polícias: Sindicato da PSP condena declarações do ministro.* https://www.dn.pt/pais/sindicato-da-psp-condena-declaracoes-do-ministro-sobre-agressoes-aos-policias-11015723.html

Digliani, J. A. (2012). Law enforcement critical incident handbook. *Loveland.*

Dockstader, J. (2019). *Policing through the pain: How trauma impacts police officers*. International Public Safety Association.

Echouffo-Tcheugui, J. B., Conner, S. C., Himali, J. J., Maillard, P., DeCarli, C. S., Beiser, A. S., Vasan, R. S., & Seshadri, S. (2018). Circulating cortisol and cognitive and structural brain measures: The Framingham Heart Study. *Neurology*, *91*(21), e1961–e1970. https://doi.org/10.1212/WNL.0000000000006549

Elias, L. (2018) *Ciências policiais e segurança interna: Desafios e prospetivas.* Instituto Superior de Ciências Policiais e Segurança Interna.

EPP. (2022, janeiro 29). *Curso de Formação de Agente*. http://www.epp.pt/Pages/horarioagentes.htm

Farinha, J. (2011). *Forças combinadas em ordem pública*. (Master´s thesis). https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/8249/1/INF-219-Farinha.pdf

Farinha, L. P. (2013, março 14-15). *Operações especiais na PSP*: Os desafios da segurança em Portugal, Lisboa. http://www.iscpsi.pt/Inicio/Documents/desafiosSeguranca/Lu%C3%ADs_Pe%C3%A7a_Farinha.pdf

Ferro, C. (30 de junho de 2018). Suicídio nas polícias é duas vezes superior à população em geral. *Diário de Notícias*. https://www.dn.pt/pais/suicidio-nas-policias-e-duas-vezes-superior-a-populacao-em-geral-9528658.html

Felgueiras, S. (2015). Ação policial face à ação coletiva: Teoria para uma estratégia de policiamento de multidões. Lição Inaugural da Cerimónia de Abertura Solene do Ano Académico 2015-2016, ISCPSI.

Gonçalves, G. R. (2017). Polícia e modernidade: As múltiplas dimensões de um objeto historiográfico. *Polícia e Polícias em Portugal. Perspetivas Históricas.* Editora Mundos Sociais, 15-34.

Gonçalves, S. (2011). *Bem-estar no trabalho em contexto policial: O contributo dos valores e das práticas* (tese de doutoramento, não publicada). ISCTE-IUL. http://hdl.handle.net/10071/4952

Gonçalves, S. P., Neves, J. G., & Morin, E. (2010). Psychological health and the meaning of work. *Competing Values in an Uncertain Environment: Managing the Paradox*, 87-95.

Haguette, T. M. F. (1997). *Metodologias qualitativas na sociologia* (5.ª ed.). Vozes.

Herbert, S. (1996). Morality in law enforcement: chasing" Bad Guys" with the los angeles police department. *Law and society review*, 799-818.

Hobbes, T. (2014). *Leviathan*. Wordsworth Editions Ltd.

Huddleston, L., Stephens, C., & Paton, D. (2007). An evaluation of traumatic and organizational experiences on the psychological health of New Zealand police recruits. *Work*, *28*(3), 199-207.

Huffman, D. M., & Rittenmeyer, L. (2012). How professional nurses working in hospital environments experience moral distress: a systematic review. *Critical care nursing clinics of North America*, *24*(1), 91–100. https://doi.org/10.1016/j.ccell.2012.01.004

João, R., Coelho, T., Ferreira, C., Castelo, A., & Massano, M. T. (2017). Estigma na doença mental: estudo observacional e piloto em Portugal. *Revista da UIIPS*, *5*(2), 171-185. https://doi.org/10.25746/ruiips.v5.i2.14518

Jinkerson, J. D. (2016). Defining and assessing moral injury: A syndrome perspective. *Traumatology*, *22*(2), 122.

King, L. A., King, D. W., Vogt, D. S., Knight, J., & Samper, R. E. (2006). Deployment Risk and Resilience Inventory: A collection of measures for studying deployment-related experiences of military personnel and veterans. *Military Psychology*, *18*(2), 89-120.

Kirschman, E. (2007). *I love a cop: What police families need to know* (Rev. ed.). The Guilford Press.

Knox, J., & McDonald, S. (2001). *Diary of a police officer*. Home Office.

Krippendorff, K. (2004). *Content analysis: An introduction to its methodology* (2ª ed.). Sage.

Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springfield Publishing Company.

Lei n.º 53/2007, de 31 de agosto. *Diário da República, n.º 168/2007,* Série I.

Lei n.º 55/2020, de 27 de agosto. *Diário da República, n.º 267/2020*, Série I.

Llorens, S., Del Líbano, M., & Salanova, M. (2009). Modelos teóricos de salud ocupacional. *Psicología de la salud ocupacional*, *1*(1), 63-93.

Luís. F. F. (2011). Burnout e Bem-estar no Trabalho: Estudo Exploratório na Divisão da Polícia de Segurança Pública de Portimão. (Master's thesis). Universidade do Algarve. Faculdade de Ciências Humanas e Sociais.

Lusa. (12 de dezembro de 2013). *Polícia Municipal do Porto cria Plataforma de Estudos para Intervenção em Catástrofe*. Porto Canal. https://portocanal.sapo.pt/noticia/12877

Marconi, M., & Lakatos, E. (2003). *Fundamentos de metodologia científica* (5th ed.). Editora Atlas.

McCarty, R. (2016). The fight or flight response: A Cornerstone of stress research. G. Fink (Ed.) *Stress: concepts, cognition, emotion, and behavior* (pp.33-37). Academic Press. https://doi.org/10.1016/C2013-0-12842-5

Metropolitan Police (2021). *TSG role in the MPS*. https://www.met.police.uk/cy-GB/foi-ai/metropolitan-police/disclosure-2019/november/tsg-mps/

Mitchell, J. T., & Bray, G. (1990). *Emergency services stress*. Englewood Cliffs. Prentice-Hall.

Mitchell, J. T., & Everly, G. S., Jr. (2000). Critical incident stress management and critical incident stress debriefings: Evolutions, effects and outcomes. In B. Raphael & J. P. Wilson (Eds.), *Psychological debriefing: Theory, practice and evidence* (p. 71–90). Cambridge University Press.

Mitchell, R. (2018*)* The harmful effects of Critical Incident Stress Debriefing (CISD): *Why police departments should stay up to date on evidence-based practices*. https://www.americansebp.org/the-harmful-effects-of-critical-incident-stress-debriefing-cisd-why-police-departments-should-stay-up-to-date-on-evidence-based-practices/

Monet, J. C. (2001). *Polícias e Sociedades na Europa Vol. 3*. Edusp. Retrived from https://books.google.pt/books?hl=pt-PT&lr=&id=ATRu6KbTu5QC&oi=fnd&pg=PA7&dq=jean+claude+monet+Pol%C3%ADcias+e+sociedades+na+Europa&ots=xh9q2Y99oI&sig=uthamyDb2D9kKfMrSUz_pMh0rUQ&redir_esc=y#v=onepage&q=jean%20claude%20monet%20Pol%C3%ADcias%20e%20sociedades%20na%20Europa&f=false

Monteiro, S. D. D. T. (2006). *Quando for grande quero ser polícia: Stress profissional em três unidades policiais* (tese de doutoramento, não publicada). Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação.

Norberg, K. (2013). Legislation vs. morality–a police officer's ethical dilemma. *Police Practice and Research*, *14*(1), 35-44.

Oliveira, E. A. (2006). Delimitando o conceito de Stress. *Ensaios e Ciência*. 1 (1), 11-18.

Oliveira, J. F. (2015). *A manutenção da ordem pública em democracia*. ISCPSI. ISBN 978-972-8630-18-8

Pais, L. G. (2004). *Uma história das ligações entre a psicologia e o direito em Portugal: Perícias psiquiátricas médico-legais e perícias sobre a personalidade como analisadores* (tese de doutoramento, não publicada). Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto. http://hdl.handle.net/10400.12/1666

Pais, L. G., & Felgueiras, S. (2020). Contributos para uma genealogia das ciências policiais. *Polícia(s) e segurança pública: História e perspetivas contemporâneas* (pp. 85-100). MUP, Museu da Polícia.

Papazoglou, K., & Chopko, B. (2017). The role of moral suffering (moral distress and moral injury) in police compassion fatigue and PTSD: An unexplored topic. *Frontiers in Psychology*, *8*, 1999.

Platão (2017). *A República*. *Trad. de Maria Helena da Rocha Pereira*, (15th ed.). Fundação Calouste Gulbenkian. ISBN 978-972-31-0509-8.

Police Nationale. (n.d.). *Compagnies Republicaines de Securite.* https://www.police-nationale.net/compagnies-republicaines-securite/#presentation-compagnies-republicaines-securite.

Polícia Nacional (2021). *Unidades de Intervenção Policial (UIP). https://www.policia.es/_es/tupolicia_conocenos_estructura_dao_cgseguridadciudadana_uip.php#*

Ponte, C. A. S. (2016) *A imagem da atividade do Corpo de Intervenção da PSP em manifestações políticas transmitida pela imprensa escrita entre 2011 e 2013* (relatório final do Curso de Comando e Direção Policial, não publicado). ISCPSI.

Polícia de segurança Pública, PSP. (2022, janeiro 25). *Unidade Especial de Polícia*. https://www.psp.pt/Pages/Unidades_Especial_Policia/Unidades-Especial-Policia.aspx.

Qashu Lim, N. M. (2017). *An Ethnographic Exploration of Moral Agency in Emergency Medicine*. Columbia University.

Quivy, R., & Campenhoudt, L. V. (2017). *Manual de investigação em ciências sociais*. (5ª. ed.). Gradiva.

Raposo, J. (2006) *Direito Policial I*. Almedina.

Raganella, A. J., & White, M. D. (2004). Race, gender, and motivation for becoming a police officer: Implications for building a representative police department. *Journal of criminal justice*, *32*(6), 501-513.

Reiner, R. (2016). Is police culture cultural?. *Policing: a Journal of Policy and Practice, 11*(3), 236-241.

Reynolds, P. D., & Helfers, R. C. (2018). Do disciplinary matrices moderate the effects of prior disciplinary actions on perceived organizational support (POS) among police officers?. *International journal of police science & management*, *20*(4), 272-283.

Rezende, R., Urbina, L., & Souza, L. (2015). O modelo CISM utilizado pela Eurocontrol. *Revista Conexão Sipaer, 6*(1), 54-60. http://104.236.28.163/index.php/sipaer/article/view/302/310

Rodrigues, C. (2014). *Ser Polícia: Perturbação de Burnout, a vulnerabilidade ao stress e à depressão*_(Pós-Graduação). Instituto Superior Miguel Torga.

Rodrigues, M. (2018). *Os polícias não choram*. Primebooks.

Santo, P. E. (2010). *Introdução à metodologia das ciências sociais.* Edições Sílabo.

Santo, P. E. (2015). *Introdução à metodologia das ciências sociais: génese, fundamentos e problemas* (2ª ed.). Edições Sílabo.

Santos, J. M. O. (2010). *Stress Profissional. Consumo de bebidas alcoólicas. Estudos numa amostra de enfermeiros*. (tese de doutoramento, não publicada). https://bdigital.ufp.pt/bitstream/10284/1520/1/TD_JoseManuel.pdf

Schein, E. (1984, janeiro 15). Coming to a new awareness of organizational culture. *Sloan Management Review*. https://sloanreview.mit.edu/article/coming-to-a-new-awareness-of-organizational-culture/

Serrano, M. (2012). *Necessidade de um Modelo de Formação Comum com a Unidade de Intervenção?*. (Master's thesis).

https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/8533/1/94%20Serrano%20-%20Destacamentos%20de%20Interven%C3%A7%C3%A3o%20-%20necessidade%20de%20um%20modelo%20de%20forma%C3%A7%C3%A3o%20comum%20com%20a%20Unid.pdf

Silva, B. C. (2021). *O Impacto Psicológico da Violência Doméstica no Efetivo Policial* (Master´s thesis) https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/37038/1/Disserta%c3%a7%c3%a3o%20-%20Beatriz%20Silva.pdf

Smith, C. P., & Freyd, J. J. (2014). Institutional betrayal. *American Psychologist*, *69*(6), 575.

Spence, D. (2017, June). Improving law enforcement resilience: lessons and recommendations. *Officer Safety and Wellness Group Meeting Summary. Washington, DC USA: Office of Community Oriented Policing Services*.

SNS, (2022). https://www.sns.gov.pt/noticias/2017/10/03/premio-nobel-da-medicina-2017/

Soeiro, C., & Samagaio, M. (2002). Identificação dos factores de stress. A sua magnitude e sintomas associados de uma amostra de polícias de investigação criminal da Polícia Judiciária Portuguesa. ISPJCC.

Strauss, A., & Corbin, J. (1998). *Basics of qualitative research: Grounded theory procedures and techniques* (2th ed.). Sage.

Telles, G. (2010). *Direito das obrigações* (7.ª ed.). Almedina.

Tzu, S. (2020). *A Arte da Guerra. Trad. de V. Cristina* (4ª ed.) Bertrand Editora (Trabalho original publicado 2009).

van der Velden, P. G., Kleber, R. J., Grievink, L., & Yzermans, J. C. (2010). Confrontations with aggression and mental health problems in police officers: The role of organizational stressors, life-events and previous mental health problems. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy, 2*(2), 135–144. https://doi.org/10.1037/a0019158

van Laake, L. W., Luscher, T. F., & Young, M. E (2018). The circadiano clock in cardiovascular regulation and disease: Lessons from the Nobel Prize in Physiology or Medicine 2017. *European heart jornal,* 39(24), 2326-2329. https://doi.org./10.1093/eurheartj/ehx775

Violanti, J. M., Charles, L. E., McCanlies, E., Hartley, T. A., Baughman, P., Michael, E. A., Fekedulegn, D., Ma, C.C., Mnatsakanova, A., & Burchfiel, C. M. (2017) Police stressores and health: a state-of-the-art review. *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management*, 40 (4), 642-656. https://doi.org/10.1108/PIJPSM-06-2016-0097

Violanti, J. M., Fekedulgen, D., Hartley, T. A., Charles, L. E., Andrew, M. E., Ma, C. C. & Burchfiel, C. M. (2016) Highly rated and most frequent stressors among police officers: gender differences. *American Journal of Criminal Justice*, 41(4). https://doi.org/10.1007/s12103-016-9342-x.

Violanti, J.M. (2014) *Dying for the job: police work exposure and health*. Charles C. Thomas Publisher.

Violanti, M. J. (2006). The mind-body nexus: assessing psychological distress and physiological vulnerability in police officers. In J. M. Violanti & D. Paton (Eds.) *Who gets PTSD?: Issues of postraumatic stress vulnerability (pp. 17-32)*. Charles C. Thomas Publisher.

Warr, P. (2002). The Study of Well-being, Behaviour and Attitudes. In P. Warr (Ed.), *Psychology at work* (pp. 1–25). Penguin Press.

Weiss, D. S., Brunet, A., Best, S. R., Metzler, T. J., Liberman, A., Pole, N.,Marmar, C. R. (2010). Frequency and severity approaches to indexing exposure to trauma: The Critical Incident History Questionnaire for policeofficers. Journal of Traumatic Stress, 23, 734–743. doi: 10.1002/jts.20576

Worley, S. L. (2018). The extraordinary importance of sleep: the detrimental effects of inadequate sleep on health and public safety drive an explosion of sleep research. *Pharmacy and Therapeutics*, *43*(12), 758-763.

Young, B., Ford, J., Ruzek, J., Friedman, M., & Gusman, F. (2001). *Disaster mental health services: A guidebook for clinicians and administrators*. The National Center for Post-traumatic Stress Disorder - Department of Veterans Affairs.

ANEXOS

A**nexo 1** – Pedido de entrevistas

Exm.º Senhor Diretor Nacional Adjunto UORH,

Eu, Nuno Pedro Alves da Silva Bastião de Almeida, Aspirante a Oficial de Polícia n.º 3413/155864, do 34.º Curso de Formação de Oficiais de Polícia, do Mestrado Integrado em Ciências Policiais, no âmbito da realização da Dissertação de Mestrado, subordinada ao tema "O impacto do trabalho policial nos Polícias do Corpo de Intervenção", do qual é Orientadora a Senhora Prof.ª Doutora Lúcia G. Pais, vem mui respeitosamente solicitar a Vossa Ex.ª se digne a autorizar a realização de entrevistas a polícias pertencentes à Subunidade Operacional Corpo de Intervenção. A realização destas entrevistas tem como objetivo a recolha de dados relativos à temática em estudo.

Pretende-se, destes polícias (participantes voluntários) saber de que forma o trabalho policial poderá impactar na vida do polícia e as suas manifestações. Aos dados recolhidos será aplicado, como instrumento de análise de dados, a análise de conteúdo que é, por excelência, o instrumento de análise dos estudos qualitativos, onde se enquadra metodologicamente o presente estudo. Nesta investigação será realizada apenas uma pergunta ("qual o impacto do trabalho policial nos Polícias do Corpo de Intervenção?") sendo que as respostas serão abertas.

O Aspirante a Oficial de Polícia Nuno Pedro Alves da Silva Bastião de Almeida compromete-se a manter a confidencialidade dos dados recolhidos, fora do âmbito da elaboração e discussão da Dissertação, bem como a cumprir as demais regras éticas relativas à realização de investigação científica.

Pede deferimento,

Lisboa, ISCPSI, 19 de janeiro de 2022

Nuno Bastião de Almeida
Aspirante a Oficial de Polícia n.º 3413/157245

Anexo 2 – Oficio de pedido de colaboração para realização de entrevistas

POLÍCIA SEGURANÇA PÚBLICA

INSTITUTO SUPERIOR DE CIÊNCIAS POLICIAIS E SEGURANÇA INTERNA

DIRECÇÃO DE ENSINO

SECRETARIA ESCOLAR

Exmo. Senhor
Diretor Nacional Adjunto/Unidade Orgânica de Recursos Humanos
(Departamento de Formação)
DN/PSP Largo da Penha de França, N.1
1199-010 LISBOA

Sua Referência:
Sua Comunicação:
Nossa Referência: 34/SECDE/2022
Classificador: 080.01.10
Processo: SECDE202100001ASP
Data: 2022-01-19
Assunto: PEDIDO DE COLABORAÇÃO EM TRABALHO DE DISSERTAÇÃO DE MESTRADO INTEGRADO EM CIÊNCIAS POLICIAIS

Sobre o assunto em epigrafe, junto se remete a V. Ex.ª o requerimento do Aspirante M/155864 – Nuno Pedro Alves da Silva Bastião de Almeida, para decisão superior.

O Diretor

José Carlos Bastos Leitão
Superintendente

R. 1º de Maio, nº3 1349-040 Lisboa Tel.: 213613900 Fax: 213610535 www.iscpsi.pt | iscpsi@psp.pt

147458
Pagina1/1

Anexo 3 – Ofício de autorização para a realização de entrevistas

DN DEPFORM

De: ISCPSI - Direcção Ensino
Enviado: segunda-feira, 24 de janeiro de 2022 14:14
Para: DN DEPFORM
Cc: Nuno Ricardo Pica Dos Santos; Sergio Do Rosario Cruz
Assunto: PEDIDOS DE COLABORAÇÃO EM TRABALHOS DE DISSERTAÇÕES DE MESTRADOS INTEGRADOS EM CIÊNCIAS POLICIAIS
Anexos: 37SECDE2022-157265.pdf; 36SECDE2022-156356.pdf; 32SECDE2022-154783.pdf; 30SECDE2022-157266.pdf; 34SECDE2022-155864.pdf; 33SECDE2022-157265.pdf; 42SECDE2022-153225.pdf; 40SECDE2022-156356.pdf; 39SECDE2022-157279.pdf; 38SECDE2022-157274.pdf

UEP

Autorizo os pedidos anexos, em regime de voluntariado, condicionados às disponibilidades dos seus curriculos.
Sempre que seja necessária a consulta de matérias classificadas, não são autorizadas a cedência de cópias destes documentos.
26.01.2022

Exmo. Senhor
Diretor do Departamento de Formação
Ml. Superintendente Paulo Onofre

Relativamente ao assunto em epígrafe, encarrega-me o Exmo. Sr. Diretor de Estágio, Subintendente Nuno Pica dos Santos, de enviar a V.Ex.ª os ofícios n.º s 30; 32; 33; 34; 36; 37; 38 39; 40 e 42/SECDE/2022 em anexo, referente aos alunos do 34.º CFOP.

Sem mais assunto e com os melhores cumprimentos,

Diretor Nacional Adjunto
Recursos Humanos

Mário Pinto Vieira
Superintendente-Chefe

"Uma Polícia integral, humana, forte, coesa e ao serviço do Cidadão" – Estratégia PSP 20/22

Joaquim Augusto Leite Veiga
Agente Principal
Direção de Ensino

POLÍCIA
Instituto Superior de Ciências Policiais e Segurança Interna

DIRECÇÃO NACIONAL DA P.S.P.
DEPARTAMENTO DE FORMAÇÃO
Entrada Nº 235
Data 24 / 1 / 2022
Processo Nº 1402

1

Termo de Consentimento Informado

Tomei conhecimento que o estudante finalista do Curso de Mestrado Integrado em Ciências Policiais do Instituto Superior de Ciências Policiais e Segurança Interna (ISCPSI) da Polícia de Segurança Pública, Aspirante a Oficial de Polícia Nuno Pedro Alves da Silva Bastião de Almeida, está a desenvolver um estudo sobre o Impacto do trabalho policial na vida dos polícias na , sob orientação da Prof.ª Doutora Lúcia G. Pais docente do ISCPSI. Neste âmbito, foram-me explicados os objetivos do trabalho e foi solicitada a minha colaboração para responder a uma entrevista.

Fui informado(a) de que as respostas serão anónimas e que serão gravadas para facilitar a sua análise, sendo destruídos os registos áudio após a sua transcrição. A minha identificação nunca será divulgada e a minha colaboração tem carácter voluntário, podendo desistir em qualquer momento do trabalho.

Compreendo que não irá existir qualquer tipo de remuneração ou custos pela minha participação neste estudo. É-me garantido que sempre que necessitar de algum esclarecimento o mesmo ser-me-á facultado.

Fui esclarecido(a) sobre todos os aspetos que considero importantes e as perguntas que coloquei foram respondidas. Fui informado(a) que tenho direito a recusar participar e que a minha recusa não terá consequências para mim.

Aceito, pois, colaborar neste estudo e assino onde indicado.

O investigador

_____

Aspirante a Oficial de Polícia
M/155864

O(a) entrevistado(a)

_____

_____

Lisboa, ___ de _____ de 20___

Anexo 5 - Exemplos de perguntas feitas durante as entrevistas

Pergunta inicial:

– Qual o impacto do trabalho do Corpo de Intervenção nos polícias do CI?

Perguntas feitas em função do seguimento da entrevista:

– Pela sua experiência, quais os sintomas psicológicos sentidos, pelo polícia, quando se vê sistematicamente exposto a situações consideradas violentas ou stressantes?

– Quais os mecanismos essenciais para quem contacta sistematicamente com ocorrências polícias de maior stress

– Quais os maiores desafios do seu trabalho no Corpo de Intervenção?

Anexo 6 – Quadro categorial

A – Categoria CAUSAS/ORIGEM DOS IMPACTOS – Codifica-se, nesta categoria, toda a informação correspondente à caracterização dos factores de *stress* no âmbito policial, nomeadamente se a sua origem é no contexto de trabalho ou se é relativa ao conteúdo do trabalho policial.

A.1 – Subcategoria CONTEXTO DO TRABALHO – Codifica-se, nesta subcategoria, toda a informação que identifica os factores de *stress* provenientes do contexto de trabalho e tenham que ver, por exemplo, com as próprias condições de trabalho, progressão de carreira, relacionamento com superiores hierárquicos ou colegas.

Ex. (E06) "*Olhe, agora pegando nas promoções, a única carreira que existe e que está bem delineada é a dos oficiais, ponto!"*

A.2 – Subcategoria CONTEÚDO DO TRABALHO – Codifica-se, nesta subcategoria, toda a informação que identifica os factores de *stress* provenientes do conteúdo do trabalho, como por exemplo, os turnos, o excesso de trabalho, a adequação da missão/tipo de serviço a desempenhar.

Ex. (E11) *"Olhe aqueles da geração à rasca que estiveram a atirar pedras durante horas..."*

B – Categoria CONSEQUÊNCIAS PSICOLÓGICAS – Codifica-se, nesta categoria toda a informação que contenha referencias aos sintomas psicológicos sentidos pelos polícias, nomeadamente sintomas de ansiedade, depressão, *burnout*, trauma primário e trauma secundário.

B.1 – Subcategoria ANSIEDADE – Codifica-se nesta subcategoria, toda a informação que contenha referências a sintomas de ansiedade, como por exemplo irritabilidade ou sensação de inquietação/preocupação

Ex. (E10) *"Ao inicio a emoção, sei lá.. aquela tensão que é acumulativa, vai acumulando não é? Estamos bem, de repente a situação começa a piorar, e vai acumulando a emoção..."*

B.2 – Subcategoria DEPRESSÃO – Codifica-se nesta subcategoria, toda a informação que contenha referências a sintomas de depressão, como por exemplo dificuldades em adormecer.

Ex. (E07) *"Olhe, sinto que na PSP está tudo mau, e não é de agora, mas isto é tudo politiquices. E isso revolta-me."*

B.3 – Subcategoria *BURNOUT* – Codifica-se nesta subcategoria, toda a informação que contenha referências a sintomas que podem resultar em burnout, como o desgaste emocional.

Ex. (E07) *"Eu agora sinto-me bem. Já houve alturas que nem tanto, andava mesmo de rastos"*

B.4 – Subcategoria FADIGA POR COMPAIXÃO – Codifica-se nesta subcategoria, toda a informação que contenha referências a sintomas que poderão resultar em fadiga por compaixão, como por exemplo o sentimento de culpa ou de luto.

Ex. (E17) *"Isto é assim, volto a repetir, o stress passa-me completamente ao lado (…)Desde de que entro aqui de manha e saio daqui à noite, é mais um dia de trabalho, missão cumprida"*

B.5 – Subcategoria TRAUMA PRIMÁRIO – Codifica-se nesta subcategoria, toda a informação que contenha referências a sintomas que podem resultar em trauma primário como pesadelos, *flashbacsk* ou hipervigilância.

Ex. (E15) *"O polícia acaba por ter um sentimento de vigilância, uma atitude de vigilância mesmo fora daqui"*

B.6 – Subcategoria TRAUMA SECUNDÁRIO – Codifica-se nesta subcategoria, toda a informação que contenha referências a sintomas que podem resultar em trauma secundário, nomeadamente pensamentos negativos ou colocar-se na posição da vítima.

Ex. (E04) *"Eu às vezes dou por mim em casa, depois de fazer uma entrada em que há crianças. (...) Mas depois dou por mim em casa a imaginar entrarem-me em casa, mas não digo nada, nem à minha esposa nem nada"*

C – Categoria CONSEQUÊNCIAS FÍSICAS – Codifica-se nesta categoria, toda a informação que contenha referências a sintomas físicos sentidos pelos polícias, como hiperventilação, taquicardia ou alteração do apetite.

Ex. (E09) *"A pulsação é logo... pum pum pum, o batimento cardíaco aumenta não é? Porque?"*

D – Categoria CONSEQUÊNCIAS COMPORTAMENTAIS – Codifica-se nesta categoria, toda a informação que contenha referências a sinais ao nível do comportamento desenvolvidos pelos polícias.

D.1 – Subcategoria REAÇÕES COMPORTAMENTAIS – Codifica-se nesta subcategoria, toda a informação que contenha referências a comportamentos tidos pelos polícias em consequência da sua função.

Ex. (E11) *"Esses que saem agora do curso do CI, se forem daqueles que, são quase todos, que trazem o sangue na guelra, eles viram-se logo"*

D.2 – Subcategoria NATURALIZAÇÃO DA VIOLÊNCIA – Codifica-se nesta subcategoria, toda a informação que contenha referências ao modo como a violência em geral deixa de influenciar emocional e psicologicamente o polícia à medida que vai passando por situações que envolvam violência ou grande *stress*.

Ex. (E05) *"À medida que vamos ficando cá mais anos isso tudo se vai naturalizando na nossa mente. (a violência)"*

E – Categoria ESTRATÉGIAS DE DEFESA – Nesta categoria, codifica-se toda a informação que referencie as estratégias adotadas pelos polícias para ultrapassar as situações vivenciadas, sejam elas individuais ou grupais.

E.1 – Subcategoria ESTRATÉGIAS INDIVIDUAIS – Codifica-se nesta subcategoria, toda a informação que referencie estratégias adotadas pelos polícias, que tenham em vista a superação das situações vividas por eles próprios e que mitiguem/evitem o desenvolvimento de sintomas referidos nas categorias supramencionadas.

Ex. (E08) *"Uma pessoa... isto é assim, uma pessoa quando vem para o serviço uma pessoa também tem de pensar em deixar as emoções em casa ou fora do serviço (...) Eu pessoalmente deixo as coisas aqui e não levo nada para casa como disse."*

E.2 – Subcategoria ESTRATÉGIAS GRUPAIS – Codifica-se nesta subcategoria, toda a informação que contenha referências a estratégias de defesa que sejam implementadas no seio do efetivo policial no qual o polícia está inserido.

Ex. (E19) *"Nós aqui como trabalhamos e vivemos em camarata, é normal nós falarmos dos problemas entre nós"*

F – Categoria PRINCIPAIS DESAFIOS – Nesta categoria, codifica-se toda a informação referente aos principais desafios sentidos pelos polícias no desenrolar da sua atividade, nomeadamente em relação às vítimas que encontram nas ocorrências, o tipo de ocorrência, o atendimento ou *performance* pessoal.

F.1 – Subcategoria LIDAR COM VÍTIMAS – Codifica-se nesta subcategoria, toda a informação referente ao facto dos polícias terem de lidar com determinadas vítimas, por exemplo crianças.

Ex. (E06) *"Nós não pisámos o recém nascido porque não calhou, as nossas pegadas ficaram mesmo ao lado de onde ele estava"*

F.2 – Subcategoria TIPO DE SITUAÇÃO - Codifica-se nesta subcategoria, toda a informação referente ao tipo de situação que os polícias possam considerar como mais desafiante, como por exemplo, situações que envolvam colegas feridos ou mortos em serviço.

Ex. (E19) *"Vamos imaginar fazer uma entrada ou uma situação de alto risco e, por exemplo, se um colega meu tivesse um ferimento grave, ou que acontecesse algo mais trágico, acho que isso ia ficar assim de forma mais permanente na nossa cabeça."*

F.3 – Subcategoria ATENDIMENTO – Codifica-se, nesta subcategoria, toda a informação relativa aos factores relacionadas com o abordagem de cidadãos e que possam constituir-se como um desafio para o polícia.

Ex. (E11) *"Aí, quando se encara com alguém que se percebe que estava na situação de desordem e que levou bastonadas e depois vê-los no café, cria-se uma ansiedade..."*

F.4 – Subcategoria *PERFORMANCE* PESSOAL – Codifica-se toda a informação onde se demonstre que manter a capacidade operacional do polícia se constitui como um desafio para o próprio elemento.

Ex. (E12) *"É tentar acompanhar os meus camaradas mais novos, como é normal um individuo com a minha idade, não tem a mesma recuperação que um miúdo de vinte e tal anos."*

G – PRINCIPAIS DIFICULDADES – Nesta categoria codifica-se toda a informação referente às principais dificuldades sentidas pelos polícias no desempenho das suas funções, nomeadamente no que diz respeito aos recursos, à formação técnica e à formação em saúde mental.

G.1 – Subcategoria RECURSOS – São codificadas aqui todas as referencias relativas aos recursos, sejam eles humanos ou materiais, disponíveis para o desempenho das missões dos polícias.

Ex. (E16) *"Era bom cada um ter o seu colete, até porque cada um seria responsável pelo seu material, se aparecesse danificado era minha responsabilidade, assim não há.. o colete é usado por todos..."*

G.2 – Subcategoria FORMAÇÃO TÉCNICA– São codificadas todas as referencias sobre a formação técnica e especializada que é ministrada aos polícias.

Ex. (E09) *"O Ci faz, realmente tudo, é um polvo eheheh. E as exigências não são menores. Fazer um serviço como o do GOE, a exigência é a mesma, no entanto não é essa a nossa especialidade mas nós temos de ser capazes. E ainda bem que temos a nossa formação que melhorou muito."*

G.3 – Subcategoria FORMAÇÃO SAÚDE MENTAL – É codificada toda a informação sobre qual a formação que o polícia já teve no âmbito da saúde mental, ou se considera que seja uma mais valia.

Ex. (E04) *"Sim, porque eu acho que essas pequenas ajudas, depois são importantes para ajudar o policia nas ocorrências e no pós ocorrências, porque eu acredito mesmo nisso da mente humana e da saúde mental, claro."*

H – Categoria APOIO A POLÍCIAS – Codifica-se, aqui, toda a informação que refira que apoio é dado ao polícia, seja pelos superiores hierárquicos, seja por técnicos ou psicólogos da instituição.

H.1 – Subcategoria SUPERVISORES/SUPERIORES HIERÁRQUICOS - Codifica-se, aqui, a informação relativa ao apoio prestado ao polícia pelos superiores hierárquicos como por exemplo o reconhecimento ou folgas compensatórias.

Ex. (E16) *"Há abertura da parte dos superiores, e eles também criam empatia com a malta, não é uma amizade, claro, mas são abertos ouvem as pessoas e isso é bom não é? "*

H.2 – Subcategoria TÉCNICOS/PSICÓLOGOS – Codifica-se, nesta subcategoria, toda a informação recolhido sobre o apoio dado aos polícias pelos psicólogos da instituição, por exemplo ventilação de problemas.

Ex. (E20) *"Pois, não andam aqui, nem se deixam ver. Lá está, eu ainda não fui chamado. E o psicólogo estando aqui estava mais presente."*

I – Categoria OCORRÊNCIAS POLICIAIS – Nesta categoria codifica-se toda a informação relativa às ocorrências policiais em que os polícias atuam, seja no momento da chamada, na caracterização da situação no local, ou relativa à reação dos cidadãos.

I.1 – Subcategoria AVALIAÇÃO NO MOMENTO DA CHAMADA – Codifica-se nesta subcategoria, as referencias alusivas ao momento em que os polícias são chamados para irem para uma ocorrência, como por exemplo, a preparação mental.

Ex. (E18) *"Quando somos chamados, dependendo da situação, vou pensando naquilo que tenho de fazer quando chegar à situação, mas nunca com stress nem nada disso. Já se gere bem."*

I.2 - Subcategoria CARATERIZAÇÃO DA SITUAÇÃO IN *LOCO* – Codifica-se, aqui, a informação relativa às características que descrevem a ocorrência, como se esta representa perigo para a vida.

I.3 – Subcategoria AÇÕES/REAÇÕES IN *LOCO* – Nesta subcategoria codifica-se a informação referente às ações e reações dos polícias no local da ocorrência, como por exemplo as diligências efetuadas por eles.

Ex. (E08) *"Depois quando lá chegamos montamos o dispositivo"*

I.4 – Subcategoria REAÇÃO DOS CIDADÃOS À PRESENÇA/AÇÃO POLICIAL – Codifica-se toda a informação que contenha referencias relativas à forma como os cidadãos reagem perante a presença policial.

J – Categoria PROCURA POR AJUDA PSICOLÓGICA – Codifica-se, nesta categoria, toda a informação relativa ao sítio onde os polícias optariam por procurar ajuda do foro psicológico.

J.1 – Subcategoria FORA DA INSTITUIÇÃO – codifica-se aqui toda a informação relativa ao facto de os polícias optarem por procurarem ajuda psicológica fora da instituição PSP, como por exemplo, receio do desarmamento.

Ex. (E18) *"Mais o preconceito de ir à procura de ajuda Que o pessoal ainda pensa que iam todos ficar a olhar de lado para ele"*

J.2 – Subcategoria NA INSTITUIÇÃO – codifica-se, nesta subcategoria, toda a informação que refira a disponibilidade em procurar ajuda psicológica dentro da PSP, por exemplo, pelo facto de conhecerem melhor a instituição.

Ex. (E10) *"Porque são da casa (os psicólogos do Gabinete de Psicologia) e conhecem a realidade, ou conhecem melhor a nossa realidade."*

Anexo 7 – Tabela de apresentação de categorias, subcategorias e indicadores

Categorias	Subcategorias	Indicadores
Causas/Origens dos impactos **A**	Contexto do trabalho **A.1**	Falta de comunicação Qualidade do relacionamento entre polícias e a comunidade Qualidade do relacionamento entre Polícias Remunerações Inadequadas Satisfação no Serviço Condições de trabalho Crítica por parte dos OCS Distância entre trabalho-Casa Exiguidade da oportunidade de carreira Injustiça remuneratória vs função desempenhada
	Conteúdo do trabalho **A.2**	Excesso de trabalho Horários Longos Trabalhar por Turnos Imprevisibilidade Rotina Ausência de rotinas Burocracia Pressão do tempo Adequação da missão/tipo de serviço a desempenhar Imagem do Profissional/Instituição Ambiguidade do papel Angústia Moral Exigência das Tarefas operacionais e riscos associados

Consequências Psicológicas **B**	Ansiedade **B.1**	Sensação de inquietação/preocupação Dificuldade de concentração Irritabilidade Medo Tensão Muscular Exaustão Não sinto nenhum indicador de ansiedade
	Depressão **B.2**	Perda de interesse nas atividades Grandes mudanças de peso Problemas na qualidade do sono Agitação ou falta de energia Frustração Sentimento de inutilidade Pensamentos suicidas Não tenho problemas na qualidade do sono Não sinto nenhum indicador
	Burnout **B.3**	Desgaste emocional Perda de autoestima Não sinto nenhum indicador de burnout
	Fatiga por compaixão **B.4**	Falta de confiança nos parceiros Culpa Choque emocional Pânico Vulnerabilidade Sentimento de luto/pesar Desespero Frieza afetiva/embotamento afetivo Raiva
	Trauma primário **B.5**	Pesadelos Flashbacks Hipervigilância
	Trauma secundário **B.6**	Colocar-se na posição da vítima e ter pensamentos negativos

Consequências físicas **C**		Hipertensão arterial Taquicardia Hiperventilação Fadiga Sede Náuseas Tremores Arrepios e Suores Alteração do apetite Não sinto nada
Consequências Comportamentais **D**	Reações Comportamentais **D.1**	Luta ou Fuga Imobilização Obediência automática Alienação Conflito Desconfiança Abandono de atividades Alterações na fala Agressividade Assertivo Observador/Atento Exigente Problemas de adaptação a novas situações Não separação da vida pessoal e da profissional Impressão de alteração de características de personalidade Não sinto nenhum indicador de reação comportamental
	Naturalização da Violência **D.2**	Ficar indiferente às situações de violência Não existe naturalização

Estratégias de Defesa **E**	Individual **E.1**	Exercício físico Evitar assuntos/abstração Separação da vida pessoal/profissional Descanso Hobbies Apoio familiar Apoio médico e/ou psicológico Consumo de álcool, tabaco ou café Distanciamento emocional das vítimas Não utilizo nenhuma estratégia de defesa individual
	Grupal **E.2**	Exercício físico em grupo Convívios de grupo (jantares/almoços/tertúlias) Ventilação de problemas em parceria Estar atento ao colega do lado Apoio nos supervisores hierárquicos Apoio nos psicólogos (instituição) Adoção de procedimentos técnicos Humor no ambiente do trabalho
Principais Desafios **F**	Lidar com vítimas **F.1**	Envolvimento de crianças Vítimas não colaborantes Vítimas emocionalmente vulneráveis
	Tipo de situação **F.2**	Morte Violenta (suicídio, homicídio) Ver colegas feridos/Mortos em serviço Morte/ferimento de civil Entradas Táticas Salvar Vidas Uso de Armas pelo suspeito (de qualquer classe) Uso de arma de fogo por parte da polícia Violência doméstica
	Atendimento **F.3**	Cidadãos/Vítimas impacientes
	Performance Pessoal **F.4**	Lesões *Performance* Física *Performance* Técnica

Principais dificuldades **G**	Recursos **G.1**	Falta de recursos humanos/materiais Falta de Recursos Técnicos Não existe falta de humanos/materiais Não existe falta de recursos técnicos
	Formação técnica **G.2**	Sente défice de variedade na formação Não há lacunas na formação Falta formação legal Tempo de formação é pouco
	Formação Saúde mental **G.3**	Sente lacunas na formação em Saúde mental Sente lacunas na detecção de sintomas no próprio/em colegas Sente lacunas em gestão de *stress* durante as ocorrências Há estigma em relação à saúde mental ou procura de ajuda nesse âmbito Sente lacunas na mitigação das consequências do *stress*
Apoio aos Polícias **H**	Superiores hierárquicos **H.1**	Folgas compensatórias Marcação de férias Acompanhamento nas tarefas Reconhecimento Ventilação de problemas Criação de relação interpessoal Não há apoio de superiores hierárquicos Nunca precisei de falar com um superior hierárquico sobre qualquer problemas Existe uma tentativa de resolver problemas sobre e dar conforto aos homens
	Técnicos/ Psicólogos **H.2**	Ventilação de problemas Nunca precisei de ir ao psicólogo Falta acompanhamento especializado Existe falta de avaliação psicológica

Ocorrências Policiais **I**	Avaliação da situação no momento da chamada **I.1**	Preparação mental Antecipação de cenários Antecipação de recursos necessários
	Caracterização da situação *In loco* **I.2**	Características do local (descrição) Avaliações negativas das situações pelas pessoas locais Perigo para a vida Perigo para a integridade física Diversidade cultural Desafiante Violenta Complexidade Simplicidade
	Ações/reações *In loco* **I.3**	Atenção dirigida às pessoas envolvidas, descrição das situações Atenção dirigida ao meio envolvente Mobilização de recursos Pacificar ou serenar os ânimos Respeitar o cidadão Colaboração com/dos cidadãos Apoio de polícias Uso de meios coercivos
		Experiência Bom senso
	Reações dos cidadãos à presença/ação policial **I.4**	Agressões (incluindo tentativa) Resistência passiva Resistência ativa Má relação entre Cidadão-Polícia Boa interação Cidadão-Polícia
Procura por ajuda Psicológica **J**	Fora da Instituição **J.1**	Receio do desarmamento Receio da opinião dos colegas Receio da opinião dos Superiores Hierárquicos Receio da Visão enviesada por parte dos técnicos/psicólogos Possível desvalorização por parte dos técnicos/Psicólogos
	Na Instituição **J.2**	Melhor entendimento da condição de polícia Proximidade/facilidade no encaminhamento Desconhecimento de como procurar

Anexo 8 – Contagem de indicadores

Categorias	u.r.	Subcategorias	u.r.	Indicadores	u.r.
A	550	A.1	336	Falta de comunicação	40
				Qualidade do relacionamento entre polícias e a comunidade	33
				Qualidade do relacionamento entre Polícias	86
				Remunerações Inadequadas	7
				Satisfação no Serviço	83
				Condições de trabalho	32
				Crítica por parte dos OCS	1
				Distância entre trabalho-Casa	29
				Exiguidade da oportunidade de carreira	14
				Injustiça remuneratória vs função desempenhada	11
		A.2	214	Excesso de trabalho	27
				Horários Longos	2
				Trabalhar por Turnos	14
				Imprevisibilidade	34
				Ausência de rotinas	2
				Burocracia	4
				Pressão do tempo	1
				Adequação da missão/tipo de serviço a desempenhar	37
				Imagem do Profissional/Instituição	17
				Angústia Moral	36
				Exigência das Tarefas operacionais e riscos associados	40
B	206	B.1	64	Sensação de inquietação/preocupação	40
				Irritabilidade	12
				Medo	5
				Tensão Muscular	4
				Exaustão	2
				Não sinto nenhum indicador de ansiedade	1
		B.2	107	Perda de interesse nas atividades	9
				Problemas na qualidade do sono	4
				Agitação ou falta de energia	3
				Frustração	72
				Sentimento de inutilidade	11
				Pensamentos suicidas	1

				Não sinto nenhum indicador	7
		B.3	**6**	Desgaste emocional	5
				Não sinto nenhum indicador de burnout	1
		B.4	**15**	Culpa	1
				Frieza afetiva/embotamento afetivo	11
				Raiva	3
		B.5	**10**	Flashbacks	4
				Hipervigilância	6
		B.6	**4**	Colocar-se na posição da vítima e ter pensamentos negativos	4
C	**41**			Taquicardia	36
				Hiperventilação	1
				Tremores	2
				Alteração do apetite	2
D	**168**	**D.1**	**126**	Luta ou Fuga	13
				Obediência automática	2
				Alienação	17
				Conflito	1
				Desconfiança	1
				Agressividade	10
				Observador/Atento	5
				Problemas de adaptação a novas situações	26
				Não separação da vida pessoal e da profissional	2
				Impressão de alteração de características de personalidade	49
		D.2	**42**	Ficar indiferente às situações de violência	42
E	**313**	**E.1**	**200**	Exercício físico	25
				Evitar assuntos/abstração	32
				Separação da vida pessoal/profissional	45
				Descanso	5
				Hobbies	6
				Apoio familiar	24
				Apoio médico e/ou psicológico	1
				Consumo de álcool, tabaco ou café	5
				Distanciamento emocional das vítimas	28
				Não utilizo nenhuma estratégia de defesa individual	29
		E.2	**113**	Exercício físico em grupo	16
				Convívios de grupo (jantares/almoços/tertúlias)	26
				Ventilação de problemas em parceria	35
				Estar atento ao colega do lado	20

				Apoio nos supervisores hierárquicos	10
				Humor no ambiente do trabalho	6
F	**78**	**F.1**	**17**	Envolvimento de crianças	17
		F.2	**38**	Ver colegas feridos/Mortos em serviço	18
				Morte/ferimento de civil	3
				Entradas Táticas	3
				Salvar Vidas	1
				Uso de Armas pelo suspeito (de qualquer classe)	3
				Uso de arma de fogo por parte da polícia	8
				Violência doméstica	2
		F.3	**2**	Cidadãos/Vítimas impacientes	2
		F.4	**21**	Lesões	3
				Performance física	7
				Performance técnica	11
G	**198**	**G.1**	**60**	Falta de recursos humanos/técnicos	58
				Não existe falta de recursos técnicos	2
		G.2	**32**	Sente défice de variedade na formação	4
				Não há lacunas na formação	23
				Tempo de formação é pouco	5
		G.3	**106**	Sente lacunas na formação em Saúde mental	36
				Sente lacunas na detecção de sintomas no próprio/em colegas	20
				Sente lacunas em gestão de *stress* durante as ocorrências	6
				Há estigma em relação à saúde mental ou procura de ajuda nesse âmbito	38
				Sente lacunas na mitigação das consequências do *stress*	6
H	**121**	**H.1**	**91**	Folgas compensatórias	6
				Acompanhamento nas tarefas	3
				Reconhecimento	9
				Ventilação de problemas	6
				Criação de relação interpessoal	30
				Não há apoio de superiores hierárquicos	14
				Existe uma Tentativa de resolver problemas sobre e dar conforto aos homens	23
		H.2	**30**	Falta acompanhamento especializado	22
				Existe falta de avaliação psicológica	8
I	**17**	**I.1**	**15**	Preparação mental	6
				Antecipação de cenários	6
				Antecipação de recursos necessários	3

		I.3	**1**	Mobilização de recursos	1
J	**56**	**J.1**	**40**	Receio do desarmamento	8
				Receio da opinião dos colegas	15
				Receio da opinião dos Superiores Hierárquicos	5
				Receio da Visão enviesada por parte dos técnicos/psicólogos	8
				Possível desvalorização por parte dos técnicos/Psicólogos	4
		J.2	**16**	Melhor entendimento da condição de polícia	6
				Proximidade/facilidade no encaminhamento	4
				Desconhecimento de como procurar	6