

**Estudo da prevalência e análise de fatores de proteção ao surgimento do estresse em bombeiros militares**

**Study of the prevalence and analysis of protective factors for the emergence of stress in military firefighters**

**Estudio de la prevalencia y análisis de factores protectores contra la aparición de estrés en los bomberos militares**

Recebido: 07/05/2020 | Revisado: 10/05/2020 | Aceito: 13/05/2020 | Publicado: 15/05/2020

**José Carlos Souza**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4460-3770>

Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul, Brasil

E-mail: [josecarlossouza@uol.com.br](mailto:josecarlossouza@uol.com.br)

**Jakel Santana do Prado**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2115-0166>

Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia do Mato Grosso do Sul, Brasil

E-mail: [jakel.prado@gmail.com](mailto:jakel.prado@gmail.com)

**Iane Franceschet de Sousa**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2061-2851>

Universidade Federal de Santa Catarina, Brasil

E-mail: [iane.franceschet@ufsc.br](mailto:iane.franceschet@ufsc.br)

**Resumo**

Os Bombeiros Militares são submetidos a situações de tensão e resposta rápida, por exigência da profissão e por objeto laboral. O trabalho dos bombeiros está vinculado aos anseios da população, explorado pela mídia através da veiculação de desastres, tanto naturais como os provocados pelo homem. As situações de emergência e desastres remetem a uma situação que extrapola a condição de estabilidade emocional tão discutida entre os profissionais em segurança pública. Esta pesquisa teve como objetivo investigar a prevalência de estresse em um grupo de bombeiros militares no município de Ponta Porã, estado de Mato Grosso do Sul, Brasil. Foram aplicados questionários sociodemográficos para a caracterização da população estudada e Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos de Lipp, que investiga a prevalência

do estresse e suas fases. No total, 33 bombeiros participaram do estudo, sendo que 3 deles encontravam-se na fase de resistência, na qual o indivíduo entra em contato com o fator estressante, mas ainda permanece numa atitude de enfrentamento, sugerindo ainda um comportamento de superação quanto ao contato do objeto estressor. Entretanto, apesar do serviço de emergência do corpo de bombeiros ser um requisito para o aparecimento do estresse e para a implicação da percepção da QV, os bombeiros participantes da pesquisa demonstraram, em sua grande maioria, uma adaptação à sobrecarga e peculiaridades inerentes ao serviço.

**Palavras-chave:** Estresse; Bombeiros militares; Fatores de proteção.

### **Abstract**

Military firefighters are subject to situations of tension and rapid response, due to the seriousness of the profession and by work object. The work of firefighters is linked to the countries of the population, exploited by the media through the broadcast of disasters, both natural and man-made. Emergency and disaster situations refer to a situation that goes beyond the condition of emotional stability so discussed among public security professionals. This research aimed to investigate the prevalence of stress in a group of military firefighters in the municipality of Ponta Porã, in the state of Mato Grosso do Sul, Brazil. Sociodemographic questionnaires were used to characterize the studied population and Lipp's Stress Symptoms Inventory for Adults, which investigates the prevalence of stress and its phases. In total, 33 bombers involved in the study, 3 of which were identified in the resistance phase, in which the individual comes into contact with the stressor, but still remains in some coping attitude, still suggesting a behavior to overcome the stressor object contact. However, despite the fact that the fire department's emergency service is a requirement for the occurrence of stress and implies the perception of QOL, the firefighters participating in the research showed, in the great majority, a change to overload and peculiarities inherent to the service.

**Keywords:** Stress; Military firefighters; Protection factors.

### **Resumen**

Los bomberos militares están sujetos a situaciones de tensión y respuesta rápida, debido a la seriedad de la profesión y por objeto de trabajo. El trabajo de los bomberos está vinculado a los países de la población, explotados por los medios de comunicación a través de la transmisión de desastres, tanto naturales como provocados por el hombre. Las situaciones de emergencia y desastre se refieren a una situación que va más allá de la condición de

estabilidade emocional discutida entre los profesionales de la seguridad pública. Esta investigación tuvo como objetivo investigar la prevalencia del estrés en un grupo de bomberos militares en el municipio de Ponta Porã, en el estado de Mato Grosso do Sul, Brasil. Se utilizaron cuestionarios sociodemográficos para caracterizar la población estudiada y el Inventario de síntomas de estrés de Lipp para adultos, que investiga la prevalencia del estrés y sus fases. En total, 33 bomberos involucrados en el estudio, 3 de los cuales fueron identificados en la fase de resistencia, en la que el individuo entra en contacto con el factor estresante, pero aún permanece en una actitud de afrontamiento, lo que sugiere un comportamiento para superar el contacto con el objeto estresante. Sin embargo, a pesar de que el servicio de emergencia del departamento de bomberos es un requisito para la aparición de estrés e implica la percepción de calidad de vida, los bomberos que participaron en la investigación mostraron, en su gran mayoría, un cambio en la sobrecarga y las peculiaridades inherentes al servicio.

**Palabras clave:** Estrés; Bomberos militares; Factores de protección.

## 1. Introdução

A Profissão Bombeiro Militar representa, para a sociedade, a imagem de herói, de força, coloca sua vida em risco para salvar a de terceiros. No exercício da sua atividade profissional, por natureza, exige comprometimento com a própria vida, em função de garantir a integridade das pessoas e de seus bens. Desta forma, sendo tarefa do bombeiro, todo e qualquer tipo de salvamento (Monteiro et al., 2007).

A profissão está associada à força e competência, transformando este indivíduo idealizado em um ser confiável e de postura imbatível na solução/atenção das piores tragédias (Monteiro et al., 2007).

Culturalmente, tais percepções sociais levam a uma reflexão de que essas características de força, potência, competência, rapidez, passe a não permitir que o homem ou mulher bombeiros militares possam sentir medo, insegurança e outras características dignas de um ser humano. Estudos realizados em saúde mental têm sido um meio para se verificar uma preocupação constante sobre a influência do estresse na rotina destes profissionais.

O desgaste físico pode ser facilmente reconhecido pela corporação, enquanto o emocional, sem sintomas ou sinais aparentes no corpo, não pode ser exposto no local de trabalho, nem aceito no ambiente organizacional (Cremasco, Constantinidis & Silva, 2008).

Os profissionais com atividades voltadas a cuidar da vida das pessoas, entre os quais se inclui o bombeiro, vivem com o organismo em equilíbrio sob a pressão de agentes estressores e, como forma de preservar a própria sobrevivência psicológica, desenvolvem estratégias para evitar a exposição das suas emoções (Cremasco, Constantinidis & Silva, 2008).

Na atividade de bombeiro militar, o alto grau de comprometimento físico e mental durante a atividade operacional faz com que a pessoa transfira toda sua energia vital em prol do bem-estar do outro (população/vítima/solicitante). Na menor possibilidade de erro, vidas estão em risco, tanto do bombeiro militar, quanto da vítima, fato este gerador de estresse em cada toque, alertando uma nova ocorrência a ser atendida, significando que uma ou mais pessoas necessitam de seu trabalho eficaz. Os bombeiros, por trabalharem em ocorrências de emergência, estão mais sujeitos ao desenvolvimento de estresse no trabalho.

Embora a decisão de trabalhar numa profissão de risco seja uma escolha pessoal, que em muitos casos o indivíduo se não é oriundo de uma instituição militar, não entende a rotina e o *modus operandi* de uma corporação de bombeiros militares, em muitos casos a entrada nesta atividade deve-se também ao conceito de heroísmo e dedicação ao próximo, bem como a estabilidade financeira oferecida a este profissional, bem sabemos que trata de um tema pouco explorado, em sua grande maioria, no Brasil, são homens e mulheres contratados através de concurso público e com a plano de cargos e carreiras muito bem definidos através de legislação própria, o que nos remete a uma percepção que neste assunto, está bem pautado constitucionalmente através de dedicação exclusiva e aceito por estes profissionais.

## **2. Estresse e Bombeiros Militares**

Os fatores de estresse que aparecem no dia a dia dessas profissões independem da decisão inicial do sujeito (Lipp, 2004). Todo o trabalho com urgências e emergências é imprevisível, incomoda, desequilibra e silencia a onipotência do ser humano. Lidar com situação de emergência exige, sobretudo, uma capacidade de lidar com mudanças, pois, nas situações limites, o desafio e a superação da impotência são exigidos aos bombeiros e policiais militares empenhados ao atendimento a repressão. Toda profissão tem a sua carga de estresse que leva ao desgaste físico e emocional. Quem trabalha com segurança pública enfrenta situações estressantes por natureza, expondo se constantemente à violência, tensões e riscos. Muitos dos indivíduos investidos nesse papel, até mesmo como autoproteção, vão se

tornando insensíveis e, mais adiante, isso pode gerar comportamentos inadequados e desajustamentos sociais, tanto no trabalho quanto fora dele (Mayer, 2006).

Não é possível viver completamente livre de estresse. Este ao longo da vida do ser humano possuía uma conotação benéfica, através do qual, o indivíduo poderia distinguir quando lutar e quando fugir do agente estressor, possibilitando a sobrevivência da espécie humana na natureza. Portanto, o estresse deve ser considerado um fenômeno comum e familiar, tornando-se nocivo quando em excesso e difícil de controlar quando já se instala de forma nociva.

O estresse é definido como referência, tanto para descrever uma situação de muita tensão, quanto para definir a tensão para tal situação (Lipp & Rocha, 1996).

Sendo assim, é importante considerar não só a imensa quantidade de fatores potencializadores de estresse, mas também os aspectos individuais, a maneira com que cada um reage às pressões cotidianas, bem como os aspectos sociais, rotinas aos quais as pessoas estão submetidas. O estresse psicológico é um termo cuja aplicação ultrapassa a dimensão biológica e, na definição de Lazarus e Folkman (1984), enfatiza a relação entre a pessoa e o ambiente, considerando, de um lado, as características pessoais e, de outro, a natureza do evento ambiental. Esses autores citam-no como sendo semelhante ao moderno conceito médico de doença, que já não é vista como causada exclusivamente por um agente externo: para ocorrer ou não, depende também da susceptibilidade do organismo. Igualmente, não existe objetivo em definir estresse psicológico como uma reação sem considerar as características da pessoa. Entretanto a simples existência de eventos negativos não é suficiente para caracterizar o fenômeno do estresse, pois, para que ele ocorra, é necessário que tais eventos negativos sejam percebidos e avaliados como estressantes. Em outras palavras, esses autores chamam a atenção para a importância da avaliação cognitiva da situação.

Os fatores psicossociais englobam a organização do trabalho e as relações sociais de trabalho. Fatores psicossociais no trabalho são aqueles que se referem à interação entre meio ambiente de trabalho, conteúdo do trabalho, condições organizacionais e habilidades do trabalhador, necessidades, cultura, causas pessoais, extratrabalho que podem, por meio de percepções e experiência, influenciar a saúde, o desempenho e a satisfação no trabalho (Organização Internacional do Trabalho, 2010).

A Organização Mundial de Saúde (OMS), em seus estudos, atribui o papel etiológico primário e essencial para a ocorrência desses transtornos a um estresse grave ou persistente. Dessa forma, sem um evento estressante, os transtornos não ocorreriam (Organização Internacional do Trabalho, 2010).

Após 15 anos de estudo, Lipp & Malagris (2000) identificaram o modelo quadrifásico, em que as fases do estresse se dividem em quatro, apresentadas em ordem de importância no que se refere a comprometimento físico e mental. A primeira fase do estresse, chamada de Alerta; A segunda fase do estresse é a de Resistência; na terceira fase do estresse, a Quase-exaustão. A quarta fase do estresse, é a fase de Exaustão, os sintomas aparecem, só que agravados, em forma de doenças.

Os agentes que potencializam o estresse principalmente relacionado ao trabalho (Pereira & Mello, 2016), assim, os principais agentes estressores são:

- Trânsito e horário
- Exigência por resultados e a sobrecarga
- Mudanças organizacionais
- Falta de segurança
- Remuneração insatisfatória
- Funcionários insatisfeitos com a remuneração,
- Relações no trabalho
- Gestão autoritária
- Falta de reconhecimento e valorização

A conceituação de estresse no trabalho esbarra em várias premissas como: a percepção do trabalhador em relação ao seu ambiente laboral, o desgaste ocasionado pelo excesso de trabalho, trazendo sentimentos e sensações ao indivíduo (Martins, 2005). Mas não é só a percepção do indivíduo, também o seu desejo de aceitação e reconhecimento, pois segundo Martins (2003), a sociedade faz cobranças esperando que o bombeiro atue da maneira que ela espera, ou seja, não demonstrando sentimentos, podendo isso ser visualizado através da coragem ao executar uma tarefa difícil e perigosa, onde é preciso que o bombeiro oculte a ansiedade e o temor, mantendo-os distantes da consciência, possibilitando desempenhar tais tarefas.

Dentro da conceituação de fatores que potencializam ou os que amenizam o estresse está a capacidade de adequação entre o que o indivíduo aspira e o que ele efetivamente obtém na vida que leva. Portanto é uma dimensão subjetiva, e sua avaliação é de extrema importância para medir o estresse, que abrange as diversas áreas da vida: profissional, familiar, lazer (Cañete, 2001). Romano (1996) salienta que a falta de recursos em equipamentos para o desenvolvimento do trabalho dos policiais, os salários baixos e as vivências da morte decorrentes da perda de colegas no cumprimento do dever constituem

situações altamente estressoras. Além dessas situações, é preciso destacar também que a formação e o treinamento do profissional policial são insuficientes para atender as demandas ordem assistencial/ orientação, como indicam estudos realizados por Macedo (1995).

Sendo assim, é importante considerar não só quantidade de fatores que potencializam o estresse, mas também os aspectos individuais de fatores de proteção (família, satisfação com o trabalho, relações interpessoais). A satisfação no trabalho, está associada à saúde dos trabalhadores nos seus aspectos “saúde mental” e “capacidade para o trabalho”, mostrando a importância dos fatores psicossociais em relação à saúde e bem-estar dos trabalhadores (Martinez, Paraguay & Latorre, 2004).

Um estudo bibliométrico publicado por Simonelli (2020) retrata que as mais variadas profissões estão sujeitas ao estresse ocupacional. Os resultados da autora revelaram que este tema tem ganhado relevância e tem sido foco de publicações nas últimas décadas, dada a importância do bem estar dos trabalhadores em geral, na execução das atividades laborais. No caso desta pesquisa, destaca-se que a atividade dos bombeiros militares no salvamento de vidas pode enfatizar ainda mais a necessidade de condições equilibradas de saúde mental destes profissionais.

Diante deste cenário, o objetivo da pesquisa foi de investigar a prevalência de estresse em um grupo de bombeiros militares no município de Ponta Porã, estado de Mato Grosso do Sul.

### **3. Metodologia**

Trata-se de uma pesquisa transversal, exploratória como preconiza Pereira et al. (2018). A pesquisa foi realizada em um quartel de bombeiros no município de Ponta Porã, Mato Grosso do Sul, no mês de julho de 2010. A pesquisa ocorreu em três fases no período matutino, na assunção de serviço.

Foram convidados a participar da pesquisa 42 bombeiros militares do quartel de Ponta Porã, sendo a população total de bombeiros que estavam em atividade de atendimento direto à população nos serviços de extinção de incêndio, atendimento pré-hospitalar, salvamento e sala-rádio, bem como o que estavam no serviço administrativo e que tiram pelo menos um serviço de 24 horas semanal.

Considerou-se como critério de inclusão todos os militares que trabalham no serviço operacional e administrativo, que aceitaram participar da pesquisa e que assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Optou-se por excluir os militares oficiais que apenas

trabalham no administrativo, estar gozando período de férias, licença ou em afastamento para curso fora do município de origem. Pelo fato de existirem apenas três mulheres trabalhando no quartel, optou-se por excluí-las da pesquisa, afim de preservar suas identidades.

Para a coleta de dados, foram utilizados os seguintes instrumentos:

a) Questionário de levantamento sociodemográfico: buscou dados de identificação com as variáveis: idade, sexo, estado civil, escolaridade, tempo de serviço, graduação (posto), atividade que exerce (operacional ou administrativo concomitante ao operacional), punição, satisfação com renda, satisfação com o trabalho e licença médica.

b) Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL): é um instrumento validado por Lipp & Malagrius (2000), de fácil aplicação, que visa identificar de modo objetivo a sintomatologia que o paciente apresenta, avaliando se este possui sintomas de estresse, o tipo de sintoma existente (se somático ou psicológico), a fase em que se encontra e se é mais vulnerável à sintomatologia física, psicológica ou mista. Segundo Lipp & Malagrius (2000), para verificar qual sintoma é predominante, deve-se identificar qual a maior porcentagem. Quando essa diferença é menor ou igual a 10%, considera-se que a pessoa tem tendência a manifestações de estresse dos dois tipos de sintomas (mistos).

O ISSL divide o processo de estresse em quatro fases (Alerta, Resistência, Quase exaustão e Exaustão). O ISSL leva cerca de 10 minutos para ser administrado e, para a aplicação, não é necessário a pessoa ser alfabetizada, pois os itens podem ser lidos. Pode ser aplicado em grupos de até 20 pessoas ou individualmente, constitui-se de 37 itens de natureza somática e 19 de psicológica, sendo os sintomas muitas vezes repetidos, diferindo somente em sua intensidade e seriedade. A primeira parte do teste refere-se à Fase de Alerta, em que o participante assinala os sintomas que tenha experimentado nas últimas 24 horas; na segunda, referente às Fases de Resistência e de Quase-exaustão, ele assinala os sintomas da última semana; na terceira, referente à fase de Exaustão, ele designa os sintomas experimentados no último mês (Lipp & Malagrius, 2000).

Apesar da praticidade da aplicação do ISSL, sua análise e interpretação requerem conhecimento especializado, que apenas o profissional psicólogo familiarizado com os conceitos de estresse e suas implicações para a saúde mental e física possui capacitação para interpretar os resultados do teste, principalmente no que se refere às manifestações psicossomáticas e a doenças.

Em relação à análise estatística, foram feitas tabelas de frequência das variáveis categóricas para descrever o perfil da amostra, como sexo, estado civil, escolaridade, graduação, satisfação com o trabalho e satisfação salarial, com valores de frequência absoluta



(n) e percentual (%). Para as variáveis categóricas, foi utilizado o teste Qui-Quadrado de Pearson, ou o teste exato de Fisher, na presença de valores esperados menores que 5. Para as variáveis numéricas foi utilizado o teste de Mann-Whitney e o teste de Kruskal-Wallis.

Para analisar a relação entre as variáveis numéricas, foi utilizado o coeficiente de correlação de Spearman, devido à ausência de distribuição normal das variáveis. O nível de significância adotado para os testes estatísticos foi de 5%, ou seja,  $p < 0,05$ .

Em relação aos aspectos éticos, a pesquisa foi autorizada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos, Protocolo de aprovação 013/2010, na Universidade Católica Dom Bosco de Campo Grande, Mato Grosso do Sul.

#### 4. Resultados e Discussão

Dos 42 bombeiros convidados a participar do estudo, 33 foram incluídos na pesquisa. Com vistas a facilitar a análise dos dados coletados, os resultados estão demonstrados em duas partes: (1) de acordo com o perfil sociodemográfico da população estudada (Tabela 1); (2) de acordo com a análise descritiva de prevalência de estresse e identificação dos fatores de proteção.

##### Perfil sociodemográfico dos bombeiros militares

**Tabela 1:** Descrição das variáveis sociodemográficas.

Variável	Número	%
<b>Estado Civil</b>		
Casado	28	84,85
Separado/divorciado	03	09,09
Solteiro	02	06,06
<b>Escolaridade</b>		
Ensino fundamental	03	09,38
Ensino médio	18	56,25
Superior incompleto	08	25,00
Superior completo	02	06,25

Mestrado	01	03,13
<b>Graduação/patente</b>		
Soldado	09	27,27
Cabo	06	18,18
Sargento	16	48,48
Sub-tenente	02	06,06
<b>Salário Suficiente?</b>		
Não	20	62,50
Sim	12	37,50
<b>Escala</b>		
Administrativo	07	21,21
Operacional	26	78,79
<b>Satisfação no trabalho</b>		
Não	01	03,03
Sim	32	96,90
<b>Atestado médico</b>		
Não	18	54,55
Sim	15	45,45
<b>Punição</b>		
Não	21	63,64
Sim	12	36,36

Fonte: Autores.

De acordo com a Tabela 1, foram analisadas as variáveis sociodemográficas dos 33 bombeiros participantes do estudo. Em relação à faixa etária, a idade de maior representatividade se concentra em média 39 anos. O Quartel comporta na sua maioria militares que possuem tempo de serviço acima de 20 anos e são oriundos da região, revelando o fator de proteção mobilidade e estabilidade (segurança) em que estes permanecem, após a inserção na corporação, ou seja, após o concurso retornam à sua cidade de origem.

Observa-se também que 84,85 % dos bombeiros pesquisados possuem companheiras, e justamente aqueles que relataram estarem acometidos por estresse, afirmam não estarem em relacionamento afetivos. Estes resultados podem indicar uma concepção de centralidade das famílias como fator de proteção social, implica ter presente seu caráter ativo e participante, ao mesmo tempo, suas transformações internas, em particular nas suas dimensões de sexualidade, procriação e convivência. Isso se caracteriza como um fator importante na motivação para o trabalho e como fator de proteção no surgimento do estresse, levando à concepção de que a satisfação com o trabalho está relacionada também à aceitabilidade da família na profissão que escolheu exercer.

Outro fator relevante na caracterização é que todos os pesquisados são do sexo masculino, e nos concursos previstos para incorporação, 20% das vagas são para o público feminino. Na população estudada ser do sexo feminino foi fator de exclusão, pois o número de mulheres militares seria representativo e tendencioso, razão por que, por questões éticas, excluiu-se da pesquisa a população feminina.

Conforme Spector (2003), Satisfação no Trabalho é uma variável de atitude que reflete como uma pessoa se sente com relação ao trabalho de forma geral e em seus vários aspectos. Em outras palavras, a Satisfação no Trabalho é o quanto as pessoas gostam de seu trabalho, tendo sido apresentada como a causa de importantes realizações das organizações e de seus funcionários, do desempenho no trabalho, significativo à saúde e longevidade.

No domínio referente atestados médicos, o valor médio obtido foi 45,45%. A profissão de bombeiro exige muito do aspecto mental e controle das emoções, uma vez que a própria vida e a vida de terceiros dependem das decisões por eles tomadas. Dessa forma, a tomada de decisão se transforma em fator de extremo estresse e de desenvolvimento de afastamentos por doenças relacionadas ao estresse. Além disso, a ansiedade está presente durante todo o tempo em que estes trabalhadores estão no seu turno de trabalho, pois, quando uma chamada é realizada, o bombeiro não tem a dimensão exata do problema a ser enfrentado. Além disso, o compromisso com as pessoas que os solicitam muitas vezes se torna relevante, principalmente quando o atendimento envolve vítimas fatais.

O fator punição tem muita importância na vida funcional dos militares, principalmente nos indivíduos entrevistados, pois as promoções estão condicionadas ao bom comportamento dos militares, a hierarquia e disciplina é a base do preceito a ser avaliado, e exige do militar observância, obediência a cadeia de comando, exigindo que muitas vezes mascarem emoções e contrariedades quanto à postura institucional, sabemos que o auto controle e controle das emoções ligadas a contrariedade também muito estresse, como

também a punição em si, tornando assim um quesito que tem uma característica de potencializar o estresse no ambiente de trabalho.

### **Análise descritiva de prevalência de estresse e identificação dos fatores de proteção**

Na análise de prevalência de estresse, ficou indicado que dos 33 pesquisados, 3 referiram estar sofrendo de estresse e que os 3 estão na fase de resistência, na qual o indivíduo entra em contato com o fator estressante, mas ainda permanece numa atitude de enfrentamento, sugerindo ainda um comportamento de superação quanto ao contato do objeto estressor (Lipp & Malagrius, 2000). A resistência é acompanhada de sinais e sintomas psicossomáticos, e que em frequente contato pode passar para a fase de exaustão, para tanto se faz importante a conscientização e observação dos indivíduos quanto a mudança de atitude frente aos acontecimentos diários para lançar mão de apoio social e técnico a fim de prevenir efeitos mais agravantes do estresse.

Os resultados desta pesquisa estão em consonância com achados de outros estudos que também encontraram uma prevalência de estresse em bombeiros militares relativamente baixa (Batista, Magalhaes & Leite, 2016; Vidotti, Coelho, Bertocello & Walsh, 2015).

Outros estudos, como de Souza (2010) e Santos e colaboradores (2018), níveis maiores de estresse foram encontrados na população estudada, bem como maior perda de qualidade de vida e influência negativa no desempenho laboral.

Para Lipp (2005), melhor produtividade, motivação e entusiasmo são aqui característicos, sendo a fase positiva do estresse: a que prepara a pessoa para a ação. Isso vai ao encontro do pensamento de Selye (1965), que, segundo Lipp (2005), entendia os dois primeiros estágios da SAG como comuns ao cotidiano das pessoas, não havendo quem não passasse por eles no decorrer de uma vida normal; não fosse assim, escreve ele, a adaptação seria insuficiente para o desenvolvimento das atividades humanas. Dos que sofrem estresse, 2 indivíduos têm menos de 40 anos, e 3 que referem ter estresse não têm companheiras e não consideram sua renda mensal suficiente.

Verifica-se ainda que 2 dos que sofrem de estresse são soldados em início de carreira, com menos de anos de serviço, o que ressalta a afirmação de que, para ocorrer ou não estresse, isso depende também da susceptibilidade do organismo, principalmente pode ocorrer naqueles que estão há pouco no desempenho de alguma atividade. Dentro da classificação como soldado, por ter sido entrevistada uma população de 9 soldados dos quais 2 se referiram ao estresse, considera esse resultado como significativo, por estarem estes

enquadrados na patente de maior subordinação e desempenho de atividades bombeiros com características de atividade braçal. Também pode se levar em consideração, como uns dos fatores disso, a função de comando e fiscalização e o número disponível de soldados para execução do trabalho, sugerindo dessa forma uma sobrecarga de trabalho.

## 5. Considerações Finais

Como conclusão a esta pesquisa, dos 33 bombeiros pesquisados, 3 referiram estar sofrendo de estresse, identificada pelos registros na fase de resistência, sendo dois destes indivíduos em início de carreira. Outra característica importante é o dimensionamento de contingente, pois no quadro o efetivo é menor do que o ideal para a corporação.

Portanto, conclui-se que o objetivo geral do estudo de investigar a prevalência de estresse no grupo estudado de Bombeiros Militares foi alcançado. Sendo assim, pode-se levar em consideração como um dos fatores de surgimento de estresse neste grupo, a gestão de comando e a fiscalização sobre o número disponível de soldados para execução do trabalho, sugerindo uma sobrecarga de trabalho, permanecendo numa atitude de enfrentamento, sugerindo ainda um comportamento de superação quanto ao contato do objeto estressor.

Os fatores elencados e mensurados nesta pesquisa, pertinentes aos fatores de proteção ao surgimento e agravamento do estresse surgem de uma forma natural, pois os mesmos não entendem cientificamente as consequências do estresse vivido cotidianamente.

É compreensível que o estresse não é um problema fácil de ser combatido e até mensurado pelos militares. No entanto, devido as exigências do ofício de bombeiro militar, é fundamental que a corporação invista na promoção de ações de conscientização, promoção da saúde mental, bem como gestão de pessoas competente na cadeia de comando. Ainda levando em consideração ao campo afetivo, sabemos que a família tem um papel fundamental no reconhecimento deste profissional, bem como o apoio emocional que muitos referem necessitar.

Este trabalho mostrou que, apesar do serviço de emergência do corpo de bombeiros ser um requisito para o aparecimento do estresse e para a implicação da percepção da QV, os bombeiros participantes da pesquisa demonstraram, em sua grande maioria, uma adaptação à sobrecarga e peculiaridades inerentes ao serviço. Todo trabalho com urgências e emergências é imprevisível, incomoda, desequilibra e silencia a onipotência de ser humano, mas, na população em questão, ficou claro que prevalece a habilidade de lidar com as contingências do dia-a-dia.

Os resultados mostrados neste estudo, bem como as articulações entre os fenômenos das relações do cotidiano de trabalho dos bombeiros, não têm a pretensão de elaborar conclusões resolutas, inquestionáveis e acabadas. Longe disso, acredita-se que este estudo fomenta a necessidade e a possibilidade de novas pesquisas e estudos complementares, mesmo estudos comparativos entre ambientes. Além disso, pesquisas que abordem o cotidiano de trabalho específico por unidade operacional, uma vez que cada unidade possui características e demandas diferenciadas, o que remete à natureza de serviço do bombeiro, como as áreas de combate a incêndio, socorro e resgate, busca e salvamento, que trazem particularidades dependendo da região em que se encontram.

Resta ainda apontar que esta pesquisa também se prestou a demonstrar para a comunidade científica os fenômenos particulares de um grupo social, que é a corporação de bombeiros militares. Pode-se tratar de uma limitação do estudo, porém as particularidades do grupo pesquisado justificam a relevância da pesquisa e o perfil e a motivação para a mesma.

## Referências

Batista, RC, Magalhães, AR, Leite, DB. (2016). Estresse e qualidade de vida de profissionais bombeiros militares do município de Primavera do Leste – Mato Grosso. *Rev. Elet. Gestão e Serviços*. 7(2), p.1-22.

Cañete, I. (2001). Qualidade de vida no trabalho: muitas definições e inúmeros significados. In: Bitencourt, C. (Org.). *Gestão contemporânea de pessoas: novas práticas, conceitos tradicionais*. Porto Alegre: Bookman.

Cremasco, L, Constantinidis, TC, Silva, VA. (2008). A farda que é um fardo: o estresse profissional na visão de militares do corpo de bombeiros. *Caderno de Terapia Ocupacional da UFSCar*, 16(2):83-90.

Lazarus, RS, Folkman, S. (1984). Coping and adaptation. In Gentry, WD (Ed.). *Handbook of behavioral medicine*. New York: The Guilford Press.

Lipp, MEN. (Org.). (2004). *Stress no Brasil: pesquisas avançadas*. Campinas: Ed. Papirus.

Lipp, MEN, Malagris, LEN. (2000). *O stress*. 4. ed. São Paulo: Contexto.

Lipp, MEN, Rocha, JC. (1996). *Stress, hipertensão arterial e qualidade de vida*. 2. ed. Campinas: Papirus.

Lipp, MEN. (2005). Stress no trabalho: implicações para a pessoa e para a empresa. In Nunes Sobrinho, FP, Nassaralla I (Org.). *Pedagogia institucional: fatores humanos nas organizações*. Rio de Janeiro: ZIT Editores, 214-36.

Macedo, JWF. (1995). A função Social da Polícia Militar. *Cadernos de pesquisa da UFES*, out, 5:7.

Martinez, MC, Paraguay, AIBB, Latorre, MRDO. (2004). Relação entre satisfação com aspectos psicossociais e saúde dos trabalhadores. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, 38(1), 55-61.

Martins, CF. (2003). *Identidade ameaçada: uma interpretação etnográfica dos bombeiros do Distrito Federal*. Brasília; 2003. Recuperado em [http://dan.unb.br/index.php?option=com\\_content&view=article&id=138:monografia-nova-versao&catid=19&Itemid=101](http://dan.unb.br/index.php?option=com_content&view=article&id=138:monografia-nova-versao&catid=19&Itemid=101).

Martins, DA. (2005). *Estresse ocupacional e qualidade de vida em trabalhadores de manutenção de aeronaves de uma instituição militar brasileira*. Campo Grande. Dissertação [Mestrado em Psicologia] - Universidade Católica Dom Bosco.

Mayer, VM. (2006). *Síndrome de Burnout e qualidade de vida em policiais militares de Campo Grande-MS*. Campo Grande. Dissertação [Mestrado em Psicologia] – Universidade Católica Dom Bosco; 2006.

Monteiro, JK. et al. (2007). Bombeiros: um olhar sobre a qualidade de vida no trabalho. *Psicologia: Ciência e Profissão*, Brasília, v.27(3), p.554-565.

Organização Internacional do Trabalho (OIT). (2010). *Riesgos emergentes y nuevos modelos de prevención em un mundo de trabajo em transformación*. Papirus.

Pereira, JG, Mello, F. (2016). Causas e efeitos do estresse no trabalho. Recuperado em <http://interacao.unis.edu.br/wp-content/uploads/sites/80/2016/05/2016-8.pdf>.

Romano, APF. (1996). Stress na polícia militar: proposta de um curso de controle do stress. In Lipp, MEN (Org.). *Pesquisa sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco*. Campinas: Papirus.

Santos, LN, Ascari, TM, Sá, CA, Ascari, RA. (2018). Qualidade de vida de bombeiros militares atuantes nos serviços operacional e administrativo. *Rev Enferm UFSM*. 8(4): 674-87.

Selye, H. (1965). *Stress: A tensão da vida*. São Paulo: IBRASA.

Simonelli, L. (2020). Estresse ocupacional e alternativas de intervenção: um estudo bibliométrico. *Research, Society and Development*, v 9(3), p.1-12.

Souza, IO. (2010). *Estresse e qualidade de vida no trabalho dos bombeiros de Barra do Garças-MT*. Dissertação [Enfermagem]. Universidade Federal de Mato Grosso.

Spector, PE. (2003). *Psicologia nas organizações*. São Paulo: Saraiva.

Vidotti, HGM, Coelho, VHM, Bertencello, D, Walsh, IAP. (2015). Qualidade de vida e capacidade para o trabalho de bombeiros. *Fisioter Pesqui*. 22(3): 231-38.

#### **Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito**

José Carlos Souza – 40%

Jakel Santana do Prado – 40%

Iane Franceschet de Sousa – 20%