

BURNOUT

em contexto

policial



Introdução

O burnout é um fenómeno ocupacional que prejudica fortemente a saúde mental dos trabalhadores, tendo aumentado durante a pandemia COVID-19. Consiste na resposta desadequada à exposição do stress laboral crónico, cujos sinais afetam as dimensões afetiva, cognitiva, física, comportamental e motivacional. Quando a síndrome se instala é muito difícil inverter esse estado físico e mental de exaustão, tornando-se uma preocupação para as organizações. A atividade policial é exercida em contextos de risco, perigo e stress que favorecem o desenvolvimento da síndrome de burnout, dado que o polícia lida com diversas problemáticas, desafios, incertezas e situações de emergência que exigem uma disponibilidade física e mental muito elevada. Contudo, durante a pandemia os polícias enfrentaram ainda mais exigências no seu trabalho, ficando mais vulneráveis ao burnout.

Objetivos

Este estudo teve como objetivo identificar os níveis de burnout nos agentes da Polícia Municipal do Porto (PMP) e verificar se estes variam em função de características sociodemográficas/profissionais.

Metodologia

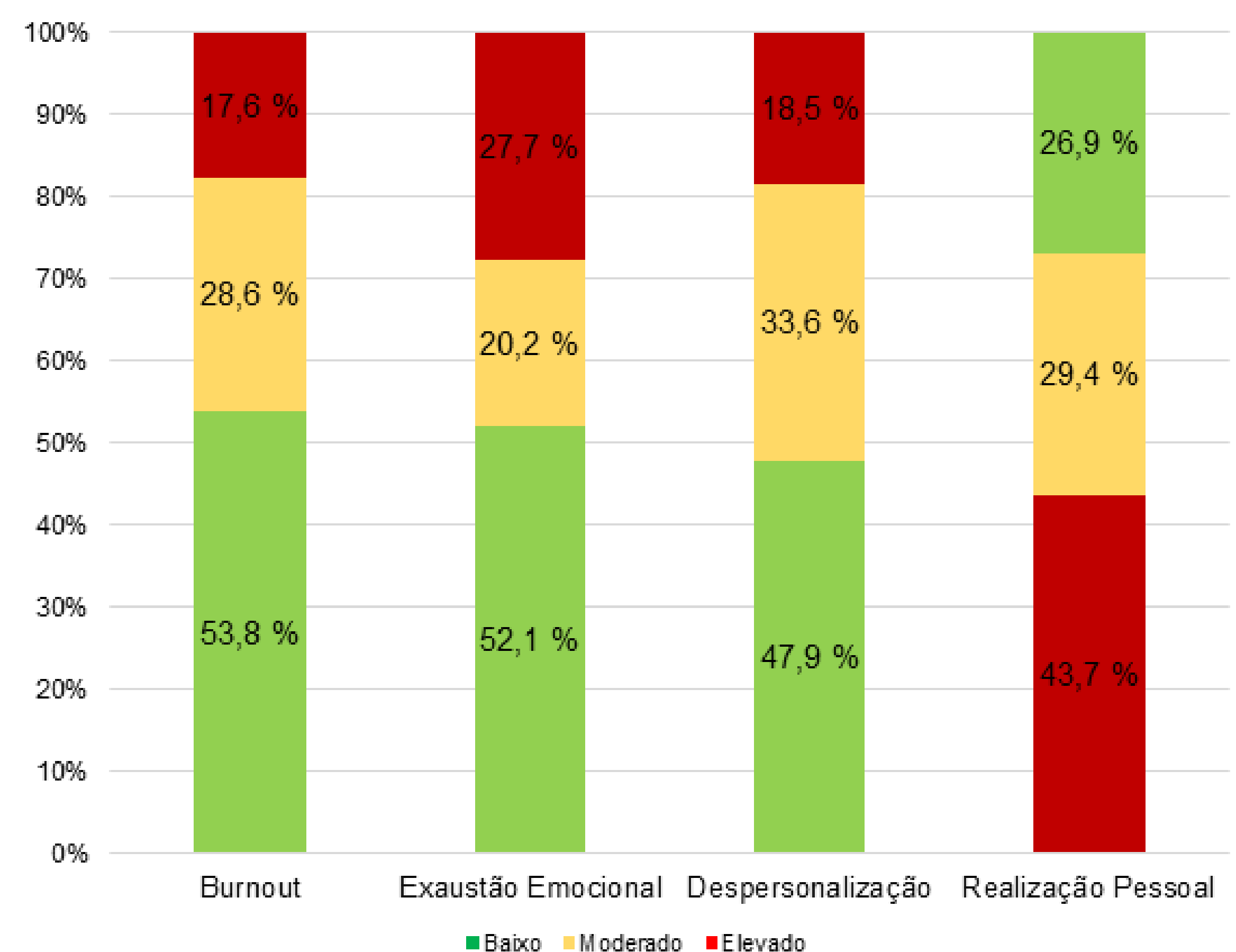
Os dados foram recolhidos online, entre maio e agosto de 2021, através de um questionário sociodemográfico/profissional e do Maslach Burnout Inventory. Participaram, de forma anónima e voluntária, 119 agentes da PMP (58% do efetivo), sendo 93% homens e estando 42% em serviços operacionais de policiamento e 31% no trânsito.

Bibliografia

- Aguayo, R., Vargas, C., Cañadas, G. R., & De la Fuente, E. I. (2017). Are socio-demographic factors associated to burnout syndrome in police officers? A correlational meta-analysis. *Annals of Psychology*, 33(2), 383-392.
- Areosa, J., & Queirós, C. (2020). Burnout: uma patologia social reconfigurada na era COVID-19? , 71-90.
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1996). *Maslach Burnout Inventory Manual* (3rd ed.). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job Burnout. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 397-422.
- Roslan, N. S., Yusoff, M. S. B., Asrenee, A. R., & Morgan, K. (2021). Burnout Prevalence and Its Associated Factors among Malaysian Healthcare Workers during COVID-19 Pandemic: An Embedded Mixed-Method Study. *Healthcare*, 9(1), 90.
- Schaufeli, W. B., & Van Dierendonck, D. (1995). A cautionary note about the cross-national and clinical validity of cut-off points for the Maslach Burnout Inventory. *Psychol Rep*, 76(3 Pt 2), 1083-1090.
- Scholaris, D., Hesselgreaves, H., & Pratt, R. (2017). Unpredictable working time, well-being and health in the police service. *The International Journal of Human Resource Management*, 28(16), 2275-2298.

Resultados

Os resultados revelaram, de modo geral, baixos níveis de burnout. Contudo, 46,2% dos participantes apresentaram níveis de burnout moderado/elevado, 27,7% níveis de exaustão emocional elevada, 18,5% níveis de despersonalização elevada e 43,7% níveis baixos de realização pessoal. No que respeita à variabilidade do burnout em função de características sociodemográficas e profissionais, é possível afirmar que os níveis do burnout dos agentes da Polícia Municipal do Porto não variam de forma significativa em função de variáveis sociodemográficas e que variam significativamente em função de apenas três variáveis profissionais, nomeadamente a atividade exercida, os serviços remunerados e as horas de trabalho diárias. Concluiu-se que os agentes que efetuam Serviços Operacionais de Trânsito apresentam significativamente um nível mais elevado de despersonalização e de burnout. Por sua vez, foi comprovado que os agentes que efetuam serviços remunerados indicam um nível significativamente maior de despersonalização. Verificou-se ainda que os agentes que trabalham 10 horas ou mais experienciam um nível significativamente mais elevado de exaustão emocional, de despersonalização e de realização pessoal.



Discussão

Os resultados obtidos parecem estar em conformidade com as pesquisas recentes acerca do burnout em polícias, pois revelaram, na generalidade, valores baixos de burnout nos agentes da Polícia Municipal do Porto. No entanto, estes dados podem não apresentar o nível realista de burnout nos polícias, devido ao mito do trabalhador saudável. Este mito diz respeito aos profissionais que têm a sua saúde mental debilitada e não querem ou não se sentem capazes de responder ao questionário, ou até, já abandonaram o posto de trabalho/instituição. Os resultados obtidos podem também ser explicados à luz da situação pandémica atual, que traz incertezas, mudanças, tanto a nível de funções como de comportamentos. Assim, a mudança no panorama geral pode levar a uma reconfiguração do padrão de burnout.

Conclusão

Em conclusão, importa refletir sobre os níveis elevados de burnout em 21 agentes, de exaustão emocional em 33 agentes, de despersonalização em 22 agentes, e ainda sobre os níveis baixos de realização pessoal em 52 agentes, potenciando a sua prevenção através de intervenções a nível individual, como a adoção de estratégias de resiliência e a participação em programas de gestão de stress; a nível coletivo, recorrendo a estratégias que fomentem a interajuda e a partilha, de modo a que o grupo sirva de proteção para as adversidades do trabalho; a nível organizacional, promovendo a participação dos profissionais nas decisões laborais.