



## ESTRESSE, DEPRESSÃO E COPING EM ALUNOS DA ESCOLA DE POLÍCIA CIVIL EM RONDÔNIA

Ana Elisa Oliveira de Freitas  
Safira Mayumi Gomes Ueno  
Fábio Biasotto Feitosa  
Silvia Letícia Almeida das Chagas  
Universidade Federal de Rondônia - UNIR

### Introdução

O trabalho na segurança pública é imerso em constantes relações interpessoais, cuja intenção é a resolução de algum problema que muitas vezes demanda resultados imediatos, expondo o profissional a riscos, sendo pouco reconhecido por seus esforços. Há também o excesso de carga de trabalho, acarretando alterações na sua qualidade de vida. Dessa forma, profissionais da segurança pública estão constantemente expostos a situações estressoras, sendo necessário fornecer melhores estratégias de enfrentamento com objetivo de promover e proteger a sua saúde mental e física.

### Metodologia

A pesquisa quantitativa de Iniciação Científica teve por objetivo avaliar correlações entre níveis de estresse psicológico, depressão e estratégias de enfrentamento em 12 escrivães da Academia de Polícia Civil da cidade de Porto Velho-Rondônia, utilizando os seguintes instrumentos para avaliação: Questionário sociodemográfico, Questionário sobre a Saúde do Paciente, o *Patient Health Questionnaire – 9 (PHQ-9)*, Inventário de Estratégias de *Coping* de *Folkman* e *Lazarus* (IEC) e Escala de Estresse Percebido, o *Perceived Stress Scale (PSS-14)* além do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

### Resultados

Os dados foram analisados por testes estatísticos descritivos e correlacionais apontando um alto nível de estresse (Escrivães:  $M=29,58$  e  $DP=9,97$ ) e depressão (Escrivães:  $M=18,92$  e  $DP=6,08$ ). Houve alta correlação positiva entre estresse psicológico e depressão para os escrivães ( $\rho=0,765$ ;  $p=0,004$ ). As estratégias mais utilizadas foram: o afastamento, autocontrole e fuga/esquiva. As estratégias de afastamento e fuga/esquiva tiveram correlação alta e positiva com o estresse psicológico (afastamento:  $\rho=0,578$  e  $p=0,049$ ; fuga/esquiva:  $\rho=0,933$  e  $p=0,000$ ), ou seja, não são eficazes na diminuição do estresse e quanto mais utilizadas, maiores os níveis de estresse. As estratégias de autocontrole e fuga/esquiva mostraram correlação alta e positiva com o nível de depressão (autocontrole:  $\rho=0,605$  e  $p=0,037$ ; fuga/esquiva:  $\rho=0,754$  e  $p=0,005$ ), ou seja, quanto mais a utilizavam, maiores eram os índices de depressão.

### Conclusão

Dessa maneira fica evidente que é necessário o desenvolvimento de habilidades de enfrentamento e *coping*, para promover maior domínio sobre as situações estressoras, a qualidade de vida e maior satisfação laboral desses profissionais.

### Referência Bibliográfica

BERGEROT, Cristiane Decat; LAROS, Jacob Arie; ARAUJO, Tereza Cristina Cavalcanti Ferreira de. Avaliação de ansiedade e depressão em pacientes oncológicos: comparação psicométrica. *Psico-USF*, Itatiba, v. 19, n. 2, p. 187-197, Aug. 2014.

DE LIZ, Carla Maria et al. Características ocupacionais e sociodemográficas relacionadas ao estresse percebido de policiais militares. *Rev Cub Med Mil*, Ciudad de la Habana, v. 43, n. 4, p. 467-480, dic. 2014.

FREITAS, F.B.; SILVA, J.F; BEZERRA, L. A. Apresentação de uma versão em português da Escala de Estresse Percebido (PSS-14) com índices de precisão. *Anais Congresso ISMA*, v. 15, p. 1-11, 2015.

McLeod, SA (2019, 10 de julho). O que o tamanho do efeito diz a você? Simplesmente psicologia: <https://www.simplypsychology.org/effect-size.html>