



SAÚDE MENTAL E TRABALHO DE POLICIAIS PENAIS: AS RODAS DE CONVERSA COMO FERRAMENTA DE INTERVENÇÃO.

RESUMO

A custódia de presos tem sido considerada uma tarefa arriscada e estressante, geralmente acontecendo em condições de trabalho inadequadas. Nesse cenário está o trabalho do policial penal, que tem sido considerada uma das profissões mais problemáticas, apresentando questões típicas desta categoria laboral: estresse, adoecimento psíquico, consumo de álcool e outras drogas, trabalho em condições inadequadas, etc. Assim, esse trabalho objetivou compreender o processo de trabalho e realizar intervenções de prevenção e promoção à saúde mental de policiais penais do sistema prisional do Rio Grande do Norte. Foram realizadas dez rodas de conversa com duas equipes de policiais penais (cinco rodas em cada equipe), de duas unidades prisionais do estado. Cada equipe possuía sete policiais penais, totalizando 14 participantes. As intervenções aconteciam quinzenalmente, e ocorreram durante todo o segundo semestre de 2025, a partir de uma parceria firmada entre Assembleia Legislativa do Rio Grande do Norte/ALRN e secretaria de estado da administração penitenciária/SEAP. A partir da perspectiva teórico-metodológica da análise institucional, as intervenções seguiram os princípios de autoanálise e autogestão, ou seja, refletir sobre quais são os problemas/questões que enfrentamos no cotidiano e como podemos resolvê-los. Nessa direção, os encontros, em geral, seguiam o seguinte roteiro: Primeiro encontro: apresentação dos integrantes, sondagem de expectativas e partilha dos principais problemas que atravessam o cotidiano dos policiais penais; segundo encontro: continuação da partilha dos problemas



enfrentados pela categoria e impactos na saúde mental; terceiro e quarto encontro: partilha das possíveis estratégias de enfrentamento dos problemas elencados nas etapas anteriores; último encontro: encerramento e orientações gerais. Os resultados apontam para um cotidiano de trabalho violento, marcado por relações conflituosas com os detentos, com a chefia, colegas e por vezes com gestão/secretaria responsável pelo sistema prisional. Em decorrência desses elementos, o estresse, a ansiedade, sintomas depressivos e problemas de sono afetam de maneira significativa o dia a dia desses trabalhadores. A partilha desses pontos gerou um certo alívio emocional, provocado pela partilha dos problemas e fortalecimento dos laços entre os membros do grupo, mas também o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento dos problemas apresentados, adentrando na próxima fase da intervenção. Dentre as estratégias destacam-se: atividade física (incluindo algumas possibilidades de usar o espaço prisional para isso; separação mais clara entre tempo de trabalho e vida pessoal (com destaque para deligar o telefone fora do expediente); mais tempo de lazer e com a família; práticas de higiene do sono; falar sobre os sentimentos e emoções (com destaque para o papel que o grupo estava exercendo naquele momento); e, por fim, uma maior articulação política entre os policiais, através do sindicato, visando conquistar melhorias para a categoria. Assim, a intervenção proposta se mostra relevante ao contexto em questão, tendo em vista a ausência de políticas institucionais, o que muitas vezes afeta a categoria em questão.

Palavras-chave: trabalho; prisões; saúde mental; policial penal.

INTRODUÇÃO

Quando se trata de pensar o sistema prisional, o Brasil figura entre os países mais problemáticos, com números nada animadores. O número total de custodiados no Brasil é de 941 mil pessoas, 705 mil em celas físicas e 235 mil em prisão domiciliar (Secretaria Nacional de Políticas Penais/ SENAPPEN, 2025). Assim, o país ocupa o terceiro lugar no mundo em número absoluto de pessoas privadas de liberdade, ficando atrás apenas de Estados Unidos e China.



Superlotação, condições inadequadas de encarceramento, ausência de assistência médica adequada, escassez de programas de trabalho e inserção social, dentre outros problemas marcam as prisões brasileiras (Jordão & Cordeiro, 2025). Nesse cenário está o trabalho do policial penal, que tem sido considerada uma das profissões mais problemáticas, apresentando questões típicas desta categoria laboral: estresse, adoecimento psíquico, consumo de álcool e outras drogas, trabalho em condições inadequadas, etc. (Kalinsky, 2008; Ghaddar et al., 2008; Lourenço, 2010; Rumin, 2006; Lopes, 2007; Fernandes et al. 2002; Vasconcelos, 2000; Jesus et al., 2021). A superpopulação prisional, aliada ao baixo número de policiais penais, intensifica também o desgaste físico e mental (Jesus et al., 2021), resultando em condições de trabalho insatisfatórias, exposição a riscos psicossociais e decréscimo das condições de saúde desses profissionais (Jaskowiaki & Fontanal, 2015).

Em decorrência de seu trabalho, os policiais penais são constantemente colocados em situações de estresse, violência (intimidações, ameaças, agressões, etc.) (Lima et al., 2023); sobrecarga de trabalho (Simplicio & Costa, 2019), além de ter contato com um ambiente muitas vezes insalubre, com a presença e doenças infecto contagiosas (Nascimento, 2022), dentre outros problemas. Tais elementos acabam por criar condições geradoras de riscos psicossociais, podendo gerar vivências de sofrimento e adoecimento ocupacional (Marques et al., 2018).

Nessa direção, o trabalho em instituições prisionais envolve questões como o risco para a própria vida, necessidade de permanente e intenso controle emocional, elevada responsabilidade com vidas humanas, realização de tarefas em situação de confinamento e de relações grupais tensas, controle e disciplina rigidamente hierarquizados, situações de ambiguidade (cuidar, tratar, em oposição a vigiar, punir) (Lourenço, 2010). Outro aspecto destacado na literatura é o fato de os trabalhadores do sistema prisional passarem pelo chamado processo de prisionização (geralmente atribuídos aos presos), que diz respeito a um tipo especial de socialização, a partir da assimilação de hábitos, comportamentos e valores do ambiente carcerário (Chies et al., 2005).



A maioria das pesquisas e ações no sistema prisional tendem a focar no preso e suas condições de encarceramento. Apesar dos pontos citados no parágrafo anterior, ainda são poucas as intervenções (quer sejam de pesquisa, quer sejam de extensão/práticas) direcionadas à essa categoria profissional (Nascimento, 2022; Caitano & Serva, 2020), o que justifica a realização desse estudo.

Assim, esse estudo se propõe a responder a alguns questionamentos: quais os principais problemas enfrentados pelos policiais penais do Rio Grande do Norte? Como é o cotidiano de trabalho nas unidades prisionais? Quais os principais problemas enfrentados? Quais os impactos do trabalho em sua vida e saúde mental? Diante disso, esse artigo pretende relatar os resultados de uma pesquisa-intervenção realizada no sistema prisional do Rio Grande do Norte: o projeto “Saúde mental e trabalho prisional”, cujo objetivo foi, além de compreender o processo de trabalho dos policiais penais do estado, desenvolver ações de saúde mental direcionadas aos policiais penais. As intervenções aconteceram durante todo o ano de 2025, nas próprias unidades prisionais, e serão melhor descritas a seguir.

METODOLOGIA

A presente pesquisa parte do referencial teórico-metodológico da análise institucional enquanto ferramenta de pesquisa. A análise institucional, é um conjunto de saberes e práticas que visa a análise de grupos e coletivos, buscando um melhor funcionamento dos mesmos, elucidando as dinâmicas institucionais em curso, revelando contradições, não ditos, sobretudo através de determinados analisadores¹, presentes no contexto em questão, favorecendo ou deflagrando processos de autoanálise e autogestão (Baremlitt, 1992). Nesse sentido, os encontros realizados tinham a intenção de provocar dois principais

¹ Os analisadores, na perspectiva da análise institucional, são situações, fatos, imagens, cenas do cotidiano que tem o poder de revelar, expor determinadas linhas de força em um dado contexto, em outras palavras, é o analisador quem realiza a análise (LOURAU, 1993; 1995).



movimentos entre os participantes: quais problemas nos afetam? Como podemos resolvê-los?

A intervenção foi realizada no presídio feminino João Chaves, localizado em Natal-RN, que conta com aproximadamente 150 apenadas e 32 policiais penais, divididos em quatro equipes. Foram realizadas quatro rodas de conversa com cada equipe, totalizando 16 rodas de conversa. As rodas de conversa consistem em um tipo de dispositivo que visa criar condições de diálogo entre os participantes, propiciando um momento de escuta e de circulação da palavra (Afonso & Abade, 2008), promovendo a reflexão e discussão sobre um determinado tema. Assim, os encontros seguiam essa sequência:

Primeiro encontro: apresentação dos integrantes, sondagem de expectativas e partilha dos principais problemas que atravessam o cotidiano dos policiais penais;

Segundo encontro: continuação da partilha dos problemas enfrentados pela categoria e principais impactos que esses problemas produziam na saúde mental;

Terceiro e quarto encontro: partilha das possíveis estratégias de enfrentamento dos problemas elencados nas etapas anteriores; encerramento e orientações gerais

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Para melhor explicitar os resultados da pesquisa, dividimos os achados em dois principais eixos de análise: “Quais são nossos problemas? O cotidiano do policial penal” e “Como podemos resolvê-los? Estratégias de cuidado em saúde mental”. Vamos a cada um deles:

Quais são nossos problemas? O cotidiano do policial penal.

O início do processo sempre partia de uma apresentação dos participantes, onde nos conhecíamos e passávamos a entender um pouco da história de cada um. Já nesse momento, as diversas histórias e vivências do sistema prisional iam aparecendo, geralmente atravessadas por lutas diárias, esgotamento, condições de trabalho inadequadas, dentre outros problemas



Nesse momento, as seguintes questões eram apresentadas para o debate: Como é o trabalho do policial penal? Quais os principais problemas enfrentados? Assim, as rodas de conversa caminhavam para um debate sobre o cotidiano da prisão, o trabalho do policial penal, enfim, a rotina prisional. Ao serem indagados sobre o trabalho e as principais dificuldades, os policiais traziam à tona uma série de questões que atravessam seus cotidianos.

Um primeiro ponto a ser observado aqui diz respeito a relação que estabelecem com os presos e seus familiares. Com relação à isso, há sempre uma tensão em jogo, um relacionamento caracterizado por hostilidades, ameaças e risco à integridade física dos policiais penais: *“É sempre aquilo, né... O preso fala que vai fazer e acontecer. Se você for um novato, acaba caindo na conversa e seu emocional fica prejudicado”*.

Em outros momentos, os policiais relatam que aqueles que procuram cumprir à risca as normas operacionais são os que mais sofrem com ameaças e violências:

“Então, se você barra uma comida diferente no dia da visita, se revista a cela como é pra ser, você acaba sendo mais visado, mais ameaçado por eles... Muitos [policiais] desistem do caminho correto, não que vira errado, mas faz corpo mole”.

Tal fato está em sintonia com as observações de Silveira (2009), ao lembrar que são os agentes penitenciários os responsáveis por transmitir a cultura institucional aos que nela ingressam, “tornando-se alvos de transferência da revolta dos internados, que os tomam como representantes e símbolo de toda sua opressão” (Silveira, 2009, p.5). Nessa mesma direção, Jesus et al. (2021) lembram que o contato diário com detentos pode expor os policiais ao risco de agressão, intimidação, ameaça, rebeliões, etc., o que impõe prejuízos à saúde física e mental desses profissionais.

Os relatos das policiais também vão na mesma direção, trazendo à tona a dificuldade que é lidar com o público feminino na prisão: *“Você precisa falar uma, duas, às vezes dez vezes. Aí você vai perdendo a paciência. Se você não for duro, elas te desrespeitam... A gente aprende e consegue, mas tem um custo”*. Ou ainda: *“O fato de ser um presídio*



feminino não elimina o medo, as ameaças que a gente sofre, tem policial aqui jurada de morte.”

Dessa forma, os policiais penais estão constantemente expostos a situações de estresse tais como: intimidações, agressões, ameaças e possibilidades de rebeliões, momento em que sua própria integridade física está em jogo (Gonçalves, et al., 2025; Fernandes, et al. 2002), o que nos permite dizer que o risco e a vulnerabilidade são inerentes ao trabalho no cárcere (Lourenço, 2012). Ainda nessa direção, Bezerra et al. (2021), concluíram que dentre os fatores de risco para o adoecimento psíquico do policial penal está a relação conflituosa entre presos e agentes, sofrer ameaças, superlotação, sobrecarga de trabalho, dentre outros fatores. Tais dados corroboram com os estudos de Gonçalves et. al. (2025), que afirmam que trabalhar mais de quinze anos como policial penal, sofrer violência física ou psicológica, constituem fatores de risco para esses trabalhadores.

Outro fato que tornou a rotina e os procedimentos diários mais desgastantes, segundo os relatos dos policiais penais, foi a instalação do sistema de monitoramento eletrônico, que tem por objetivo captar imagens de todas as unidades prisionais, incluindo corredores, espaços comuns, salas de audiência, etc. Segundo os participantes do grupo, o monitoramento eletrônico torna o policial mais vulnerável, já que qualquer grito ou atitude mais ríspida que ele exerça pode se tornar um problema: *“Aqui se você der um grito no preso, amanhã você responde um PAD [procedimento administrativo disciplinar]. Quer dizer, agora o policial vai ter que virar pra o preso e dizer: ‘Sr. Preso, por gentileza, entre na cela.’ (risos)”*.

Na esteira dessa discussão, surge o clássico debate sobre a questão dos direitos humanos, tema sempre presente nas conversas com policiais. Como era de se esperar, os direitos humanos surgem como uma grande panaceia intelectual e de esquerda, distante da realidade laboral da categoria e, o que é pior, como algo que tende a prejudicá-los, algo que está em funcionamento apenas para defender os direitos (muitas vezes vistos como regalias) dos presos, dificultando o trabalho e os procedimentos realizados no dia a dia da cadeia, fato já apontado por Figueiró e Dimenstein (2014).



O monitoramento se torna um problema, segundo os policiais, sobretudo pelo fato de os presos não respeitarem mais as normas disciplinares da prisão. De acordo com os trabalhadores, a partir do momento em que o crime organizado tomou a proporção que temos hoje, o trabalho do policial penal se tornou muito mais difícil. Aliado a isso, a superlotação e o pouco efetivo de policiais, torna o trabalho difícil, sobretudo ao abrir mão de uma postura mais ríspida e disciplinadora. Assim, os policiais concordam que a atual gestão do sistema prisional estadual tem colaborado para um trabalho mais difícil, fazendo com que os policiais trabalhem com medo, tenham dificuldades para entrar nos pavilhões e celas, etc.

Para além dos pontos supracitados, a rotina da cadeia, por si só, já é uma grande questão a ser considerada. A custódia de presos é uma tarefa sabidamente desgastante. Quando essa tarefa é feita em condições inadequadas torna-se ainda pior. Segundo os relatos dos policiais penais, é comum a visita de advogados durante a noite, o que faz com que tenham que interromper seu descanso para abrir cela e conduzir o detento para a sala de audiências. Além disso, presos que estão doentes poderão necessitar de auxílio ou mesmo de condução a um serviço de saúde, em qualquer hora do dia ou da noite. Em uma cadeia superlotada, isso pode ser um acontecimento bastante comum, trazendo prejuízos em termos de qualidade de vida e saúde mental, como apontou a pesquisa de Back (2021). O referido autor cita outras pesquisas para afirmar os prejuízos do trabalho por turnos, sobretudo quando realizado a noite, no que diz respeito a saúde mental, produzindo distúrbios do sono, alterações do humor, fadiga, hipertensão, além de afetar as relações familiares e interpessoais (Silva et al., 2010; Santos et al., 2012; Arruda, 2014; Campos, 2014; citados por Back, 2021).

Para piorar a situação, uma rotina de violência marca, muitas vezes, o cotidiano laboral dos policiais penais. Um dos relatos traz à tona eventos que acontecem em algumas unidades prisionais, onde policiais gritavam com todo e qualquer preso, mesmo com aqueles que se dirigiam aos policiais de maneira educada, dentre outras questões: “Às vezes a gente colocava 28 presos no isolamento, em um espaço onde só cabia quatro”.



De uma maneira geral, os policiais presentes na roda de conversa concordaram que tais fatos acontecem em virtude de uma disposição pessoal dos policiais que se encontram no plantão. Apesar disso, trouxeram à tona também o fato de que as condições de trabalho e a superlotação são fatores potencializadores para as violências praticadas. Aliado a isso, o processo de militarização pelo qual passaram esses trabalhadores durante a formação (com endurecimento e rigidez da identidade profissional), ajuda a forjar subjetividades dispostas à violência (Figueiró & Dimenstein, 2019). Segundo Albernaz (2010), é comum o embrutecimento dos sujeitos no decorrer do exercício de funções policiais, “tornando-os cínicos, insensíveis, exaurindo-lhes progressivamente a capacidade de demonstrar empatia pelos dramas humanos e sociais com que se deparam” (p. 534), fato já observado também por outros pesquisadores (Figueiró, 2023; Figueiró & Dimenstein, 2019).

Assim, um dos policiais lembra um episódio onde o agente manda os presos ficarem todos próximos, pois estão pelados... *“Ou cuspir na cara do preso... Ou caminhar um por cima do outro... A gente aprendia a bater mesmo, só depois de uns anos que isso mudou, mas ainda existe”*. Nas palavras de Nascimento (2022), é comum entre os policiais penais a valorização de características como coragem, bravura e demais atributos comumente atribuídos ao universo masculino (como a denominação de “guerreiro”, por exemplo), marcando uma identidade bastante ligada a funções e vigilância, repressão e disciplina. Assim, um cotidiano violento acaba sendo o cenário por onde circulam esses trabalhadores, deixando um impacto significativo em suas vidas. Os relatos acima sinalizam para um possível processo de familiarização com o ambiente carcerário (descrito por Moraes, 2005), que pode levar também ao contágio (Goffman, 2008), manifestado por meio de suborno, corrupção, ou agressões físicas por parte dos agentes penitenciários. Os próprios policiais reconhecem que o contato cotidiano com a violência e as diversas violações é algo prejudicial: *“Nós não passamos em um concurso para ver tortura e humilhações... É isso que adoce também”*. Ainda nessa direção, outro policial complementa: *“O policial penal deve cumprir a LEP [Lei de execução penal], e não apenas a parte disciplinar da lei, mas toda a parte que diz da garantia dos direitos dos presos...”*



A questão de uma rotina desgastante e de um cotidiano violento reverbera também nas relações entre os próprios policiais penais. As equipes variam de cinco a 20 policiais penais em um mesmo turno de trabalho, convivendo rotineiramente com conflitos com presos e familiares, problemas estruturais do presídio, superlotação, ambiente insalubre e inadequado, como são a maioria dos presídios brasileiros.

Em uma de nossas rodas de conversa, veio à tona o caso de um policial penal, diretor de uma unidade prisional, que, segundo relatos dos participantes da roda, perseguia os trabalhadores lotados na referida unidade prisional. Segundo eles, era comum a articulação da direção prisional com a gestão da Secretaria de administração penitenciária, favorecendo remoção compulsória, alteração de escala, dentre outros procedimentos que afetavam drasticamente a rotina dos policiais: *“Eu trabalhava do lado de casa. Por conta dessa direção, na época, eu fui remanejado pra uma unidade prisional distante 32 quilômetros. Eu adoeci com isso.”*

Nesse contexto, é também comum também ocorrer conflitos entre policiais, brigas, discussões, ameaça de tiro, etc. Segundo o diretor da unidade: *“Boa parte do plantão como diretor é resolvendo conflitos... a saúde mental abalada faz com que mais problemas aconteçam”*. Tais relatos confirmam os achados de Santos (2012), ao afirmar que a superlotação de algumas unidades prisionais e relações precárias entre colegas se constituem como fatores de risco para o trabalho no cárcere, podendo afetar sua saúde física e mental, tema que abordaremos no próximo tópico.

***“Aqui não tem ninguém normal”*: A saúde mental de policiais penais**

Outro ponto bastante mencionado, provavelmente em decorrência das questões levantadas no tópico anterior, diz respeito as queixas relacionadas à saúde mental dos policiais penais. São inúmeros os relatos de estresse, ansiedade, dificuldades com o sono, dentre outras questões.

Um dos depoimentos é bastante ilustrativo do processo de adoecimento desses trabalhadores. Uma policial feminina, que aqui vamos denominar de Araci, relata que os sintomas foram aparecendo aos poucos. O primeiro foi uma crise de ansiedade em uma



loja do shopping: falta de ar, dor no peito, sensação de que algo ruim iria acontecer, etc... Em outra ocasião já foi algo mais grave, um ataque de pânico também em um *shopping center* em uma cidade de um estado vizinho, enquanto passava férias. Segundo Araci, ela trabalhou por 16 anos “empurrando com a barriga, negando os sintomas, porque entendia que tinha que ser forte, vestir aquela capa do super herói, ser tão boa quanto os homens, etc...”. No dia em que realizávamos essa roda de conversa, era também o dia em que Araci retornava a uma unidade prisional, após cinco anos afastada (realocada para serviços administrativos). Como estava medicada, conseguiu entrar na unidade prisional sem maiores problemas, apesar da ansiedade.

O tema da ansiedade reverbera em todos da roda. Não há um policial sequer que desconheça esse sintoma, que não o tenha vivenciado, mesmo que em grau leve, enquanto executa suas funções (ou mesmo ao deixar o expediente). Quando circulam pelas ruas da cidade, a ansiedade aparece sob a forma do medo de sofrer algum tipo de violência, seja por parte de ex-detentos, seus familiares, ou até mesmo em situações de violência urbana, assalto, por ex., quando correm o risco de serem identificados como policiais penais e mortos pelos criminosos.

Na pesquisa desenvolvida por Vasconcelos (2000), com agentes penitenciários do Rio de Janeiro, o autor identificou uma série de nomenclaturas para designar um “conjunto de ansiedades, receios e insatisfações decorrentes das exigências do trabalho”, tais como “nervos abalados”, “esquentamento de cabeça”, “mente perturbada”, “neurose de cadeia” (p. 43), o que demonstra o quão delicado é a questão da saúde mental, não apenas para essa categoria profissional, mas para todos os profissionais da segurança pública (idem): “A fadiga rotineira, a precária alimentação, a violência inerente às tarefas do dia-a-dia, a tensão permanente, a incapacidade de lidar com esquemas rígidos e impessoalizados compõem o arsenal das “doenças sentidas” sob a denominação de ‘nervoso’” (Vasconcelos, 2000, p. 44).

Além disso, todos os sujeitos investigados concordam que há uma ansiedade presente no dia que antecede o plantão, fato já enfatizado na pesquisa de Bezerra et al. (2021). Segundo os policiais, os três dias de descanso que intercalam os plantões não são



suficientes para um descanso efetivo: *“No primeiro dia você tá morto, estressado e mal-humorado. No segundo você consegue fazer algo e relaxar. No terceiro você já tá ansioso pensando no dia seguinte, dia de voltar pra cadeia”*. Segundo João, outro policial presente na roda de conversa: *“Ansiedade pré plantão. Eu to lá em casa lavando a louça, de boa e de repente vem aquele pensamento: ‘e se amanhã acontecer isso...?’ Aí eu já fico estressado, aí respiro e digo, calma fulano, você tá em casa”*.

Além da ansiedade propriamente dita, o trabalho em prisões gera impactos na saúde mental de uma maneira mais ampla, tendo em vista que as atividades de lazer passam a ser extremamente reduzidas, restringindo-se a locais privados (shoppings, poucos restaurantes, etc.) e a própria casa, recebendo amigos (geralmente colegas de trabalho), o que, por outro lado, também produz impactos na dinâmica familiar e conjugal, já que muitas esposas e filhos reclamam da falta de opções de lazer em família. Na maioria das vezes, os policiais se reúnem com os próprios colegas de trabalho, em eventos quase sempre associados ao consumo excessivo de álcool: *“Sempre que a gente pode a gente tá bebendo na casa de alguém... Mas hoje já começo a ver isso como um problema, parece que se eu não beber uma cerveja eu não consigo relaxar”*.

Nesse sentido, o trabalho no cárcere, além de mobilizar ansiedades paranóides (Rumin, et al., 2011), muitas vezes produzem efeitos que invadem o ambiente domiciliar, modulando relações e comportamentos (idem), nesse caso gerando um visível fator de risco para o adoecimento mental. Entendemos também que a restrição das possibilidades de lazer e vida social significa também uma diminuição das possibilidades de vida, dos encontros com o outro, e da própria potência de existir, além do óbvio impacto em termos de saúde mental e qualidade de vida (Figueiró, 2015; Figueiró & Dimenstein, 2019).

Algumas pesquisas vêm mostrando que 30% dos trabalhadores em presídios apresentam consumo elevado de bebidas alcoólicas, e um em cada dez sofre de transtorno psicológico (Luiz, 2003). Em estudo realizado com agentes penitenciários da região metropolitana de Salvador-BA, Fernandes et al. (2002) encontraram a prevalência de distúrbios psíquicos menores (DPM), stress persistente e consumo excessivo de álcool associados às condições e características do trabalho no cárcere, dados semelhantes ao estudo de Pauli



et al. (2021), que apontou 30,4% de TMC, 17,9% de estresse persistente e 9,6% de risco de abuso/dependência de álcool em policiais penais do Paraná/PR.

Os pesquisadores apontam ainda que tais números estão diretamente relacionados ao trabalho no cárcere (Santos et al., 2012). Segundo Fernandes et al. (2002), o ambiente de trabalho psicologicamente inadequado, condições infra estruturais insuficientes, a falta de treinamento, ser do sexo feminino, falta de tempo para lazer, ausência de esporte, mais de nove anos no Sistema Penitenciário (SP), dobra de turno, jornada de trabalho maior que 48 horas semanais e organização do trabalho inadequada, foram associados positivamente com distúrbios psíquicos menores (DPM) e estresse persistente.

Para potencializar esse cenário, a questão do monitoramento eletrônico surge como um agravante, causando ainda mais estresse e ansiedade entre os policiais, com relação a possíveis denúncias por parte dos detentos: “*é sempre um ‘e se’. E se me denunciar, e se tiver processo...*”.

De acordo com os policiais, o controle da cadeia, sobretudo quando superlotada, tem sido difícil. Com a ascensão das facções, a dinâmica prisional toma um rumo complexo, resultando em um tensionamento das relações entre agentes de segurança, população prisional e familiares. Assim, os policiais penais tem dificuldade de impor limites e a disciplina prisional, fato que, aliado a presença de câmeras, torna a rotina laboral do policial ainda mais tensa.

Como resultado, o estresse é outro elemento bastante presente na rotina desses trabalhadores. Relatos de nervosismo, falta de paciência... Segundo o diretor de uma das unidades prisionais investigadas:

Tem agente surtado... Já teve caso de agente que sequestrou a família, e a gente teve que intervir... Uma esposa de um policial disse: você não é o fulano que eu conheci, que eu me casei... Aí vem o adoecimento, muitos casos de alcoolismo... cocaína... agentes que chegam bêbados... casos de suicídio... Um agente já chegou a pedir pra que eu tomasse sua arma, por que ele não tinha mais condições de portar...



Tais relatos nos remetem ao próprio contexto em que se dá o trabalho do policial penal, conforme explicitado no tópico anterior. Outros autores também relatam o estresse como um dos problemas presentes na rotina do trabalho em prisões (Gonçalves & Oliveira, 2019). A exposição constante ao perigo, o alerta, a pressão, a tensão, a periculosidade e a insalubridade do ambiente são condições relevantes para desenvolvimento do estresse (Jaskowiaki & Fontanal, 2015, p. 827).

Além dos pontos supramencionados, a dificuldade para dormir aparece no discurso da maioria dos participantes, incluindo o uso de medicação controlada. Conforme já sinalizado por outros autores, a perturbação do sono vem agravar a qualidade de vida desses trabalhadores. Não apenas pela dificuldade em iniciar o ciclo de sono, como pelas manifestações oníricas aterrorizantes, associadas a rebeliões, violência, etc. (Chies, et al., 2005). Vale lembrar aqui, que a literatura tem apontado que a qualidade de vida daqueles policiais penais que fazem uso de remédios para dormir se apresenta bem mais prejudicada do que aqueles trabalhadores que não apresentam problemas de sono (Stradiotti, et al., 2019)

Nessa direção, muitos relatam que os sintomas se intensificaram após começarem a “dobrar turnos”, que é quando o policial trabalha mais um plantão de 24hs, muitas vezes de maneira sequencial, ou seja, trabalhando 48 ou 72hs direto, sem descanso (seja para ganhar um dinheiro a mais (através das diárias operacionais)), seja para assumir o plantão de algum colega que não pode naquele momento. Segundo uma das policiais penais presentes nas rodas: *“A dobra de turno, é ruim, no fundo a gente sabe que é ruim... Aquilo vai corrompendo sua alma, dominando seu pensamento e você vai mudando, as vezes sem perceber...”*.

Como se não bastasse, alguns policiais ainda realizam bicos nas folgas, afim de aumentar a renda familiar. Assim, após passar 24 ou 48 de plantão, em alerta, muitos ainda seguem para outro trabalho, atrapalhando consideravelmente o descanso necessário. O impacto disso na vida do policial pode ser percebida na fala de Adamastor:



*É como se a gente tivesse uma bateria da paciência. Essa bateria vai se esgotando...
Aí eu chego em casa com essa bateria já baixa... Aí tem a mulher, os filhos... Hoje
eu acordei as 5:30, minha filha acordou e começou a falar dos problemas dela...*

Tais relatos encontram consonância com a literatura da área, quem vem apresentando os efeitos deletérios do trabalho no cárcere, e o consequente risco de adoecimento físico e mental (Paixão, et al., 2022; Albuquerque & Araújo, 2018; Jesus et al., 2021; Rodrigues & Codinhoto, 2020).

Assim, os policiais penais atuam em contextos marcados por riscos ocupacionais, produzindo diversos problemas de saúde e na vida pessoal (Cadidé, et al., 2022). O ambiente insalubre, o contexto bélico e as relações conflituosas com os presos, aliado a condições e processos de trabalho precarizados, tendem a produzir processos de adoecimento laboral, caracterizados por ansiedade e estresse, o que Nascimento (2022, p.887) cita como “cadeia pesando”, indicando alguns efeitos do trabalho em prisões tais como estresse, ansiedade, adoecimento, dentre outros.

Como podemos resolvê-los? Estratégias de cuidado em saúde mental

A etapa final dos encontros consistia em propor que os participantes pensassem sobre como resolver ou mitigar as questões apresentadas, produzindo uma apropriação das demandas, favorecendo assim autonomia e empoderamento.

Os relatos geralmente iniciavam com partilhas sobre as estratégias utilizadas para dormir melhor, lidar com o estresse cotidiano ou diminuir a ansiedade: “*Uma coisa que me ajudou muito foi a atividade física, comecei a caminhar depois do expediente e assim, melhorou 80%*”.

A realização de atividades físicas geralmente era tida como grande aliada dos trabalhadores, amenizando sintomas de ansiedade, estresse dentre outros, fato já corroborado pela literatura (OMS, 2020; Pereira et al., 2019). No sistema prisional do estado, algumas unidades possuem equipamentos para atividade física, outras estão em



processo de implantação após intensa mobilização dos servidores, reivindicando algumas melhorias.

Outro ponto importante, frequentemente mencionado, diz respeito aos limites estabelecidos entre o mundo do trabalho e a vida pessoal dos policiais. Muitos servidores tem dificuldade em se desconectar do cotidiano prisional (o que é facilitado através dos grupos de *whatsapp* e demais redes sociais). Aqui, era ressaltado a importância de estabelecer limites claros entre esses dois mundos, evitando que assuntos e preocupações laborais invadissem o ambiente pessoal. Segundo uma das policiais participantes da pesquisa, uma das coisas que mais ajudou ela foi comprar um aparelho de telefone celular para ser usado apenas para assuntos de trabalho. Assim, ao chegar em casa, tem a opção de desligá-lo, e cortar temporariamente contatos com colegas do plantão, grupos de policiais penais, etc.:

“Antes eu tava em casa, com minha filha pequena, e vendo notícias da cadeia. Quer dizer, eu não tava com minha filha. Eu tava na cadeia ainda... pensando nos presos, nos problemas da cadeia... hoje não, chego, desligo e boto na gaveta”.

A literatura vem pontuando a importância desses limites, ressaltando o impacto na saúde mental quando o ambiente doméstico, da vida privada, é invadido por questões e preocupações laborais (Glina, *et. al.*, 2001). Além desses aspectos mais gerais do campo da saúde mental e trabalho, o debate caminhava também para a partilha de estratégias de enfrentamento dos sintomas de ansiedade e depressão, muitas vezes presentes no dia a dia desses trabalhadores. Tais estratégias vão desde um investimento maior nas atividades de lazer, momentos com amigos e familiares, evitar uso de álcool para aliviar sintomas, até mesmo a ajuda profissional (psicólogo e psiquiatra) quando necessário. Assim, o grupo acabava cumprindo sua função educativa também, ao articular os conteúdos trazidos pelos próprios participantes com dicas e recomendações sobre saúde mental.

CONSIDERAÇÕES FINAIS



Diante dos objetivos propostos, identificamos uma rotina violenta, atravessada por relações conflituosas com presos e colegas, o que produz um cotidiano arriscado e estressante, materializando assim, alguns fatores de risco para o surgimento de problemas no campo da saúde mental. Como consequência, os policiais relatam sintomas de ansiedade, estresse e dificuldades para dormir.

Além disso, outro ponto importante a ser investigado em futuras pesquisas diz respeito às estratégias de enfrentamento desenvolvidas pelos policiais para lidar com as adversidades do trabalho no cárcere. Dentre as ações citadas pelos policiais em nossa pesquisa podemos citar a prática de atividades físicas e uma clara separação entre o ambiente de trabalho e o de lazer.

Entendemos que o trabalho no cárcere segue sendo uma função que se dá em condições inadequadas, seja por processos de trabalho ineficientes, seja pelas condições estruturais. Acreditamos, assim, que mesmo em condições ideais de trabalho, o presídio seguiria sendo um espaço produtor de adoecimento e sofrimento psíquico, o que coloca aqui o desafio, para profissionais e pesquisadores da área, de construir alternativas viáveis ao nosso sistema jurídico-penal.

REFERÊNCIAS

- Afonso, M. L.; Abade, F. L. (2008). *Para Reinventar as Rodas: rodas de conversa em Direitos Humanos*. Belo Horizonte: RECIMAM.
- Albernaz, E. R. (2010). Na fronteira entre o bem e o mal: ética profissional e moral religiosa entre policiais militares evangélicos cariocas. *Caderno CRH*, Salvador, 23, (60), 525-539.
- Albuquerque, D. R.; Araújo, M. R. M. (2018). Precarização do Trabalho e Prevalência de Transtornos Mentais em Agentes Penitenciários do Estado de Sergipe. *Rev Psicol e Saúde*, 10, (1), p. 19–30. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsaude/v10n1/v10n1a02.pdf>



- Albuquerque, C. L.; Machado, E. P. (2001). Sob o signo de Marte: modernização, ensino e ritos da instituição policial militar. *Sociologias*, 3, (5), p.214-239.
- Back, C. M. (2021). Acompanhamento psicológico preventivo para agentes de segurança pública. *Rev. bras. segur. Pública*, 15, (1), p. 208-225.
- Baremblyt, G. F. (1992). *Compêndio de Análise Institucional e outras correntes: teoria e prática*. Rio de Janeiro: Rosa dos Ventos.
- Bezerra, C. M., Assis, S. G., Constantino, P.; Pires, T. O. (2021). Fatores associados ao sofrimento psíquico de agentes penitenciários do estado do Rio de Janeiro, Brasil. *Revista Brasileira De Saúde Ocupacional*, 46. <https://doi.org/10.1590/2317-6369000038218>
- Cadidé, G. B., Berêdo, V. C., Silva, M. S.; Santos, D. A. (2022). Riscos ocupacionais e sua influência na saúde de policiais penais: uma revisão integrativa. *Revista de Saúde*, 13 (3), p. 42-51
- Caitano, D. O.; Serva, M. (2020). No limite da razão: o deliberar e a phrónesis no trabalho prisional. *Cad. EBAPE.BR*, 18 (Edição Especial), p. 821-835.
- Chies, L. A. B., Barros, A. L. X., Lopes, C. L. A. S.; Oliveira, S. F. (2005). Prisionalização e Sofrimento dos Agentes Penitenciários: Fragmentos de uma pesquisa. *Revista brasileira de ciências criminais*, 52, p. 264-283. <https://gitep.ucpel.edu.br/wp-content/uploads/2019/01/PRISIO1.pdf>
- Fernandes, R. C. P.; Silvany-Neto, A. M.; Sena, G. M.; Leal, A. S.; Carneiro, C. A.; Costa, F. P. (2002). Trabalho e cárcere: um estudo com agentes penitenciários da Região Metropolitana de Salvador, Brasil. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, 18 (3), p.807-816
- Figueiró, R. A. (2023). A polícia penal do Rio Grande do Norte: três analisadores para pensar subjetividade e trabalho em prisões. *O público e o privado*, 21 (45), p. 62-83.
- Figueiró, R. A.; Dimenstein, M. (2019). Militarização de agentes penitenciários no Brasil: segurança pública e processos de subjetivação. *Athena digital*, 19 (2), p. 1-20.
- Figueiró, R. A. (2015). *Cartografia do trabalho de agentes penitenciários: reflexões sobre o “dispositivo prisão”*. [Tese de doutorado. Programa de Pós-Graduação em Psicologia-PPGPs]. Repositório institucional Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN.



- Figueiró, R. A.; Dimenstein, M. (2014). Trama de saberes entre agentes penitenciários e seus desdobramentos nas estratégias de controle a céu aberto. *Mnemosine*, 10(1). Recuperado de <https://www.e-publicacoes.uerj.br/mnemosine/article/view/41642>
- Ghaddar, A.; Mateo, I.; Sanchez, P. (2008). Occupational stress and mental health among correctional officers: a cross-sections study. *Journaul of Occupation Health*, 50, pp. 92-98.
- Glina, D. M. L., Rocha, L. E., Batista, M. L.; Mendonça, M. G. V. (2001). Saúde mental e trabalho: uma reflexão sobre o nexso com o trabalho e o diagnóstico, com base na prática. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, 17(3), p. 607-616.
- Goffman, E. (2008). *Manicômios, prisões e conventos*. São Paulo: Perspectiva
- Gonçalves, S. G.; Mesas, A. E.; Bravo, D. S.; Birolim, M. M.; Guidoni, C. M.; Nunes, E. F.; Nierotka, R. P.; Rodrigues, R. (2025). Efeito da organização e exigências do trabalho, violências, problemas de saúde e satisfação no trabalho em relação ao estresse laboral e apoio social em policiais penais: estudo transversal, São Paulo, 2019. *Epidemiol Serv Saude*. 34, p. 1-14.
- Gonçalves, R. E.; Oliveira, W. J. (2019). *Aspectos emocionais de agentes penitenciários relacionados à suas condições de saúde*. Trabalho de conclusão de curso, Universidade Federal de Mato Grosso, Rondonópolis, MT, Brasil. Disponível: <http://bdm.ufmt.br/handle/1/1485>
- Jaskowiaki, C. R.; Fontanal, R. T. (2015). O trabalho no cárcere: reflexões acerca da saúde do agente penitenciário. *Rev Bras Enferm.*, 68 (2), P. 235-43, 2015.
- Jesus, S. R., Felipe, A. M.; Silva, Y. V. (2021). Vulnerabilidade ao Estresse entre Agentes de Segurança Penitenciários. *Psicol Ciência e Profissão*, 41, p. 1–18.
- Jordão, E. S.; Cordeiro, T. L. (2025). A superlotação do sistema carcerário. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação — REASE*, 11 (11), p. 8772- 8788.
- Kalinsky, B. (2008). El agente penitenciario: la cárcel como ámbito laboral. *Runa*, 28, p. 43-57.



Lima, A. I., Dimenstein, M., Macedo, J. P.; Nunes, C. C. (2023). Condições de trabalho e sofrimento psíquico de policiais penais no Brasil. In: Oliveira, H. C. (Org.) *Estudos Multidisciplinares em Ciências da Saúde*. Campina Grande: Licuri, 2023, p. 1-26.

Lopes, R. (2007). Psicologia Jurídica o cotidiano da violência: o trabalho do agente de segurança penitenciária nas instituições prisionais. *Psicol. Am. Lat.*, v. 0, p. 1-8.

Lourau, R. (1995). *A análise institucional*. Petrópolis, RJ: Vozes.

Lourau, R. (1993). *Análise Institucional e práticas de pesquisa*. Rio de Janeiro: UERJ.

Lourenço, L. C. (2012). Na frente das grades: uma pesquisa com agentes penitenciários da região metropolitana de Belo Horizonte. In: Coelho, M. T. D.; Carvalho Filho, M. J. (Orgs.). *Prisões numa abordagem interdisciplinar*. Salvador: EdUFBA, p. 97-120, 2012.

Lourenço, A. S. (2010). *O espaço de vida do Agente de Segurança Penitenciária no cárcere: entre gaiolas, ratoeiras e aquários*. Tese de doutorado, 226fs. USP, São Paulo.

Luiz, T. D. (2003). *Humanização do sistema carcerário brasileiro: a problemática do sistema atual*. Monografia (bacharelado em Direito). Unimontes.

Marques, G.S.; Giongo, C. R.; Ruckert, C. (2018). Saúde mental de agentes penitenciários no Brasil: uma revisão sistemática da literatura. *Diálogo*, 38(1), 89-98.

Moraes, P. R. B. (2005). *Punição, encarceramento e construção de identidade profissional entre agentes penitenciários*. São Paulo: IBCCRIM, Instituto brasileiro de ciências criminais.

Nascimento, F. E. M. (2022). De carcereiro a policial penal: Entre nomenclaturas, imagem social e atribuições. *Dilemas - Rev. Estud. Conflito Controle Soc.* 15 (3), p. 883-910.

Organização Mundial da Saúde (OMS) (2020). *Diretrizes da OMS para Atividade Física e Comportamento Sedentário*, 2020. Disponível em: <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/9e776de6-adc7-46c1-936f-6dd2bb4f7373/content> Acesso em 03 dez 2025.



- Pereira, S. A.; Goes, J. G.; Ferreto, L. E. (2019) Avaliação do Nível de Atividade Física de Agentes Penitenciários da Penitenciária Estadual de Francisco Beltrão - Paraná. *Braz. J. of Develop.* 5, (10), p. 19029-19043. Acesso em: 16 fev 2026.
- Paixão, W. H. P.; Silva, J. L.; Ramos, G. F.; Oliveira, M. A.; Messias, C. M.; Souza, F. S. (2022). A saúde mental dos agentes do sistema prisional: mapeamento de estudos brasileiros. *Research, Society and Development*, 11, (4), p. 1-11.
- Pauli, F. B.; Follador, F. A.; Wendt, G.; Lucio, L. C.; Pascotto, C. R.; Ferreto, L. E. (2021). Working Conditions and Health of Prison Officers in Paraná (Brazil). *Rev Esp Sanid Penit*, 4 (3), 79–86.
- Rodrigues, R. G.; Codinhoto, E. (2020). As experiências subjetivas de prazer e sofrimento no trabalho de agentes penitenciários de uma cidade do interior do estado de Rondônia. *Rev farol*, 11(11), 112-127.
- Rumin, C. R.; Barros, G. I.; Cardoso, W. R.; Cavalhero, R.. (2011). O sofrimento psíquico no trabalho de vigilância em prisões. *Psicologia: ciência e profissão*, 31 (1), 188-199.
- Rumin, C. R. (2006). Sofrimento na vigilância prisional: o trabalho e a atenção em saúde mental". *Psicologia, Ciência e Profissão*, 26 (4), 570-581.
- Santos, D. C.; Dias, J. S.; Pereira, M. B.; Moreira, T. A.; Barros, D. M.; Serafim, A. P. (2012). Prevalência de transtornos mentais comuns em agentes penitenciários. *Rev. Bras. Med. Trab. São Paulo*, 8 (1), p. 33-38.
- SENAPPEN (2025). *Levantamento de informações penitenciárias referentes ao segundo semestre de 2022*. Disponível em: <https://www.gov.br/senappen/pt-br/assuntos/noticias/senappen-divulga-levantamento-de-informacoes-penitenciarias-referente-ao-primeiro-semester-de-2025>. Acesso em 10/02/2025.
- Silveira, J. T. (2009). Se tirar o colete não dá pra saber quem é preso, quem é agente: Trabalho, identidade e prisionização. In. *Anais Sociologia & Política: I Seminário nacional Sociologia & Política*, UFPR.
- Simplicio, A. R. G.; Costa, M. S. A. (2019). Impactos do trabalho laboral na saúde mental de agentes penitenciários de acaraú, ceará: um estudo de caso. In B. R. da Silva Neto (Org.). *Saúde Pública e Saúde Coletiva: Dialogando sobre Interfaces Temáticas 5* (pp. 185-196). Ponta Grossa: Atena.



Stradiotti, K. M., Stradiotti, J. M. M., Souza, J. C. R. P., Mello, M. G. C., Souza, V. C. R. P.; Rigo, G. M. (2019). Qualidade de vida de agentes penitenciários. *Arq Médicos dos Hosp e da Fac Ciências Médicas da St Casa São Paulo*, 64(3), 226–232. <https://doi.org/10.26432/1809-3019.2019.64.3.226>.

Vasconcelos, A. S. F. (2000). *A saúde sob custódia: um estudo sobre Agentes de Segurança Penitenciária no Rio de Janeiro*. Dissertação de mestrado, 66fs. Fundação Oswaldo Cruz, Escola Nacional de Saúde Pública.