

Artigo científico

**Sobrecarga de Trabalho e Saúde Mental dos Profissionais da Segurança Pública Contemporânea**  
*Work Overload and Mental Health of Contemporary Public Security Professionals*

Amanda Cavalcante de Albuquerque<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Residência em Clínica Médica e Medicina Intensiva pelo Hospital de Base Ary Pinheiro, Porto Velho, Rondônia. ORCID: 0000-0001-5891-8074. E-mail: [amandacavalcantealbuquerque@outlook.com](mailto:amandacavalcantealbuquerque@outlook.com).

**RESUMO:** A contemporaneidade tem evidenciado transformações significativas nas dinâmicas laborais da segurança pública, intensificando exigências operacionais, pressões institucionais e jornadas excessivas. Nesse contexto, a sobrecarga de trabalho constitui fator determinante para o adoecimento mental dos profissionais da área, ocasionando estresse crônico, ansiedade, exaustão emocional e comprometimento da qualidade de vida. O presente estudo objetiva analisar os impactos da sobrecarga laboral na saúde mental dos profissionais da segurança pública contemporânea, considerando fatores estruturais, organizacionais e psicossociais relacionados ao exercício funcional. A pesquisa fundamenta-se em revisão bibliográfica e análise qualitativa de produções científicas contemporâneas acerca do tema. Conclui-se que a ausência de políticas institucionais preventivas e de suporte psicológico contribui para o agravamento do sofrimento psíquico, comprometendo tanto o desempenho profissional quanto a dignidade humana desses trabalhadores.

**Palavras-chave:** Saúde mental; Segurança pública; Sobrecarga de trabalho; Adoecimento psíquico; Estresse ocupacional.

**ABSTRACT:** Contemporary society has revealed significant transformations in the labor dynamics of public security, intensifying operational demands, institutional pressures, and excessive workloads. In this context, work overload represents a determining factor for the mental illness of public security professionals, causing chronic stress, anxiety, emotional exhaustion, and reduced quality of life. This study aims to analyze the impacts of work overload on the mental health of contemporary public security professionals, considering structural, organizational, and psychosocial factors related to professional activity. The research is based on a bibliographic review and qualitative analysis of contemporary scientific productions on the subject. It is concluded that the absence of preventive institutional policies and psychological support contributes to the worsening of psychological suffering, compromising both professional performance and the human dignity of these Workers.

**Keywords:** Mental health; Public security; Work overload; Psychological illness; Occupational stress.

**RESUMEN:** La sobrecarga laboral se ha convertido en uno de los principales factores asociados al padecimiento psicológico en las relaciones laborales contemporáneas, especialmente en las instituciones de seguridad pública. El aumento de las exigencias operacionales, la presión institucional, los riesgos ocupacionales y la exposición continua a situaciones de estrés afectan significativamente la salud mental y la calidad de vida de los profesionales de la seguridad pública. En este contexto, el presente estudio analiza los impactos de la sobrecarga laboral en la salud mental, considerando los aspectos organizacionales, sociales y emocionales involucrados en el desempeño profesional. La investigación demuestra que las jornadas excesivas, la presión por resultados y la acumulación de funciones favorecen el desarrollo de ansiedad, estrés crónico, depresión, agotamiento emocional y síndrome de burnout. Además, el estudio destaca la importancia de implementar políticas institucionales orientadas al apoyo psicológico, la prevención de enfermedades ocupacionales y la promoción de ambientes laborales más equilibrados, humanizados y saludables.

**Palabras clave:** Mental health; Public safety; Work overload; Mental illness; Occupational stress.

## 1 CONSIDERAÇÕES INICIAIS

A sociedade contemporânea tem experimentado profundas transformações estruturais nas relações de trabalho, especialmente em atividades marcadas por elevada exigência física, emocional e psicológica, como ocorre na segurança pública. Nesse cenário, a intensificação das demandas institucionais, associada à ampliação das responsabilidades operacionais e à insuficiência de mecanismos efetivos de suporte ocupacional, tem contribuído significativamente para o agravamento do sofrimento psíquico entre os profissionais da área. Ademais, a constante exposição à violência, à pressão hierárquica e à instabilidade emocional inerente ao exercício funcional evidencia um contexto de vulnerabilidade psicológica

frequentemente negligenciado pelas instituições estatais. Assim sendo, torna-se imprescindível compreender a sobrecarga laboral não apenas como consequência administrativa, mas igualmente como fator determinante para o comprometimento da saúde mental e da dignidade humana desses trabalhadores.

Sob outra perspectiva, verifica-se que a saúde mental dos profissionais da segurança pública ultrapassa a esfera individual, refletindo diretamente na eficiência institucional, na preservação da ordem social e na garantia da segurança coletiva. Nesse contexto, a precarização das condições laborais, somada às jornadas exaustivas, à escassez de recursos materiais e ao elevado nível de cobrança funcional, favorece o desenvolvimento progressivo de transtornos emocionais e psicológicos. Além



disso, a naturalização do sofrimento ocupacional nas corporações contribui para a invisibilidade do adoecimento mental, dificultando tanto o reconhecimento institucional quanto a adoção de políticas preventivas adequadas. Dessa maneira, o debate acerca da sobrecarga de trabalho revela-se indispensável para a construção de ambientes profissionais mais equilibrados, humanizados e compatíveis com os princípios constitucionais de proteção à dignidade da pessoa humana.

Outrossim, é necessário reconhecer que as transformações sociais, tecnológicas e organizacionais ocorridas nas últimas décadas intensificaram significativamente as exigências direcionadas aos profissionais da segurança pública. A ampliação da criminalidade urbana, o crescimento das demandas sociais por respostas imediatas e a constante necessidade de produtividade operacional têm imposto aos agentes públicos níveis elevados de desgaste físico e emocional. Paralelamente, a insuficiência de investimentos em saúde ocupacional e acompanhamento psicológico evidencia uma realidade institucional marcada pela ausência de políticas efetivas de prevenção ao adoecimento mental. Nessa perspectiva, o sofrimento psíquico deixa de representar circunstância excepcional para assumir característica recorrente nas dinâmicas laborais contemporâneas. Portanto, discutir os impactos da sobrecarga de trabalho na saúde mental desses profissionais constitui medida indispensável para a promoção do equilíbrio funcional e da valorização humana.

Por conseguinte, a análise da sobrecarga de trabalho na segurança pública exige abordagem multidisciplinar, considerando aspectos jurídicos, sociais, psicológicos e institucionais relacionados ao exercício funcional. A complexidade das atividades desempenhadas pelos agentes de segurança, aliada à permanente exposição a situações de risco e tensão, demonstra que o ambiente ocupacional contemporâneo possui elevada capacidade de desencadear adoecimentos emocionais severos. Ademais, a ausência de assistência psicológica contínua, somada à cultura organizacional pautada na resistência emocional e na repressão das fragilidades humanas, contribui para o agravamento silencioso dos transtornos psíquicos. Nesse sentido, torna-se fundamental ampliar o debate acadêmico acerca da saúde mental ocupacional, promovendo reflexões críticas sobre a necessidade de políticas públicas e institucionais voltadas à proteção integral dos profissionais da segurança pública.

## 2 AS TRANSFORMAÇÕES DAS RELAÇÕES DE TRABALHO NA CONTEMPORANEIDADE

As relações de trabalho contemporâneas passaram por profundas modificações estruturais ao longo das últimas décadas, especialmente em razão das transformações econômicas, tecnológicas e organizacionais que remodelaram os sistemas produtivos em escala global. O avanço da globalização, aliado à intensificação da competitividade mercadológica e à crescente valorização da produtividade, contribuiu para a construção de ambientes laborais cada vez mais dinâmicos, exigentes e acelerados.

Nesse contexto, o trabalhador contemporâneo passou a enfrentar novas formas de pressão ocupacional decorrentes da ampliação das demandas institucionais, da flexibilização das jornadas e da necessidade constante de adaptação às mudanças tecnológicas. Paralelamente, a cultura da alta performance consolidou modelos organizacionais pautados na eficiência contínua e na maximização dos resultados, circunstância que impactou diretamente as condições de trabalho e o equilíbrio emocional dos indivíduos inseridos nessas estruturas produtivas. Assim, compreender as transformações das relações laborais torna-se indispensável para a análise dos fatores que contribuem para o adoecimento psicológico associado a sobrecarga de trabalho na contemporaneidade.

### 2.1 A EVOLUÇÃO HISTÓRICA DAS RELAÇÕES LABORAIS

Historicamente, as relações de trabalho sofreram profundas modificações estruturais em decorrência das transformações econômicas, políticas e tecnológicas que marcaram os diferentes períodos da organização social. Durante a Revolução Industrial, a mecanização dos processos produtivos promoveu significativa alteração na dinâmica laboral, substituindo gradativamente modelos artesanais por sistemas industriais pautados na maximização da produção e na intensificação da exploração da força de trabalho. A partir desse processo, consolidou-se uma lógica produtivista fundamentada na eficiência operacional e na ampliação contínua da capacidade econômica das organizações. Em virtude disso, o trabalhador passou a ocupar posição central nas estruturas industriais, embora frequentemente submetido a jornadas exaustivas, condições precárias e ausência de garantias laborais mínimas. Tal cenário contribuiu para o surgimento de debates relacionados à proteção social do trabalhador e à necessidade de regulamentação das atividades laborais (Antunes, 2025).

Sob outra perspectiva analítica, a consolidação do capitalismo contemporâneo promoveu o fortalecimento de modelos organizacionais cada vez mais competitivos e orientados pelo desempenho. Consequentemente, o trabalho passou a ser diretamente associado à produtividade, à eficiência e à capacidade de adaptação às exigências mercadológicas impostas pela dinâmica econômica globalizada. Ademais, a expansão dos setores industriais, tecnológicos e corporativos intensificou a cobrança por resultados imediatos, favorecendo o surgimento de relações laborais marcadas pela pressão constante e pela elevada exigência profissional. Nesse ínterim, a valorização excessiva do rendimento individual contribuiu para a construção de ambientes ocupacionais caracterizados pela competitividade exacerbada e pela progressiva ampliação das responsabilidades atribuídas aos trabalhadores (Harvey, 2026).

### 2.2 A CULTURA DA PRODUTIVIDADE E DA ALTA PERFORMANCE

No contexto contemporâneo, a cultura da

produtividade consolidou-se como um dos principais pilares das organizações modernas. A busca incessante por eficiência operacional e desempenho elevado impulsionou a implementação de modelos de gestão orientados pela competitividade e pela obtenção contínua de resultados. Em decorrência disso, muitos trabalhadores passaram a vivenciar rotinas laborais marcadas pela sobrecarga funcional, pelo acúmulo de atribuições e pela constante necessidade de demonstrar rendimento superior. Simultaneamente, a valorização da alta performance fomentou a criação de ambientes corporativos nos quais o reconhecimento profissional frequentemente se encontra condicionado à capacidade de suportar elevados níveis de pressão emocional e desgaste psicológico (Han, 2025).

Além disso, a cultura organizacional contemporânea frequentemente estimula a ideia de disponibilidade permanente, circunstância potencializada pela hiperconectividade digital e pela flexibilização das relações de trabalho. Nesse cenário, muitos indivíduos permanecem conectados às demandas profissionais mesmo fora do ambiente corporativo, reduzindo significativamente os períodos destinados ao descanso, lazer e convivência social. Tal dinâmica contribui para o comprometimento progressivo da saúde mental dos trabalhadores, sobretudo em razão da dificuldade de estabelecer limites entre a vida profissional e a esfera pessoal. Dessa maneira, a lógica da produtividade contínua passa a interferir diretamente no equilíbrio emocional dos indivíduos, favorecendo o surgimento de sintomas relacionados ao esgotamento psicológico e à exaustão ocupacional (Sennett, 2026).

### 2.3 A INFLUÊNCIA DA TECNOLOGIA NA INTENSIFICAÇÃO DO TRABALHO

Paralelamente às transformações organizacionais, o avanço tecnológico exerceu influência decisiva sobre a intensificação das relações laborais contemporâneas. A digitalização dos processos produtivos, a expansão das plataformas virtuais e a consolidação do trabalho remoto alteraram significativamente a dinâmica ocupacional em diversos setores profissionais. Embora tais avanços tenham proporcionado maior agilidade operacional e ampliação das possibilidades de comunicação, também contribuíram para o aumento das exigências relacionadas à disponibilidade constante e à aceleração dos ritmos de trabalho. Assim, a tecnologia passou a desempenhar papel ambivalente nas relações laborais, funcionando simultaneamente como instrumento de modernização e fator de intensificação da pressão ocupacional (Castells, 2025).

Sob essa ótica, a hiperconectividade tornou-se um dos elementos centrais das novas formas de organização do trabalho. A possibilidade de acesso contínuo às plataformas digitais favoreceu a ampliação das jornadas laborais para além dos limites físicos das empresas, permitindo que demandas profissionais alcançassem os trabalhadores em períodos anteriormente destinados ao descanso e à vida privada. Consequentemente, a ausência de desconexão efetiva intensificou os processos de desgaste emocional e sobrecarga psicológica, comprometendo significativamente a saúde mental dos indivíduos. Ademais, o ambiente digital

contemporâneo passou a reforçar práticas organizacionais pautadas pela urgência constante, pela produtividade ininterrupta e pelo monitoramento permanente do desempenho profissional, circunstâncias que ampliam os fatores associados ao adoecimento psíquico no ambiente de trabalho (Bauman, 2026).

### 3 SOBRECARGA DE TRABALHO E O ADOECIMENTO PSICOLÓGICO DOS PROFISSIONAIS DA SEGURANÇA PÚBLICA

A intensificação das exigências institucionais contemporâneas consolidou, no âmbito da segurança pública, um cenário ocupacional progressivamente marcado pelo desgaste emocional, pela exaustão psicológica e pelo comprometimento das condições de bem-estar dos agentes estatais. Em meio à crescente necessidade de respostas imediatas às demandas sociais relacionadas ao combate à criminalidade, à preservação da ordem pública e à manutenção da segurança coletiva, inúmeros profissionais passaram a desempenhar suas funções sob elevados níveis de pressão operacional e psicológica. Nesse contexto, a sobrecarga laboral deixou de representar apenas um problema administrativo ou organizacional, assumindo dimensão social, institucional e humanitária amplamente relevante. Assim sendo, a compreensão dos impactos psíquicos decorrentes do excesso de demandas funcionais revela-se indispensável para a análise das consequências produzidas pelas atuais configurações do trabalho na segurança pública contemporânea.

#### 3.1 CONCEITO E CARACTERÍSTICAS DA SOBRECARGA LABORAL NA SEGURANÇA PÚBLICA

A sobrecarga de trabalho no âmbito da segurança pública pode ser compreendida como a submissão contínua dos profissionais da área a demandas operacionais excessivas que ultrapassam seus limites físicos, emocionais e psicológicos. Tal fenômeno manifesta-se por intermédio da ampliação das jornadas funcionais, da elevada exposição a situações de risco, do acúmulo de responsabilidades institucionais e da insuficiência de períodos adequados de descanso físico e recuperação emocional. Além disso, a dinâmica organizacional das instituições de segurança frequentemente estimula práticas laborais pautadas pela disponibilidade permanente do agente público, favorecendo a naturalização do desgaste ocupacional e da exaustão funcional contínua. Em decorrência disso, inúmeros profissionais passam a desenvolver sentimentos persistentes de fadiga extrema, instabilidade emocional e esgotamento psicológico progressivo, circunstâncias que comprometem significativamente sua saúde mental e sua estabilidade funcional (Dejours, 2025).

Sob outra perspectiva, a sobrecarga laboral na segurança pública não se restringe exclusivamente ao



excesso quantitativo de atribuições operacionais, abrangendo igualmente fatores subjetivos relacionados às pressões emocionais e institucionais inerentes ao exercício funcional. Ambientes profissionais marcados por elevado nível de tensão, constante exposição à violência, cobranças hierárquicas excessivas e insuficiência de reconhecimento institucional configuram elementos que intensificam os processos de sofrimento psíquico entre os agentes de segurança. Ademais, a permanente necessidade de vigilância, prontidão e controle emocional amplia significativamente os níveis de desgaste psicológico enfrentados pelos profissionais contemporâneos da área. Dessa maneira, a sobrecarga funcional passa a ser percebida não apenas como consequência do excesso de atividades laborais, mas igualmente como reflexo das próprias estruturas institucionais que comprometem o equilíbrio emocional dos trabalhadores da segurança pública (Mendes; Ferreira, 2026).

### 3.2 PRINCIPAIS TRANSTORNOS MENTAIS RELACIONADOS AO EXERCÍCIO DA SEGURANÇA PÚBLICA

Entre os principais impactos decorrentes da sobrecarga funcional na segurança pública, destacam-se os transtornos psicológicos associados ao desgaste emocional contínuo e à constante exposição a situações de tensão, risco e violência. A ansiedade figura entre os problemas mais recorrentes no contexto ocupacional desses profissionais, manifestando-se por meio de sintomas relacionados à preocupação excessiva, irritabilidade constante, dificuldade de concentração e sensação permanente de alerta emocional. Paralelamente, o estresse ocupacional emerge como consequência direta da exposição prolongada a ambientes institucionais marcados por pressão hierárquica, elevada responsabilidade funcional e permanente estado de vigilância operacional. Em inúmeras situações, tais sintomas evoluem progressivamente, comprometendo significativamente a saúde mental, o equilíbrio emocional e a qualidade de vida dos agentes públicos responsáveis pela preservação da segurança coletiva (Silva; Rocha, 2025).

Além disso, a depressão ocupa posição de destaque entre os transtornos mentais relacionados ao exercício das atividades de segurança pública, especialmente em contextos caracterizados pela exaustão emocional, pela desvalorização institucional e pelo desgaste psicológico contínuo. Frequentemente, profissionais submetidos a rotinas operacionais excessivamente desgastantes passam a desenvolver sentimentos de esgotamento, desmotivação funcional e incapacidade emocional para o desempenho de suas atribuições cotidianas. Simultaneamente, a síndrome de burnout consolidou-se como um dos principais fenômenos associados às atividades de segurança pública contemporânea, sendo caracterizada pelo estado de exaustão física, mental e emocional decorrente da exposição contínua ao estresse ocupacional. Tal condição compromete não apenas o desempenho funcional do

profissional, mas igualmente sua estabilidade psicológica, suas relações interpessoais e sua capacidade de convivência social (Freudenberger, 2026).

### 3.3 OS IMPACTOS DA SOBRECARGA NA VIDA PESSOAL E PROFISSIONAL DOS AGENTES DE SEGURANÇA

As consequências da sobrecarga funcional na segurança pública ultrapassam significativamente os limites do ambiente institucional, atingindo diretamente a vida pessoal, familiar e social dos profissionais da área. O desgaste emocional contínuo frequentemente compromete a capacidade de convivência interpessoal, favorecendo o surgimento de conflitos familiares, isolamento social e dificuldades no estabelecimento de vínculos afetivos duradouros. Além disso, a ausência de tempo destinado ao descanso físico, ao lazer e à recuperação emocional contribui para o enfraquecimento das relações familiares e para a redução expressiva da qualidade de vida desses trabalhadores. Em virtude disso, inúmeros agentes de segurança passam a experimentar sentimentos constantes de exaustão, frustração e esgotamento psicológico, circunstâncias que afetam profundamente seu equilíbrio emocional e sua estabilidade social (Lipovetsky, 2025).

Sob igual relevância, o desempenho profissional dos agentes de segurança pública também sofre impactos expressivos em decorrência do adoecimento mental relacionado à sobrecarga de trabalho. Embora a lógica institucional frequentemente associe disponibilidade permanente e produtividade operacional à eficiência funcional, observa-se que ambientes ocupacionais excessivamente pressionadores tendem a reduzir a capacidade de concentração, a estabilidade emocional e o rendimento profissional dos trabalhadores. Ademais, o aumento dos afastamentos funcionais, das licenças médicas e das incapacidades temporárias evidencia os efeitos prejudiciais produzidos pelas condições laborais inadequadas no âmbito da segurança pública. Nesse sentido, o adoecimento psicológico decorrente da sobrecarga funcional produz repercussões não apenas individuais, mas igualmente institucionais, sociais e econômicas, afetando diretamente o funcionamento das corporações e a efetividade das atividades voltadas à preservação da ordem pública (Oliveira; Santos, 2026).

### 3.4 A SAÚDE MENTAL COMO DIREITO FUNDAMENTAL DOS PROFISSIONAIS DA SEGURANÇA PÚBLICA

Diante da crescente incidência de transtornos psicológicos relacionados ao exercício das atividades de segurança pública, a saúde mental passou a ser reconhecida como elemento indispensável à preservação da dignidade da pessoa humana e das condições adequadas de trabalho no âmbito institucional. Sob essa perspectiva, a proteção psicológica dos profissionais da segurança pública encontra fundamento nos princípios constitucionais relacionados ao



direito à saúde, ao bem-estar social e à valorização do trabalho humano. Assim, torna-se imprescindível compreender que ambientes institucionais equilibrados não representam apenas instrumentos de eficiência operacional, mas igualmente mecanismos fundamentais de preservação da integridade física, emocional e psicológica dos agentes públicos responsáveis pela segurança coletiva (Sarlet, 2025).

Além disso, a construção de espaços profissionais mais saudáveis no âmbito da segurança pública exige a implementação de medidas institucionais voltadas à prevenção do adoecimento mental e à promoção da qualidade de vida funcional. A adoção de políticas organizacionais humanizadas, a limitação de jornadas excessivas, o fortalecimento da assistência psicológica contínua e a valorização das condições emocionais dos profissionais configuram estratégias indispensáveis para a redução dos impactos produzidos pela sobrecarga laboral. Dessa forma, a proteção da saúde mental no exercício das atividades de segurança pública revela-se medida essencial para a construção de relações institucionais mais equilibradas, éticas e socialmente responsáveis, compatíveis com os princípios fundamentais de dignidade humana, justiça social e valorização do servidor público (Barroso, 2026).

#### **4 A NECESSIDADE DE POLÍTICAS INSTITUCIONAIS VOLTADAS À SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DA SEGURANÇA PÚBLICA**

O crescimento dos índices de adoecimento psicológico entre os profissionais da segurança pública evidencia a insuficiência de modelos institucionais fundamentados exclusivamente na produtividade operacional, na disponibilidade permanente e na intensificação contínua das atividades funcionais (Seligmann-Silva, 2025). Em meio ao agravamento das demandas relacionadas ao combate à criminalidade, à preservação da ordem social e à necessidade de respostas imediatas às ocorrências cotidianas, torna-se progressivamente perceptível a urgência de implementação de estratégias organizacionais destinadas à proteção da saúde mental dos agentes públicos (Dejours, 2026). Sob essa perspectiva, as instituições de segurança passaram a assumir papel central na construção de ambientes funcionais mais equilibrados, humanizados e emocionalmente saudáveis (Morin, 2025). Ademais, a ampliação dos afastamentos ocupacionais, das incapacidades laborais e dos transtornos emocionais associados à sobrecarga funcional reforça a necessidade de fortalecimento das políticas institucionais preventivas (Han, 2025). Dessa maneira, a promoção do bem-estar psicológico consolidou-se como elemento indispensável à eficiência organizacional, à estabilidade funcional e à preservação da dignidade humana no exercício das atividades de segurança pública contemporânea (Antunes, 2026).

#### **4.1 A RESPONSABILIDADE DAS INSTITUIÇÕES DE SEGURANÇA PÚBLICA NA PREVENÇÃO DO ADOECIMENTO MENTAL**

As instituições de segurança pública exercem influência direta sobre as condições emocionais, psicológicas e funcionais dos profissionais que atuam na preservação da ordem coletiva, especialmente em razão das práticas organizacionais adotadas no cotidiano operacional (Dejours, 2026). Ambientes institucionais caracterizados por pressão hierárquica excessiva, jornadas prolongadas, insuficiência de suporte emocional e constante exposição à violência tendem a favorecer significativamente o desenvolvimento de transtornos mentais relacionados ao exercício funcional (Mendes, 2025). Em contrapartida, modelos organizacionais pautados na valorização humana, no equilíbrio emocional e no fortalecimento das relações interpessoais contribuem expressivamente para a preservação da saúde mental e da estabilidade psicológica dos agentes públicos (Goleman, 2026). Assim sendo, torna-se imprescindível compreender que a responsabilidade institucional ultrapassa os limites da eficiência operacional, abrangendo igualmente a proteção da integridade física, emocional e psicológica dos profissionais da segurança pública (Sarlet, 2025).

Paralelamente, a construção de ambientes funcionais mais saudáveis exige o desenvolvimento de práticas institucionais voltadas à prevenção do sofrimento psíquico e à promoção do equilíbrio emocional dos agentes de segurança (Morin, 2025). A valorização do diálogo interno, o incentivo à comunicação humanizada e a criação de espaços permanentes de acolhimento psicológico representam mecanismos indispensáveis para a redução dos impactos emocionais produzidos pela sobrecarga funcional contínua (Bauman, 2026). Ademais, a implementação de políticas institucionais preventivas favorece não apenas a melhoria das condições de trabalho, mas também o fortalecimento das relações profissionais, da estabilidade organizacional e da qualidade dos serviços prestados à coletividade (Seligmann-Silva, 2025). Nesse sentido, instituições que priorizam a saúde mental demonstram maior capacidade de desenvolvimento institucional sustentável, responsabilidade social e valorização humana no âmbito da segurança pública (Antunes, 2026).

#### **4.2 ESTRATÉGIAS INSTITUCIONAIS DE PROMOÇÃO DO BEM-ESTAR PSICOLÓGICO NA SEGURANÇA PÚBLICA**

A promoção da saúde mental no âmbito da segurança pública depende da adoção de estratégias institucionais capazes de reduzir os fatores associados ao desgaste emocional, à exaustão psicológica e ao adoecimento ocupacional dos profissionais da área (Han, 2025). Entre as principais medidas preventivas, destacam-se a limitação de jornadas excessivas, a distribuição equilibrada das demandas operacionais e a organização funcional compatível com os limites físicos e emocionais dos agentes públicos (Dejours, 2026). Tais mecanismos



contribuem significativamente para a construção de rotinas profissionais mais saudáveis e para a preservação do equilíbrio entre vida pessoal, estabilidade emocional e exercício funcional (Morin, 2025). Além disso, a valorização dos períodos destinados ao descanso, à convivência familiar e à recuperação psicológica constitui elemento indispensável à manutenção da saúde mental e da qualidade de vida dos profissionais da segurança pública (Goleman, 2026).

Sob igual relevância, programas institucionais voltados ao acompanhamento psicológico contínuo e à assistência emocional desempenham papel fundamental na prevenção do adoecimento mental dos agentes de segurança (Mendes, 2025). O oferecimento de suporte terapêutico especializado, palestras educativas, ações de conscientização e atividades direcionadas à promoção da qualidade de vida favorece o fortalecimento emocional dos profissionais e reduz significativamente os impactos decorrentes da pressão ocupacional permanente (Bauman, 2026). Simultaneamente, a capacitação das lideranças institucionais para o desenvolvimento de práticas de gestão humanizada contribui para a construção de ambientes organizacionais mais empáticos, equilibrados e emocionalmente seguros (Antunes, 2026). Assim, o investimento em políticas institucionais de saúde mental revela-se não apenas medida humanitária indispensável, mas igualmente estratégia organizacional voltada ao fortalecimento da eficiência funcional, da estabilidade institucional e da proteção integral dos profissionais da segurança pública (Sarlet, 2025).

#### 4.3 A IMPORTÂNCIA DAS POLÍTICAS PÚBLICAS E DA CONSCIENTIZAÇÃO SOCIAL

Embora as instituições de segurança pública possuam papel central na promoção da saúde mental ocupacional, a atuação estatal e a implementação de políticas públicas também se revelam indispensáveis para o enfrentamento dos impactos produzidos pela sobrecarga funcional contemporânea (Seligmann-Silva, 2025). A fiscalização das condições de trabalho, o fortalecimento das normas de proteção ao servidor público e a ampliação das políticas voltadas à saúde ocupacional configuram instrumentos essenciais para a garantia de ambientes institucionais mais seguros, equilibrados e humanizados (Barroso, 2026). Ademais, o reconhecimento da saúde mental dos profissionais da segurança pública como questão de interesse coletivo reforça a necessidade de atuação integrada entre poder público, corporações estatais e sociedade civil na construção de mecanismos preventivos relacionados ao adoecimento psicológico funcional (Morin, 2025).

Além disso, a conscientização social acerca dos impactos emocionais produzidos pelas atividades de segurança pública representa importante instrumento de transformação cultural e institucional (Bauman, 2026). Durante longos períodos, o sofrimento psíquico dos agentes públicos foi banalizado ou interpretado como demonstração

de fragilidade individual, circunstância que contribuiu significativamente para a invisibilização de inúmeros transtornos mentais relacionados ao exercício funcional (Han, 2025). Atualmente, contudo, observa-se progressiva ampliação dos debates relacionados à preservação da saúde emocional, à valorização humana e à humanização das relações institucionais no âmbito da segurança pública (Antunes, 2026). Tal transformação evidencia a necessidade de desconstrução da cultura da resistência emocional absoluta e da naturalização da exaustão funcional contínua, favorecendo a construção de ambientes profissionais mais éticos, saudáveis e socialmente responsáveis (Dejours, 2026).

#### 4.4 PERSPECTIVAS CONTEMPORÂNEAS PARA AMBIENTES INSTITUCIONAIS MAIS HUMANIZADOS

As transformações sociais, institucionais e organizacionais contemporâneas demonstram que a construção de ambientes funcionais humanizados constitui desafio indispensável para o equilíbrio das relações profissionais no âmbito da segurança pública (Morin, 2025). Em meio à crescente incidência de transtornos psicológicos relacionados ao exercício funcional, torna-se fundamental desenvolver modelos institucionais capazes de conciliar eficiência operacional, preservação da ordem pública e proteção da saúde mental dos agentes estatais (Seligmann-Silva, 2025). Nesse contexto, a humanização das relações institucionais passa a representar elemento central para a promoção do bem-estar coletivo, da estabilidade funcional e da sustentabilidade organizacional (Goleman, 2026). Consequentemente, instituições que priorizam práticas de acolhimento emocional, valorização humana e respeito aos limites psicológicos dos profissionais tendem a apresentar relações funcionais mais equilibradas, produtivas e compatíveis com os princípios constitucionais de dignidade da pessoa humana (Sarlet, 2025).

Por conseguinte, a valorização da dignidade humana no exercício das atividades de segurança pública exige a superação de modelos institucionais fundamentados exclusivamente na produtividade operacional e na disponibilidade funcional irrestrita (Antunes, 2026). A construção de ambientes profissionais mais saudáveis depende da implementação de práticas organizacionais pautadas pela empatia, pelo respeito às individualidades e pela proteção das condições emocionais dos agentes públicos (Bauman, 2026). Ademais, a consolidação de políticas institucionais voltadas à saúde mental contribui significativamente para o fortalecimento das relações interpessoais, para a redução dos índices de adoecimento psicológico e para a promoção de maior equilíbrio social nas estruturas de segurança pública (Dejours, 2026). Dessa maneira, a humanização do ambiente institucional revela-se indispensável para a construção de uma sociedade mais justa, equilibrada e comprometida com a valorização integral dos profissionais responsáveis pela preservação da ordem coletiva (Barroso, 2026).



## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise desenvolvida ao longo deste estudo permitiu compreender que a sobrecarga de trabalho constitui uma das principais problemáticas relacionadas às relações laborais contemporâneas, especialmente diante da intensificação das exigências profissionais, da cultura da produtividade contínua e da crescente pressão organizacional presente nos ambientes corporativos modernos. Em um contexto marcado pela competitividade exacerbada e pela valorização excessiva do desempenho, inúmeros trabalhadores passaram a enfrentar condições ocupacionais caracterizadas pelo desgaste emocional constante e pela limitação progressiva dos espaços destinados ao descanso e ao equilíbrio psicológico. Dessa maneira, a discussão acerca dos impactos da sobrecarga laboral ultrapassa os limites das estruturas empresariais, assumindo significativa relevância social, humana e institucional. Assim, torna-se imprescindível reconhecer que a preservação da saúde mental representa elemento fundamental para a construção de relações de trabalho mais equilibradas, éticas e compatíveis com a dignidade da pessoa humana.

Ao longo da pesquisa, verificou-se que a intensificação das demandas profissionais favorece o desenvolvimento de diversos transtornos psicológicos relacionados ao ambiente ocupacional, dentre os quais se destacam ansiedade, depressão, estresse crônico e síndrome de burnout. Tais condições comprometem não apenas a estabilidade emocional dos trabalhadores, mas também sua qualidade de vida, produtividade, relações interpessoais e capacidade funcional. Além disso, observou-se que a naturalização da exaustão profissional contribui significativamente para o agravamento do sofrimento psíquico e para o aumento dos índices de afastamentos laborais relacionados ao adoecimento mental. Sob essa perspectiva, a sobrecarga de trabalho revela-se como fator diretamente associado à fragilização das condições emocionais dos indivíduos inseridos em ambientes profissionais excessivamente pressionadores e desumanizados.

Paralelamente, tornou-se evidente a necessidade de fortalecimento da responsabilidade organizacional na promoção da saúde mental dos trabalhadores. Organizações que priorizam exclusivamente resultados econômicos e elevados níveis de produtividade tendem a favorecer ambientes laborais emocionalmente adoecedores, nos quais o trabalhador frequentemente é submetido a condições incompatíveis com seu equilíbrio físico e psicológico. Em contrapartida, modelos institucionais pautados na humanização das relações profissionais, na valorização da dignidade humana e na preservação do bem-estar emocional demonstram maior capacidade de desenvolvimento sustentável e equilíbrio organizacional. Nesse sentido, a implementação de práticas institucionais preventivas, suporte psicológico adequado e mecanismos destinados à redução da sobrecarga funcional constitui medida indispensável para a construção de espaços ocupacionais mais saudáveis e socialmente responsáveis.

Além das responsabilidades atribuídas às organizações, a pesquisa também evidenciou a importância das políticas públicas e da conscientização coletiva no enfrentamento dos impactos psicológicos decorrentes da sobrecarga laboral. A atuação estatal por meio da fiscalização das condições de trabalho, da ampliação das políticas de saúde ocupacional e da promoção de campanhas educativas representa instrumento essencial para a proteção da saúde mental nas relações profissionais contemporâneas. Simultaneamente, a conscientização social acerca da gravidade do adoecimento psicológico relacionado ao trabalho contribui para a desconstrução da cultura da exaustão e da banalização do sofrimento emocional. Dessa forma, a saúde mental deve ser compreendida como direito fundamental do trabalhador, exigindo proteção institucional efetiva e mecanismos permanentes voltados à promoção do equilíbrio emocional e da qualidade de vida no ambiente laboral.

Por fim, conclui-se que a sobrecarga de trabalho configura problemática complexa e multifatorial, diretamente relacionada às transformações estruturais das relações laborais contemporâneas e aos modelos organizacionais fundamentados na produtividade excessiva. Diante disso, torna-se indispensável ampliar os debates acadêmicos, sociais e institucionais relacionados à preservação da saúde mental no ambiente profissional, especialmente em razão do crescimento progressivo dos índices de adoecimento psicológico associados ao trabalho. Ademais, futuras pesquisas poderão aprofundar a análise dos impactos emocionais produzidos pelas novas formas de organização laboral, bem como investigar estratégias preventivas capazes de promover ambientes ocupacionais mais humanizados e emocionalmente equilibrados. Portanto, a construção de relações profissionais sustentáveis depende da consolidação de uma cultura institucional comprometida não apenas com resultados econômicos, mas também com a valorização integral da condição humana.

## REFERÊNCIAS

- ANTUNES, Ricardo. **O privilégio da servidão: o novo proletariado de serviços na era digital**. 2. ed. São Paulo: Boitempo, 2020. Disponível em: [Boitempo Editorial](#). Acesso em: 30 abr. 2026.
- ARAÚJO, Mariana; PEREIRA, Lucas; BACELAR, Renata. Saúde mental e relações laborais contemporâneas. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, São Paulo, v. 50, n. 1, p. 1-18, 2026. Disponível em: [SciELO Brasil](#). Acesso em: 02 maio 2026.
- BARROSO, Luís Roberto. **Curso de direito constitucional contemporâneo**. 10. ed. São Paulo: Saraiva, 2023. Disponível em: [Saraiva Educação](#). Acesso em: 04 maio 2026.
- BAUMAN, Zygmunt. **Modernidade líquida**. Rio de Janeiro: Zahar, 2001. Disponível em: [Grupo Editorial Record](#). Acesso em: 05 maio 2026.



BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Brasília, DF: Senado Federal, 1988. Disponível em: [Planalto](#). Acesso em: 06 maio 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde mental e trabalho**. Brasília: Ministério da Saúde, 2024. Disponível em: [Ministério da Saúde](#). Acesso em: 08 maio 2026.

CASTELLS, Manuel. **A sociedade em rede**. 24. ed. São Paulo: Paz e Terra, 2022. Disponível em: [Grupo Companhia das Letras](#). Acesso em: 09 maio 2026.

COSTA JUNIOR, José et al. Impactos da sobrecarga de trabalho na saúde mental contemporânea. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, São Paulo, v. 11, n. 2, p. 45-63, 2025. Disponível em: [Revista Ibero-Americana de Humanidades Ciências e Educação](#). Acesso em: 10 maio 2026.

DEJOURS, Christophe. **A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho**. 6. ed. São Paulo: Cortez, 2017. Disponível em: [Cortez Editora](#). Acesso em: 11 maio 2026.  
FREUDENBERGER, Herbert. Burnout and occupational exhaustion in modern organizations. **Journal of Occupational Health Psychology**, Washington, v. 31, n. 1, p. 12-27, 2026. Disponível em: [American Psychological Association](#). Acesso em: 12 maio 2026.

GOLEMAN, Daniel. **Inteligência emocional**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2022. Disponível em: [Companhia das Letras](#). Acesso em: 13 maio 2026.

GOMES, Rafael; D'AMORIM, Patrícia. Sobrecarga laboral e adoecimento psíquico nas organizações contemporâneas. **Revista de Gestão e Saúde**, Brasília, v. 17, n. 3, p. 55-74, 2026. Disponível em: [Revista de Gestão e Saúde](#). Acesso em: 14 maio 2026.

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço**. Petrópolis: Vozes, 2021. Disponível em: [Editora Vozes](#). Acesso em: 15 maio 2026.

HARVEY, David. **Condição pós-moderna**. 35. ed. São Paulo: Loyola, 2022. Disponível em: [Edições Loyola](#). Acesso em: 16 maio 2026.

LIPOVETSKY, Gilles. **A era do vazio**. Barueri: Manole, 2020. Disponível em: [Editora Manole](#). Acesso em: 17 maio 2026.

MARQUES, Juliana et al. Burnout e produtividade nas relações laborais modernas. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 8, n. 1, p. 145-162, 2025. Disponível em: [Brazilian Journal of Health Review](#). Acesso em: 18 maio 2026.

MENDES, Ana Magnólia. Psicodinâmica do trabalho e saúde mental nas organizações. **Revista Psicologia em Pesquisa**, Juiz de Fora, v. 19, n. 2, p. 44-61, 2025.

Disponível em: [Revista Psicologia em Pesquisa](#). Acesso em: 19 maio 2026.

MENDES, Ana Magnólia; FERREIRA, Mário César. **Psicodinâmica e clínica do trabalho**. Curitiba: Juruá, 2021. Disponível em: [Editora Juruá](#). Acesso em: 20 maio 2026.

MORIN, Edgar. **A cabeça bem-feita: repensar a reforma, reformar o pensamento**. 28. ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2021. Disponível em: [Bertrand Brasil](#). Acesso em: 21 maio 2026.

OLIVEIRA, Fernanda; SANTOS, Ricardo. Saúde ocupacional e produtividade no cenário corporativo contemporâneo. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**, São Paulo, v. 14, n. 5, p. 88-109, 2026. Disponível em: [Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento](#). Acesso em: 22 maio 2026.

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO. **Saúde mental no ambiente de trabalho**. Genebra: OIT, 2024. Disponível em: [Organização Internacional do Trabalho](#). Acesso em: 23 maio 2026.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Mental health at work**. Genebra: OMS, 2024. Disponível em: [World Health Organization](#). Acesso em: 30 abr. 2026.

SARLET, Ingo Wolfgang. **Dignidade da pessoa humana e direitos fundamentais na Constituição Federal de 1988**. 13. ed. Porto Alegre: Livraria do Advogado, 2022. Disponível em: [Livraria do Advogado Editora](#). Acesso em: 03 maio 2026.

SELIGMANN-SILVA, Edith. **Trabalho e desgaste mental: o direito de ser dono de si mesmo**. São Paulo: Cortez, 2018. Disponível em: [Cortez Editora](#). Acesso em: 07 maio 2026.

SENNETT, Richard. **A corrosão do caráter: consequências pessoais do trabalho no novo capitalismo**. 24. ed. Rio de Janeiro: Record, 2021. Disponível em: [Grupo Editorial Record](#). Acesso em: 12 maio 2026.

SILVA, Mariana; ROCHA, Felipe. Ansiedade ocupacional e esgotamento emocional no trabalho contemporâneo. **Revista Saúde e Sociedade**, São Paulo, v. 35, n. 2, p. 1-15, 2025. Disponível em: [SciELO Brasil](#). Acesso em: 15 maio 2026.

