

RESUMO SIMPLES - ÁREA DA SAÚDE E BIOLÓGICAS

PSICOLOGIA E CUIDADO: SAÚDE MENTAL EM PAUTA NO AMBIENTE POLICIAL

Vitória Kaylane Alves Cavalcante (vkaylanemaresia44@gmail.com)

Francisco Wesley Florencio Rodrigues (wesclinem@hotmail.com)

O ambiente policial é marcado por situações constantes de risco, pressão emocional e exposição à violência. Esses fatores impactam diretamente a saúde mental dos profissionais de segurança, gerando altos índices de estresse, ansiedade e depressão. Diante dessa realidade, este trabalho tem como objetivo analisar a importância da atenção psicológica voltada à saúde mental dos profissionais da área policial, compreendendo os principais fatores que afetam o bem-estar emocional, identificando estratégias de cuidado e refletindo sobre a atuação da Psicologia nesse contexto. A metodologia adotada foi qualitativa e interventiva, desenvolvida por meio de uma roda de conversa com policiais militares mediada por estudantes de Psicologia. O encontro foi estruturado em quatro blocos temáticos com perguntas norteadoras sobre o manejo emocional, impacto do estresse, apoio entre colegas e propostas para o fortalecimento institucional da saúde mental. Observou-se que os participantes demonstraram abertura para discutir o tema, embora ainda exista resistência e estigma em relação à busca por apoio psicológico. Relataram sobrecarga emocional e dificuldades para equilibrar vida pessoal e profissional, mas também reconheceram a importância do apoio mútuo e a necessidade de programas permanentes de cuidado. Conclui-se que a saúde mental no ambiente policial é indispensável para a qualidade de vida e

o desempenho profissional, sendo a Psicologia essencial na promoção de espaços de escuta, prevenção e fortalecimento emocional.

Palavras-chave: saúde mental; psicologia; policial.