Revista Eletrônica
Acervo Saúde
Electronic Journal Collection Health ISSN 2178-2091

Qualidade de vida e fatores sociodemográficos e ocupacionais em policiais militares de Mato Grosso

Quality of life and sociodemographic and occupational determinants among military police officers in Mato Grosso, Brazil

Calidad de vida y factores sociodemográficos y ocupacionales en policías militares del estado de Mato Grosso, Brasil

Anderson Przybyszewski Silva[1,2], Rita Adriana Gomes de Souza[2], Pablo Cardozo Roccon[2,3], Maria Angela Conceição Martins[2].

RESUMO

Objetivo: Analisar a qualidade de vida segundo fatores sociodemográficos e ocupacionais de policiais militares de Mato Grosso, em 2024. **Métodos:** Estudo transversal com 1.001 policiais ativos da polícia militar de Mato Grosso, realizado virtualmente entre junho e julho de 2024. Foram aplicados questionários sociodemográficos, ocupacionais e o WHOQOL-BREF. **Resultados:** Boa qualidade de vida (31,73%) e satisfação com a saúde (31,32%) foram relatadas em maior proporção pelos policiais. O domínio psicológico apresentou o maior escore (58,11) e o meio ambiente o menor (53,72). Mulheres e policiais em serviço administrativo tiveram as menores pontuações em todos os domínios, enquanto os com nível superior e menor tempo na corporação obtiveram os maiores escores. As variáveis faixa etária, cor da pele, estado civil, renda familiar e cargo apresentaram diferença estatística entre suas categorias em, pelo menos, dois domínios, sobretudo no psicológico e físico. **Conclusão:** Evidenciou-se que fatores sociodemográficos e ocupacionais afetam a qualidade de vida dos policiais militares, indicando a necessidade de estratégias específicas de promoção da saúde e bem-estar.

Palavras-chave: Polícia, Qualidade de vida, Fatores sociodemográficos, Saúde ocupacional.

ABSTRACT

Objective: To analyze quality of life according to sociodemographic and occupational factors among military police officers in Mato Grosso, Brazil, in 2024. **Methods:** A cross-sectional study was conducted with 1,001 active military police officers from the Mato Grosso Military Police, carried out online between June and July 2024. Sociodemographic and occupational questionnaires and the WHOQOL-BREF instrument were applied. **Results:** Good quality of life (31.73%) and satisfaction with health (31.32%) were reported by a higher proportion of officers. The psychological domain showed the highest mean score (58.11), while the environment domain had the lowest (53.72). Women and officers working in administrative duties presented the lowest scores across all domains, whereas those with higher education and shorter length of service in the corporation achieved the highest scores. The variables age group, skin color, marital status, family income,

[1] Polícia Militar de Mato Grosso, Cuiabá – MT.
[2] Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva da Universidade Federal de Mato Grosso, Cuiabá – MT.
[3] Departamento de Medicina Preventiva e Social da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte – MG.

SUBMETIDO EM: 2/2026 | **ACEITO EM: 3/2026** | **PUBLICADO EM: 5/2026**

and rank showed statistically significant differences among their categories in at least two domains, particularly the psychological and physical domains. **Conclusion:** The findings indicate that sociodemographic and occupational factors affect the quality of life of military police officers, highlighting the need for targeted strategies to promote health and well-being.

Keywords: Police, Quality of life, Sociodemographic factors, Occupational health.

RESUMEN

Objetivo: Analizar la calidad de vida según factores sociodemográficos y ocupacionales en policías militares de Mato Grosso en 2024. **Métodos:** Estudio transversal con 1.001 policías militares activos de Mato Grosso, llevado a cabo de forma virtual entre junio y julio de 2024. Se aplicaron cuestionarios sociodemográficos y ocupacionales, así como el instrumento WHOQOL-BREF. **Resultados:** Una buena calidad de vida (31,73%) y la satisfacción con la salud (31,32%) fueron reportadas en mayor proporción por los policías. El dominio psicológico presentó la puntuación media más alta (58,11), mientras que el dominio del entorno mostró la más baja (53,72). Las mujeres y los policías que desempeñaban funciones administrativas presentaron las puntuaciones más bajas en todos los dominios, mientras que aquellos con educación superior y menor tiempo de servicio en la corporación obtuvieron las puntuaciones más altas. Las variables grupo etario, color de piel, estado civil, ingreso familiar y cargo mostraron diferencias estadísticamente significativas entre sus categorías en al menos dos dominios, especialmente en los dominios psicológico y físico. **Conclusión:** Se evidenció que los factores sociodemográficos y ocupacionales afectan la calidad de vida de los policías militares, lo que indica la necesidad de estrategias específicas para la promoción de la salud y el bienestar.

Palabras clave: Policía, Calidad de vida, Factores sociodemográficos, Salud ocupacional.

INTRODUÇÃO

A complexidade do mundo contemporâneo impõe à sociedade um ritmo acelerado e desafiador. As transformações econômicas, tecnológicas e culturais ampliam as responsabilidades individuais e afetam diretamente a saúde mental e o bem-estar, sobretudo dos trabalhadores. Fatores sociais, econômicos e ambientais agravam esse quadro, tornando essencial o aprofundamento de estudos sobre a saúde do trabalhador em diferentes contextos. Nas últimas décadas, a literatura tem destacado a importância de compreender os fatores que influenciam o adoecimento laboral, especialmente em profissões expostas a riscos físicos e psicológicos. Entre elas, destaca-se a dos policiais militares, sujeitos a constante perigo, violência e condições de trabalho precárias (PEÇANHA M, et al., 2025).

Apesar das particularidades de cada país, há semelhanças nas condições de trabalho policial: restrição ao direito de greve e sindicalização, regimes disciplinares rígidos e previdência menos favorável (LITOR L, 2023; BRASIL, 1988). No Brasil, soma-se a herança de um modelo de polícia militarizado, oriundo de períodos autoritários, sustentado por forte hierarquia e disciplina, o que molda o cotidiano e as relações laborais. Essa estrutura reforça a associação entre atuação policial, controle social e violência (SPESNY SL, 2024).

O exercício contínuo da atividade em ambiente de tensão e risco favorece o surgimento de transtornos psíquicos como depressão, ansiedade e estresse pós-traumático, podendo evoluir para ideação ou tentativa de suicídio. Tais agravos decorrem, em grande parte, do estresse crônico e do desgaste físico e emocional provocado por situações de conflito e pressão institucional (RAMOS-GALARZA C, et al., 2025).

A rotina policial é marcada por sobrecarga, longos turnos, alimentação inadequada, privação de sono e ausência de suporte psicossocial, fatores que comprometem a qualidade de vida e o equilíbrio psicológico desses profissionais (JAMES L, et al., 2023).

Dessa forma, a prática policial militar apresenta desafios que afetam não apenas a saúde individual, mas também as relações sociais e o desempenho funcional (COSTA DWL, et al., 2024). Assim, compreender os fatores que interferem na qualidade de vida desses agentes é fundamental para embasar políticas públicas de promoção da saúde e melhoria das condições de trabalho.

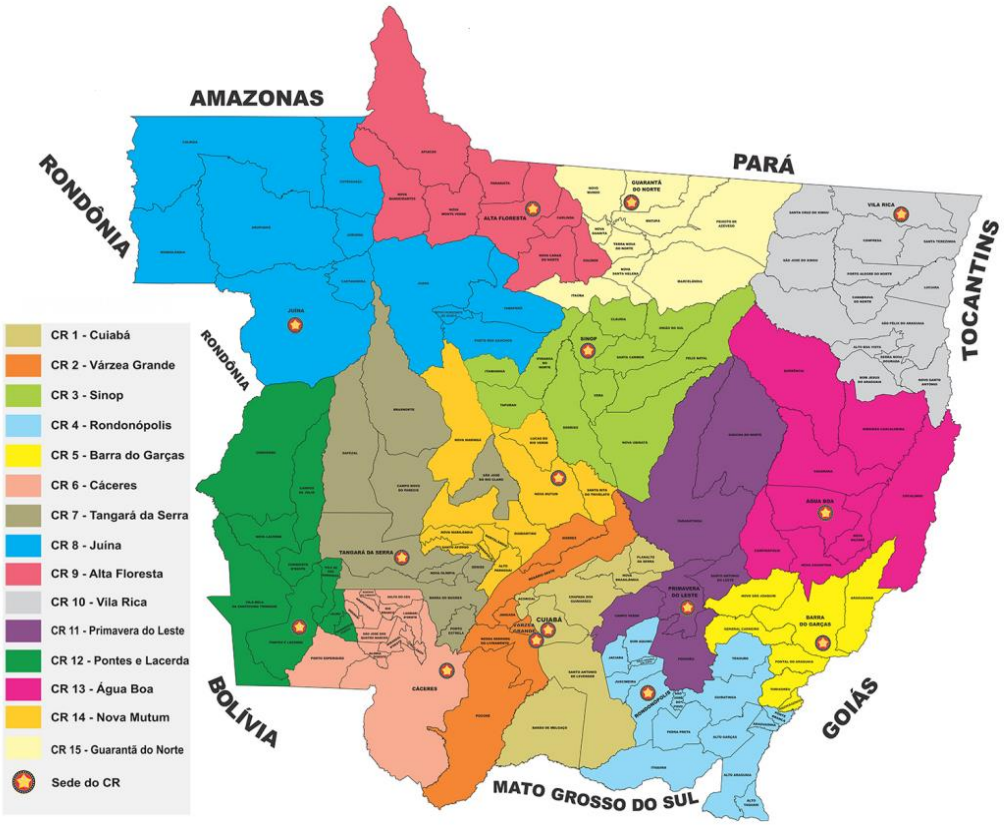
Este estudo teve como objetivo analisar a qualidade de vida dos policiais militares do Estado de Mato Grosso, em 2024, segundo fatores sociodemográficos e ocupacionais. Destaca-se a escassez de pesquisas nacionais e a inexistência de estudos específicos sobre o tema no estado, reforçando a relevância e originalidade da investigação.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal realizado com policiais militares dos Comandos Regionais da Polícia Militar do Estado de Mato Grosso (PMMT). Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2025), o Estado possui área de 903.208,36 km² e população estimada em 3.658,649 indivíduos em 2022, resultando em densidade demográfica de 4,05 hab./km². O Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) é de 0,736, classificado como alto. O rendimento mensal domiciliar per capita foi de R$ 2.276,00 em 2024, com aumento de 14,3% em relação ao período anterior (R$ 1.991,00).

A estrutura organizacional da PMMT compreende Direção Geral, Colegiado, Direção Superior, Direção Setorial, Assessoramento Superior, Apoio e Execução. Atualmente, o Estado conta com 15 Comandos Regionais (**Figura 1**).

Figura 1 - Sede dos Comandos Regionais da Polícia Militar de Mato Grosso e seus municípios de abrangência.



Fonte: Silva AP, et al., 2026. Dados da Polícia Militar de Mato Grosso. Disponível em: http://www.pm.mt.gov.br/mapa-comandos regionais.

A população do estudo foi composta por policiais militares da ativa vinculados aos Comandos Regionais da Polícia Militar de Mato Grosso (PMMT) que, de forma voluntária, consentiram em participar da pesquisa. Foram excluídos os profissionais da reserva remunerada e os reformados. De acordo com o Departamento de Gestão de Pessoas da PMMT, havia, em fevereiro de 2023, um total de 6.727 policiais militares em atividade no Estado.

A coleta de dados ocorreu entre junho e julho de 2024, exclusivamente em ambiente virtual, por meio de um formulário elaborado pelos autores no *Google Forms*. O instrumento reuniu perguntas sociodemográficas, ocupacionais e referentes à avaliação da qualidade de vida. O link do formulário foi encaminhado ao e-mail funcional de todos os integrantes da instituição, com prazo de 60 dias para resposta. Para evitar duplicidade, exigiu-se o preenchimento do e-mail funcional antes do início do questionário.

A qualidade de vida foi avaliada com o instrumento *World Health Organization Quality of Life* – WHOQOL-BREF, versão abreviada validada para o português segundo metodologia do Centro WHOQOL (FLECK MPA, et al., 2000). Essa versão apresenta adequadas propriedades psicométricas e pode ser aplicada tanto em indivíduos saudáveis quanto a portadores de agravos crônicos (KANGWANRATTANAKUL K e KRÄGELOH CU, 2024; KALFOSS MH, et al, 2021; BERLIM MT e FLECK MP, 2003). De caráter transcultural, o instrumento valoriza a percepção subjetiva do respondente e permite avaliar a qualidade de vida em diferentes contextos (WHO, 1997).

O WHOQOL-BREF contém 26 questões: a primeira aborda a percepção geral de qualidade de vida e a segunda, a satisfação com a própria saúde. As demais 24 questões compõem quatro domínios: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente. As respostas utilizam escala tipo Likert de 1 a 5, considerando como referência temporal, as duas semanas anteriores à aplicação do instrumento. Os escores variam de 4 a 20 e, posteriormente, são convertidos para uma escala de 0 a 100, na qual valores mais altos indicam melhor qualidade de vida.

As variáveis sociodemográficas e ocupacionais analisadas foram: sexo (masculino e feminino), faixa etária (20–29, 30–39, 40–49 e 50–59 anos), cor da pele (branca, parda, preta, amarela e indígena), estado civil (casado[a], união estável, solteiro[a], viúvo[a], separado[a]/divorciado[a]), escolaridade (sem escolaridade, ensino fundamental, médio, superior e pós-graduação), renda familiar (sem renda/não sabe; <1 a <3 salários mínimos [SM]; 3 a <7 SM; 7 a <10 SM; 10 a <20 SM; ≥20 SM), natureza do serviço (administrativo e operacional), cargo (oficial e praça) e tempo de trabalho na polícia (≤10 anos, 11–20 anos, >20 anos).

Para caracterização da amostra e das questões gerais do WHOQOL-BREF, calcularam-se frequências absolutas e relativas. Nos domínios da qualidade de vida foram obtidas médias, desvios-padrão e intervalos de confiança de 95% (IC95%).

Para as comparações entre as categorias das variáveis sociodemográficas e ocupacionais empregou-se testes paramétricos (teste t de Student e ANOVA) e não paramétricos (Mann-Whitney e Kruskal-Wallis), conforme o atendimento aos pressupostos estatísticos. Quando necessário, aplicou-se o teste post-hoc de Bonferroni para identificar diferenças específicas. O nível de significância adotado foi de 5%. Todas as análises foram realizadas com o software Stata, versão 16.1.

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Polícia Militar de Mato Grosso (documento nº 09828/2022/CGPMMT/PM, de 15 de dezembro de 2022) e pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Mato Grosso, sob parecer nº 6.845.437 e CAAE 78423224.7.0000.8124, atendendo aos princípios éticos da Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

RESULTADOS

Participaram do estudo 1.001 policiais militares, correspondendo a 14,8% da população elegível. As taxas de resposta por Comando Regional foram: Pontes e Lacerda (58,22%), Alta Floresta (40,82%), Cuiabá (29,2%), Vila Rica (27,5%), Juína (23,04%), Tangará da Serra (21,72%), Sinop (18,83%), Água Boa (17,41%), Primavera do Leste (16,75%), Nova Mutum (16,22%), Barra do Garças (14,86%), Várzea Grande (12,24%), Rondonópolis (8,21%) e Peixoto de Azevedo (0%).

O perfil sociodemográfico indicou predominância masculina (73,3%), faixa etária de 30 a 39 anos (39,6%), cor parda (46,0%), casados (41,3%), com ensino superior (37,3%) e renda familiar entre 7 e menos de 10 salários-mínimos. Quanto às características ocupacionais, a maioria atuava em serviço operacional (53,5%), era praça (69,8%) e possuía até 10 anos de trabalho na PMMT (40,0%) (**Tabela 1**).

Tabela 1 - Características sociodemográficas e ocupacionais de policiais militares de Mato Grosso, 2024.

Variável:	N	%
Sexo		
Masculino	734	73,3
Feminino	267	26,7
Faixa etária		
20 a 29 anos	173	17,3
30 a 39 anos	397	39,6
40 a 49 anos	359	35,9
50 a 59 anos	72	7,2
Cor da pele		
Branca	216	21,6
Parda	461	46,0
Preta	155	15,5
Amarela	96	9,6
Indígena	73	7,3
Estado civil		
Casado(a)	414	41,3
Em união estável	217	21,7
Solteiro(a)	186	18,6
Viúvo(a)	76	7,6
Separado(a)/divorciado(a)	108	10,8
Escolaridade		
Sem escolaridade	112	11,2
Ensino fundamental	115	11,5
Ensino médio	163	16,3
Ensino superior	374	37,3
Pós-graduação	237	23,7
Renda familiar		
Sem renda/não sabe	83	8,3
< 1 SM a < 3 SM	149	14,9
3 SM a < 7 SM	269	26,9
7 SM a < 10 SM	306	30,5
10 SM a < 20 SM	117	11,7
20 SM e mais	77	7,7
Natureza do serviço		
Administrativo	465	46,5
Operacional	536	53,5
Cargo		
Oficial	302	30,2
Praça	699	69,8
Tempo de trabalho na PMMT		
Até 10 anos	400	40,0
11 a 20 anos	376	37,5
Mais de 20 anos	225	22,5

Fonte: Silva AP, et al., 2026.

A análise da qualidade de vida geral indicou que 31,73% dos policiais avaliaram sua qualidade de vida como boa, seguida da categoria nem ruim, nem boa (27,41%). Agrupando as categorias muito ruim/ruim e boa/muito boa, os percentuais foram de 26,41% e 46,19%, respectivamente. Quanto à satisfação com a saúde, 31,32% declararam-se como satisfeitos, seguidos daqueles nem satisfeitos/nem insatisfeitos (29,22%). Agrupando as categorias muito insatisfeito com insatisfeito, e muito satisfeito com satisfeito, os percentuais encontrados foram 25,7% para a primeira e 45,08% para a segunda (**Tabela 2**).

Tabela 2 - Distribuição das frequências das questões gerais da qualidade de vida (WHOQOL/breef) de policiais militares de Mato Grosso, 2024.

Como você avaliaria sua qualidade de vida?	n (%)
Muito ruim	94 (9,44)
Ruim	169 (16,97)
Nem ruim, nem boa	273 (27,41)
Boa	316 (31,73)
Muito boa	144 (14,46)
Quão satisfeito(a) você está com a sua saúde?	
Muito insatisfeito	79 (7,93)
Insatisfeito	177 (17,77)
Nem satisfeito, nem insatisfeito	291 (29,22)
Satisfeito	312 (31,32)
Muito satisfeito	137 (13,76)

Fonte: Silva AP, et al., 2026.

A **Tabela 3** apresenta os escores médios, mínimos, máximos, desvios-padrão e IC95% dos quatro domínios de qualidade de vida. O domínio psicológico obteve o maior escore médio (58,11), englobando sentimentos positivos, aprendizado/concentração, autoestima, imagem corporal, sentimentos negativos e espiritualidade/religião. O menor escore médio foi o do meio ambiente (53,72), abrangendo segurança, ambiente domiciliar, finanças, saúde, oportunidades de aprendizado, lazer, ambiente físico e transporte. Os domínios relações sociais e meio ambiente apresentaram zero como valor mínimo.

Tabela 3 - Medidas descritivas dos domínios da qualidade de vida (WHOQOL/breef) de policiais militares de Mato Grosso, 2024.

Domínio	Média	Mínimo	Máximo	Desvio-padrão	IC 95%
Físico	56,29	10,71	100,0	17,99	55,17 - 57,41
Psicológico	58,11	4,17	100,0	17,86	57,00 - 59,22
Relações sociais	55,74	0,0	100,0	21,90	54,39 - 57,10
Meio ambiente	53,72	0,0	100,0	15,61	52,75 - 54,68

Fonte: Silva AP, et al., 2026.

A **Tabela 4** apresenta os escores médios dos domínios conforme variáveis sociodemográficas e ocupacionais. As mulheres obtiveram menores médias em todos os domínios quando comparadas aos homens, especialmente no físico (p=0,0056), psicológico (p=0,0000) e relações sociais (p=0,0440). A variável faixa etária mostrou significância nos domínios físico e psicológico: policiais de 40 a 49 anos tiveram o menor escore físico (p=0,0001) e os de 20 a 29 anos, o menor escore psicológico (p=0,0052). Quanto à cor da pele, policiais amarelos apresentaram piores médias nos domínios físico (p=0,0009) e psicológico (p=0,0000), enquanto indígenas tiveram os menores escores em relações sociais (p=0,0013) e meio ambiente (p=0,0024).

No estado civil, viúvos apresentaram o menor escore físico (p=0,0000), enquanto casados obtiveram os melhores resultados nos domínios psicológico (p=0,0001) e meio ambiente (p=0,0007). Em relação à escolaridade, policiais com nível superior apresentaram as maiores médias em todos os domínios (**Tabela 4**).

Sobre a renda familiar, aqueles que recebiam de 3 a menos de 7 salários mínimos (SM) tiveram o melhor escore físico (p=0,0000), enquanto os com renda entre 1 e menos de 3 SM apresentaram o pior resultado no domínio psicológico (p=0,0000). Participantes sem renda ou que não souberam informar obtiveram os menores escores em relações sociais (p=0,0000), e os que declararam renda de 10 a menos de 20 SM alcançaram o melhor desempenho no domínio meio ambiente (p=0,0029) (**Tabela 4**).

Entre as variáveis ocupacionais, policiais em funções administrativas apresentaram os menores escores em todos os domínios. Quanto ao cargo, oficiais tiveram piores médias nos domínios físico (p=0,0058) e psicológico (p=0,0133). Por fim, profissionais com menor tempo de serviço registraram melhores resultados gerais, sobretudo no domínio psicológico (p=0,0000), embora com valores ligeiramente menores no domínio meio ambiente (p=0,0000) (**Tabela 4**).

Tabela 4 - Médio e desvio-padrão dos domínios de qualidade de vida (WHOQOL/breef) de policiais militares de Mato Grosso, 2024, segundo características sociodemográficas e ocupacionais.

Variável	Domínios			
	Físico	Psicológico	Relações sociais	Meio ambiente
	Média (DP)	Média (DP)	Média (DP)	Média (DP)
Sexo				
Masculino	57,16 (18,78)	59,80 (18,24)	56,58 (22,58)	54,04 (16,08)
Feminino	53,90 (15,39)	53,46 (15,92)	53,43 (19,77)	52,80 (14,22)
p-valor	***0,0056***	***0,0000***	***0,0440***	*0,2683*
Faixa etária				
20 a 29 anos	56,94 (19,42)	55,78 (19,10)[a]	56,65 (22,55)	54,42 (15,60)
30 a 39 anos	58,96 (18,75)[a]	59,67 (18,30)	56,95 (22,04)	54,94 (15,61)
40 a 49 anos	53,07 (15,76)[a]	56,67 (16,40)	54,02 (20,88)	52,00 (15,05)
50 a 59 anos	56,05 (18,39)	62,33 (18,25)[a]	55,56 (24,26)	53,82 (17,80)
p-valor	***0,0001***	***0,0052***	*0,2190*	*0,0660*
Cor da pele				
Branca	57,51 (17,35)[a]	58,58 (18,02)[a]	57,79 (21,12)[a]	54,00 (15,66)
Parda	57,97 (19,02)[b]	60,29 (18,35)[b,d]	56,69 (22,62)[b]	55,06 (16,41)[a]
Preta	54,84 (18,25)	57,93 (18,05)[c]	55,86 (21,97)[c]	53,85 (15,09)
Amarela	50,70 (14,59)[a,b]	51,08 (14,37)[a,b,c]	53,47 (20,54)	50,49 (14,44)
Indígena	52,49 (14,40)	52,63 (14,67)[d]	46,46 (18,94)[a,b,c]	48,29 (10,66)[a]
p-valor	***0,0009***	***0,0000***	***0,0013***	***0,0024***
Estado civil				
Casado(a)	59,47 (18,03)[a,e]	62,59 (16,80)[a,b,c,d]	57,75 (22,05)	56,04 (16,23)[a,b,c]
Em união estável	54,95 (16,61)[b,e]	55,32 (16,86)[b]	54,19 (20,80)	52,20 (15,46)[a]
Solteiro(a)	56,12 (19,23)[c]	56,52 (19,39)[a,e]	55,29 (23,59)	53,48 (14,95)
Viúvo(a)	45,82 (13,29)[a,b,c,d]	49,01 (15,33)[c,e]	52,30 (20,12)	50,08 (12,00)[b]
Separado(a)/ divorciado(a)	54,43 (18,06)[d]	55,71 (18,51)[d]	54,40 (21,33)	50,81 (15,74)[c]
p-valor	***0,0000***	***0,0001***	*0,15*	***0,0007***
Escolaridade				
Sem escolaridade	48,95 (12,09)[a,d,e]	51,26 (14,12)[a,b]	49,55 (20,13)[a]	49,67 (11,57)[a,b]
Ensino fundamental	50,09 (14,93)[b,f]	49,71 (15,67)[c,d,e]	49,27 (17,68)[b]	50,73 (12,03)[c]
Ensino médio	55,81 (18,64)[c,d]	56,62 (17,30)[c,f]	56,34 (23,16)	51,78 (14,61)
Ensino superior	60,50 (19,25)[a,b,c]	62,98 (18,40)[a,d,f,g]	60,00 (22,34)[a,b,c]	55,63 (17,00)[a,c]
Pós-graduação	56,45 (17,27)[e,f]	58,77 (17,41)[b,e,g]	54,68 (21,55)[c]	55,38 (16,55)[b]
p-valor	***0,0000***	***0,0000***	***0,0000***	***0,0001***
Renda familiar				
Sem renda/não sabe	52,24 (15,38)[a]	50,75 (13,37)[a,b,c]	44,78 (18,71)[a,b,c,d,e]	50,53 (11,24)[a]
< 1 SM a < 3 SM	50,57 (15,54)[b,c]	50,33 (15,68)[d,e,f]	53,97 (18,22)[a]	50,44 (11,65)[b]
3 SM a < 7 SM	60,73 (19,17)[a,b,d]	61,93 (19,42)[a,d]	59,85 (23,04)[b]	55,02 (15,92)
7 SM a < 10 SM	55,13 (17,25)[d]	59,53 (16,99)[b,e]	54,60 (22,55)[c]	53,59 (16,78)
10 SM a < 20 SM	59,43 (18,65)[c]	61,68 (17,17)[c,f]	59,12 (20,35)[d]	57,24 (17,32)[a,b]
20 SM e mais	56,03 (18,45)	56,71 (18,18)	56,06 (22,85)[e]	54,06 (16,32)
p-valor	***0,0000***	***0,0000***	***0,0000***	***0,0029***
Natureza do serviço				
Administrativo	53,37 (16,53)	55,95 (16,53)	52,81 (20,20)	52,67 (15,79)
Operacional	58,82 (18,82)	59,99 (18,76)	58,29 (22,99)	54,61 (15,41)
p-valor	***0,0000***	***0,0003***	***0,0001***	***0,0495***
Cargo				
Oficial	53,98 (16,82)	55,99 (16,67)	54,25 (20,47)	54,22 (14,94)
Praça	57,29 (18,39)	59,03 (18,29)	56,39 (22,47)	53,49 (15,90)
p-valor	***0,0058***	***0,0133***	*0,1559*	*0,4999*
Tempo de trabalho na polícia				
Até 10 anos	66,71 (18,71)[a,b]	69,07 (16,62)[a,b]	63,63 (22,65)[a,b]	58,68 (16,74)[a,b]
11 a 20 anos	49,48 (13,31)[a]	54,30 (13,52)[a,c]	50,09 (19,75)[a]	49,97 (13,51)[a]
Mais de 20 anos	49,16 (14,21)[b]	45,00 (14,67)[b,c]	51,18 (19,73)[b]	51,15 (14,67)[b]
p-valor	***0,0000***	***0,0000***	***0,0000***	***0,0000***

Fonte: Silva AP, et al., 2026.

DISCUSSÃO

Esse estudo avaliou a qualidade de vida de policiais militares de Mato Grosso em 2024. A maioria informou resultados positivos para a avaliação da qualidade de vida e da saúde, porém, para cerca de um quarto dos

policiais os resultados foram negativos. O domínio psicológico foi o mais bem avaliado, enquanto o do meio ambiente o pior. A análise dos dados evidencia que diversos fatores sociodemográficos e ocupacionais influenciam a qualidade de vida dos policiais militares de Mato Grosso. Aspectos como gênero, faixa etária, cor da pele, estado civil, escolaridade, renda familiar, natureza do serviço e cargo impactam diretamente a percepção de bem-estar. Compreender essas diferenças é essencial para subsidiar políticas públicas voltadas à saúde mental e à melhoria das condições de trabalho desses profissionais.

No estudo de Vieira E, et al. (2025), que avaliou a qualidade de vida e a prevalência da síndrome de *burnout* em policiais militares de um Batalhão de Polícia Militar do Estado do Paraná, a maioria (64,4%) também relatou como boa ou muito boa a sua qualidade de vida e que estava satisfeita ou muito satisfeita com a sua saúde (65,6%), porém, cerca de 10,0% dos policiais classificaram como ruim ou muito ruim a sua qualidade de vida e/ou que estavam insatisfeitos com a sua saúde.

Apesar das condições adversas que caracterizam o trabalho policial, a avaliação positiva da qualidade de vida e da saúde pode ser compreendida pelo caráter subjetivo desse construto e da influência de fatores psicossociais e culturais (VIEIRA E, et al., 2025; FERNANDES LMS, et al., 2022). Fatores como o forte senso de identidade profissional, o significado atribuído à função policial e as estratégias de enfrentamento desenvolvidas ao longo da carreira tendem a atenuar a percepção dos impactos negativos do trabalho (TAVARES JP, et al., 2021).

Ademais, a cultura institucional, marcada pela valorização da resistência emocional, bem como o efeito do trabalhador saudável, podem contribuir para respostas mais favoráveis nos instrumentos de autorrelato, sem que isso represente ausência de sofrimento ou de riscos à saúde (ALMEIDA MFBS, et al., 2024; BUCKLEY JP, et al., 2015). Esses fatores podem explicar os valores mais elevados obtidos no domínio psicológico.

Os valores médios dos escores obtidos nos quatro domínios da qualidade de vida nesse estudo foram menores do que de outros estudos com policiais militares (FERNANDES LMS, et al., 2022; ARAÚJO FM, et a., 2020). Ao contrário do domínio psicológico, o domínio do meio ambiente apresentou os menores valores. Os itens considerados nesse domínio são estruturais e relacionados a alguns fatores como infraestrutura institucional, políticas salariais, jornada/escalas e condições de segurança no trabalho, que são pouco dependentes do indivíduo e, frequentemente, precários na realidade policial brasileiras, o que tende a produzir avaliações mais críticas (VIEIRA E, et al., 2025; SANTOS FBD, et al., 2021).

No que se refere ao gênero, as mulheres apresentaram piores escores em todos os domínios avaliados, corroborando estudos que indicam maiores níveis de estresse e menor suporte social entre mulheres em profissões de alta tensão (FREITAS SC, 2024). Fatores como a sobrecarga emocional e a dupla jornada de trabalho contribuem para essa desigualdade. Pesquisa realizada pelo Fórum Brasileiro de Segurança Pública em parceria com o Núcleo de Estudos em Organizações e Pessoas (NEOP) da Fundação Getúlio Vargas, apresentou um panorama sobre as mulheres nas instituições policiais, com base em questionários eletrônicos respondidos por profissionais da área. A pesquisa revelou os desafios das relações de gênero nas instituições, evidenciados pelas percepções dos participantes. Nas questões sobre discriminação e violência de gênero, por exemplo, 55,2% das mulheres afirmaram que piadas ou comentários sobre sua aparência, orientação sexual ou capacidades intelectuais eram formas de violência de gênero, enquanto 51,6% dos homens discordaram dessa afirmação (FBSP e NEOP, 2015).

Em ambientes predominantemente masculinos, as mulheres enfrentam barreiras sutis, muitas vezes invisíveis, que comprometem sua integração e autoestima profissional. A misoginia institucional manifesta-se por meio de atitudes que, muitas vezes, buscam silenciar e inferiorizar a presença feminina. As diferenças biológicas e o histórico cultural agravam esse cenário: a maternidade e o ciclo menstrual, por exemplo, raramente são considerados nas escalas de serviço, contrariando recomendações da Organização Mundial de Saúde sobre o aleitamento materno. Ainda persiste a visão de que a atuação policial não seria adequada às mulheres, reforçando estereótipos e dificultando sua ascensão (CRUZ JL, 2023).

Quanto à faixa etária, policiais entre 40 e 49 anos apresentaram piores escores no domínio físico, possivelmente em função do desgaste natural e do impacto cumulativo da atividade. Já os mais jovens (20 a

29 anos) demonstraram piores índices no domínio psicológico, devido à adaptação inicial, à pressão típica do ingresso na carreira, maior vulnerabilidade emocional e menor consolidação de estratégias de enfrentamento (SELANDER K, et al., 2023). A profissão policial é reconhecidamente uma das mais desgastantes, marcada pela exposição a riscos e violência, o que compromete tanto a saúde física quanto a mental, reforçando a necessidade de intervenções diferenciadas ao longo do ciclo da vida ocupacional do policial militar (FERREIRA LB e DIAS CA, 2022). No estudo de Silva LP, et al. (2023) com policiais militares na Bahia, os resultados indicaram, entretanto, que os mais velhos sinalizaram pior qualidade de vida nos domínios psicológico, relações sociais e meio ambiente. Os autores destacam que o conceito de qualidade de vida depende de vários fatores subjetivos que incluem a idade certamente, mas também as expectativas do sujeito, além do status funcional e incapacidade/deficiência.

Em relação à cor da pele, policiais de origem amarela e indígena apresentaram piores médias de qualidade de vida, especialmente nos domínios físico, psicológico e ambiental. Esses resultados refletem desigualdades estruturais e o impacto do racismo institucional sobre o bem-estar (QUEIROZ JA, 2025). A persistência de hierarquias raciais nas instituições reforça a exclusão e agrava os desafios de saúde entre grupos étnicos minoritários (KOEHLMOOS TP, et al., 2021). Importante destacar que grande parte das polícias no Brasil tem uma base formada de maioria negra, porém comandada por uma minoria branca, revelando a disparidade no acesso aos últimos postos para negros (OLIVEIRA PTG, 2021).

Pouco tem sido investigado sobre a relação entre estado civil e qualidade de vida de policiais militares. No presente estudo, a menor qualidade de vida no domínio físico observada entre policiais viúvos pode estar relacionada ao impacto do luto, ao descuido com a própria saúde e a redução de interações sociais, devido à perda de suporte instrumental e emocional previamente oferecido pelo cônjuge. Importante considerar que indivíduos viúvos tendem a ser mais velhos, com presença de comorbidades, o que pode afetar o domínio físico (MENG W e YAN H, 2025).

Por outro lado, os maiores escores nos domínios psicológico e ambiental entre policiais casados sugerem o papel protetivo do suporte conjugal na regulação do estresse ocupacional, na estabilidade material e na organização da vida cotidiana (SINGH A e MAURYA MK, 2025). Em profissões de alto risco e elevada exigência emocional, como a do policial militar, o casamento pode atuar como fator de proteção psicossocial, enquanto a viuvez pode intensificar vulnerabilidades físicas e emocionais, especialmente quando associada ao desgaste ocupacional cumulativo.

Da mesma forma, o nível de escolaridade e de renda influenciaram positivamente a qualidade de vida, com aqueles com melhor escolaridade apresentando as maiores médias em todos os domínios, funcionando como um fator protetivo global, e aqueles com maior renda apresentando melhor qualidade de vida nos domínios físico e meio ambiente, que exercem influência mais contextual e material (NUTAKOR JA, 2023). Esses achados estão alinhados ao modelo dos determinantes sociais da saúde, que reconhece fatores socioeconômicos como estruturantes das condições de saúde e bem-estar (BUSS PM e PELLEGRINI FILHO A, 2007).

O estudo de Moura EA (2023) investigou a qualidade de vida no trabalho de 545 policiais militares da Bahia em 2022. Foi encontrado que indivíduos brancos, casados e com nível superior apresentaram melhor qualidade de vida no domínio geral, enquanto os casados também apresentaram maior qualidade de vida no domínio saúde. Os sujeitos brancos também foram os mais propensos a terem maior qualidade de vida nos domínios psicológico, relações sociais e meio ambiente. Esses resultados corroboram com alguns dos nossos achados. Entre as variáveis ocupacionais, policiais em funções administrativas apresentaram os menores escores em todos os domínios. Em muitas corporações, policiais são designados para funções administrativas em decorrência de limitações físicas e mentais. Assim, os piores escores podem refletir condições prévias de saúde, e não necessariamente a função administrativa em si, embora esses fatores devam ser considerados para avaliação da qualidade de vida. Embora o trabalho operacional envolva maior risco físico, o trabalho administrativo pode estar associado a estresse crônico silencioso, menor prestígio pelo afastamento da atividade-fim policial, sedentarismo, sobrecarga cognitiva e burocrática e possível readaptação por adoecimento (PANDEY A, et al., 2025).

No estudo de Jorge GO, et al. (2025), um dos objetivos foi detectar possíveis divergências nos parâmetros de atividade física, hábitos nutricionais, índice de massa corporal e estresse percebido em função do tipo de serviço prestado, para discernir o impacto das diferentes naturezas de atividades policiais – operacionais e administrativas – sobre os elementos constituintes do estilo de vida. A população do estudo foi composta por 204 policiais militares da Polícia Militar do Distrito Federal. Apesar dos policiais em atividades administrativas terem apresentado menores médias para hábitos nutricionais e atividade física, não houve associação com qualidade de vida.

Quanto ao cargo, oficiais tiveram piores médias nos domínios físico e psicológico, resultado bastante plausível do ponto de vista organizacional e psicossocial, e que pode ser explicado pela responsabilidade hierárquica e pelo estresse de comando. A exposição contínua a demandas decisórias complexas pode gerar estresse crônico, além de potencial impacto psicossomático (JAIN V e QURESHI H, 2022). No estudo de Shukla P e Sharma H (2023), que analisou a influência das diversas hierarquias no trabalho na qualidade de vida na polícia da Índia, os autores discutem que há uma disparidade notável na forma como os policiais de diferentes patentes percebem a autonomia no trabalho, a remuneração e as recompensas, bem como a satisfação profissional, e essa disparidade está diretamente ligada às diferenças de funções e responsabilidades.

Por fim, policiais com menor tempo de serviço relataram melhor qualidade de vida. Esse resultado pode estar relacionado à menor exposição a situações de risco, ao entusiasmo inicial e a hábitos de vida mais saudáveis. Com o tempo, o acúmulo de estresse, a rotina irregular e a pressão hierárquica tendem a reduzir os níveis de bem-estar (ROHWER E, et al., 2022). Arroyo TR, et al. (2019) analisaram a qualidade de vida de 506 policiais militares dos batalhões de Polícia Militar do Estado de São Paulo e encontraram que somente o domínio físico foi associado a qualidade de vida, com aqueles com menor tempo de serviço apresentando pior resultado para o domínio físico. Os autores argumentam que o aumento do tempo de atuação profissional pode estar relacionada à capacidade de resiliência e ao maior preparo para as atividades laborais.

Como possíveis limitações desse estudo pode-se destacar o viés de sobrevivência, que pode gerar subestimação da real magnitude do impacto ocupacional sobre a qualidade de vida. Além disso, a amostra por conveniência e a baixa taxa de resposta pode ocasionar viés de seleção, com super-representação de policiais mais engajados ou com maior interesse no tema. Pelo fato do estudo ter sido realizado com policiais militares de Mato Grosso, com contexto socioeconômico específico e condições estruturais e operacionais locais, pode limitar a generalização dos resultados para outras unidades federativas e para outras categorias militares (BAUMEISTER SE, et al., 2026).

Entre os pontos fortes destaca-se a utilização do WHOQOL-BREF, instrumento validado internacionalmente e com adequadas propriedades psicométricas na população brasileira, permitindo avaliação multidimensional da qualidade de vida. A abordagem integrada de variáveis demográficas e ocupacionais possibilitou a identificação de subgrupos específicos potencialmente mais vulneráveis, contribuindo para uma compreensão ampliada dos determinantes da qualidade de vida no contexto policial militar. Além disso, a investigação em uma população ocupacional reconhecida por elevada exposição a estressores psicossociais confere relevância social e institucional aos achados, fornecendo evidências que podem subsidiar estratégias de promoção da saúde e políticas organizacionais. A produção de dados regionais inéditos amplia a literatura nacional sobre saúde ocupacional em corporações policiais, favorecendo comparações futuras e o desenvolvimento de intervenções direcionadas.

CONCLUSÃO

Os achados deste estudo reforçam que fatores individuais e ocupacionais interagem de forma complexa, afetando significativamente a qualidade de vida dos policiais militares. Destaca-se a urgência de políticas públicas e institucionais voltadas à equidade de gênero, valorização profissional, apoio psicológico e promoção da saúde, como ações essenciais para o fortalecimento da segurança pública e do bem-estar desses profissionais. Estratégias como acompanhamento psicológico contínuo, programas de valorização profissional e ações voltadas ao equilíbrio entre vida pessoal e profissional são fundamentais para mitigar os impactos do estresse laboral.

REFERÊNCIAS

1. ALMEIDA MFBS, et al. A existência de sofrimento mental em policiais civis sob a visão da teoria das relações interpessoais. Revista ft, 2024; 29(140).
2. ARAÚJO FM, et al. Nível de atividade física, percepção de qualidade de vida e saúde mental em policiais militares. Motricidade, 2020; 16 (S1): 113-123, 2020.
3. ARROYO TR, et al. Saúde e qualidade de vida de policiais militares. Revista Brasileira em Promoção da Saúde, 2019; 32: 7738.
4. BAUMEISTER SE, et al. Cross-sectional studies: strengths, limitations, and methodological considerations. Journal of Periodontal Research, 2026; 0: 1-12.
5. BERLIM MT, FLECK MP. Quality of life: a brand new concept for research and practice in psychiatry. Revista Brasileira de Psiquiatria, 2003; 25(4):249-52.
6. BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil. 1988. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acessado em: 15 de outubro de 2025.
7. BUCKLEY JP, et al. Evolving methods for inference in the presence of healthy worker survivor bias. Epidemiology, 2015; 26(2): 204-212.
8. BUSS PM, PELLEGRINI FILHO A, A saúde e seus determinantes sociais. PHYSIS: Revista de Saúde Coletiva, 2007; 17(1): 77-93.
9. COSTA DWL, et al. Estresse ocupacional na polícia militar: impactos e estratégias. Revista Homens do Mato - Revista Científica de Pesquisa em Segurança Pública, 2024; 24(2): 9-34.
10. CRUZ JL. Realidades silenciadas: o desafio cotidiano de trabalho das mulheres policiais em dois fatores. Fórum Brasileiro de Segurança Pública: Fonte Segura - Múltiplas Vozes, 2023; 176.
11. FBSP, NEOP - Fórum Brasileiro de Segurança Pública e Núcleo de Estudos de Organizações e Pessoas. As mulheres nas instituições policiais. São Paulo: FBSP/FGV EAESP; 2015; 110p.
12. FERNANDES LMS, et al. Qualidade de vida de um grupo de elite da polícia militar no período pandêmico. Journal Health NPEPS, 2022; 7(2): e6556.
13. FERREIRA LB e DIAS CA. Subjetivação e adoecimento no trabalho policial militar à luz da psicodinâmica. Revista Gestão em Análise, 2022; 11(2): 110-126.
14. FLECK MPA, et al. Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida “WHOQOL-BREF”. Revista de Saúde Pública, 2000; 34(2): 178-183.
15. FREITAS SC. Os desafios da mulher nas funções policiais militares: considerações sobre os avanços da atuação das mulheres na corporação da PMPR. RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar, 2024; 5(9): e595696.
16. IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Cidades e Estados. Mato Grosso. 2025. Disponível em: https://www.ibge.gov.br/cidades-e-estados/mt.html.. Acesso em: 10 mar. 2025.
17. JAIN V, QURESHI H. Modelling the factors affecting quality of life among indian police officers: a novel ISM and DEMATEL approach. Safety and Health at Work, 2022; 13(4): 456-468.
18. JAMES L, et al. The effects of shift-work schedules on the sleep, health, safety, and quality of life of police employees during the COVID-19 pandemic. Frontiers in Psychology, 2023; 14: 1128629.
19. JORGE GO, et al. Estilo de vida e saúde de policiais militares operacionais e administrativos: estudo comparativo e correlacional. Revista Brasileira de Segurança Pública, 2025; 19(2): 372-391.
20. KALFOSS MH, et al. Validation of the WHOQOL-Bref: psychometric properties and normative data for the Norwegian general population. Health and Quality of Life Outcomes, 2021; 19(1): 13.
21. KANGWANRATTANAKUL K, KRÄGELOH CU. Psychometric evaluation of the WHOQOL-BREF and its shorter versions for general Thai population: confirmatory factor analysis and Rasch analysis. Quality of Life Research: An International Journal of Quality of Life Aspects of Treatment, Care and Rehabilitation, 2024; 33(2): 335-348
22. KOEHLMOOS TP, et al. Racial disparities in the Military Health System: a framework synthesis. Military Medicine, 2021; 187(9-10): e1114–e1121.
23. LITOR L. Collective labour rights of police officers: global labour constitutionalism and militaristic labour constitutionalism. Global Constitutionalism, 2023; 12(1):174-213.

24. MENG W, YAN H. The impact of social participation on the health of widowed middle-aged and older adults: a longitudinal study. Journal of Gerontological Social Work, 2025; 68(6): 834-856.
25. MOURA EA. Qualidade de vida no trabalho dos policiais militares da Bahia: avaliação pelo WHOQOL-BREF. Dissertação (Mestrado em Administração) - do Programa de Pós-Graduação em Administração. Universidade Salvador, Salvador, 2023; 66p.
26. NUTAKOR JA, et al. Socioeconomic status and quality of life: an assessment of the mediating effect of social capital. Healthcare (Basel), 2023; 11(5): 749.
27. OLIVEIRA PTG. Questões étnico-raciais e a formação do policial militar: um estudo na Academia de Polícia Militar de Minas Gerais. Tese (Doutorado em Educação: Conhecimento e Inclusão Social) - Faculdade de Educação. Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2021; 187p.
28. PANDEY A, et al. A systematic literature review on employee well-being: mapping multi-level antecedents, moderators, mediators and future research agenda. Acta Psychologica, 2025; 258: 105080.
29. PEÇANHA M, et al. Burnout in police officers: a systematic review of the literature. Millenium - Journal of Education, Technologies, and Health, 2025; 2(17e): e39134.
30. QUEIROZ JA. Relações raciais e racismo na Polícia Militar de Mato Grosso: análise das práticas operacionais da polícia militar e os desafios para a segurança cidadã. São Paulo: Editora Dialética, 2025; 288p.
31. RAMOS GALARZA C, et al. Understanding the interplay between stress, anxiety, and depression in police officers: psychophysiological insights. Frontiers in Psychiatry, 2025; 16: 1580673.
32. ROHWER E, et al. Police officers' work-life balance, job satisfaction and quality of life: longitudinal effects after changing the shift schedule. BMJ Open, 2022; 12(9): e063302.
33. SANTOS FBD, et al. Occupational stress and work engagement among military police officers. Ciência & Saúde Coletiva, 2021; 26(12): 5987-5996.
34. SHUKLA P e SHARMA H. Impact of police personnel's ranks on quality of work life with especial reference to police telecom branch of Madhya Pradesh Police. International Journal for Multidisciplinary Research, 2023; 5(5).
35. SILVA LP, et al. Atributos pessoais e qualidade de vida dos policiais militares da Bahia: avaliação pelo WHOQOL-BREF. Brazilian Business Law Journal/Administração de Empresas em Revista, 2023; 3(33): 650-681.
36. SINGH A, MAURYA MK. Examining the impact of social support on police officers' mental health: insights from recent studies. International Journal of Education & Management Studies, 2025; 15(4): 658-664.
37. SPESNY SL. A lei como instrumento necropolítico: uma genealogia da violência policial no Brasil. Critical Criminology, 2024; 32: 587–607.
38. TAVARES JP, et al. Rede de correlações entre qualidade de vida, resiliência e desequilíbrio esforço-recompensa em policiais militares. Ciência & Saúde Coletiva, 2021; 26: 1931-1940.
39. VIEIRA E, et al. Qualidade de vida e prevalência de burnout entre policiais militares no Sul do Brasil: um estudo transversal. O Mundo da Saúde, 2025; 49: e17192025.
40. WHO - World Health Organization. Division of Mental Health and Prevention of Substance Abuse. Programme on Mental Health. WHOQOL: measuring quality of life. Geneva: WHO, 1997; 12 p.