REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

A PRESENÇA DA SÍNDROME DE BURNOUT EM PILOTOS DE HELICÓPTERO DA POLÍCIA MILITAR DO PARANÁ: AVALIAÇÃO DA SUA PREVALÊNCIA

THE PRESENCE OF BURNOUT SYNDROME IN HELICOPTER PILOTS OF THE PARANÁ MILITARY POLICE: AN ASSESSMENT OF ITS PREVALENCE

LA PRESENCIA DEL SÍNDROME DE BURNOUT EN PILOTOS DE HELICÓPTEROS DE LA POLICÍA MILITAR DE PARANÁ: UNA EVALUACIÓN DE SU PREVALENCIA

Thiago Orlandini Pereira[1]

e717146
https://doi.org/10.47820/recima21.v7i1.7146

PUBLICADO: 01/2026

RESUMO

O objetivo deste estudo foi estudar conceitualmente a Síndrome de Burnout, especialmente no contexto da aviação policial militar, e avaliar a presença desta em pilotos de helicóptero da Polícia Militar do Paraná. A metodologia adotada incluiu o desenvolvimento de uma revisão de literatura descritiva desenvolvida a partir de uma pesquisa bibliográfica associada com uma pesquisa de campo transversal, exploratória e descritiva de abordagem quantitativa, tendo como pesquisados pilotos policiais militares. Os resultados apontaram que o bem-estar dos pilotos da Polícia Militar é um importante ativo da Corporação porque está relacionado diretamente ao desempenho, ao comportamento em relação à segurança e à disposição destes trabalhadores em se esforçarem ao máximo. Concluiu-se que a gestão proativa da Síndrome de Burnout pode trazer contribuições importantes para a preservação da qualidade das operações aéreas na Polícia Militar porque minimiza o risco de erros operacionais relacionado com a fadiga e esgotamento, o que garante a segurança dos pilotos e da tripulação e reflete no atendimento prestado à população.

PALAVRAS-CHAVE: Piloto militar. Polícia Militar. Síndrome de Burnout.

ABSTRACT

The objective of this study was to conceptually study Burnout Syndrome, especially in the context of military police aviation, and to evaluate its presence in helicopter pilots of the Military Police of Paraná. The methodology adopted included the development of a descriptive literature review based on bibliographic research associated with a cross-sectional, exploratory, and descriptive field research with a quantitative approach, with military police pilots as the participants. The results indicated that the well-being of military police pilots is an important asset of the Corporation because it is directly related to performance, behavior regarding safety, and the willingness of these workers to strive to the maximum. It was concluded that the proactive management of Burnout Syndrome can make important contributions to preserving the quality of air operations in the Military Police because it minimizes the risk of operational errors related to fatigue and exhaustion, which guarantees the safety of pilots and crew and reflects in the service provided to the population.

KEYWORDS: *Military pilot. Military Police. Burnout Syndrome.*

RESUMEN

El objetivo de este estudio fue estudiar conceptualmente el Síndrome de Burnout, especialmente en el contexto de la aviación policial militar, y evaluar su presencia en pilotos de helicópteros de la

[1]Oficial da Polícia Militar do Paraná, Piloto de Helicóptero no Batalhão de Polícia Militar de Operações Aéreas, Londrina-PR, Bacharel em Direito pela Faculdade Paranaense, FACCAR, Rolândia-PR, Bacharel e Licenciado em Educação Física pela Universidade Norte do Paraná, UNOPAR, Arapongas-PR.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

Policía Militar de Paraná. La metodología adoptada incluyó el desarrollo de una revisión bibliográfica descriptiva basada en una investigación bibliográfica asociada a una investigación de campo transversal, exploratoria y descriptiva con un enfoque cuantitativo, con pilotos de la policía militar como sujetos de investigación. Los resultados indicaron que el bienestar de los pilotos de la policía militar es un activo importante de la Corporación, ya que está directamente relacionado con el desempeño, el comportamiento en seguridad y la disposición de estos trabajadores a esforzarse al máximo. Se concluyó que la gestión proactiva del Síndrome de Burnout puede contribuir significativamente a preservar la calidad de las operaciones aéreas en la Policía Militar, ya que minimiza el riesgo de errores operativos relacionados con la fatiga y el agotamiento, lo que garantiza la seguridad de los pilotos y la tripulación y se refleja en el servicio prestado a la población.

PALABRAS CLAVE: *Piloto militar. Policía Militar. Síndrome de Burnout.*

1. INTRODUÇÃO

Diversas doenças que têm origem no trabalho ou pelas atividades desenvolvidas no trabalho, em muitos casos, somente são observadas quando se encontram em estágios avançados ou diante de sinais e sintomas comuns a outras doenças, o que dificulta sua identificação precoce, podendo repercutir na saúde do trabalhador, originando custos para a empresa e para os serviços de saúde. No âmbito das inúmeras classes de trabalhadores, os policiais militares apresentam risco de morte e predisposição para desenvolver estresse maior do que outros trabalhadores por causa das próprias relações internas estabelecidas no contexto da corporação, presença de sobrecarga de trabalho e devido ao caráter específico das atividades realizadas (Souza *et al*., 2012; Ascari *et al*., 2016).

Diante deste cenário, tem-se estudado as possíveis consequências do trabalho para a saúde dos policiais militares, porque é necessário maior conhecimento das suas causas e implementação de estratégias capazes de minimizar ou mesmo suprimir os possíveis agravos à saúde destes trabalhadores, no intuito de contribuir para a sua função de preservação da ordem pública (Ascari *et al*., 2016).

No rol destas doenças ocupacionais, pode-se encontrar a Síndrome de Burnout (SB) que consiste, segundo o Ministério da Saúde, em um agravo e tem maior prevalência entre profissionais da saúde, concomitantemente com outras categorias profissionais como professores, policiais, bombeiros e outras atribuições relacionadas ao contato diário com o público, demandando alta carga emocional (Brasil, 2004).

No caso específico da Polícia Militar, o cenário da aviação se conforma enquanto ambiente laboral de elevado risco e com grande incidência de estressores potenciais, a exemplo da temperatura, aceleração, ruído diversos, necessidade de comunicação constante, possiblidade de doença por descompressão, exposição a vibração, hipóxia e outros.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

Este cenário com tantos estressores ambientais capazes de afetar os pilotos de aviação civil e militar, representa um efeito negativo para a garantia da segurança do voo (Mastine, 2024).

Nestes termos, o desempenho do piloto está diretamente relacionado com a grande variedade de tarefas de alta complexidade que demandam bastante do bem-estar físico e mental deste trabalhador, sendo que esta complexidade de tarefas se associam com a carga de trabalho que é um estressor que tem como fulcro as próprias tarefas desenvolvidas (Freudenberger, 1974; Arruda; Machado; Nunes, 2025). Esta carga de trabalho atinge, em momentos específicos ao longo do voo, o seu pico, como durante as fases de decolagem e aproximação final do voo, envolvendo a imposição de trabalho adicional como necessidade de manutenção de comunicação com o controle de tráfego aéreo, alterações no plano de voo, entre outras que diante de maior dificuldade podem diminuir o desempenho do piloto (Mastine, 2024).

No caso específico da aviação de segurança pública, que se entende como elemento essencial para as operações de aplicação da lei e resposta a emergências, a utilização de aeronaves para monitorar, patrulhar, resgatar e intervir em inúmeras situações é muito importante. As características essenciais englobam, a mobilidade rápida e a capacidade de alcançar áreas remotas, o que auxilia na manutenção de uma visão aérea que complementa e dá respaldo para o desenvolvimento de operações terrestres, que incluem grande diversidade de missões, tais como busca e salvamento, vigiar fronteiras, controlar multidões e apoio aéreo tático em operações policiais (Mastine, 2024).

Neste caso, estudar a Síndrome de Burnout, que consiste em elemento atrelado com quadros de exaustão profunda e prolongada, tem se disposto como uma necessidade crescente na aviação de segurança pública, porque afeta de maneira negativa a eficiência operacional e o bem estar psicológico dos pilotos e tripulantes relacionados devido ao caráter dinâmico e estressante das operações de segurança pública, onde estes profissionais enfrentam desafios expressivos que podem ocasionar o esgotamento dos mesmos (Mastine, 2024; Freire Neto; Monteiro, 2024), o que justifica este estudo.

O objetivo deste artigo foi estudar conceitualmente a Síndrome de Burnout, especialmente no contexto da aviação policial militar, e avaliar a presença desta em pilotos comandantes de helicóptero da Polícia Militar do Paraná.

2. ASPECTOS CONCEITUAIS DA SÍNDROME DE BURNOUT

A conceituação da Síndrome de Burnout foi desenvolvida por Herbert J. Freudenberger no ano de 1974, com a apresentação do seu artigo que disponibiliza informações abrangentes que incluem sintomas fisiológicos e comportamentais, trabalhadores mais suscetíveis, estratégias para prevenir, como abordar e tratar a condição e o devido apoio a indivíduos expostos a essa realidade (Freudenberger, 1974).

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

Pelo exposto, pode-se definir a Síndrome de Burnout como a fadiga e falha que resultam do esgotamento de energia, capacidade ou recursos do indivíduo expostos a demandas excessivas, cuja manifestação pode surgir de diversas maneiras nos indivíduos diante da atividade laboral exercida (Demerouti *et al*., 2019; Mastine, 2024; Freire Neto; Monteiro, 2024).

Corroboram Demerouti *et al*., (2019); Mendonça *et al*., (2020) e Toro e López (2025) que o conceito de Síndrome de Burnout se dá pela exaustão física, emocional e espiritual experimentada por profissionais que desempenham suas atividades de trabalho com expectativas muito elevadas, que, contudo, não conseguem alcançar o sucesso desejado. Neste contexto, este estado de exaustão física, emocional e mental decorre de situações de longo prazo que demandam grande esforço emocional, onde se pode entender que a exaustão física está relacionada com a diminuição da energia, da fadiga crônica e fraqueza; já a exaustão emocional se apresenta devido ao sentimento de impotência, desespero e aprisionamento em face das demandas exigidas pela trabalho e a exaustão mental se dá devido ao desenvolvimento de atitudes negativas relacionadas a si mesmo, ao trabalho e à vida de forma geral.

Pode-se compreender que estas definições abrangem os diversos aspectos da Síndrome de Burnout, que possibilitam uma compreensão abrangente desta condição tão complexa, que se traduzem em fadiga emocional, mental e física que se desenvolve de maneira traiçoeira no decorrer do tempo.

Compartilham Schuster e Dias (2018); Demerouti *et al*., (2019) e Arruda; Machado e Nunes (2025) o entendimento de que a Síndrome de Burnout se refere diretamente à maneira como o indivíduo lida com cargos de grande responsabilidade que se desenvolvem com grande pressão, estresse e frustração diariamente nas operações efetivadas. Diante disso, pode-se compreender que o estresse ocupacional consiste em agravante para a síndrome devido às demandas do trabalho poderem suplantar o limite individual do trabalhador.

Conforme dispõem Caixeta *et al*., (2021), os sintomas mais comuns da Síndrome de Burnout podem ser descritos no contexto físico como fadiga, presença de dores osteomusculares, distúrbios do sono, dores de cabeça, perturbações gastrointestinais, quadros de imunodeficiência, podendo ocasionar também disfunções sexuais e alterações do ciclo menstrual. No âmbito psicológico, apresenta-se, por causa da exaustão emocional e da autodesvalorização que decorrem da síndrome, podendo surgir sintomas como instabilidade emocional, alterações de memória, pensamento lento, sentimento de alheamento, características depressivas e paranoia. Estes sintomas juntos têm como consequência mudanças comportamentais, podendo-se destacar irritabilidade; dificuldade de relaxamento; aumento do consumo de substâncias como álcool e tabaco usados como mecanismo de fuga; perda de iniciativa e hesitação excessiva.

Segundo Torreão; Dunningham e Barreto Filho (2022, p. 72), a compreensão da síndrome pode ser feita a partir de três dimensões desta condição multifocal que consistem em:

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

a) aumento da sensação de exaustão emocional, a qual indivíduo não consegue mais administrar as relações de trabalho, que envolve tarefas, colegas e clientes, por incapacidade de gestão da própria condição emocional;
b) certa desumanização e frieza das relações humanas, onde o indivíduo passa a não se sensibilizar com o sofrimento do outro, podendo este fator estar relacionado ao anterior – a exaustão emocional;
c) alteração da autopercepção, estando o indivíduo descontente com as entregas que realiza no trabalho à empresa e cliente final, continuamente insatisfeito com o que produz.

Conforme descrevem Jarruche e Mucci (2021), o diferencial do perfil de acometimento da doença afeta profissionais sob estresse específico devido a enfrentarem os fatores desencadeantes no contexto do ambiente de trabalho. Neste contexto, surge uma questão importante que é a impotência do profissional sobre os fatores que desencadeiam a síndrome e podem fomentar a condição estressora e impedir a possibilidade de adaptação além de esgotamento.

No âmbito das classes trabalhadoras que mais se expõem aos fatores de risco de adoecimento se encontram os policiais militares que já atuam sob condições altamente estressoras, que operam em constante estado de tensão, com horas diminuídas de sono, com limitação do poder de decisão, em alguns casos, sob risco de acidente ou morte devido à própria natureza da sua atividade, aumentando a exaustão destes profissionais. Assim, passa-se a explicitar o entendimento dos sintomas que os acometem

2.1. Exaustão Emocional

Conforme corroboram Mastine (2024) e Arruda; Machado e Nunes (2025), a exaustão emocional, enquanto um processo, pode ser entendida como a fase inicial da Síndrome de Burnout, enfatizando que se trata de um estágio em que o indivíduo experimenta desgaste emocional como resultado de frustrações e estresses na interação com a organização onde trabalha, que se associa com a assimilação forte acerca das suas expectativas não estarem sendo atendidas. Neste caso, se não forem seguidas medidas preventivas, a tendência é que esta exaustão emocional se aprofunde. Esta reação inicial ao estresse que provém das demandas do ambiente de trabalho e predomina em profissionais que atuam em relacionamentos intensos e cara a cara com outros indivíduos.

Segundo o entendimento de Maslach; Jackson e Leiter (1996); Demerouti *et al*. (2019); Freire Neto e Medeiros (2024) e Toro e López (2025), no contexto da exaustão emocional, os profissionais experienciam fadiga emocional e também fadiga física, sensação de esgotamento e falta de capacidade de afastar-se deste estado negativo. Nos casos de persistência desta condição, os trabalhadores têm dificuldade para conseguir energia para lidar com colegas e demandas profissionais. Esta exaustão emocional se intensifica em trabalhadores que enfrentam a Síndrome de Burnout.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

2.2. Despersonalização

De acordo com O'Hagan *et al., (*2018); Arruda; Machado e Nunes (2025) e Toro e López (2025), o elemento de despersonalização se conforma como uma dimensão interpessoal da Síndrome de Burnout, tendo como características principais as atitudes negativas e inflexíveis em relação à atividade desenvolvida que se associa com a ausência de resposta ao trabalho desenvolvido. Trata-se da dimensão considerada a mais grave da Síndrome de Burnout, porque os trabalhadores buscam a manutenção dos outros indivíduos à distância, demonstrando atitudes de indiferença e até mesmo comportamentos hostis sempre que haja a possibilidade e também reação negativa a situações e indivíduos.

Os autores acima citados também enfatizam que a despersonalização pode ser entendida como a presença de atitudes ásperas, frias, e de indiferença, podendo alcançar atitudes desumanamente negativas relacionadas com as pessoas que tem que conviver no ambiente de trabalho. Seu surgimento resulta de uma proeminente diminuição do idealismo no trabalho, onde se podem observar alterações negativas, com especial destaque para atitudes relacionadas com o atendimento de clientes no ambiente e na execução das tarefas no local de trabalho.

2.3. Realização Pessoal Reduzida

Conforme abordam Mastine (2024) e Toro e López (2025), o êxito pessoal se caracteriza pela habilidade de superação de desafios com sucesso e pela percepção de competência pessoal. A diminuição do sucesso pessoal se associa com a autopercepção de falta de adequação e de sucesso no contexto profissional. Este processo decorre de pensamentos negativos relacionados com os outros indivíduos, que fazem com que o profissional também desenvolva concepções antagônicas acerca de si próprio. Questões como sentimento de culpa, ausência de amor-próprio e sentimento de fracasso podem acabar resultando na diminuição da autoestima e desenvolver quadros depressivos.

3. A AVIAÇÃO POLICIAL MILITAR E A SÍNDROME DE BURNOUT

Analisando-se os sintomas mencionados acima que acometem os indivíduos com Síndrome de Burnout, Mastine (2024) aponta que quando comparados com inúmeras outras profissões, no policial militar estes sintomas se identificam por se tratar de uma ocupação especialmente estressante. Inúmeros estressores ocupacionais se apresentam a estes profissionais, a exemplo de tédio, falta de respeito por parte do público que este deve atender, presença excessiva de burocracia nos tramites das suas atribuições, contatos com a população em algumas vezes negativos e confrontacionais, trabalho desenvolvido em turnos, ameaças de violência cotidianamente e a própria característica militar da estrutura burocrática da polícia.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

Estes aspectos se exacerbam no âmbito da aviação policial militar, onde os pilotos se constituem, sob diversos aspectos, em um grupo ocupacional particular. Bor; Field e Scragg (2002) apontam que estes profissionais apresentam grande responsabilidade profissional de garantir a segurança da aeronave e de seus ocupantes. Neste processo de desempenho de suas funções, os pilotos devem manter o controle manual da aeronave ao longo de etapas críticas do voo, promover a operação de sistemas complexos a bordo, atuar colaborando rigorosamente com membros da tripulação e com o controle de tráfego aéreo, tendo que lidar com a crescente automação e situações de emergência, muitas vezes, críticas no que se refere ao tempo, entre outras situações.

Por isso, estes autores citados acima descrevem que os pilotos policiais militares desempenham suas operações em turnos rotativos e prolongados, sob condições ambientais desfavoráveis, em casos de baixa umidade, em espaço restrito, com muito ruído e luminosidade. Concomitantemente são submetidos a treinamento intensivo, e devem participar de maneira regular em simulações de voo e realizam testes de voo reais. Estes fatores que se relacionam intrinsecamente ao ambiente da aviação e às operações, acabam demandando dos pilotos a manutenção de uma boa saúde física e psicológica.

Segundo entendem Shin *et al.,* (2014) e Mastine (2024), as dimensões da Síndrome de Burnout, a relembrar, exaustão e despersonalização, implicam no afastamento dos pilotos da ativa e se referem a uma relação negativa determinada pelo enfrentamento focado no problema e na busca de apoio social. Estas dimensões da síndrome apresentaram um padrão e força similares de relacionamento com o enfrentamento, por isso, os quadros de Síndrome de Burnout apresentam a tendência de tornar os pilotos menos predispostos a adoção de comportamentos proativos no ajustamento de seu ambiente de trabalho, mesmo que os referidos comportamentos possam potencialmente auxiliar os mesmos na diminuição destes sentimentos, a exemplo de organização de recursos de trabalho que tornem suas atividades mais interessantes.

Corroboram Nahrgang; Morgeson e Hofmann (2011) e Freire Neto e Monteiro (2024) que existem estudos no sentido de que a Síndrome de Burnout possa estar correlacionado de forma negativa com o desempenho de pilotos em verificações e/ou treinamentos. Isto porque esta síndrome tem como resultado o esgotamento da energia mental e física do piloto, aumentando a probabilidade de ocorrerem erros e diminuição da adesão do mesmo nas práticas de segurança.

Caldwell *et al.,* (2009) e Freire Neto e Monteiro (2024) entendem que o cansaço recorrente em pilotos policiais militares se associa a inúmeras reduções no seu desempenho e um aumento da probabilidade de cometimento de erros, em especial, ao longo de períodos circadianos de menor alerta, em condições que promovem desafios de voo ao longo das comunicações verbais intensas ou sob pressão temporal.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

Evidenciam Grote *et al*., (2010) que o reconhecimento e adaptação às demandas é muito importante para o piloto e tripulação de voo porque quando existe o compartilhamento do senso de atenção promovido pelos esforços decididos efetivados por todos os membros da equipe no sentido de, constantemente, reconsiderar os efeitos de suas ações relacionadas com os objetivos da missão em desenvolvimento, com as ações dos outros e com o contexto mais ampliado, acabam atuando de forma mais eficiente e minimizando os efeitos da Síndrome de Burnout em termos gerais.

4. MATERIAL E MÉTODOS

No que concerne aos aspectos metodológicos, de acordo com Gil (2002), partiu-se de uma revisão de literatura descritiva desenvolvida a partir de uma pesquisa bibliográfica realizada em material já elaborado composto por artigos e teses científicas cujos conteúdos foram analisados nos moldes preconizados por Pádua (2016).

A pesquisa foi realizada por meio de busca em bases de dados como Google Acadêmico, Scielo e Banco de Teses, utilizando-se os seguintes descritores: síndrome Burnout e piloto militar atendendo a um período de pesquisa entre 2010 e 2025. O critério de inclusão de material se pautou pela pertinência do tema abordado no material com o objetivo específico deste estudo, tendo como critério de exclusão material publicado fora do período de pesquisa indicado e aqueles que não abordavam a questão da síndrome de Burnout no âmbito da aviação.

O material foi selecionado diante da pertinência ao tema abordado, considerando aqueles que apresentem informações sobre a síndrome de Burnout e sua influência na atividade aérea policial militar. Primeiramente os resumos dos textos foram lidos e analisados para que se pudesse excluir os que não contenham informações de relevância para o estudo a ser desenvolvido. Posteriormente, a partir do material selecionado desenvolveu-se a leitura, distinção a partir de áreas temáticas relevantes, redação e desenvolvimento da revisão de literatura.

A pesquisa de campo tratou-se de um estudo transversal, exploratório e descritivo de abordagem quantitativa, tendo como pesquisados todos os pilotos comandantes de Helicópteros policiais militares do Batalhão de Operações Aéreas (BPMOA) da Policia Militar do Paraná à partir da aplicação de um questionário através do Google Forms aplicado e respondido por todos, no caso, 15 pilotos comandantes de helicóptero da Polícia Militar do Paraná, na ativa e prestando serviço no Batalhão de Operações Aéreas(BPMOA). Todos os pesquisados responderam voluntariamente a pesquisa com o a autorização e ciência do comandante do BPMOA, que também respondeu ao questionário.

A elaboração do questionário aplicado foi pautada livremente pelo autor no material obtido para a revisão de literatura, tendo como base principal o *Maslach Burnout Inventory* (MBI) (Maslach; Jackson; Leiter, 1996).

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

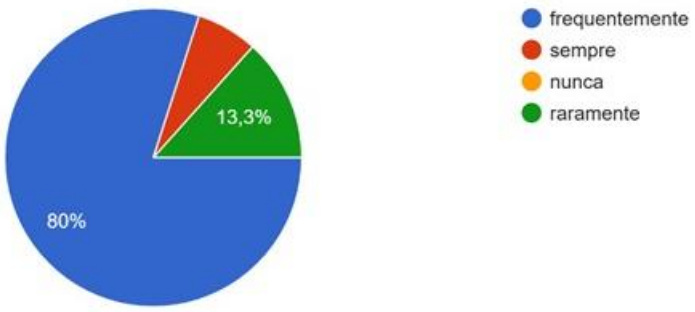
O pesquisador buscou estabelecer a presença dos principais sintomas de esgotamento emocional; despersonalização e questões relacionadas com a realização pessoal dos pesquisados como forma de auxiliar na detecção da prevalência da síndrome de Burnout nos mesmos.

5. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

O questionário enviado via Google Forms foi aplicado e respondido por 15 pilotos comandantes de Helicóptero pertencentes aos quadros do Batalhão de Polícia Militar de Operações Aéreas (BPMOA), com idade variando entre 33 e 50 anos, com maior concentração em 33, 38 e 39 anos totalizando sete pesquisados. O tempo de serviço na Corporação varia entre 14 e 29 anos, com maior concentração em 14 e 17 anos. A jornada de trabalho da maioria dos pesquisado é de 12 x 12 horas. Estes resultados demonstram grande variação em idade e tempo de serviço possibilitando maior área de abrangência.

A figura 1 a seguir apresenta os resultados da questão relacionada com a sensação de esgotamento emocional relacionada com o trabalho desempenhado.

Figura 1. Sensação de esgotamento emocional devido ao trabalho



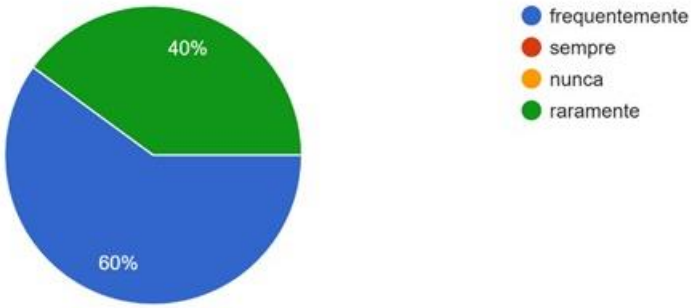
Fonte: elaboração própria com dados da pesquisa de campo

Quando se observa os resultados, pode-se constatar que a maioria dos pesquisados, 80% do total, apresenta esta sensação com frequência, corroborando a revisão de literatura que aponta esta característica fazendo parte da Síndrome de Burnout.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

REVISTA CIENTÍFICA - RECIMA21 ISSN 2675-6218

Figura 2. Sensação de frustração em meu trabalho

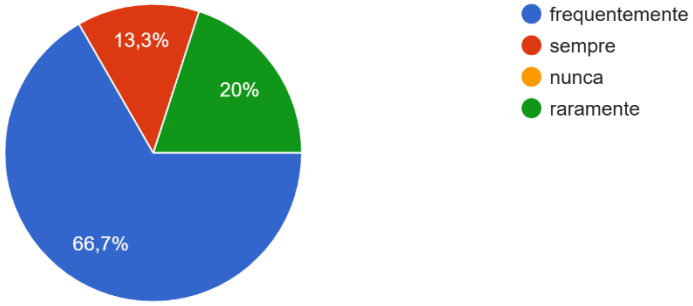


Fonte: elaboração própria com dados da pesquisa de campo

O disposto na figura 2 acima informa que 60% dos pesquisados apresentam esta característica da Síndrome de Burnout e 40 % o apresentam ocasionalmente em algum momento.

Na Figura 3 disponibilizada abaixo pode-se observar a percepção dos pesquisados quanto à sua qualificação no panorama de quadro de exaustão no trabalho, conforme se pode visualizar.

Figura 3. Qualificação do quadro de exaustão no trabalho



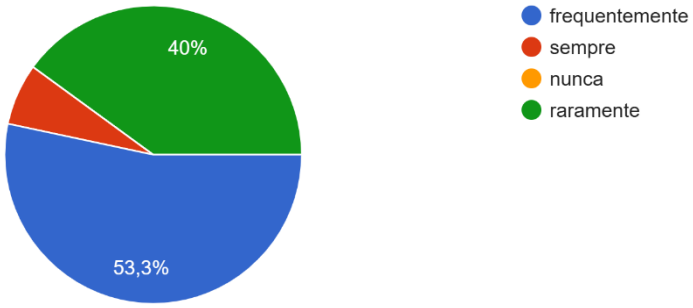
Fonte: elaboração própria com dados da pesquisa de campo

Os resultados apresentados na Figura 3 demonstram outra característica importante onde 66,7% dos pesquisados acreditam que se qualificam no quadro de exaustão no trabalho frequentemente, 20% se manifestam como raramente qualificados e 13,3% sempre estão qualificados. Este resultado demonstra mais um ponto em concordância com a presença da Síndrome de Burnout nos pilotos comandantes de Helicóptero do Batalhão de Polícia Militar de Operações Aéreas.

Partindo-se para a avaliação dos sintomas mais presentes na qualificação da presença da Síndrome de Burnout, a Figura 4 aborda os resultados da presença de dificuldade de concentração no trabalho.

ISSN: 2675-6218 - RECIMA21
Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

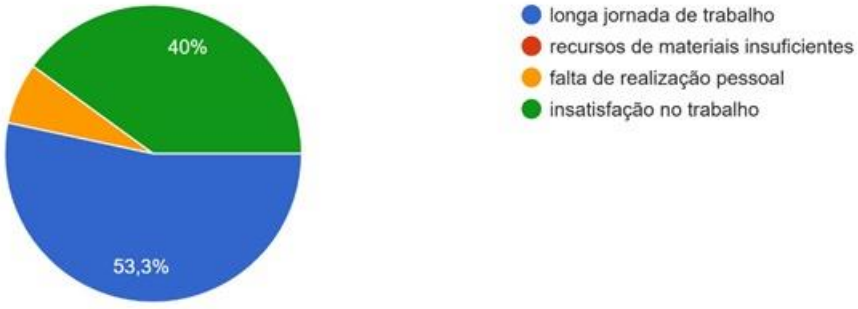
Figura 4. Presença de dificuldades de concentração



Fonte: elaboração própria com dados da pesquisa de campo

Os resultados da Figura 4 demonstram que 53,3% dos pilotos consultados apresentam dificuldades de concentração frequentemente, 40% apresentam raramente, ou seja, em algum momento do desenvolvimento do trabalho, 7% deles sempre apresentam dificuldades de concentração. A dificuldade de concentração trata-se de um sintoma central da Síndrome de Burnout porque está relacionada com o esgotamento associado com o estresse excessivo no trabalho que se manifesta como fadiga mental, lapsos de memória e incapacidade de focar conforme descrevem Demerouti *et al*., (2019); Mendonça *et al*., (2020); Freire Neto; Monteiro (2024) e Toro e López (2025).

Figura 5. Os fatores geradores de estresse no ambiente ocupacional



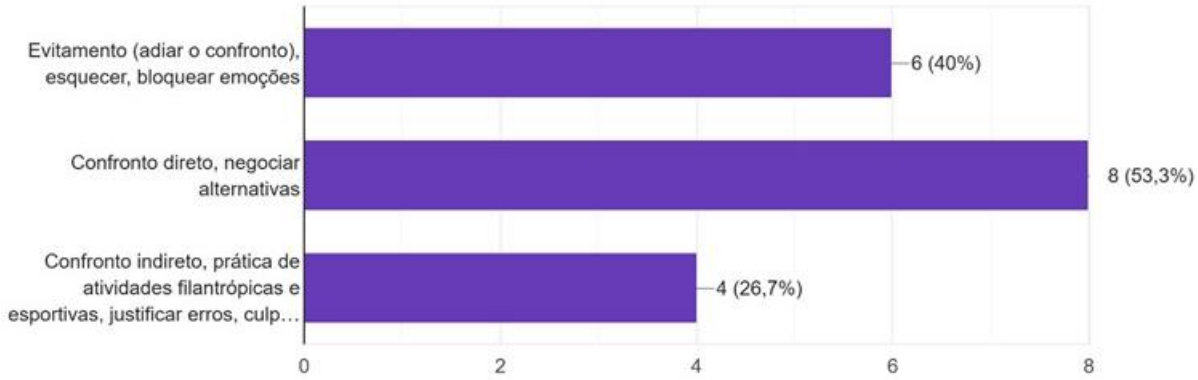
Fonte: elaboração própria com dados da pesquisa de campo

Os resultados visualizados na Figura 5 apontam os fatores geradores de estresse mais relevantes no âmbito laboral na visão dos pesquisados como sendo, 53,3% a longa jornada de trabalho imposta aos pilotos; 40% acreditam que seja a insatisfação no trabalho e 7% a falta de realização profissional. Este resultados corroboram os achados da revisão de literatura que apontam os fatores estressantes como elemento crucial no desenvolvimento da Síndrome de Burnout conforme descrevem Bor; Field e Scragg (2002); Jarruche e Mucci (2021) e Mastine (2024).

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

Analisando-se os mecanismos empregados no enfrentamento das situações geradoras de estresse pelos pilotos da Polícia Militar pesquisados, a Figura 6 que segue demonstra o seguinte cenário.

Figura 6. Mecanismos utilizados para enfrentar situações geradoras de estresse

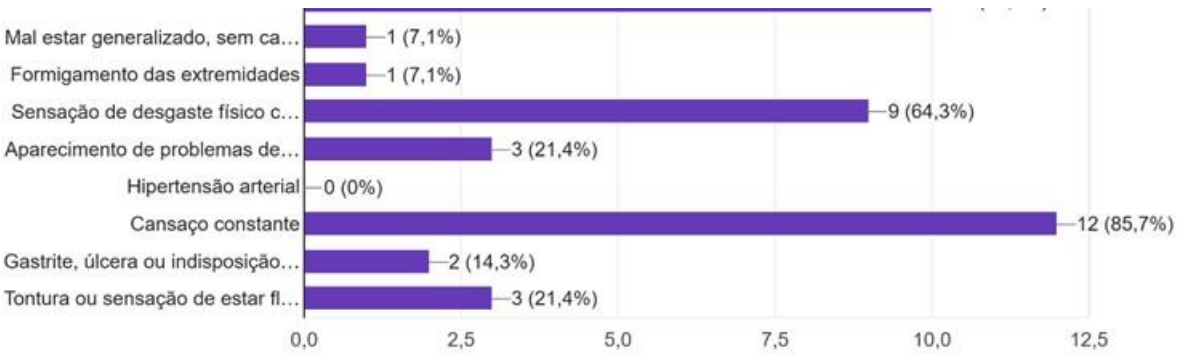


Fonte: elaboração própria com dados da pesquisa de campo

Os mecanismos mais empregados pelos pilotos policiais militares indicados por 1 ou mais pesquisados são: oito menções ao confronto direto e negociação de alternativas; seis menções dos pesquisados apontam o evitamento com adiamento do confronto, esquecer os ocorridos e o bloqueio da emoções; quatro menções indicam o confronto indireto, prática de atividades filantrópicas e esportivas, a justificação dos erros cometidos e a culpabilização. Este cenário demonstra que os pesquisados buscam mecanismos para enfrentamento de situações estressoras.

As Figuras 7 e 8 trazem o cenário de sintomas físicos e psicológicos, apresentados na última semana pelos pesquisados.

Figura 7. Sintomas físicos apresentados na última semana

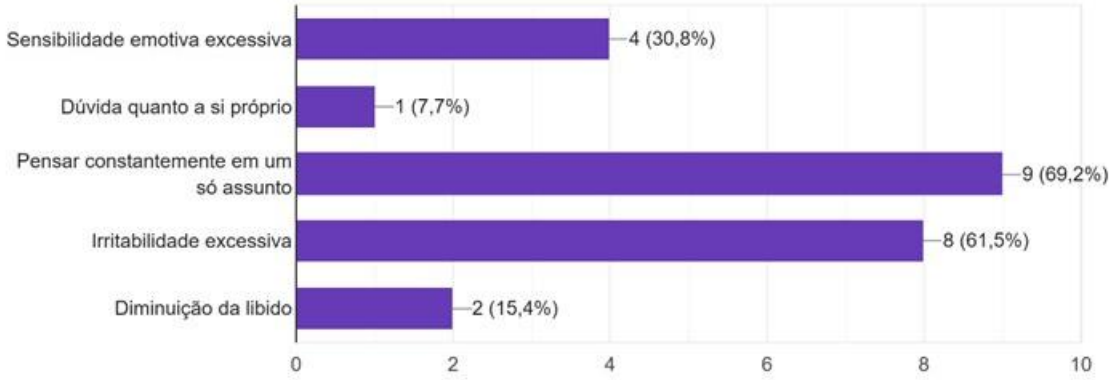


Fonte: elaboração própria com dados da pesquisa de campo

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

Os sintomas físicos sentidos pelos pesquisados na última semana de serviço demonstram a maior incidência de cansaço constante (85,7%), sensação de desgaste físico constante (64,35), aparecimento de problemas dermatológicos (21,4%), tontura ou sensação de estar flutuando (21,4%) e gastrite, úlcera ou indisposição estomacal (14,3%).

Figura 8. Sintomas psicológicos apresentados na última semana



Fonte: elaboração própria com dados da pesquisa de campo

Os sintomas mais sentidos na última semana de trabalho pelos pilotos militares pesquisados foram: Pensar constantemente em um só assunto (69,2%), irritabilidade excessiva (61,5%), sensibilidade emotiva excessiva (30,8%) e diminuição da libido (15,4%).

Diante dos resultados analisados, pode-se compreender que existe indícios para apontar a presença da Síndrome de Burnout nos pilotos comandantes de helicóptero da Polícia Militar do Paraná pesquisados, pois estão presentes diversos fatores estressores, características inerentes à síndrome e também pode-se observar que estes trabalhadores têm buscado mecanismos de atenuação dos mesmos fora e dentro do ambiente de trabalho. A presença de sintomas físicos e psicológicos apontam para a necessidade intervenção por parte da Corporação diante dos riscos que esta situação sinaliza.

Por parte dos pilotos policiais militares, a busca pela alteração das suas condições de trabalho de forma proativa é importante e pode ser efetiva a partir da busca ativa por desafios adicionais ou encontrando maneiras de trabalhar de forma mais inteligente, estimulando o próprio bem-estar. Contudo, estas estratégias individuais devem ser respaldadas pela organização que pode complementar as abordagens de cima para baixo para melhorar este bem-estar. O bem-estar dos pilotos comandantes de helicóptero que atuam na Polícia Militar do Paraná é um importante ativo da Corporação porque está relacionado diretamente ao desempenho, ao comportamento em relação à segurança e à disposição destes trabalhadores em se esforçarem ao máximo, devendo, portanto, receber atenção especial do Batalhão de Operações Aéreas (BPMOA).

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

Não houve limitações para este estudo por se tratar de um tema muito interessante e relevante para o BPMOA, com possível reaplicação do questionário para avaliação das ações de melhoria para comparativo futuro.

6. CONSIDERAÇÕES

Os resultados deste estudo mostraram que a intensificação das condições de trabalho imposta pelas próprias características de trabalho do piloto policial militar aumenta as demandas do trabalho, prejudicando o bem-estar destes pilotos quando não é acompanhado por um aumento do cuidado por parte da Corporação. Para melhorar o bem-estar dos pilotos, poderiam se concentrar em três possíveis intervenções. Primeiramente, apoio aos pilotos que apresentam altos níveis de Síndrome de Burnout, partindo da sua identificação e diagnóstico e os concomitantes ajustes no seu trabalho e a redução dos sintomas da síndrome com tratamento. Em segundo lugar, considerar a reformulação da quantidade de trabalho e dos horários de trabalho, porque esta demanda tem influência direta na sensação de exaustão e, como consequência no desempenho.

Assim, as escalas dos pilotos precisam de otimização, visando tornar mais fácil a recuperação do piloto, mas não comprometendo o atendimento das missões de Segurança Pública e Defesa Civil. A terceira intervenção demanda que os pilotos tenham acesso a recursos de melhoria do seu trabalho tais como oportunidades de desenvolvimento pessoal e apoio da Corporação para o aumento da motivação no trabalho. Também a separação adequada das funções administrativas e operacionais, pois todos os pilotos comandantes de aeronaves acumulam ambas as funções, isto pode ajudar bastante na melhoria do desempenho.

Pode-se concluir com base na revisão de literatura e nos resultados da pesquisa de campo, que uma gestão proativa da Síndrome de Burnout pode trazer contribuições importantes para a preservação da qualidade das operações aéreas na Polícia Militar do Paraná, pois minimiza o risco de erros operacionais relacionado com a fadiga e esgotamento, o que garante a segurança dos pilotos e da tripulação, preserva o bem público de alto custo e reflete no atendimento prestado à população.

REFERÊNCIAS

ARRUDA, Lorena Torres; MACHADO, Humberto Cesar; NUNES, Hugo Winícius Dorneles. Síndrome de B*urnout* em pilotos no ambiente de trabalho: causas, consequências e prevenção. **R. Bras. Av. Civil. Ci. Aeron**., Florianópolis, v. 5, n. 2, p. 109-125, mar/maio. 2025.

ASCARI, Rosana Amora; DUMKE, Mellani; DACOL, Paola Maritssa; MAUS JUNIOR, Sérgio; SÁ, Clodoaldo Antônio de; LAUTERT, Liana. Prevalência de risco para síndrome de burnout em policiais militares. **Cogitare Enfermagem**, Curitiba, v. 21, n. 2, p. 1-10, abr./jun. 2016.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

BOR, Robert; FIELD, Gaby; SCRAGG, Peter. The Mental Health of Pilots: An Overview. Counselling Psychology. **Quarterly**, v. 15, n. 3, p. 239–256, 2002.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Humaniza SUS**: Política nacional de humanização: Documento base para gestores e trabalhadores do SUS. Brasília: Ministério da Saúde, 2004.

CAIXETA, Natália Caroline; SILVA, Giselly Nunes; QUEIROZ, Marcele Soares Côrtes; NOGUEIRA, Mariana Oliveira; LIMA, Rafaela Rodrigues; QUEIROZ, Vanessa Aparecida Marques de *et al*. A síndrome de Burnout entre as profissões e suas consequências. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 4, n. 1, p. 593-610, jan./feb. 2021.

CALDWELL, John A.; MALLIS, Melissa M.; CALDWELL, J. Lynn; PAUL, Michel A.; MILLER, James C.; NERI, David F. Fatigue Countermeasures in Aviation. **Aviation, Space, and Environmental Medicine**, v. 80, n. 1, p. 29–59, 2009.

DEMEROUTI, Evangelia; VELDHUISA, Wouter; COOMBES, Claire; HUNTERB, Rob. Burnout among pilots: psychosocial factors related to happiness and performance at simulator training. **Ergonomics**, v. 62, n. 2, p. 233-245, 2019.

FREIRE NETO, José Coimbra; MONTEIRO, Raul Francé. Bem-estar emocional, fadiga e produtividade: um estudo sobre os profissionais das linhas aéreas brasileiras. **R. Bras. Av. Civil. Ci. Aeron.**, Florianópolis, v. 4, n. 3, p. 83-106, jun./jul. 2024.

FREUDENBERGER, Hebert J. Staff burnout. **Journal of Social Issues**, v. 30, p. 159–165, 1974.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4 ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GROTE, Gudela; KOLBE, Michaela; ZALA-MEZÖ, Enikö; BIENEFELD, Nadine; KÜNZLE, Barbara. Adaptive coordination and heedfulness make better cockpit crews. **Ergonomics**, v. 53, n. 2, p. 211–228, 2010.

JARRUCHE, Layla Thamm; MUCCI, Samantha. Síndrome de burnout em profissionais da saúde: revisão integrativa. **Revista Bioética**, v. 29, n. p. 162-173, 2021.

MASLACH, C.; JACKSON, S. E.; LEITER, M. P. **MBI Maslach Burnout Inventory**. Mountain View, CA: CPP, 1996.

MASTINE, Marcus Vinicius Stuqui. A importância de monitorar o burnout nos pilotos do Batalhão de Polícia Militar de Operações Aéreas do Paraná. **Recima21 – Revista Ciêntifica Multidisciplinar**, v. 5, n. 1, p. 1-24, 2024.

MENDONÇA, Flavio A. C.; KELLER, Julius; LAUB, Thomas; WOLFE, Sarah. An analysis of self-reported sleepiness and fatigue measures from collegiate aviation pilots. "**Collegiate Aviation Review**, v. 38, n. 1, p. 148–164, 2020.

NAHRGANG, Jennifer D.; MORGESON, Frederick P.; HOFMANN, David A. Safety at Work: A Meta-analytic Investigation of the Link between Job Demands, Job Resources, Burnout, Engagement, and Safety Outcomes. **Journal of Applied Psychology**, v. 96, p. 71–94, 2011.

O'HAGAN, Anna Donnla; ISSARTEL, Johann; MCGINLEY, Eoghan; WARRINGTON, Giles. A pilot study exploring the effects of sleep deprivation on analogue measures of pilot competencies. **Aerospace Medicine and Human Performance**, 89, n. 7, p. 609–615, 2018.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.

PÁDUA, Elisabete Matallo M. de. **Metodologia da pesquisa**: abordagem Teórico-prática. 18 ed. Campinas: Papirus; 2016.

SCHUSTER, Marcelo da Silva; DIAS, Valéria da Veiga. *Oldenburg Burnout Inventory*-validação de uma nova forma de mensurar *Burnout* no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, Santa Maria, v. 23, n. 2, p. 553-562, 2018.

SHIN, Hyojung; PARK, Yang Min; YING, Jin Yuan; KIM, Boyoung; NOH, Hyunkyung; LEE, Sang Min. Relationships between Coping Strategies and Burnout Symptoms: A Meta-analytic Approach. **Professional Psychology: Research and Practice**, v. 45, p. 44–56, 2014.

SOUZA, Edinilsa Ramos de; MINAYO, Maria Cecília de Souza; SILVA, Juliana Guimarães e; PIRES, Thiago de Oliveira. Fatores associados ao sofrimento psíquico de policiais militares da cidade do Rio de Janeiro, Brasil. **Cad. Saúde Pública**, v. 28, n. 7, p. 1297-1311, jul. 2012.

TORO, Juan Carlos Castillo del; LÓPEZ, Edgar Armando Hernández. Prevalence of operational fatigue, a form of occupational burnout syndrome, in flight instructors at the Escuela Militar de Aviación y del Centro de Adiestramiento de Helicópteros de la Fuerza Aérea Mexicana. **Revista de Sanidad Militar**, v. 79, n. 2, p. 1-29, abr./junio 2025.

TORREÃO, Patrícia Lima; DUNNINGHAM, William Azevedo; BARRETO FILHO, Raul Coelho. Cenário de adoecimento dos bombeiros militares pela síndrome de burnout: uma revisão sistemática de literatura. **Revista Brasileira de Neurologia e Psiquiatria**, v. 26, n. 1, p. 58-70, jan./abr. 2022.

Este artigo é publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC-BY), que permite uso, distribuição e reprodução irrestritos em qualquer meio, desde que o autor original e a fonte sejam creditados.