

DOCUMENTO GLOBAL E ANALÍTICO REFERENTE AO PROGRAMA DE PREVENÇÃO EM SAÚDE MENTAL DO 3º BPM

Ana Cristina Alves de Souza

Tenente Psicóloga da PMMG

A questão da saúde mental no âmbito militar vem sendo discutida há vários anos como meio de entender o como e o porquê de sofrimentos psíquicos no nosso meio, levantar causas e elaborar planos de ação que não sejam apenas curativos e sejam principalmente preventivos, o que se torna, via de regra, um grande desafio à própria instituição.

Este projeto nasceu da necessidade de aproximar o Setor de Psicologia da S.A.S. da tropa do 3º BPM, não só na Sede da Unidade onde o Oficial Psicólogo atua, como nas frações destacadas, onde este profissional é desconhecido e porque não dizer alvo de fantasias das pessoas como aquele que, num vocabulário popular, cuida de LOUCOS, sendo assim temido diante da possibilidade de suscitar nelas o medo de se depararem com o fato de serem portadoras de doenças mentais.

Tomou corpo em Dez/1998, quando foi apresentado já em forma de projeto, ao então Cmt Ten-Cel Rômulo Berbert Diniz, na época Cmt da UEOP, que uma vez aprovando-o, deu apoio irrestrito e incondicional ao andamento do citado programa, ponto crucial responsável pelo sucesso do empreendimento.

No ano de 1999, o programa se dedicou em aplicar e coletar dados a respeito do perfil psicológico dos militares de cada Fração entrevistada. Foram visitadas todas as Sedes de Cias. e Pelotões PM, com o objetivo de esclarecer melhor o papel do psicólogo na PMMG e levantar a importância de se criar um trabalho preventivo em saúde mental, que é de responsabilidade de todos em prol de melhores condições de trabalho e qualidade de vida. Na oportunidade, foi aplicado o questionário alusivo ao Programa.

No ano de 2000, é que foi possível correlacionar os dados obtidos da pesquisa, traçar um gráfico comparativo do perfil psicológico das frações entrevistadas, podendo dessa forma, colocar em prática os objetivos do Programa, levantando planos de intervenção baseados nos resultados, a fim de combater as maiores dificuldades apresentadas por cada uma delas.

Como a proposta deste Programa é visitar as 51 frações destacadas do 3º BPM, a fim de conhecer, esclarecer e prevenir doenças de cunho físico e mental, podemos dizer que já foram visitadas todas as Sedes das Companhias e Pelotões PM, pela Oficial Psicóloga da Unidade, onde o efetivo é maior e os problemas são mais evidentes.

Até o presente momento, já foram visitadas mais de 10 (dez) Sedes de Destacamentos e Subdestacamentos, pertencentes à área do 3.º BPM, com o intuito de dar seguimento ao trabalho, cuja localização tornam os militares impossibilitados de conhecer e buscar ajuda, principalmente na área psicológica. O trabalho nas Frações menores ainda está apenas no plano de levantamento de dados para montagem do perfil psicológico de seus militares.

De acordo com a análise dos dados até então coletados, podemos perceber uma diversidade de situações que nos remetem a particularidades específicas a cada fração analisada, ou seja, cada uma delas apresentou um perfil psicológico variado, de acordo com:

- o nível de estresse;
- acúmulo de atribuições;
- falta de recursos humanos e logísticos;
- tipo de formação militar;
- número de ocorrências policiais;
- estilo de liderança;
- vida social e familiar;
- tipo de relacionamento interpessoal e tantos outros.

Percebemos que existe uma semelhança no perfil dos militares das frações, cujo efetivo é maior, como Diamantina e Curvelo. O fato do efetivo ser maior revela pluralidade de questões inerentes ao sistema, como uma complexidade de relações humanas, aumento do número de ocorrências policiais e diversidade de expectativas pessoais e porque não dizer da sociedade para com a qualidade do serviço prestado.

Já quanto menor o efetivo, podemos perceber um maior desgaste físico e mental na superação de dificuldades, tanto do Oficial como da Praça, cuja escala de serviço, muitas vezes, minimiza sua convivência familiar, ponto crucial, responsável por conseguir manter boas condições de saúde mental.

De modo geral, como não poderia deixar de ser, o estresse policial-militar vem assombrando também os militares do 3º BPM, pois além de sofrerem as pressões de um cidadão comum, ainda estão submetidos a várias situações onde a própria vida é colocada em risco, tendo de apresentar-se pronto a tempo e a hora, e a não existir espaço para falar de suas próprias questões, além de serem regulados por um sistema que lhes impõe a constantes avaliações de comportamento e punições temidas.

O que particulariza cada fração é o modo como os seus militares lidam com estas pressões.

Sabemos que são vários os meios de canalização do estresse dentro da Instituição Militar, porém muitos deles são direcionados para atitudes de autodestruição, como o alcoolismo, difícil relacionamento familiar e social, descontrole financeiro, chegando inúmeras vezes ao ato de auto-extermínio.

Não podemos deixar de considerar que a filosofia de trabalho e a qualidade de relacionamento entre superior/subordinado exercem bastante influência sobre o maior ou menor grau de estresse da tropa. O limite entre “*escutar*” as necessidades do ser humano e fazer cumprir as exigências do sistema é muito tênue e de difícil acesso, pois exige um manejo singular de extrema sensibilidade que, por vezes, a própria Instituição obstaculiza. Entretanto, é importante frisar que saúde mental está diretamente relacionada com o grau de satisfação nas relações interpessoais no trabalho, que deve sempre priorizar o sentido de equipe e valorização do potencial humano, premissas estas responsáveis pelo grau de satisfação profissional de seus integrantes e conseqüentemente de sua realização pessoal.

Outra relevante questão a levantar diz respeito ao índice de idéias de suicídio. Os dados mostram que o problema é bastante preocupante e merece atenção especial. Sabemos que o ser humano vive em busca da felicidade e conseqüentemente do prazer, o que o faz sempre afastar e diminuir o grau de desprazer.

Sendo assim, num momento de desespero, muitas pessoas encontram na morte o fim de seus conflitos e sofrimentos internos. O fato do policial militar ter fácil acesso ao porte de armas de fogo, logo o coloca prestes a eliminar sua dor com um ato impensado de pôr fim a sua própria vida, fato bastante numeroso dentro das Corporações, notadamente das corporações militares, em todo o mundo.

O que nos coloca diante dessa realidade assustadora advém do acúmulo e da não superação de várias situações comuns em nosso meio como: perder sono por alguma preocupação, sentir agoniado e tenso, deixar de acreditar que estão exercendo um papel útil na vida, perder a confiança em si mesmo, não conseguir se desligar dos problemas do trabalho quando se está fora do expediente e vice-versa, falta de espaço para o lazer, além de vários outros problemas no âmbito familiar e social.

Para não correremos o risco de acreditar que somente os entraves institucionais são responsáveis pelos entraves psíquicos, é importante ressaltar que cada ser humano é portador de uma bagagem única de agentes propulsores do desequilíbrio, assim como uma predisposição própria para se acometer de distúrbios psíquicos. Dessa forma, é ele próprio o personagem capaz de detectar o desequilíbrio e ir em busca de ajuda na eliminação e superação de problemas. É importante se conscientizar do problema antes mesmo que tome uma proporção elevada e seja de difícil resolução, sem falar dos problemas administrativos que tais situações podem acarretar. Nesse sentido, buscar ajuda de um especialista na área humana se faz prioritária, principalmente ajuda psicológica, responsável pelo caráter sigiloso, humano e científico na busca de alívio de sofrimentos psíquicos.

Quando nos reportamos aos dados estatísticos desta pesquisa, percebemos que as Frações que apresentaram melhores condições de Saúde Mental foram primeiramente o Pelotão de Conceição de Mato Dentro, seguida do Pelotão de Corinto, cujos perfis se assemelharam no que tange à pequena tendência para o alcoolismo, boas relações interpessoais no trabalho e na família, dados que vêm confirmar a idéia de que é muito difícil estar bem num único aspecto da vida. A possibilidade de satisfação pessoal, social, profissional e familiar devem estar sempre atreladas umas nas outras, pois não podemos dividir o homem em planos dissociados de sua vida, já que todas estão intrinsecamente relacionadas.

Podemos perceber também que as frações mais merecedoras de atenção e abertura para discussão sobre o problema foram a sedes das seguintes frações: Serro, Curvelo, Três Marias e Capelinha, não podendo aqui levantar onde está a maior gravidade. Cada uma delas apresentou dificuldades de superar problemas específicos, principalmente na administração do estresse policial-militar e no alto índice de idéias de auto-extermínio.

Dentro dos objetivos suscitados pelo programa, foram montados Planos de Ações concernentes ao atendimento da demanda solicitada pelos próprios militares. Já foram realizadas visitas de uma equipe multiprofissional composta pelo médico da SAS, o Maj QOS Alvimar dos Reis Gonçalves, que proferiu palestra sobre “Hipertensão e fatores de risco nas doenças cardiovasculares”. Contou também com a participação do antigo Cap PM P1 da Unidade, Wilmar dos Reis Batista, que proferiu palestra sobre “Recursos Humanos: reflexos administrativos, orientações”. Foi proferida também a palestra pelo Cap PM Édison Soares de Oliveira, Mestre da Banda de Música da Unidade, experiente em trabalhos sociais na comunidade local nesta área, com o tema sobre “Alcoolismo e suas conseqüências no relacionamento familiar”. Por fim, foram realizadas pela Psicóloga da Unidade, dinâmicas de grupo com o tema “Motivação para a vida e o trabalho”. Esse trabalho teve como repercussão o levantamento do moral da tropa, além de ter levado esclarecimento sobre assuntos diversos e motivar a procura por ajuda especializada.

De antemão, quero antecipar que todas as frações terão seus planos de ações elaborados e agendados de acordo com a possibilidade da equipe, mesmo aquelas apontadas como portadoras de boas condições de saúde mental. A prevenção ainda é o melhor remédio no combate às doenças e sofrimentos psíquicos indesejados.

Podemos evidenciar que a Sede da Unidade do 3º BPM, localizada na cidade de Diamantina, vem sendo a mais beneficiada pelo trabalho, devido à proximidade dos Oficiais de Saúde e a presença de recursos humanos e materiais à disposição para o desempenho do trabalho. É seguido um cronograma de atividades de dinâmicas de grupos realizadas bimestralmente com os militares de todas as seções administrativas, quando participam chefes e funcionários conjuntamente. Em outro momento, também é reunido um pequeno grupo de militares da área operacional para realização das dinâmicas de grupo. Existe também um outro momento para realização dessas atividades com todos os Oficiais da Sede da Unidade, contando principalmente com a presença do Comando Superior dessa Unidade. Além das dinâmicas de grupo, é seguido também um cronograma mensal de palestras destinadas à área de Saúde, cujos principais temas são: depressão, estresse, inteligência emocional, hipertensão e problemas cardiovasculares, tabagismo, alcoolismo, relacionamento familiar, uso de drogas, dentre outros.

Embora o trabalho seja mais facilitado na Sede da Unidade do 3º BPM, trabalhos semelhantes foram realizados esporadicamente nas Sedes das cidades de Serro e Gouveia, de acordo com a necessidade de cada uma.

Ao longo desses quase três anos de pesquisa e tentativa de combate aos fatores que interferem de forma negativa na busca de melhores condições de saúde mental dos militares pertencente ao 3.º BPM, é importante considerar algumas dificuldades na efetivação do trabalho, sejam elas: falta de diárias para o deslocamento freqüente até as frações destacadas, acúmulo de atividades dos servidores da área administrativa que impedem a sua assiduidade nas dinâmicas de grupos realizadas anteriormente uma vez por mês e hoje apenas bimestralmente, dificuldade de adequar a escala de serviço dos militares que atuam na área operacional, de forma a não desrespeitar suas folgas e manter uma permanência do mesmo grupo de trabalho.

A maior referência positiva deste trabalho se situa na crescente procura por assistência médica e principalmente psicológica nos consultórios desses profissionais. Os militares conseguem identificar melhor suas reais demandas clínicas procurando assistência por iniciativa própria. Dessa forma, tentam humanizar suas relações com o trabalho e na vida pessoal. O número de militares das frações destacadas que procuram o psicólogo é também bastante significativo.

Concluindo a análise deste trabalho que não pretende ser apenas científico, mas principalmente propositivo, concito os comandantes das frações que solicitem, ou até mesmo convoquem profissionais de saúde da Rede Orgânica e contratada da PMMG, ou pessoas de Entidades da comunidade local, que possuam bagagem pertinente para a ajuda, a fim de levar informações, prevenir o desequilíbrio, diminuindo assim o número de casos de sofrimento e agruras psicológicas do ser humano que existe por trás do super-herói policial-militar.

Devo deixar claro que não foi possível ainda realizar nenhuma avaliação científica para detectar a eficácia do Programa, bem como a sua interferência na saúde física e mental dos militares que participam dele. Entretanto, é possível perceber um maior diálogo entre superiores e subordinados, maior conscientização do papel que desempenham na Corporação, maior valorização pessoal de cada um, além da elevação do moral da tropa. A avaliação será realizada no momento em que for possível visitar todas as frações pertencentes ao Batalhão, ocasião em que será conhecido o perfil dos militares em questão e acionados os Planos de Ação de acordo com a demanda de cada uma delas.

Resta lembrar que cuidar da saúde física e mental das pessoas deve ser responsabilidade de todos nós, integrantes da corporação, não só do setor de saúde, pois nós mesmos é que somos os protagonistas da nossa própria história de vida e agentes do nosso próprio bem-estar.

REFERÊNCIAS

- DEJOURS, Cristophe. **A loucura do trabalho**: estudo da psicopatologia do trabalho. São Paulo: Cortez. 1987.
- DURKHEIM, Émile. **O Suicídio**. Estudo Sociológico. Rio de Janeiro: Zahar. 1982.
- FOUCAULT, Michel. **História da Loucura**. São Paulo: Perspectiva, 1972.
- GARCIA-ROSA, Luiz Alfredo. **Freud e o Inconsciente**. Rio de Janeiro: Zahar, 1988.
- MINAS GERAIS. Polícia Militar, **Programa Básico de Saúde Mental**. Belo Horizonte, 1995.
- REVISTA DE PSICOLOGIA. **Saúde Mental e Segurança Pública**. n. 01, vol. 01, 1997.
- REVISTA ISTO É*. Alvos da sua própria arma. 1311. P. 56-57; 16-57. 16 de novembro de 1994.