

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DE GOIÁS
CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DO ESTADO DE GOIÁS
PÓS-GRADUAÇÃO (LATO-SENSU) EM GERENCIAMENTO
DE SEGURANÇA PÚBLICA**

FLÁVIO ELIAS RIBEIRO

**POSSÍVEIS FATORES VULNERÁVEIS DE DEPRESSÃO EM BOMBEIRO
MILITAR AO INGRESSAR NA RESERVA REMUNERADA**

GOIÂNIA

2016

FLAVIO ELIAS RIBEIRO

**POSSÍVEIS FATORES VULNERÁVEIS DE DEPRESSÃO EM BOMBEIRO
MILITAR AO INGRESSAR NA RESERVA REMUNERADA**

Artigo apresentado em cumprimento às exigências para a obtenção do título de Especialista em Gerenciamento em Segurança Pública no Curso de Pós-Graduação Lato Sensu em Gerenciamento em Segurança Pública

Orientação: Prof. Msc. Anderson Gomes de Oliveira.

GOIÂNIA-GO

2016

FLÁVIO ELIAS RIBEIRO

**POSSÍVEIS FATORES VULNERÁVEIS DE DEPRESSÃO EM BOMBEIRO
MILITAR AO INGRESSAR NA RESERVA REMUNERADA**

Artigo apresentado em cumprimento às exigências para a obtenção do título de Especialista em Gerenciamento em Segurança Pública no Curso de Pós-Graduação Lato Sensu em Gerenciamento em Segurança Pública

Orientação: Prof. Msc. Anderson Gomes de Oliveira.

Professor - Orientador Msc. Anderson Gomes de Oliveira

GOIÂNIA

2016

RESUMO

O objetivo deste artigo foi realizar uma análise sobre fatores que propiciam possíveis motivos de depressão em Bombeiro Militar (BM), quando este ingressa na Reserva Remunerada. Enquanto no serviço ativo, o BM mantém sua identidade profissional, sendo considerado pelos amigos e pela própria sociedade em geral. Entretanto, quando aposentado, essa imagem poderá desfalecer-se, o que o levará a uma depressão. Outro possível problema para aceitação da aposentadoria é a questão do BM estar acostumado com sua rotina diária de serviço e ter de se deparar com um cotidiano totalmente diferente, principalmente com afazeres do lar. O presente artigo, após aprofundar-se em revisões de literatura, apresentará alternativas e meios para que essas possibilidades de depressão não atinja nossos BM's, os quais, destinam seu tempo e muitas vezes, as próprias vidas em prol do bem estar da população. E, que sempre mantenham, além da boa qualidade de vida pós-ativa a identidade profissional bem vista e aceita pela sociedade.

Palavras-Chave: Depressão, Bombeiro Militar, Reserva Remunerada.

ABSTRACT

The purpose of this paper was to perform an analysis of factors that provide possible reasons for depression in Military Firefighters (FF), when they join the Military Reserve Pay. While in active service, the FF maintains their professional identity, being deferred by their friends and by society in general. However, when retired, this image may swoon, what will lead to depression. Another possible problem for acceptance of retirement is the question of the FF be used to their daily routine of service and having to face an entirely different daily routine, especially with home chores. This article, after deepening in literature reviews, will present alternatives and ways for these possibilities of depression not to reach our FF's, who invest their time and often, their lives for the well-being of the population. And, besides the good quality of live after their active duty time, their professional identity keep well seen and accepted by society.

Keywords : Depression, Milkman, Recently Paid.

INTRODUÇÃO

A depressão é considerada como um dos transtornos psiquiátricos mais frequentes não só no Brasil, mas em todo o mundo. Fator este, que leva as pessoas a buscarem ajuda na área de psicoterapia, por acharem-se deprimidas (CARRENHO, 2001).

Considerada como o mal do século, por apresentar índices alarmantes no cenário mundial, a depressão, em um prazo estimado muito próximo, poderá afetar cerca de até 20% da população mundial. Segundo, a Organização Mundial de Saúde, a depressão ocupará o segundo lugar entre as doenças degenerativas que mais se investirá ônus com medicamentos (TEODORO, 2010).

Desde muitos anos a preocupação com o bem estar e a qualidade de vida do homem em relação ao seu trabalho e o pós-trabalho tornou-se popular. Estes se comprometem física e mentalmente dispondo de toda sua energia para proporcionar o bem estar de outrem, onde a maior preocupação é não haver nenhum tipo de erro, pois vidas estão em risco (PRADO, 2011).

São diversas as tarefas desenvolvidas pelo Bombeiro militar, dentre as quais, combate a incêndios, salvamento, resgate. Cujas, exigem respostas rápidas para garantir a integridade física, principalmente, das vítimas, assim como, do próprio Bombeiro. Conforme Lima et al. (2015) no cenário onde predomina várias situações emergenciais implicará ao profissional a convivência com situações e riscos de morte.

Qualquer trabalhador que quer fazer de seu trabalho o melhor possível, para que seu reconhecimento sempre seja destacado, almeja durante suas tarefas o sucesso e a satisfação dos interessados (sociedade). Desta forma, havendo a interrupção (aposentadoria) de seu vínculo trabalhista pode acarretar em danos em sua qualidade de vida, ou seja, riscos sentimentais como, inutilidade, solidão e baixa autoestima logo permearão a vida desse trabalhador (ALVES & ALVES, 2010).

O objetivo do presente trabalho é identificar alternativas de uma melhor qualidade de vida pós-ativa, assim como, procurar de certa forma estimular ao Bombeiro Militar para que mantenha sua identidade profissional e a autoestima elevada, e após identificados sanar da melhor forma os possíveis riscos vulneráveis de depressão que os BM's podem adquirir quando forem para reserva remunerada, será isto é, quando se aposentarem.

METODOLOGIA

O presente projeto trata-se de uma pesquisa básica e descritiva. Pesquisa básica por ter como finalidade o objetivo de adquirir respostas de um fácil nível que se tornem úteis para o interesse amplo universitário.

Descritiva, pois, não há interferência direta do pesquisador, no estudo realizado, isto é, a pesquisa, análise e conseqüentemente, quaisquer registro e interpretação dos fatos observados deverão ser mantidos, não podendo entrar no mérito dos conteúdos.

O propósito do estudo utilizado para o desenvolvimento da fundamentação bibliográfica foi baseado na revisão da literatura, através de leituras de publicações de artigos científicos e revistas online e de livros. Através do levantamento literário de obras que abordam o trabalho, o estresse, a depressão, aspectos estes, voltados para o Bombeiro Militar.

A pesquisa foi feita nos diversos bancos de dados, tais como: SciELO - Scientific Electronic Library Online que abordaram assuntos relacionados à temática, todos em idioma de língua portuguesa, entre os anos de 2000 a 2015.

REVISÃO DA LITERATURA

1. DEPRESSÃO E QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO

Definida como um transtorno mental, decorrente por ações de diversos fatores, sejam eles, psicológicos, ambientais, espirituais, onde facilmente é identificada por demonstrar, no indivíduo, angústia, humor baixo, desinteresse ou sem razão para viver, a depressão é considerada como um dos grandes males do século (TEODORO, 2010).

A depressão pode surgir em qualquer fase da vida do homem, não escolhendo sexo, nem raça, religião ou nível social. Sintomas, como perdas de entes familiares ou amigos, ou até mesmo, a própria saúde ou de outrem comprometidas são o suficiente para que este mal seja desencadeado (CARRENHO, 2007).

Ela traz consigo a necessidade do indivíduo isolar-se, carregado de pensamentos negativos, nervosismo, impaciente, medo e angústia, acarretando desta forma, sérios problemas com a qualidade e bem estar social do depressivo, principalmente, quando passa a se relacionar com seu trabalho (CAVALHEIRO & TOLFO, 2011).

A depressão pode ser vista como uma forma de encobrir a hostilidade negada. Sentimentos raivosos e rancorosos, sejam por quaisquer razões, tem grande chance de trazer os sintomas depressivos, por mais que tente ocultar a raiva ou hostilidade reprimidas, mesmo que sufocados, logo são percebidas por outra pessoa, não há como desaparecer com esse sentimento (CARRENHO, 2007).

Para Veira et al. (2006), a preocupação entre as condições de trabalho e ocorrência de transtornos mentais deve ser levada em conta, pois essa associação poderá desencadear uma mal maior, a síndrome do esgotamento profissional ou síndrome de burnout. Tal síndrome provoca no indivíduo um estado emocional tenso e um estresse fora do comum em virtude de condições de trabalho desgastante, o que a torna sinônima da depressão.

A depressão afeta severamente diversas áreas da vida do indivíduo. Tentando se buscar melhorias para se livrar desse mal, é visto como uma possível

saída o fato de buscar e fortalecer a boa qualidade de vida. Desta forma será estabelecida uma recuperação do funcionamento prévio do indivíduo afetado. No entanto é fundamental a avaliação de desfechos que se levam a uma melhor qualidade de vida para que se diminuam os sintomas depressivos (LIMA & FLECK, 2009).

Qualidade de vida é a sensação humana, onde, o indivíduo encontra em sua vida, o alto grau satisfatório do bem estar tanto social quanto familiar, ou seja, é o padrão de conforto que toda a sociedade almeja (MINAYO, et al., 2000).

Para uma melhor qualidade de vida, busca-se a satisfação no trabalho, no ambiente familiar, assim como, a preocupação com a saúde mental. Uma boa qualidade de vida é sentir-se importante, é buscar reconhecimento pessoal e profissional, tendo, desta forma, suas expectativas, necessidades e prazeres preenchidos (PRADO, 2011).

Em Timossi et al. (2010) é citado que as empresas já estão preocupadas em darem maior atenção ao trabalhador. Através de estratégias desenvolvidas que acompanham a complexidade das relações do mercado que crescem continuamente, as organizações utilizam como saída a melhoria da Qualidade de Vida no Trabalho (QVT), para que o trabalhador desempenhe melhor suas funções, tomando gosto e prazer pela sua atividade laboral, o que irá beneficiar a própria empresa.

Entretanto, a qualidade de vida obrigatoriamente irá ser inerente ao trabalho, o qual se deve evitar ao extremo relacioná-la com o estresse. Pois, deste modo desprenderá um mal na saúde mental do trabalhador, cujo, influenciará em seu ambiente de trabalho e acarretará em seu péssimo desempenho profissional e comprometendo todo o ambiente laboral (MONTEIRO, et al.; 2007).

Entretanto, Silva e Vieira (2008) apresentou uma situação diferenciada das demais. Que uma sobressaída para o embate é a questão do militar se licenciar para não ser licenciado, isto é, os profissionais usam de uma estratégia de faltar alguns dias de trabalho para que não se ausentem por períodos mais longos em virtude de uma possível depressão. Por uma visão de preocupação tanto para o bem estar do militar quanto da instituição, é interessante observar essa estratégia, o que poderia ser relacionada com a escala de serviço do próprio militar deprimido.

E por consequência, a interrupção do trabalho fará com que a estrutura social do trabalhador ao seu meio de serventia seja comprometido, inutilizando-o do que

gosta de fazer diariamente, o qual, implicará em severos danos em sua qualidade de vida (ALVES & ALVES, 2011).

2. RELAÇÃO DE ATIVIDADE DE BOMBEIRO MILITAR E DEPRESSÃO

Conforme previsto no artigo 144 da Constituição Federal (Brasil, 1988) cabe ao Corpo de Bombeiros Militar as atribuições definidas em lei, assim como atividades de defesa civil, ou seja, todas as atividades inerentes a salvamentos, combate a incêndios, resgate e serviços de Defesa Civil são devidamente atribuídos aos Bombeiros militares, que tem como objetivo principal, sempre visar proteção a vidas e bens.

Mesmo sabendo que o bombeiro militar permanece de serviço por um período de 24 horas de plantão é importante salientar sobre, a preocupação para com as condições de trabalho, verificando os aspectos de bem estar, segurança física, mental e social, para que assim o militar possa realizar suas tarefas de forma motivada (PRADO, 2011).

Os bombeiros militares são preparados para desempenhar toda e qualquer situação de emergência. Tais como, combate a incêndios, salvamentos, atendimentos pré hospitalares, fazendo desta forma, que essas situações que levam ao extremo passam a ser rotina constante da vida de um BM. Entretanto, conforme ilustrado por Lima et al. (2015) os profissionais que se expõem às situações traumáticas durante o trabalho têm muito mais risco de contrair enfermidades psíquicas que outros trabalhadores.

Silva e Vieira (2008) retrata que além das situações estressantes e precárias, há também a cobrança da sociedade em um serviço rápido e eficiente. Para tanto, esses fatores irão contribuir para implicações danosas à saúde mental dos profissionais, o que acarretará um sofrimento maior psíquico, o que poderá leva-lo à depressão e muitas das vezes ao suicídio.

Não basta apenas trabalhar em situações extremas e traumáticas, mas, sim, realizar esses serviços de resgate com respostas ao atendimento, rápidas e eficientes. Sendo assim, não só a vida da vítima está em risco, mas, a do próprio bombeiro também, pelo fato da tarefa a ser realizada, onde, qualquer erro, por mais simples que seja, poderá ceifar uma ou mais vidas. Deste modo, trabalhar sobre

pressão pode desenvolver sequelas de enfermidades, como estresse e depressão, onde predomina o Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) (LIMA, 2013).

Todo trabalho possui suas características específicas, entretanto, lidar com vidas alheias tem uma peculiaridade em parte, que, influenciará na manifestação do processo de adoecimento. A rotina do serviço de profissional que constantemente está envolvido em um cenário estressante poderá provocar com o tempo, certos transtornos mentais e comportamentais, que não são fáceis de serem diagnosticados, pois se confundem com quadros de alterações fisiológicas decorrentes de sintomas como insônia ou distúrbios alimentares (CAVALHEIRO & TOLFO, 2011).

Segundo a Organização Internacional do Trabalho (OIT), milhões de pessoas adoecem por males inerentes ao trabalho, dos quais muitos chegam à óbito em decorrência de doenças laborais e acidentes causados na atmosfera do trabalho. Dentre as enfermidades que causam o afastamento ou o falecimento do trabalhador, encontram-se os transtornos mentais, entre outros, a depressão. Pesquisas da Organização Mundial de Saúde apontam, nos próximos anos, a depressão como segunda maior causa de morte, perdendo apenas para doenças cardiovasculares (COSTA & ESTEVAM, 2014).

Deparar-se com situações de emergências, exige do trabalhador (bombeiro), uma capacidade de lidar com riscos e desafios ao extremo, não se impondo limites e, sim, superações. Essa profissão, de lidar com vidas alheias, podem gerar no futuro, comportamentos inadequados e desajustamentos sociais, expondo o bombeiro a se refugiar em seu mundo isolado (PRADO, 2011).

Para os militares estaduais, os fatores que propiciam levá-los à depressão estão imbuídos em duas situações interligadas, as quais são as condições da organização do trabalho (precarização dos meios), assim como, os riscos a que estão expostos, tanto quanto ao uso dos materiais e ao atendimento da ocorrência. A interação entre esses fatores implicam diretamente de forma degenerativa na saúde mental dos profissionais (SILVA & VIEIRA, 2008).

Em Prado (2011) também é retratado a importância do local de trabalho e seus meios para que não se tornem um agente estressor a mais na vida do BM. A preocupação é limitada ao ponto de que o desgaste advindo pelas condições de trabalho não culminem em sentimentos estressantes ao trabalhador.

Quando se trata de uma fase inicial do estresse ou depressão, a intervenção preventiva no bem estar do militar por parte da organização militar se torna mais fácil. Entretanto, se os militares não receberem esse apoio a tempo, o quadro de estresse poderá aumentar culminando em situações piores de se tratar, como é o caso da depressão (OLIVEIRA & BARDAGI, 2010).

Vieira et al. (2006) preocupado com burnout no trabalhador, descreveu essa síndrome como um incêndio interno, na qual resulta de uma tensão produzida pela cobrança ao bom serviço, mas que afeta negativamente a relação trabalho e profissional. Pois, o trabalhador afetado apresentará características como exaustão emocional, despersonalização (desconhecendo a si mesmo) e diminuição da realização pessoal. Tais situações que influenciarão de forma negativa, tanto na QVT quanto na saúde mental do indivíduo.

Para Timossi et al. (2010) o ambiente laboral tem por obrigação oferecer aos trabalhadores condições mínimas de segurança e de saúde no trabalho para que se possa evitar ou ao menos reduzir os riscos de doenças ocupacionais e acidentes de trabalho. Os autores também citam a importância da instituição proporcionar a seus profissionais a capacidade de multiplicar e desenvolver capacidades e habilidades, integração social, informação, além é claro do crescimento profissional.

Rodrigues (2014) mostra que a predominância da depressão é a representação de tristeza e apatia que atingem o corpo e a alma. Mas, também se define pelo carregamento de pensamentos e sentimentos negativos, fator que leva o indivíduo a proporcionar uma menor capacidade de concentração e produção, e conseqüentemente, a uma menor eficácia em seus trabalhos realizados.

Para Schmidt e Figueiredo (2009) deve haver um setor (biopsicossocial) inserido nas organizações de trabalho responsável pelo acompanhamento da saúde mental dos profissionais. O qual será responsável pela captação e trajetória da vida dos usuários depressivos e através de meios terapêuticos tentar solucionar o problema. Trazendo para o foco do presente estudo, a Instituição de trabalho que ainda não possui deve realizar projeto de implantação dessas seções, assim como, nos quartéis que possuem, fazer com que funcione devidamente.

3. CONSEQUÊNCIAS DE UMA APOSENTADORIA (RESERVA REMUNERADA) NÃO “ESPERADA” PELO BOMBEIRO MILITAR

Conforme previsto nas diversas legislações das unidades federativas, a passagem do militar para a Reserva Remunerada (inatividade) requer algumas considerações, como, por exemplo, tratando do Corpo de Bombeiros Militar de Goiás, estão dispostas na Lei 11.416 (Goiás, 1991), conhecida como Estatuto do Corpo de Bombeiros Militar do Estado de Goiás, precisamente em seu artigo 91, as formas de ingressar na Reserva Remunerada, as quais são: a pedido e de ofício.

Segundo, previsto também na mesma Lei 11.416 (Goiás, 1991), citada acima, em seu artigo 92, a transferência a pedido será feita pelo interessado através de requerimento e o referido BM deverá contar com mais de 30 (trinta) anos de serviço. No artigo 93, da mesma lei, a transferência de ofício será realizada quando o BM atingir 62 (sessenta e dois) anos de idade.

Para muitos trabalhadores a aposentadoria é o grande “ápice” depois de longas jornadas de trabalho. Entretanto, ela pode provocar mudanças na vida e gerar ansiedades no indivíduo, pois, haverá uma mudança brusca em sua história e em sua relação no ciclo de amizades. Ingressando na aposentadoria, sua identidade como pessoa poderá ser ameaçada por um mito não muito aceito pela sociedade, o de envelhecer (RODRIGUES, 2005).

A preocupação com a chegada da aposentadoria proporciona vários problemas, tanto na vida pessoal do indivíduo, quanto, ao seu ambiente de trabalho. Pois, o trabalho define o trabalhador, isto é, pelo emprego e função exercida o trabalhador recebe o respeito e admiração devidos, principalmente, os que ocupam cargos de chefia, têm uma maior dificuldade em aceitar a aposentadoria (ROMANINI, et al.; 2005)

TsuTsui (2009) referenciou que a aposentadoria, além do comprometimento físico, pode também acarretar perdas materiais, psicológicas e sociais, assim como, o déficit dos rendimentos financeiros, distanciamento da amizade dos colegas de trabalho, perda do status social que o ambiente laboral proporcionava, entre outros, destacando dessa forma a diminuição da autoestima e da motivação, refletindo em problemas mentais e resultando em crises depressivas até mesmo, levar ao suicídio.

O trabalho é considerado um dos aspectos mais significativos na identidade de um indivíduo. Ou seja, quando se tem sucesso e satisfação no ambiente laboral,

a sua consequência será o reconhecimento social. Destarte, a importância do papel profissional como fundamentos essenciais para se obter um autoestima e um senso de utilidade. Desta forma, sua interrupção fará com que a imagem do trabalhador perca os vínculos sociais e reconhecimento conquistados ao longo dos anos (ALVES & ALVES, 2010).

Para aqueles indivíduos que têm como rotina atividades trabalhistas que se se expõem a situações de grande risco, são enquadrados no cenário conhecido como grupo de risco, os quais tendem a sofrer mais estresse. Para tanto, consideramos o Bombeiro militar como parte desse grupo, pois desempenham uma profissão em que, a qualquer momento podem enfrentar situações de grande tensão que colocam a vida da vítima e sua própria vida em perigo. Sem esquecer que mesmo como sentimento de perigo iminente, o BM deve sempre trabalhar com muita atenção e cautela, fato este, que contribui para uma possível descarga de estresse e conseqüentemente, a uma depressão (PRADO, 2011).

Vários fatores contribuem ao estresse do indivíduo durante seu trabalho, sejam eles, falta de materiais e equipamentos adequados, especialmente, os de proteção individual, ruídos dentro e fora do cenário de operações, são sobremaneira diversidades em que afloram o sentimental de quem está preocupado em salvar vidas (LIMA, et al., 2015).

Após se aposentar, o indivíduo deverá buscar recriar sua identidade pessoal, entretanto, já a possuía quando se interagiu entre os colegas, porém na inatividade deverá alcançar objetivos que redefinirão sua imagem em uma nova fase da vida, para que continue a ter reconhecimento perante à sociedade (RODRIGUES, et al., 2005).

Geralmente, o momento da vida em que o trabalhador alcança sua posição de destaque dentro do setor onde trabalha, irá coincidir com a aproximação da aposentadoria. Com essa preocupação, muitos optam por querer continuar a trabalhar, tendem a supervalorizar o poder, substituir a atratividade e juventude pelo poder, características estas, encontradas principalmente nos líderes e chefes, que sofrem mais com a aposentadoria e, notoriamente, a depressão atinge mais essas pessoas ao se aposentar (ROMANINI, et al.; 2005).

A maior dificuldade inerente, para aqueles trabalhadores que não querem parar, é aceitar que chegou a hora de encerrar suas atividades profissionais. Exposto a situação de que o tempo passou e chegou o momento de parar,

entretanto, o afastamento do trabalho não aceito poderá provocar efeitos psicológicos preocupantes. Ou seja, o trabalhador aposentado terá de lidar com uma nova vida em casa, na qual, para não se sentir inútil irá buscar algo para “passar” o tempo, como serviços domésticos, os quais não estão preparados para fazê-los (ALVES & ALVES, 2010).

Segundo França (2010), enquanto atrelados ao serviço, os trabalhadores mantêm seu tempo ocupado, entretanto, quando aposentados deverão reverter os tempos de trabalho para lazer. No caso do BM que diariamente se mantém ocupado com o serviço que exige todo seu conhecimento e experiência, o que lhe proporciona respeito e admiração, ao ingressar na reserva remunerada, mesmo que por obrigatoriedade, o BM perderá identidade formada enquanto estava na ativa.

Por isso da importância do BM estar sempre em boas condições saudáveis e mentais ao longo de sua carreira, procurando realizar cursos que possam ser bem aproveitados futuramente (aposentadoria) para que possam ser multiplicados aos mais novos, é o que traz em Timossi et al. (2010), sobre as capacidades e diversas habilidades adquiridas pelo trabalhador.

Outro aspecto importante foi visto em Oliveira e Bardagi (2010), no qual aborda que os militares que trabalham na área administrativa demonstram uma aceitação melhor em relação à atividade laboral exercida aos que trabalham na área operacional, onde o estresse predomina. Isso demonstra a importância de realizar um “rodízio” entre os militares em todas as áreas de serviço. O militar acostumado a trabalhar na rua, após se deparar com serviços administrativos possivelmente enxergará a importância de se preocupar com sua QVT.

Conforme Prado (2011), onde diz que só é possível o indivíduo manter sua auto identificação como pessoa de importância em um meio que confirma essa identidade, fica evidente que ao deixar a atividade laboral, o BM passará a se preocupar em perder sua identidade conquistada pelos anos em que prestou serviço à comunidade, isto é, toda sua imagem construída enquanto atribuído às missões poderá rapidamente cair em um esquecimento e conseqüentemente no desprestígio social.

Khoury et al. (2010) trazem um desfecho deslumbrante, quando mostram que pela necessidade do trabalhador em sentir ser útil, ou seja, ser reconhecido e continuar interagindo entre colegas do local de trabalho faz com que sua importância em continuar sendo útil sobressaia sobre a questão financeira. Em

outras palavras, os autores evidenciaram que o que parece ser mais prazeroso nas pessoas não é o dinheiro obtido pelo trabalho, mas o status e o poder que ele representa.

4. ASPECTOS QUE PODERÃO EVITAR A PERDA DA IDENTIDADE PROFISSIONAL DO BM QUE ESTÁ NA RESERVA REMUNERADA

Fôlha e Novo (2011) relatam que a vida humana é muito influenciada pela vida profissional, e conseqüentemente quando chega a aposentadoria extingue-se a perda da identidade, ou seja, evidenciado que a vida pessoal prosperava de acordo com a rotina de trabalho estabelecida. Ao ingressar na aposentadoria a pessoa pode dedicar-se a outras atividades, entretanto, encontrará dificuldades no planejamento de seu novo cotidiano, já que se encontrava acostumado a uma determinada rotina que o acompanhou durante longos anos.

É sábio que a formação da identidade e a inserção na vida social está direcionada ao trabalho exercido pela pessoa. Diversos fatores como, a renda adquirida, motivação, interação contribuem para uma melhor harmonia no ambiente laboral, entretanto, o reconhecimento pelo trabalho exercido é o fator principal que o indivíduo almeja (PRADO, 2011).

Conforme Alves e Aves (2010) a forma mais tranquila para aceitar a aposentadoria, seria de forma gradativa, pois, assim, condições serão criadas para que o trabalhador se adapte mental e psicologicamente melhor, para que aceite a situação de se aposentar e que desde então, comece a formar novos hábitos visando outras formas de ocupação.

Em Tsutsui (2009), é citado que as instituições mais comprometidas com a segurança e bem estar da comunidade não encontra espaço para realizar uma preparação adequada para encaminhar o militar para a reserva remunerada com uma boa qualidade de vida. O autor ainda ressalta que muitos comandantes sabem dessa importância, porém, a necessidade de serviço é muita e a falta de efetivo predomina, ou seja, não há meios de retirar o militar que está prestes a se aposentar para nele depositar um programa de preparação, mas sim, a corporação dependerá do serviço desse militar até ingressar de fato na aposentadoria.

França (2010) defende como propósito de aceitação à aposentadoria, palestras educativas realizadas pelos próprios interessados, relatando sua história e vivência enquanto na atividade laboral. O autor também expressou a importância de exercícios em grupos com o objetivo de facilitar a relação de ajuda em seus novos projetos de vida.

Monteiro et al. (2007) sugerem sobre a importância da boa alimentação, prática regulares de educação física, melhorias no equilíbrio emocional para afastar qualquer tipo de estresse. Aproveitando a importante ressalva dos autores, nesse contexto, uma ótima oportunidade para o BM que ingressa na inatividade, possa manter sua boa imagem, pois a sociedade gosta, de ver militares muito bem preparados fisicamente. De fato, seria uma oportunidade do BM da reserva remunerada não se desvincular totalmente dos serviços da corporação, pois de certa forma, diariamente, estaria realizando atributos que o faria lembrar do cotidiano castrense.

Em França (2002) estabelece um Programa de Preparação para a Aposentadoria (PPA), o qual permite através da realização de exercícios e dinâmicas, e através do desenvolvimento da consciência e de análises, mostrar como o indivíduo ficou vinculado ao trabalho. Conseqüentemente, por meios também, de exercícios e dinâmica de grupo, deverá ser estimulada a criatividade e a liberdade de imaginação para se buscar o que é agradável na aposentadoria.

Para Fôlha e Novo (2011) uma possível saída seria que o aposentado continue com atividades profissionais que tragam maior satisfação, atentando para tanto, o cuidado para com a saúde, relacionamentos, atividades culturais e de lazer. Correlacionado o acima exposto, o BM deverá se planejar de tal forma que estabeleça uma visão multidimensional, que estimule a distribuição equilibrada do tempo entre a afetividade, vida familiar, lazer, participação sócio comunitária, este último, para que mantenha sua identidade profissional.

No entanto França (2002), as empresas exigem cada vez mais, melhores perfis que se adequem ao serviço. Ou seja, o mercado de trabalho está muito mais exigente. Nesta situação o autor defende a hipótese de melhor se aproveitar o trabalho de quem está aposentado, cujo, poderia repassar suas experiências aos mais jovens. Desta forma a empresa evitaria gastos com treinamentos para os iniciantes.

Através da publicação da Lei complementar 216 (Mato Grosso do Sul, 2016) o governo procurou estimular o retorno ao serviço ativo de militares que estão na reserva remunerada através de questão financeira. Disposto nesta Lei está o seguinte enunciado, que o militar da reserva além de seus proventos integrais receberá indenização equivalente a 30% do subsídio do seu posto ou graduação.

Conforme Lei Estadual 19.437 (Goiás, 2016), permitirá que Bombeiros militares da Reserva Remunerada voltem à ativa, com ganho comissionado. Esta Lei possibilita não só o retorno de BM que contrariamente se aposentaram, mas, também, o reconhecimento da importância do ganho considerável ao estado, que poderá contar, a partir de agora, com a experiência e dedicação desses profissionais. Destacando, principalmente, a possível contribuição para com as novas gerações, por meio de aprendizado e disciplina.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo tornou possível retratar melhor a visualização sobre os fatores vulneráveis que contribuem para desencadear a depressão nos Bombeiros Militares que ingressam na Reserva Remunerada. Entretanto, os militares que poderão ser afetados são os que não aceitam trocar o trabalho cotidiano de salvar vidas por afazeres do lar ou mesmo para desfrutarem de uma aposentadoria prevista em lei.

A explicação se dá ao fato do BM se envolver pela atividade exercida durante seus longos anos de serviço ativo. De repente, por dever do Estado chega o momento de se aposentar, o que poderá vir à tona para aqueles BM's que estão acostumados com a rotina de salvar vidas e bens. O militar forjado, bem capacitado e reconhecido perante aos companheiros de serviço, pelos amigos e vizinhos, enfim, pela sociedade do local, terá de acostumar com uma nova rotina em seu cotidiano, quer seja com afazeres de casa ou outros passatempos de uma pessoa aposentada.

O presente trabalho se preocupou em demonstrar os perigos que assombram a qualidade de vida do militar, pois, os sintomas depressivos exercem um forte impacto negativo na saúde mental. Dai se desprende rapidamente síndromes desgastantes como a burnout e às vezes até em situações depressivas piores resultando em um provável suicídio do indivíduo.

Foi visto que a boa qualidade de vida do trabalhador não pode em hipótese alguma se associar com fatores depressivos, pois assim será afetada tanto a saúde do profissional quanto seu local de trabalho. Ou seja, o militar iminente a ingressar na reserva remunerada, caso seja afetado pela depressão, em virtude de não aceitar que seu tempo de serviço ativo na caserna terminou, rapidamente entrará em um estado emocional negativo, o qual irá fazer com que perca a eficiência no atendimento aos serviços, prejudicando assim sua identidade profissional e a própria instituição.

Levando-se em conta a preocupação no parágrafo anterior, o foco do presente trabalho foi direcionado para a atenção em relação aos fatores biopsicossociais que acercam os militares que lidam com serviços estressantes, como é o caso do serviço Bombeiro militar. Sendo destacada para esse tipo de trabalho a seção biopsicossocial, que tratará de assuntos terapêuticos pertinentes à recuperação de militares deprimidos ou estressados.

O estudo também apresentou que pode ser considerada como fator predominante que contribui para a não aceitação da aposentadora o fato do militar perder sua identidade profissional. O BM enquanto na ativa é reconhecido pelas pessoas, tanto as do próprio trabalho quanto as externas (sociedade). É visto não só como um cidadão simples ou um vizinho qualquer e sim, como o Bombeiro fulano de tal. Isso o torna útil ao meio interno e externo, entretanto, ao se aposentar essa imagem corre um grande risco de se perder na memória, trazendo para o indivíduo um sentimento de desprezo e inutilidade.

Ao longo do estudo foram apresentadas hipóteses positivas que poderão contribuir para que esse fato indesejado não ocorra, como é o caso do BM aplicar palestras e ensinamentos de seus conhecimentos técnicos aos militares mais novos e à própria população que o conhece.

Foi evidenciado também no presente trabalho que os trabalhadores (militares) mais velhos tem maior comprometimento com o serviço, por isso em alguns há a rejeição de se aposentar. A experiência em virtude do longo tempo de trabalho é o diferencial no serviço de socorro, onde o profissional não pode errar para que não arque com a vida da vítima ou até mesmo a própria. No entanto, os militares mais antigos, prestes a ingressarem na reserva remunerada se não houver uma especial atenção poderão ficar no esquecimento.

Contudo, deve haver uma preocupação por parte do Comando e até mesmo do Estado em relação aos Bombeiros Militares que estão prestes a se aposentarem. Tem de haver estudos antecedentes a cerca do assunto para que possam preparar os militares a boa recepção da Reserva Remunerada. Mudanças nas funções dos BM's, realizar rodízios entre os serviços administrativo e operacional, inserção dos BM's em palestras educativas, principalmente no seio da comunidade onde mora ou é mais reconhecido. Implantar seções biopsicossociais nos quartéis que ainda não possuem e, nos que possuem verificar se tem esse projeto e fazer funcionar de fato.

Sempre com o intuito de motivar o BM e fazer com que ele entenda antecipadamente que mesmo estando aposentado ele ainda proporcionará utilidade para a Corporação e principalmente à sociedade que ele tanto prestou bons serviços durante sua jornada na ativa.

REFERÊNCIAS

- ALVES, C. M.; ALVES, S. C. A. **Aposentei e agora? Um estudo acerca dos aspectos psicossociais da aposentadoria na terceira idade**, Cel. Fabriciano, 2010. Disponível em: <http://www.unilestemg.br/kaleidoscopio/artigos/volume2/APOSENTEI_E_AGORA_U_M_ESTUDO_ACERCA_DOS_ASPECTOS_PSICOSSOCIAIS_DA_APOSENTADORIA_NA_TERCEIRA_IDADE.pdf>. Acesso em 22 set. 2016.
- BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil**. 35. Ed. Brasília, Câmara dos Deputados 2012. 454 p. Disponível em: <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/constituicao_federal_35ed.pdf> Acesso em: 19 out. 2016.
- CARRENHO, E. **Depressão: tem luz no fim do túnel**. São Paulo: Editora Vida, 2007. 221 p.
- CAVALHEIRO, G.; TOLFO, S. R. Trabalho e depressão: um estudo com profissionais afastados do ambiente laboral. **Revista Psico-USF**, Itatiba, v. 16, n. 2, p. 241-249, ago. 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712011000200013&lng=en&nrm=iso> Acesso em: 22 set. 2016.
- COSTA, A. C.; ESTEVAM, I. D. **Depressão em Policiais Militares: Uma Possível Decorrencia das Atividades Laborais**, Natal, 2014. Disponível em: <<https://psicologado.com/atuacao/psicologia-da-saude/depressao-em-policiais-militares-uma-possivel-decorrencia-das-atividades-laborais>> Acesso em: 09 set. 2016.
- FÔLHA, F.A.S.; NOVO, L.F. **Aposentadoria: Significações e dificuldades no período de transição e essa nova etapa da vida**, Florianópolis, 2011. Disponível em <<https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/26133/5.27.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Acesso em: 24 out. 2016.
- FRANÇA, L. H. Orientação para Aposentadoria nas Organizações de Trabalho: Construção de Projetos para o Pós-Carreira. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, Florianópolis, v. 10, n. 2, p. 177-181, jan. 2010. Disponível em: <<https://periodicos.ufsc.br/index.php/rpot/article/view/22217>>. Acesso em: 012 set. 2016.
- _____. **Repensando Aposentadoria com Qualidade**. Um manual para facilitadores de programas de educação para aposentadoria em comunidades, Rio de Janeiro, 2002. Disponível em <http://www.crde-unati.uerj.br/publicacoes/pdf/repensando.pdf>> Acesso em: 23 out. 2016.
- GOIÁS. **Lei 19.437, de 30 de agosto de 2016**. Dispõe sobre modificações na Lei 18.357, de 30 de dezembro de 2013, no seu anexo único, e dá outras providencias. Diário Oficial do Estado de 31/08/2016.

KHOURY, H. T. T. et al. Por que aposentados retornam ao trabalho? O papel dos fatores psicossociais. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo, v. 13, n. 1, p. 147-165, 2010. Disponível em: <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/4867-11554-1-SM.pdf> Acesso em: 20 out. 2016.

LIMA, E. P.; ASSUNÇÃO, A. A.; BARRETO, M. S. Prevalência de Depressão em Bombeiros. **Caderneta de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 31, n. 4, p. 733-744, abr. 2015. Disponível em: <<http://www.scielo.org/pdf/csp/v31n4/0102-311X-csp-31-04-00733.pdf>> Acesso em: 05 set. 2016.

_____. Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) em Bombeiros de Belo Horizonte. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 31, n. 2, p. 279-288, abr./jun. 2015. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ptp/v31n2/0102-3772-ptp-31-02-0279.pdf>> Acesso em: 05 set. 2016.

LIMA, A. F. B. S.; FLECK, M. P. A. Qualidade de vida e depressão: uma revisão da literatura. **Revista de psiquiatria do Rio Grande do Sul**, Porto Alegre, v. 31, n. 3, 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rprs/v31n3s0/v31n3a02s1.pdf>> Acesso em: 19 out. 2016.

LISSE, W. **Vencendo a depressão**. São Paulo: Editora EBM, 2009. 224 p.

MATO GROSSO DO SUL. **Lei Complementar 216, de 04 de julho de 2016**. Dispõe sobre alterações na Lei 053, de 30 de agosto de 1990, que dispõe sobre o Estatuto dos Policiais Militares de Mato Grosso do Sul. Diário Oficial do Estado de 06/07/2016.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; HARTZ, Zulmira Maria de Araújo; BUSS, Paulo Marchiori. Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, p. 7-18, 2000. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232000000100002&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 10 set. 2016.

MONTEIRO, J. K. et al. Bombeiros: um olhar sobre a qualidade de vida no trabalho. **Revista Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 27, n. 3, p. 554-565, 2007. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pcp/v27n3/v27n3a14.pdf>> Acesso em: 10 set. 2016.

OLIVEIRA, P. L. M.; BARDAGI, M. P. Estresse e comprometimento com a carreira em policiais militares. **Boletim de psicologia**, São Paulo, v. 59, n. 131, p. 153-166, 2009. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/bolpsi/v59n131/v59n131a03.pdf> Acesso em: 20 out. 2016.

PRADO, J. S. **Estresse e Qualidade de Vida em Bombeiros Militares**, Campo Grande, 2011. Disponível em: <<http://site.ucdb.br/public/md-dissertacoes/8180-estresse-e-qualidade-de-vida-de-bombeiros-militares.pdf>> Acesso em 12 set. 2016.

RODRIGUES, M. et al. A Preparação para a Aposentadoria: O papel do psicólogo frente a essa questão. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, São Paulo, v. 6, n. 1, p. 53-62, 2005. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902005000100006> Acesso em: 14 set. 2016.

RODRIGUES, C. M. P. **Ser Polícia: Perturbação de Burnout a Vulnerabilidade ao Stress e à Depressão**. Psicologia.pt – O portal dos psicólogos, Coimbra, 2014. Disponível em: <<http://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0361.pdf>>. Acesso em: 05 set. 2016.

ROMANINI, D. P.; XAVIER, A. P. P.; KOVALESKI, J. L. Aposentadoria: Período de Transformações e Preparação. **Revista Gestão Industrial**, Ponta Grossa, v. 1, n. 3, p. 81-100, jun. 2005. Disponível em: <<https://periodicos.utfpr.edu.br/revistagi/article/view/157/153>> Acesso em: 14 set. 2016.

SCHMIDT, M. B.; FIGUEIREDO, A. C. Acesso, acolhimento e acompanhamento: três desafios para o cotidiano da clínica em saúde mental. **Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental**, São Paulo, v. 12, n. 1, p. 130-140, 2009. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rlpf/v12n1/a09v12n1.pdf>> Acesso em 21 out. 2016.

SILVA, M. B. S.; VIEIRA, S. B. O Processo de Trabalho do Militar Estadual e a Saúde Mental. **Saúde Social**, São Paulo, v. 17, n. 4, p. 161-170, 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/sausoc/v17n4/16.pdf>> Acesso em 20 out. 2016.

TEODORO, W. L. G. **Depressão: corpo, mente e alma**. Uberlândia: Editora Uberlândia, 2010. 240 p. Disponível em: <www.ebooksbrasil.org/adobeebook/depressaoocma.pdf> Acesso em: 15 set. 2016.

TIMOSSI, L. S. et al. **Análise da qualidade de vida no trabalho de colaboradores com diferentes níveis de instrução através de uma análise de correlações**, Ponta Grossa, v. 20, n. 3, jul./set. 2010, p. 471-480. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/prod/v20n3/AOP_200901009.pdf> Acesso em: 18 out. 2016.

TSUTSUI, M. **Qualidade de Vida e a Preparação do Policial Militar para Reserva Remunerada**, Maringá, 2009. Disponível em <http://www.escoladegestao.pr.gov.br/arquivos/File/artigos/administracao_e_previdencia/qualidade_de_vida_e_preparacao_do_pm_para_reserva_remunerada.pdf>. Acesso em 20 out. 2016.

VIEIRA, I. et al. Burnout na clínica psiquiátrica. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, Porto Alegre, v. 28, n. 3, p. 352-356, set./dez. 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rprs/v28n3/v28n3a15.pdf>> Acesso em 18 out. 2016.