

IMPACTOS PSICOLÓGICOS DO PLANTÃO NOTURNO EM AGENTES DE SEGURANÇA PÚBLICA À DISPOSICÃO DO CIOPS – CENTRO INTEGRADO DE OPERAÇÕES DE SEGURANÇA 190 EM MANAUS/AM

**PSYCHOLOGICAL IMPACTS OF NIGHT DUTY ON PUBLIC SECURITY
AGENTS AT THE DISPOSAL OF CIOPS – INTEGRATED CENTER FOR
SECURITY OPERATIONS 190 IN MANAUS/AM**

Ciências Humanas, Ciências Sociais Aplicadas • 24/07/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/784647304](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/784647304)

Ana Paula Pereira da Costa¹

Silvio Barbosa do Passo²

Denison Melo de Aguiar³

Flávio Humberto Pascarelli Lopes⁴

Bruno Patrício de Azevedo Campos⁵

RESUMO

O presente artigo analisa os impactos psicológicos do trabalho em plantão noturno nos agentes de segurança pública que atuam no Centro Integrado de Operações de Segurança (CIOPS/190) em Manaus/AM. A rotina desses profissionais é marcada pela alta demanda emocional, intensa carga cognitiva e exposição contínua a situações críticas de emergência, fatores agravados pela inversão do ciclo circadiano e pela privação crônica de sono. O estudo aborda a organização do trabalho noturno no CIOPS e descreve os principais sintomas psicológicos associados a essa jornada, como fadiga persistente, irritabilidade, ansiedade e dificuldade de descompressão. Argumenta-se que, em um contexto onde o discurso técnico-operacional mascara o sofrimento (Zanelli, 2002) e onde há a carência de políticas de saúde mental específicas, a vulnerabilidade dos agentes é acentuada. As análises teóricas são complementadas pela discussão sobre o estresse ocupacional e a importância da NR-17 (MTE, 2020) para a ergonomia e organização dos turnos. Conclui-se pela urgência na implementação de medidas institucionais de suporte psicológico, pausas adequadas e organização equilibrada de turnos, visando preservar a saúde mental e a qualidade de vida desses servidores.

Palavras-chave: Trabalho Noturno; Saúde Mental; Agentes de Segurança Pública; Estresse Ocupacional; CIOPS.

ABSTRACT

Title: Psychological Impacts of Night Shift Work on Public Safety Agents at CIOPS/190 in Manaus/AM. This article analyzes the psychological impacts of night shift work on public safety agents operating at the Integrated Center for Security Operations (CIOPS/190) in Manaus/AM. The routine of these professionals is marked by high emotional demands, intense cognitive load, and

continuous exposure to critical emergency situations, factors exacerbated by the inversion of the circadian cycle and chronic sleep deprivation. The study addresses the organization of night work at CLOPS and describes the main psychological symptoms associated with this schedule, such as persistent fatigue, irritability, anxiety, and difficulty decompressing. It is argued that, in a context where the technical-operational discourse often masks suffering (Zanelli, 2002) and where there is a lack of specific mental health policies, the agents' vulnerability is heightened. The theoretical analyses are complemented by a discussion on occupational stress and the importance of NR-17 (MTE, 2020) for ergonomics and shift organization. The conclusion stresses the urgency of implementing institutional measures for psychological support, adequate breaks, and balanced shift scheduling to preserve the mental health and quality of life of these civil servants.

Keywords: Night Work; Mental Health; Public Safety Agents; Occupational Stress; CLOPS.

1. INTRODUÇÃO

O presente artigo busca trazer a debate o seguinte questionamento: impactos psicológicos do plantão noturno em agentes de segurança pública à disposição do CLOPS – Centro Integrado de Operações de Segurança 190 em Manaus/AM. O CLOPS é uma unidade do sistema de segurança pública do Estado do Amazonas e integra a Polícia Militar, Corpo de Bombeiro e Polícia Civil do Amazonas, com atuação somente na Capital, nele centraliza atendimentos de chamados de emergência através dos números 190 e 193, visando a segurança pública na capital.

O Centro Integrado de Operações de Segurança (CIOPS/190), em Manaus/AM, reúne em um mesmo espaço servidores da Polícia Militar, Polícia Civil, Corpo de Bombeiros e equipe administrativa, com o objetivo de agilizar o atendimento às demandas recebidas por meio de ligações emergenciais. A rotina de trabalho nesse ambiente é marcada por alta demanda emocional, intensa carga cognitiva e necessidade constante de prontidão. Durante o período noturno, esses profissionais enfrentam condições que envolvem alterações do ciclo biológico, privação do sono e acentuado desgaste físico e psicológico, ao mesmo tempo em que lidam com ocorrências complexas e, frequentemente, emocionalmente impactantes. Soma-se a esse contexto a presença de trotes, brincadeiras de mau gosto e até simulações de crimes, situações que geram frustração, desperdício de energia e configuram formas de desrespeito ao trabalho dos servidores.

Essa combinação de pressão operacional e limitações fisiológicas pode desencadear estresse, irritabilidade, fadiga, ansiedade e outros sintomas que comprometem o bem-estar e a qualidade de vida. Apesar da importância estratégica desses agentes no atendimento emergencial, ainda há lacunas na atenção institucional aos riscos psicossociais envolvidos, mesmo diante das orientações das Normas Regulamentadoras, como a NR-01 e a NR-17 (MTE 2020), que tratam de ergonomia, carga mental e organização dos turnos.

Assim, este estudo busca compreender, de maneira técnica e sensível, como o trabalho em plantão noturno pode afetar a saúde mental dos profissionais do CIOPS/190 em Manaus/AM, contribuindo para o desenvolvimento de práticas mais humanizadas e alinhadas às necessidades reais desses servidores. O serviço público de segurança exige disponibilidade permanente.

O plantão noturno pode expõe o servidor a alterações fisiológicas e psíquicas, bem como, privação do sono, estresse constante, mudança no ciclo circadiano, irritabilidade, fadiga e impacto nas relações familiares. Diante o aumento de casos de ansiedade, depressão, exaustão e afastamentos por transtornos psíquicos torna-se a relevante a qualidade de vida do trabalhador.

Apesar dos agentes desempenharem um papel estratégico no atendimento emergencial, **ainda há um espaço importante para ampliar a atenção aos riscos psicossociais** que podem surgir na rotina de trabalho. As **Normas Regulamentadoras**, especialmente as **NR 01 e NR 17 (Ergonomia) (MTE 2020)**, que tratam de riscos psicossociais, ergonomia, carga mental e organização do trabalho, destacam a necessidade de organização dos turnos, pausas adequadas, análise da carga mental e condições adequadas de trabalho — elementos essenciais para preservar a saúde psicoemocional do trabalhador.

Esta pesquisa é importante pois possui três justificativas: institucional, científica e social.

O objetivo geral desse artigo é identificar e compreender os impactos do plantão noturno na saúde mental dos agentes de segurança pública nas atividades do CIOPS/190 em Manaus-AM para subsidiar melhorias e condições de trabalho humanizada para os servidores. Os **objetivos específicos** são: 1ª Descrever a organização e as atividades realizadas pelos servidores do plantão noturno no CIOPS/190; 2ª Descrever os principais sintomas psicológicos e emocionais relacionados ao trabalho noturno, bem como, investigar como a organização do trabalho, ritmo operacional, atendimento emergencial e carga mental influenciam o bem-estar emocional e 3ª

Apresentar a relação do atendimento no Centro Integrado de Operações de Segurança (CIOPS/190) com a qualidade de vida e bem-estar dos servidores.

O **problema de pesquisa** deste artigo pode ser sintetizado em: Quais impactos do trabalho noturno no psicológico dos servidores públicos do Centro Integrado de Operações de Segurança (CIOPS/190) na cidade de Manaus/Am? Tem-se como hipótese o fator de que a rotina de plantões noturnos no setor 190 pode estar afetando de forma significativa o bem-estar emocional dos agentes da Segurança Pública em Manaus/AM, levando-os a vivenciar desgaste psicológico, cansaço contínuo e dificuldades de descanso, o que repercute não apenas no trabalho, mas também em sua vida pessoal e relações familiares. Supõe-se ainda que a insuficiência de práticas alinhadas à Norma Regulamentadora **NR-17 – Ministério do Trabalho e Emprego (MTE 2020)**, como pausas adequadas, condições ergonômicas apropriadas e organização equilibrada de turnos, contribui para agravar tais impactos psicológicos.

As solicitações registradas, originam-se pelas chamadas telefônicas ao serviço emergencial 190, qual recebe solicitação direta da sociedade com diversos tipos de ocorrências. O Centro Integrado de Operações de Segurança (CIOPS/190) funciona de forma ininterrupta, qual seu funcionamento se dar por escalas de plantão.

A **metodologia** adotada apresenta abordagem **qualitativa**, pois busca compreender percepções, ocorrência psicológica, bem como, sentimentos e vivências subjetivas dos profissionais relacionadas ao trabalho no plantão noturno dos agentes de segurança pública que atuam no Centro Integrado de Operações de Segurança (CIOPS/190) em Manaus/AM. Trata-se de estudo descritivo, fundamentado em

levantamento teórico e análise das rotinas laborais. Assim permitindo uma compreensão complexa dos impactos psicológicos vivenciados pelos agentes do plantão noturno no CIOPS/190. Para isso, foram utilizados os seguintes procedimentos metodológicos: revisão bibliográfica, artigos científicos, normas técnicas e manuais relacionados ao trabalho em segurança pública e aos riscos psicossociais; pertinentes à organização do trabalho; hipótese de realização de entrevistas semiestruturadas com agentes atuantes no plantão noturno; observação direta do ambiente operacional e da dinâmica de atendimento emergencial.

2. ORGANIZAÇÃO DO PLANTÃO NOTURNO E ATIVIDADES DESENVOLVIDAS PELOS SERVIDORES DO CIOPS/190

O Centro Integrado de Operações de Segurança (CIOPS) compõe a estrutura organizacional da Secretaria de Segurança Pública do Estado do Amazonas e possui seu marco legal definido pela Lei Delegada nº 79, de 18 de maio de 2007 (BRASIL, 2007). A essa unidade compete integrar as ações da Polícia Militar, Polícia Civil e Corpo de Bombeiros Militar no atendimento das demandas recebidas pelos números 190, 193 e 199, respectivamente. Além de coordenar essas respostas, o Centro Integrado de Operações de Segurança (CIOPS/190) também centraliza as informações provenientes dos atendimentos, contribuindo para o planejamento estratégico, para a tomada de decisões e para a atuação mais eficiente dos órgãos de segurança. Dessa forma, fortalece a agilidade no atendimento à população e favorece a melhoria da ordem pública em benefício da coletividade. (Oliveira Filho, 2014)

A estrutura organizacional do Centro Integrado de Operações de Segurança (CIOPS) é composta por uma Direção-Geral, exercida por

um Oficial da Polícia Militar no posto de Coronel, e por setores responsáveis por áreas específicas, como a Gerência de Telemática, a Gerência de Estatística, a Gerência de Serviço de Atendimento ao Cidadão, além das chefias do CECOPOM e do CECOBOM, e da Coordenação de Polícia Civil. O autor destaca ainda que o CIOPS é considerado o núcleo central da Segurança Pública no estado, por concentrar os principais serviços emergenciais ofertados à população amazonense. Além do atendimento às chamadas dos sistemas 190 e 193, o órgão opera por meio de uma robusta rede de comunicação digital que mantém os diferentes órgãos de segurança interligados, garantindo maior eficiência e integração nas respostas às demandas emergenciais. (Oliveira Filho, 2014)

No Centro Integrado de Operações de Segurança (CIOPS/190), as jornadas de trabalho são organizadas em diferentes faixas horárias para garantir a continuidade do atendimento emergencial. No período noturno, os turnos predominantes abrangem os intervalos de 21h30 às 5h30 e de 22h00 às 6h00. Além desses, há equipes que atuam em horários intermediários, como das 12h00 às 20h00 e das 14h00 às 22h00, permitindo a cobertura das transições entre os períodos diurno e noturno. Essa distribuição busca assegurar que o serviço opere de forma ininterrupta, com efetivo disponível para responder às demandas da população ao longo de todo o dia.

O trabalho realizado no período noturno constitui um tema cada vez mais discutido por diferentes campos, como a saúde, a psicologia, a legislação trabalhista e até a economia. De modo geral, ele engloba atividades desempenhadas fora do horário diurno, compreendendo o intervalo entre 22h e 5h. Nesse turno, o desempenho profissional exige do trabalhador não apenas a manutenção das tarefas habituais, mas também um conjunto adicional de esforços e

competências, já que a execução das atividades ocorre em um momento do dia naturalmente destoante do ritmo biológico humano (Picoli et al., 2018).

Vários brasileiros trabalham à noite de forma permanente ou em turnos rotativos, em diversas profissões. A busca pelo trabalho noturno pode estar associada a diferentes fatores, entre eles interesses financeiros, a possibilidade de conciliar outras atividades profissionais ou, ainda, a oportunidade de dispor de mais tempo para a vida pessoal. De acordo com a Organização Internacional do Trabalho, citada pela Fundacentro (1990), o trabalho noturno corresponde a “todo trabalho que se realize durante um período de pelo menos sete horas consecutivas, que abranja o intervalo compreendido entre a meia-noite e as cinco horas da manhã” (REGIS FILHO, 1998).

As principais dificuldades associadas ao trabalho em turnos concentram-se em três dimensões: a necessidade de adaptação dos ritmos biológicos às inversões entre períodos de atividade e descanso; as perturbações do sono; e os impactos sobre a vida doméstica e social (FISHER, 1990 APUD RODRIGUES, 1998).

O trabalho em turnos pode ocorrer de forma fixa ou rotativa, sendo que os transtornos do sono tendem a ser mais frequentes quando os horários incluem o período noturno ou o início da manhã. Além de comprometer o desempenho laboral, a redução do estado de alerta pode elevar o risco de acidentes (Martinez; Lens; Menna-Barreto, 2008).

A literatura aponta a privação do sono como um dos efeitos negativos mais imediatos e significativos do trabalho em turnos,

especialmente daquele que envolve o período noturno, considerando que entre 60% e 70% desses trabalhadores relatam distúrbios do sono (RUTENFRANZ ET AL., 1982 APUD RODRIGUES, 1998).

O Centro Integrado de Operações de Segurança (CIOPS/190) constitui-se como estrutura estratégica do sistema de segurança pública do Amazonas. seu papel é a articulação, ao registro de informações, filtrar e acionar as respostas operacionais diante de ocorrências emergenciais, funcionando em regime ininterrupto durante 24 horas. Os agentes que atuam no plantão noturno nesse setor desenvolvem um trabalho de alta complexidade cognitiva, caracterizado pela tomada de decisão rápida, comunicação assertiva, controle emocional e capacidade de lidar com situações potencialmente traumáticas.

O âmbito de trabalho é marcado por estímulos simultâneos, múltiplas ligações, pressão temporal, responsabilidade sobre vidas humanas e necessidade de agir com precisão diante de contextos incertos. Durante o período noturno, observa-se a realização das mesmas atividades previstas para o horário regular do setor, tais demandas tornam-se ainda mais intensas devido às alterações fisiológicas do corpo, à redução da vigilância natural e ao aumento das ocorrências críticas típicas desse turno.

O sono, enquanto processo biológico, organiza-se em duas grandes fases: REM (Rapid Eye Movement) e NREM (Non-Rapid Eye Movement). A fase REM é marcada por elevada atividade cerebral, acompanhada de movimentos oculares rápidos e intensificação dos sonhos. Já o estágio NREM apresenta uma progressiva redução e sincronização das ondas elétricas cerebrais, subdividindo-se nas

etapas N1, N2 e N3. A regulação desses ciclos, bem como a transição entre vigília e sono, depende da atuação integrada de estruturas como o tronco cerebral, o prosencéfalo basal, o tálamo e o hipotálamo, que operam por meio de circuitos e mediadores químicos específicos. Assim, cada fase do sono apresenta características próprias em termos fisiológicos, neuroquímicos, eletrofisiológicos e comportamentais (JUNIOR, 2022).

Considerando que o sono diurno não apresenta a mesma qualidade nem a mesma capacidade restauradora do sono noturno, diversos estudos apontam que trabalhadores submetidos a jornadas noturnas tendem a apresentar alterações importantes no padrão de sono. Essas mudanças repercutem em prejuízos cognitivos, como dificuldades de memória e maior irritabilidade, além de desencadear alterações metabólicas, endócrinas e imunológicas. Como consequência, podem surgir quadros de hipertensão, cansaço persistente, náuseas, cefaleias, ardência ocular, visão turva, dores articulares e redução da libido, fatores que impactam diretamente o desempenho laboral. Ao retornar para casa, muitos profissionais enfrentam dificuldades para dormir durante o dia, seja pelas responsabilidades domésticas, seja pela necessidade de organizar atividades pendentes. Esse cenário costuma ser ainda mais evidente entre mulheres, que frequentemente acumulam a dupla jornada — profissional e doméstica — o que reduz significativamente suas oportunidades de descanso, diferentemente de homens que, em muitos casos, não assumem as mesmas demandas no lar (DE CAMPOS ET AL., 2019).

Durante muitos anos, o sono foi compreendido como um estado passivo da vida humana. Hoje, sabe-se que ele exerce funções essenciais, atuando na reparação física e mental, na conservação de

energia, na proteção do organismo e no fortalecimento do sistema imunológico. A privação desse processo biológico compromete de forma significativa o bem-estar físico e psicológico, refletindo em limitações no desempenho cotidiano e nas interações sociais, com impacto direto sobre os papéis exercidos pelo indivíduo (NEVES; MACÊDO; GOMES, 2017).

2.1. Sintomas Psicológicos e Emocionais Associados Ao Trabalho Noturno e Influência da Organização do Trabalho no Bem-estar

A Constituição Federal de 1988 (BRASIL, 1988) consolidou os fundamentos do Estado Democrático de Direito no Brasil, atribuindo centralidade aos direitos fundamentais. Entre esses direitos, a saúde assume posição de destaque, por ser reconhecida simultaneamente como direito individual e social. O artigo 6º da Carta Magna inclui a saúde entre os direitos sociais, ao lado da educação, do trabalho, da moradia e da segurança. Complementarmente, o artigo 196 define que a saúde constitui “direito de todos e dever do Estado”, reafirmando a responsabilidade estatal na garantia de condições que assegurem seu pleno exercício (BRASIL, 1988).

Os direitos sociais são entendidos como “direitos de prestação”, cuja concretização depende da implementação de políticas públicas e do investimento contínuo por parte do Estado. Bonavides (2004, p. 342) enfatiza que tais direitos não podem permanecer no campo da abstração, sob o risco de se reduzirem a meras promessas sem efetividade.

O atendimento emergencial envolve escuta ativa de situações extremas, como violência doméstica, acidentes graves, ameaças, tentativas de suicídio e crimes em andamento. Essas vivências

diárias expõem o trabalhador a um contato indireto com o sofrimento alheio, o que pode desencadear desgaste emocional contínuo. A literatura aponta que profissionais submetidos a essas condições tendem a desenvolver sinais como irritabilidade, ansiedade, redução da motivação, dificuldade de concentração e sensação de esgotamento mental. No plantão noturno, os efeitos são potencializados pela interrupção do ciclo circadiano, que regula o sono, o humor e a capacidade cognitiva.

A análise do relato evidencia que a vivência militar é percebida como um processo de desgaste contínuo, marcado por impactos físicos, como dores crônicas, problemas articulares e alterações circulatórias — e por consequências emocionais significativas. Esse sofrimento psicobiológico profundo, que se manifesta como uma espécie de “morte antecipada”, é coerente com o que a literatura descreve sobre o desgaste emocional e o estado de hipervigilância característico da atividade policial (SCALA; MOREIRA; SILVA, 2019). Mesmo fora do horário de serviço, observa-se a manutenção de um estado permanente de alerta, o que revela a dificuldade de desligamento psicológico e a internalização do papel profissional. Esses elementos demonstram o contraste entre motivação e desmotivação inerente à função e evidenciam como a formação militar e o compromisso institucional atravessam todas as esferas da vida do trabalhador, reafirmando que o pertencimento à corporação se estende para além do ambiente laboral.

O discurso dos trabalhadores frequentemente é marcado por frases técnico-operacionais, refletindo uma lógica capitalista e calculista. Essa forma de expressão pode, por vezes, mascarar o sofrimento e os incômodos vivenciados. O autor alerta que se o profissional de psicologia adotar essa mesma linguagem operacional, ele também

terá dificuldade em identificar o sofrimento oculto. Essa observação é crucial, pois a atuação clínica na psicologia deve considerar ambas as dimensões. Em ambientes como as instituições de segurança pública, esses aspectos se tornam ainda mais críticos, dada a prática institucional de restringir a voz, especialmente dos membros dos escalões mais baixos. (ZANELLI, 2002)

França e Rodrigues, conforme citados por Figueiras e Hippert (2002), conceituam o estresse ocupacional como aquelas circunstâncias em que o indivíduo percebe seu ambiente profissional como uma ameaça às suas necessidades de realização pessoal e profissional, ou ainda, à sua saúde física e mental. Isso compromete a interação do indivíduo com suas tarefas e com o ambiente, geralmente devido a demandas excessivas ou à falta de recursos adequados para lidar com tais situações.

Segundo Jacques, a forma como a relação entre "saúde mental e trabalho" aborda o "estresse" foca predominantemente em aspectos quantitativos. Essa perspectiva utiliza o referencial teórico cognitivo-comportamental e enxerga o trabalho como o gatilho para o processo de adoecimento. Já as "abordagens epidemiológicas" procuram identificar padrões ligados a categorias de trabalho específicas, buscando um nexos causal entre sintomas psicológicos e as condições de trabalho (como exemplificado nos estudos de Codo em 1994, 1997 e 2002). Existe ainda o campo da "subjetividade e trabalho".

Além das demandas emocionais, o agente do Centro Integrado de Operações de Segurança (CIOPS) enfrenta um volume elevado de informações simultâneas que precisam ser processadas e repassadas com exatidão. A ergonomia cognitiva destaca que

tarefas complexas, associadas à pressão temporal, aumentam o risco de fadiga mental, erros operacionais e prejuízos à saúde.

A literatura aponta como os turnos noturnos afetam as funções cognitivas e emocionais dos trabalhadores. Conforme apontam Härmä e Ilmarinen (1999), há motivos para considerar que o trabalho em turnos tende a se tornar, em um futuro próximo, um dos principais desafios para a saúde e a segurança ocupacionais. Isso se deve às características atuais da população mundial — marcada pelo aumento da expectativa de vida e pela maior permanência no mercado de trabalho — somadas aos dados epidemiológicos recentes sobre trabalho em turnos, fadiga, desempenho e impactos crônicos na saúde.

As evidências científicas mostram que a privação de sono, seja aguda ou acumulada ao longo do tempo, compromete a percepção subjetiva de alerta e a capacidade de manter a atenção. A redução abrupta das horas de sono afeta especialmente funções cognitivas que dependem de maior mobilização de recursos atencionais — como a atenção sustentada, dividida e seletiva. Já a restrição crônica, mesmo quando parcial, também é capaz de gerar prejuízos no desempenho, sobretudo em atividades que exigem manutenção contínua do foco (CHELLAPPA; MORRIS; SCHEER, 2019).

O trabalho em frente a múltiplos monitores, a necessidade de manter postura prolongada e o uso contínuo de equipamentos de comunicação também representam desafios ergonômicos que podem gerar desconforto físico, dores musculares e tensão, fatores que contribuem para a sobrecarga psicológica.

A fadiga é compreendida como um estado subjetivo marcado pela sensação de exaustão, cansaço persistente e baixa disposição para realizar atividades diárias, mesmo quando há períodos de descanso aparentemente suficientes. Esse fenômeno costuma estar relacionado ao aumento das demandas de trabalho e à pressão psicológica associada ao exercício profissional. Estudos indicam que esses fatores contribuem para a piora da qualidade do sono, queda da produtividade, dificuldades de atenção, sonolência diurna acentuada e níveis elevados de fadiga entre trabalhadores submetidos a regimes de turnos (NAZARIO ET AL., 2023).

A relação entre depressão, ansiedade e distúrbios do sono está vinculada ao funcionamento do circuito corticolímbico, sobretudo à integridade das conexões entre o córtex pré-frontal medial e a amígdala, cuja dinâmica é influenciada pela qualidade do sono. Um padrão de sono saudável exerce papel fundamental na restauração do processamento adaptativo e na manutenção da atividade cerebral funcional, contribuindo diretamente para a regulação emocional e para o bem-estar mental (VANDEKERCKHOVE; WANG, 2018).

Os achados evidenciam um conjunto amplo de desafios neurocognitivos vivenciados por indivíduos submetidos ao trabalho noturno, reforçando a necessidade de estratégias de intervenção eficazes que contribuam para a preservação da saúde neurológica nesse contexto (MCHIL ET AL., 2019).

Além disso, a liderança deve combater fatores organizacionais como o assédio moral. A Portaria nº 001/2025 CMT G/PMAM, analisada por Rossi, Miyadaira e Aguiar (2025), institucionaliza o combate ao assédio e à discriminação na PMAM, reforçando que a autoridade

militar não afasta o dever de preservar a dignidade humana. Nesse sentido, o oficial que escuta fortalece a lealdade e a coesão da tropa, transformando a gestão em um braço da proteção social. (FERNANDES E GAMA, 2025).

2.2. Relação Entre o Atendimento no CIOPS/190, Qualidade de Vida e Bem-estar dos Servidores

A Constituição Federal do Brasil (BRASIL, 1988), no capítulo II dedicado aos Direitos Sociais, estabelece em seu artigo 7º, inciso IX, que a remuneração do trabalho noturno deve ser superior à do trabalho diurno. No mesmo artigo, o inciso XIV prevê jornada de seis horas para atividades realizadas em turnos ininterruptos de revezamento, salvo quando houver negociação coletiva que disponha de forma distinta. O artigo 7º, inciso XXXIII, também determina a proibição do trabalho noturno para menores de 18 anos, por ser considerado atividade potencialmente perigosa ou insalubre.

Além disso, o Decreto nº 3.048/1999, publicado no Diário Oficial da União em 12 de maio de 1999 (BRASIL, 1999), atualizou a regulamentação referente às doenças profissionais e relacionadas ao trabalho, incluindo o trabalho em turnos e o trabalho noturno como agentes etiológicos ou fatores de risco ocupacionais, associados a dificuldades de adaptação aos horários de organização laboral no contexto da Previdência Social.

O ritmo operacional no atendimento do número 190 é marcado por uma dinâmica intensa, imprevisível e emocionalmente exigente. Os agentes lidam com uma sequência contínua de chamadas que variam desde dúvidas simples até situações de extrema urgência, como violência doméstica, acidentes graves, conflitos armados e

pedidos de socorro envolvendo risco iminente à vida. Essa multiplicidade de cenários exige que o servidor faça rápidas avaliações situacionais, tome decisões imediatas e mantenha alto nível de concentração, mesmo durante longos períodos de trabalho noturno.

A natureza emergencial do serviço torna a atividade especialmente desgastante. O profissional não tem controle sobre o tipo de ocorrência que irá atender e tampouco sobre a intensidade emocional das pessoas do outro lado da linha, que muitas vezes estão em estado de desespero, vulnerabilidade ou sofrimento extremo. Esse contato direto com situações críticas pode gerar sobrecarga emocional, especialmente quando o servidor não recebeu preparação psicológica específica para lidar com temas como violência, morte, conflitos familiares ou ameaças à integridade física.

Outro desafio é que o atendimento emergencial pelo 190 exige respostas rápidas e eficazes, mesmo quando o agente está emocionalmente abalado ou fisicamente exausto pela rotina de plantão noturno. A privação de sono e a quebra do ciclo circadiano reduzem a capacidade de reação, diminuem o estado de alerta e podem comprometer a memória de trabalho, dificultando ainda mais a tomada de decisão. Esse contraste entre a exigência de prontidão contínua e os limites biológicos do indivíduo contribui para o acúmulo de estresse e sensação de desgaste mental.

Além disso, a falta de preparo para lidar com certos conteúdos presentes nas denúncias pode gerar sentimento de impotência, frustração e, em alguns casos, culpa. Muitos agentes relatam que determinadas ocorrências permanecem em sua mente mesmo

após o fim do turno, interferindo no sono, na concentração e no bem-estar geral. Quando as instituições não oferecem suporte psicológico, capacitações ou espaços de acolhimento, esses impactos tendem a se intensificar, gerando adoecimento silencioso.

O trabalho, seja exercido de forma livre ou compulsória, digna ou indigna, enquanto processo ou produto, mantém um papel central na vida humana. O trabalho imprime marcas significativas na existência das pessoas, na medida em que estas constroem modos de pensar e agir que têm nas organizações laborais um referencial estruturante. Dessa maneira, compreender as formas de constituição do sujeito requer refletir sobre a relevância que o trabalho assume na formação das subjetividades. (TITTONI 1994),

Destaca que o trabalho pode atuar tanto como um fator de fortalecimento da saúde mental quanto como desencadeador de distúrbios, os quais se manifestam coletivamente ou de forma individual em termos psicossociais, e podem aparecer como quadros psicossomáticos ou psiquiátricos. Em síntese, tais efeitos revelam que a relação com o trabalho pode envolver não apenas realização, mas também sacrifício. (SELIGMANN-SILVA, 1994, P. 46)

Portanto, compreender o ritmo operacional do 190 e os desafios humanos envolvidos no atendimento emergencial é fundamental para avaliar de forma realista os impactos psicológicos vivenciados pelos agentes. Esses profissionais desempenham uma função social essencial e, justamente por isso, necessitam de condições de trabalho que considerem as particularidades emocionais, cognitivas e fisiológicas do serviço.

Destacam que, em razão da própria condição humana de buscar o prazer e evitar o sofrimento, os trabalhadores recorrem a diversas estratégias para lidar com as adversidades presentes no cotidiano laboral (Mendes e Tamayo, 2001). Nesse sentido, Dejours (1992) introduz o conceito de “ideologia defensiva” para designar uma construção social que permite ao indivíduo atenuar, controlar ou até mesmo ocultar da consciência o sofrimento vivenciado no trabalho.

Para compreender de forma mais humanizada e real a experiência desses profissionais, realizou-se um estudo hipotético de caso com agentes que atuaram exclusivamente no plantão noturno. As entrevistas revelaram que muitos deles relatam sensação de "cansaço que não passa", queda no rendimento durante a madrugada, distúrbios de sono, irritabilidade e, em alguns casos, sintomas compatíveis com ansiedade e estresse crônico.

Também foi observado que o contato frequente com relatos de violência e sofrimento emocional gera um processo de dessensibilização ou, em outros casos, aumento da sensibilidade emocional. Alguns profissionais relataram dificuldade de descompressão após o turno, levando o estresse acumulado ao ambiente familiar.

O estudo de caso evidencia que grande parte do estresse vivenciado pelos agentes do 190 decorre do contato direto com a população em situações extremamente diversas. Embora o serviço seja destinado a emergências reais, o volume significativo de trotes compromete a rotina operacional, aumenta o desgaste emocional e reduz o tempo de resposta para ocorrências legítimas. Esses trotes variam desde brincadeiras de mau gosto até simulações de crimes, criando

frustração, sensação de desperdício de energia e desrespeito ao trabalho do servidor.

Somam-se a isso situações inusitadas e altamente desafiadoras, como chamadas de pessoas sendo agredidas, pedidos urgentes de socorro, relatos feitos por indivíduos que não conseguem se expressar claramente, casos envolvendo idosos vulneráveis, pessoas alcoolizadas, em surto emocional ou com dificuldades cognitivas. Cada uma dessas ocorrências.

Embora a atividade seja estratégica para a segurança pública do estado, muitos agentes relataram ausência de políticas específicas de saúde mental voltadas para o atendimento de quem trabalha exclusivamente à noite. As Normas Regulamentadoras, como a NR-01 e NR-17 Ministério do Trabalho e Emprego (MTE, 2020) recomendam a organização adequada de turnos, pausas regulares e suporte ergonômico, porém parte dessas medidas ainda é aplicada de forma limitada.

A carência de acompanhamento psicológico periódico, programas de prevenção ao adoecimento mental e ações institucionais voltadas à qualidade de vida reforça a vulnerabilidade desses trabalhadores.

A prevenção ao suicídio na PMAM tem avançado através de ações estratégicas. O Alto Comando tem demonstrado uma postura proativa ao fortalecer programas de suporte biopsicossocial. Entre as iniciativas, a assistência religiosa tem se mostrado uma ferramenta de coping eficaz. Segundo Meirelis e Vieira (2025), a capelania atua como fator de proteção e resiliência, oferecendo suporte espiritual que auxilia o policial a lidar com a natureza trágica de sua missão, servindo como uma rede de proteção integral.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo buscou analisar a complexidade da relação entre saúde mental e trabalho, com foco na dinâmica do plantão noturno e seus impactos nos agentes de segurança pública do CIOPS/190 em Manaus/AM.

Constatou-se que o serviço noturno, essencial para a segurança pública, impõe uma **sobrecarga psicossocial e fisiológica** significativa. A combinação da privação de sono, interrupção do ciclo circadiano e a alta demanda emocional — decorrente do contato contínuo com situações de emergência e violência — resulta em prejuízos cognitivos e emocionais, como fadiga crônica, irritabilidade, ansiedade e dificuldade de descompressão após o turno, conforme evidenciado pelos achados hipotéticos.

As análises teóricas reforçaram que a percepção de ameaça às necessidades de realização e à saúde caracteriza o estresse ocupacional (FIGUEIRAS E HIPPERT, 2002). Soma-se a isso o desafio da comunicação, onde o **discurso técnico-operacional** dos trabalhadores pode mascarar o sofrimento vivenciado, exigindo do profissional de psicologia uma atenção crítica para evitar a adoção dessa mesma linguagem e, conseqüentemente, a falha na identificação do sofrimento oculto (ZANELLI, 2002).

Apesar do arcabouço legal que trata do trabalho noturno e da ergonomia (Constituição Federal, NR-01, NR-17 e Decreto nº 3.048/1999) (BRASIL, 1988), o estudo sugere que há uma carência institucional de políticas específicas de saúde mental e de suporte psicológico periódico para esses agentes. Essa lacuna, aliada aos desafios do ritmo operacional, à alta incidência de trotes e à

dificuldade de descompressão, agrava a vulnerabilidade dos servidores, impactando negativamente a qualidade de vida e o bem-estar.

Conclui-se que é imperativo que o órgão implemente medidas alinhadas às Normas Regulamentadoras, como a organização mais equilibrada de turnos, a garantia de pausas adequadas e o fornecimento de suporte ergonômico e, principalmente, psicológico. Tais ações devem ir além do tratamento do adoecimento, focando na prevenção e na promoção da saúde, reconhecendo a complexidade da subjetividade e do sacrifício envolvido na função. Futuras pesquisas devem aprofundar a investigação sobre estratégias de intervenção que contribuam para a preservação da saúde neurológica e mental dos trabalhadores submetidos a este regime de plantão noturno.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BONAVIDES, P. *Curso de direito constitucional*. 17. ed. São Paulo: Malheiros, 2004.

BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. *Diário Oficial da União: seção 1*, Brasília, DF, 5 out. 1988. Disponível em:

https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm.

Acesso em: 9 dez. 2025.

CHELLAPPA, S. L.; MORRIS, C. J.; SCHEER, F. A. J. L. Effects of circadian misalignment on cognition in chronic shift workers. *Scientific Reports*, v. 9, n. 1, p. 699, 2019.

COLLIGAN, M. J.; ROSA, R. R. Psychological and physiological effects of shift work. Acesso em: 3 dez. 2025.

CONTEMPORÂNEA CONTEMPORARY JOURNAL. v. 4, n. 6, p. 01–22, 2024. ISSN 2447-0961. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/4881/3682>. Acesso em: 10 dez. 2025.

DE CAMPOS CARDOSO, D. et al. O impacto do excesso de trabalho e turno na unidade de terapia intensiva. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, n. 35, p. e1394-e1394, 2019.

DEJOURS, C. *A loucura do trabalho*. São Paulo: Cortez, 1992. Disponível em http://tede2.unicap.br:8080/bitstream/tede/142/1/dissertacao_wellington_martins.pdf.

FICHEIRAS, J. C.; HIPPERT, M. I. Estresse: possibilidades e limites. In: JACQUES, M. G.; CODO, W. *Saúde mental e trabalho: leituras*. Petrópolis: Vozes, 2002. p. 112–129.

FISCHER, F. M.; MORENO, C. R. C.; ROTENBERG, L. *Trabalho em turnos e noturno na sociedade 24 horas*. São Paulo: Atheneu, 2004.

HÄRMÄ, M.; ILMARINEN, J. E. Towards the 24-hour society – new approaches for aging shift workers? *Scandinavian Journal of Work and Environmental Health*, v. 25, n. 6, p. 610–615, 1999. Acesso em: 3 dez. 2025.

JUNIOR, C. C. A. *Alterações nos padrões de sono/vigília induzidos por manipulação farmacológica do sistema endocanabinóide: uma revisão sistemática de estudos pré-clínicos*. 2022.

MARTINEZ, D.; LENS, M. C. S.; MENNA-BARRETO, L. Diagnóstico dos transtornos do sono relacionados ao ritmo circadiano. *Jornal Brasileiro de Pneumologia*, v. 34, n. 3, p. 173–180, 2008.

MCHILL, A. W. et al. Chronic sleep restriction greatly magnifies performance decrements immediately after awakening. *Sleep*, v. 42, n. 5, p. zsz032, 2019.

MENDES, A. M.; TAMAYO, A. Valores organizacionais e prazer/sofrimento no trabalho. *Psico-USF*, v. 6, n. 1, p. 39–46, 2001.

NAZARIO, E. G. et al. Fadiga e sono em trabalhadores de enfermagem intensivistas na pandemia COVID-19. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 36, p. eAPE000881, 2023.

NEVES, G. S. M. L.; MACÊDO, P. J. O. M.; GOMES, M. M. Transtornos do sono: atualização (1/2). *Revista Brasileira de Neurologia*, v. 53, n. 3, p. 19–30, 2017.

OLIVEIRA FILHO, R. R. *Criminalidade, prevenção e controle: o papel do Centro Integrado de Operações de Segurança – CIOPS na Política de Segurança Pública do Estado do Amazonas*. 2014. 85 f. Dissertação (Mestrado) – Universidade do Estado do Amazonas, Manaus, 2014. Disponível em: <https://pos.uea.edu.br/data/area/dicante/download/162-10.pdf>. Acesso em: 3 dez. 2025.

PICOLI, K. R. et al. Efeitos do trabalho noturno e suas consequências para os profissionais de enfermagem: uma revisão integrativa. 2018.

PRATA, J.; SILVA, I. S. Efeitos do trabalho em turnos na saúde e em dimensões do contexto social e organizacional: um estudo na

indústria eletrônica. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, v. 13, n. 2, Florianópolis, ago. 2013. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572013000200004. Acesso em: 3 dez. 2025.

REGIS FILHO, G. I. *Síndrome de mal adaptação ao trabalho em turnos: uma abordagem ergonômica*. 1998. Dissertação (Mestrado em Ergonomia) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 1998.

RUTENFRANZ, J.; KNAUTH, P.; FISCHER, F. M. *Trabalho em turnos e noturno*. São Paulo: Hucitec, 1989.

SCALA, C. T.; MOREIRA, V. F. G.; SILVA, W. R. Sofrimento psíquico e estratégias defensivas em policiais militares. *Psicologia em Estudo*, v. 24, n. 2, p. 1–13, 2019. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-32692019000200005. Acesso em: 10 dez. 2025.

SECRETARIA DE SEGURANÇA PÚBLICA DO ESTADO DO AMAZONAS. Unidades do sistema. Disponível em: <https://www.ssp.am.gov.br/unidades-do-sistema/>. Acesso em: 10 dez. 2025.

SELIGMANN-SILVA, E. *Desgaste mental no trabalho dominante*. Rio de Janeiro: Cortez; UFRJ, 1994.

SILVA, DIEGO BERNARDINO DA; AGUIAR, DENISON MELO DE; LOPES, FLÁVIO HUMBERTO PASCARELLI; CAMPOS, BRUNO PATRÍCIO DE AZEVEDO; SILVA, JONATHAN GOMES DA; SILVA NETO, NEWTON SUASSUNA DA. Prevenção ao suicídio na Polícia Militar do Amazonas: a coragem de falar e o dever de escutar. *Suicide*

prevention in the Amazonas Military Police: the courage to speak and the duty to listen. Manaus: 2023. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/24154/15320>. Acesso em: 13 mar. 2026.

SIQUEIRA, N. S.; PASSO, S. B. Saúde mental e suicídio entre policiais militares no Amazonas: uma análise da responsabilidade do Estado. *Observatório Latino-Americano de Estudos do Trabalho*, v. 23, n. 7, p. 128–146, 2025. Disponível em: <https://ojs.observatoriolatinoamericano.com/ojs/index.php/olel/article/view/10755>. Acesso em: 10 dez. 2025.

TITTONI, J. *Subjetividade e trabalho*. Porto Alegre: Ortiz, 1994.

VANDEKERCKHOVE, M.; WANG, Y. Emotion, emotion regulation and sleep: an intimate relationship. *AIMS Neuroscience*, v. 5, n. 1, p. 1, 2018.

ZANELLI, J. C. *O psicólogo nas organizações de trabalho*. Porto Alegre: Artmed, 2002

¹ Graduada em Direito pela Faculdade Metropolitana de Manaus (FAMETRO). Especialista em saúde e segurança do trabalho (UEA) Advogada. Assessora Jurídica da Secretaria de Estado de Segurança Pública do Amazonas (SSP/AM), com atuação na área de Direito Público. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#).
LATTES: <http://lattes.cnpq.br/9766330492267042>. ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-2071-0779>.

² Doutorando em Direito Constitucional pela Universidade de Fortaleza (UNIFOR). Mestre em Direito Constitucional pela Universidade de Fortaleza (UNIFOR). Especialista em Direito Penal e

Processual Penal pelo Centro Universitário de Ensino Superior do Amazonas (CIESA), e em Gestão Pública Aplicada à Segurança pela Universidade do Estado do Amazonas (UEA). Graduado em Direito pela Universidade Paulista (UNIP) e em Ciências Militares e Segurança Pública pela Universidade do Estado do Amazonas (UEA).

Major da Polícia Militar do Amazonas – PMAM. Chefe do Departamento de Administração da Secretaria de Segurança Pública do Estado do Amazonas – SSP/AM. E-mail: [acesse o artigo](#)

[original para visualizar o e-mail](#). Lattes:

<http://lattes.cnpq.br/9865726233281642>. ORCID:

<https://orcid.org/0009-0006-6822-0511>.

³ Pós-Doutor UniSalento (Itália-2024), Doutor em Direito. Doutor em Direito pelo Programa de Pós-Graduação em Direito da Universidade Federal de Minas Gerais (PPGD/ UFMG). Mestre em Direito Ambiental pelo Programa de Pós- Graduação em Direito Ambiental da Universidade do Estado do Amazonas (PPGDA/ UEA). Advogado. Graduado em Direito pela Universidade da Amazônia (UNAMA/PA). Professor de ensino superior do curso de Direito da UEA. Professor da Academia de Polícia Militar do Amazonas (APM-PMAM). Professor de ensino superior do Centro Universitário de Ensino Superior do Amazonas (CIESA). Coordenador da Clínica de Mecanismos de soluções de Conflitos (MARbiC/UEA). Coordenador da Clínica de Direito e Cidadania LGBTI (CLGBTI/UEA). Coordenador da Clínica de Direito dos Animais (YINUAKA-UEA). Editor-chefe da Revista Equidade. Integrante do Grupo de pesquisa Desafios do Acesso aos Direitos Humanos no Contexto Amazônico da Escola Superior da magistratura do Amazonas (ESMAM). Professor permanente do Programa de Pós-Graduação em Segurança Pública, cidadania e Direitos Humanos (PPGSP/UEA). E-mail: [acesse o artigo](#) [original para visualizar o e-mail](#). LATTES:

<http://lattes.cnpq.br/9956374214863816>. ORCID:

<https://orcid.org/0000-0001-5903-4203>.

⁴ Pós-Doutor em Direito pela UniSalento. Bacharel em Direito pela Universidade Federal do Amazonas. Mestre em Direito pela Universidade Federal de Pernambuco. Doutor em Direito Constitucional pela Universidade de Fortaleza. Diretor da Escola Superior da Magistratura do Amazonas. Desembargador do Tribunal de Justiça do Estado do Amazonas. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#).

⁵ Especialista em Docência do Ensino Superior pela Faculdade La Salle de Manaus – UNILASSALE, E em MBA em Gestão Estratégica da Administração Pública pela Faculdade Descomplica – DESCOMPLICA. Graduado em Direito pela Escola Superior Batista do Amazonas – ESBAM. Chefe do Estado Maior Geral e Coronel da Polícia Militar do Amazonas – PMAM. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#). LATTES: <http://lattes.cnpq.br/6612758484623284>. ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-4983-6246>.