



CATÓLICA  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO  
E PSICOLOGIA

---

PORTO

# A VIVÊNCIA DAS FORÇAS POLICIAIS DURANTE A COVID-19: PERCEÇÕES DE SEGURANÇA FÍSICA LABORAL E STRESS OCUPACIONAL

Dissertação apresentada à Universidade Católica Portuguesa para obtenção do grau  
de mestre em Psicologia e Desenvolvimento de Recursos Humanos

*Mariana Sofia Sousa Carneiro*

Porto, julho 2022



CATÓLICA  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO  
E PSICOLOGIA

---

PORTO

# A VIVÊNCIA DAS FORÇAS POLICIAIS DURANTE A COVID-19: PERCEÇÕES DE SEGURANÇA FÍSICA LABORAL E STRESS OCUPACIONAL

Dissertação apresentada à Universidade Católica Portuguesa para obtenção do grau  
de mestre em Psicologia e Desenvolvimento de Recursos Humanos

*Mariana Sofia Sousa Carneiro*

Trabalho efetuado sob a orientação de

Professora Doutora Catarina Morais

Porto, julho 2022

## Resumo

Este estudo teve como objetivo perceber se existiam diferenças significativas entre a segurança física laboral e o stress ocupacional durante o primeiro confinamento pela Covid-19 (em março de 2020) e o momento atual da situação pandémica (de março a maio de 2022) na população das forças policiais portuguesas. Os dados foram obtidos através da aplicação de um questionário *online*, conseguindo uma amostra de 219 participantes. Relativamente à segurança física laboral, foi verificada uma sensação de menor segurança física laboral durante o primeiro confinamento do que atualmente. Verificou-se o mesmo resultado relativamente stress ocupacional, com os inquiridos a reportar maiores níveis de stress durante o primeiro confinamento do que no momento atual. Esta segurança durante o primeiro confinamento foi ainda encontrada como preditora do stress (tanto durante o primeiro confinamento, como após o mesmo). Em suma, os resultados sugeriram que as sensações negativas estavam sobretudo relacionadas com o primeiro confinamento. Estes resultados apontaram para os elevados níveis de stress que esta população esteve exposta durante a pandemia, sendo importante discutir as repercussões a longo prazo, procedimentos de intervenção e prevenção futura.

**Palavras-chave:** pandemia; covid-19; forças policiais; segurança física laboral; stress ocupacional

### **Abstract**

The goal of this study was to understand if there were significative differences between the occupational physical security and occupational stress during the first lockdown because of the Covid-19 (in March of 2020) and the current moment of the pandemic (from March to May of 2022) in the Portuguese police force. The data was collected through the application of an online questionnaire, gathering a sample of 219 participants. Regarding occupational physical security, it was verified a lower feeling of security during the first lockdown than after. The same happened with stress, as participants reported higher levels of occupational stress during the first lockdown than in the present. This security during the first lockdown was also found to be a stress predictor (during the first lockdown and after that). In short, the results suggested that the negative sensations were mostly related to the first lockdown. The results reinforce the high levels of stress this population was exposed during the pandemic, which has important long-term repercussions that need to be discussed, as well as interventions and future prevention.

**Keywords:** pandemics; covid-19; police force; occupational physical security; occupational stress

## Índice

Introdução.....	1
Enquadramento Teórico .....	2
Profissionais das Forças Policiais .....	2
A interferência da COVID-19 no papel das forças policiais.....	3
Segurança Física Laboral .....	5
Stress Ocupacional .....	7
Método .....	8
Procedimento.....	8
Amostra .....	9
Medidas .....	10
Resultados .....	12
Análises preliminares .....	12
Teste das Hipóteses .....	13
Discussão de Resultados .....	14
Limitações e Direções Futuras .....	19
Implicações para a prática .....	19
Referências Bibliográficas .....	21

**Índice de Tabelas**

Tabela 1 .....	12
Tabela 2 .....	13

## **A vivência das forças policiais durante a COVID-19: Percepções de segurança física laboral e stress ocupacional**

### **Introdução**

A covid-19 surgiu do vírus SARS-CoV-2 em 2019, sendo que em Março de 2020 foi declarada uma pandemia global (Carreiras, 2020). Neste momento, já existem várias estirpes do mesmo e até agora, este vírus já matou 24.082 pessoas em Portugal e infetou mais de 5.062.000 (Direção Geral da Saúde, 2021). A Covid-19 transmite-se através do contacto próximo com pessoas já infetadas pela SARS-CoV-2 ou através do contacto com objetos ou superfícies que tivessem sido anteriormente contaminadas por pessoas que tenham contraído a doença (Direção Geral da Saúde, 2021). Assim, e uma vez que a imunidade de grupo durante muito tempo não havia sido atingida, o Governo Português fez uso de medidas de intervenção social para prevenir o contágio (Peixoto, et al., 2020), como a implementação de estados de emergência (Aleixo, 2021), nos quais o governo implementou uma serie de medidas restritivas para todo o território nacional, tais como: dever geral de recolhimento domiciliário, adoção do teletrabalho obrigatório sempre que compatível com a profissão, uso obrigatório de máscara, limitação dos horários dos estabelecimentos, medição da temperatura corporal, realização de testes diagnóstico à Covid-19, proibição de venda e consumo de bebidas alcoólicas na via publica, limitação da lotação de veículos particulares (Direção Geral da Saúde, 2021). Simultaneamente, o Governo Português decretou que caberia às forças policiais a fiscalização do cumprimento pela população das regras definidas. Esta fiscalização foi feita através da sensibilização à comunidade, encerramento de estabelecimentos e cessação das atividades, alerta e participação por crime de desobediência, acompanhamento de pessoas em isolamento profilático ou vigilância ativa e o aconselhamento à não concentração de mais de cinco pessoas (a não ser que pertencessem ao mesmo agregado familiar) (Direção Geral da Saúde, 2021).

Desta forma, a intervenção da polícia foi fulcral para o bom cumprimento do Estado de Emergência, e estes trabalhadores passaram a ser trabalhadores da linha da frente, ou seja, pessoas que continuaram a exercer a sua atividade profissional durante o período de confinamento (tendo este iniciado a dia 18 de março de 2020 e terminado a dia 2 de maio de 2020 (Frias, 2021)) para que a restante comunidade conseguisse obter serviços mínimos essenciais ao nível da saúde, segurança, bens essenciais e limpeza (Carreiras, 2020). Por este motivo, o presente estudo tem como objetivo explorar as percepções destes profissionais relativamente à sua segurança física e stress laborais sentidos durante este período comparativamente ao momento atual. Este estudo colmata a lacuna existente na literatura, não

só pela escassa investigação existente com estes profissionais em contexto pandémico (Laufs & Waseem, 2020), mas também pela comparação das suas perceções numa fase mais inicial da pandemia (referente principalmente ao primeiro confinamento que teve início em Março de 2020) e no momento atual (de março a maio de 2022, em que estes profissionais já vivem com a mesma há dois anos).

## **Enquadramento Teórico**

### **Profissionais das Forças Policiais**

Existem diferentes forças policiais em Portugal, sendo que cada uma destas tem um diferente foco e histórico de formação. As três grandes forças policiais em Portugal tratam-se da Polícia de Segurança Pública, Guarda Nacional Republicana e Polícia Judiciária. Assim, e ainda que tenham todas o objetivo de proteção dos civis, todas elas têm bastantes diferenças, na forma como atuam. A Polícia de Segurança Pública é caracterizada por ser uma força de segurança uniformizada e armada sendo que o seu foco está voltado essencialmente para o serviço público (Polícia de Segurança Pública, n.d.). Já a Guarda Nacional Republicana é caracterizada por ser uma força de segurança de cariz militar, sendo que o seu objetivo se prende com a colaboração da defesa nacional, e tal como a PSP, a proteção dos cidadãos, (Guarda Nacional Republicana, 2021). Relativamente à Polícia Judiciária, ainda que o objetivo se prenda sempre na segurança e proteção de civis, tem uma missão um pouco mais distinta. O principal foco desta força passa pela investigação criminal e a consequente realização de perícias e de exames (Polícia Judiciária, 2017).

Ainda que com diferenças entre si, todas estas forças policiais (mesmo antes da pandemia), sofriam de níveis assustadores de stress relacionado com o trabalho devido às adversidades que enfrentam diariamente (Rodrigues, 2014). A par dos professores, controladores de tráfego aéreo, enfermeiros e investigadores da bolsa, as forças policiais constituem uma das profissões mais stressantes (Frasquilho, 2005), em parte devido à sua necessidade de porte e uso de armas, assim como a necessidade de lidar frequentemente com situações de alto risco, que podem mesmo atentar à vida destes trabalhadores (Giessing, 2019). Tendo em consideração as consequências nefastas para a saúde dos trabalhadores que estes stressores têm, esta profissão é considerada uma função de alto risco (Santos & Soeiro, 2004 *cit in* Antunes, 2019).

Considerando que o stress pode estar na base de certas perturbações aquando a sua má gestão, como ansiedade ou depressão (World Health Organization, 2002), passa a ser preponderante a compreensão e valorização do conceito como um todo. O stress pode ser

considerado como a perturbação de fatores internos causada através da intervenção de fatores externos, o que faz com que haja a ativação de certos mecanismos adaptativos de defesa que fazem com que duas pessoas não reajam à mesma situação de igual forma (Maldonato et al., 2019). Especificamente em contexto laboral, o stress pode ser caracterizado pela incapacidade de os indivíduos gerirem as condições laborais e pela ausência de habilidades alternativas para lidar com as adversidades do meio laboral (Antunes, 2019). Esta população tem uma função essencial na sociedade, mas pode também ser muito stressante e perigosa, principalmente no que alude ao uso de armas de fogo e a recorrente exposição ao risco de forma a conseguirem proteger a população civil (Giessing, 2019). Sendo assim, a polícia, já antes do aparecimento da Covid-19, tinha regras muito restritas no que toca à segurança física laboral, de forma a minorar os riscos vividos por este tipo de profissão.

A segurança física no trabalho foi sempre uma grande preocupação destes trabalhadores de forma a garantir que todas as proteções possíveis estavam a ser tomadas para a eventualidade de ocorrer uma situação de perigo efetivo (Laufs & Waseem, 2020). Assim, esta segurança começou por ser garantida através de Equipamentos de Proteção Individual (EPI) que colmatavam possíveis falhas de segurança nos locais onde teriam que atuar. Ainda que consideradas medidas de proteção, não fazem parte de uma proteção primária, pelo que estes equipamentos deveriam ser apenas usados aquando presente um risco residual imprevisível ou passível de ser evitado, sendo que seriam sempre privilegiadas as medidas de proteção de grupo. Seriam também utilizadas medidas de Higiene no Trabalho para que pudessem ser evitadas possíveis doenças profissionais (Lopes, 2018). Estas medidas de proteção, já exacerbantes antes da pandemia (devido à perigosidade da função) só vieram a ser agravadas com a chegada da Covid-19 e do primeiro confinamento. Durante este primeiro momento, além da continuação da utilização das medidas anteriores, (devido também à continuidade dos riscos anteriores), agravaram-se as medidas de proteção uma vez que esta população tem muito contacto com as pessoas no seu trabalho o que dificulta a sua proteção contra o vírus da Covid-19 (considerando que este é mais facilmente transmitido através da proximidade com outros indivíduos quando infetados) (Jennings & Perez, 2020).

### **A interferência da COVID-19 no papel das forças policiais**

Com a probabilidade de infeção com o aparecimento da pandemia em Portugal, o Governo declarou um Estado de Emergência (Frias, 2021) que, ao contrário de tantos outros que se seguiram, foi significativamente mais alarmante, uma vez que a população não estaria habituada a este tipo de restrições. Durante este primeiro momento, e devido à falta de

informação por parte da população e à falta de recursos (uma vez que o país não estaria preparado para uma situação como esta), foram despoletadas situações como o esgotar de bens essenciais nos supermercados, a dificuldade na reposição desses mesmos produtos e a dificuldade de acesso a equipamentos de proteção individual (como máscaras) e produtos de higienização (como álcool gel) (Pereirinha et al., 2021). Instalou-se, por isso, uma elevada incerteza durante este período, que fez com que os cidadãos procurassem armazenar grandes quantidades de produtos de proteção individual, em particular de máscaras – a venda de máscaras, em Fevereiro de 2020, aumentou 1829% face ao ano anterior (Neves, 2020), verificando-se uma dificuldade de acesso a estes produtos para profissionais de saúde e forças de segurança (Neves, 2020). No caso dos profissionais de saúde, por exemplo, estes viram-se obrigados a manter, em algumas situações, a mesma máscara durante um dia completo de trabalho, quando o procedimento de segurança no uso destes equipamentos passa por descartá-los ao fim de 4h de utilização (Pereirinha et al., 2021).

O medo associado a esta situação de incerteza levou a que os portugueses procurassem também armazenar em elevadas quantidades bens essenciais (Pereirinha et al., 2021). As disrupções aconteceram também ao nível das dinâmicas familiares, com o fecho das escolas, as famílias não conseguiram dar continuidade à sua rotina de trabalho uma vez que todos os pais com crianças com idade inferior a 12 anos, teriam que permanecer com as crianças (Pereirinha et al., 2021). Assim, e de modo a garantir a segurança dos profissionais das forças policiais (que agora atuavam como profissionais da linha da frente, tal como nos profissionais de saúde), foi necessária a implementação de medidas extraordinárias como o uso de máscara, viseira e medidas como o dever de distanciamento social, correspondentes a toda a segurança que o local de trabalho deve garantir (Lopes, 2018). Durante o primeiro confinamento, e apesar do aumento de medidas de segurança no trabalho, continuaram a existir casos de infeção na polícia precisamente por estes estarem expostos a mais riscos do que a população geral (Jennings & Perez, 2020), uma vez que não teriam a oportunidade de estar confinados às suas casas (que acaba por ser a medida que mais isola o vírus da população em geral, visto que é transmitido através do contacto próximo – o que o confinamento não permite). Desta forma, e ainda que esta seja uma população que lida com algum perigo no seu normal dia de trabalho, durante a pandemia, e contando com o aumento dos casos nestes setores com mais exposição, houve um aumento do receio de contrair a doença, de infetar familiares ou terceiros ou ainda de ter uma forma grave da mesma e vir a morrer (Afonso & Figueira, 2020) (este medo foi sentido por parte dos profissionais de saúde – profissionais estes que podem ser equiparados às forças

policiais, uma vez que há falta de literatura sobre as mesmas e estão as duas funções dentro da categoria de trabalhadores da linha da frente) (Laufs & Waseem, 2020).

À data da redação da presente dissertação, estas situações foram todas normalizadas, ainda que com o aumento de casos de infeção, aquando a comparação com este primeiro confinamento (foi decretado o primeiro estado de emergência quando se atingiram as 16 mortes pela covid-19, enquanto que durante alguns períodos durante a pandemia houve mais de 5000 mortes) (Frias, 2021). Uma vez que a grande maioria da população (incluindo as forças policiais) foi protegida com a vacina contra a Covid-19, e considerando que esta protege os cidadãos contra doença grave, faz com que o Serviço Nacional de Saúde não seja tão pressionado (comparativamente ao período do primeiro confinamento), fazendo com que as medidas de combate à pandemia não tenham que ser tão restritas (Serviço Nacional de Saúde, 2021), e por consequência que não afetem com tanta intensidade as forças policiais do país. Assim, e considerando a vida das forças policiais durante e após o primeiro confinamento apresento a seguinte hipótese:

*H1: Os profissionais das forças policiais reportam menor segurança física laboral durante o primeiro confinamento do que após o mesmo.*

### **Segurança Física Laboral**

Considerando agora o primeiro momento da pandemia pela Covid-19, houve muita pressão experienciada pelas forças policiais (considerados trabalhadores da linha da frente), uma vez que estes se viram obrigados a lidar com a fiscalização extraordinária imposta pelo Governo Português como parte das regras dos estados de emergência, e ainda o manter das suas funções normais do dia-a-dia (Direção Geral da Saúde, 2021). Esta fiscalização extraordinária, e devido à carga viral excessiva a que os profissionais da linha da frente se encontraram expostos, principalmente durante o primeiro confinamento da pandemia, fez com que houvesse uma maior predisposição para a contração da doença, e por consequência, um agravamento do medo que o mesmo acontecesse (Afonso & Figueira, 2020).

Devido à falta de estudos com forças policiais neste primeiro período da pandemia (Laufs & Waseem, 2020), há a necessidade da procura dos mesmos em populações consideradas semelhantes, que neste caso poderiam ser quaisquer trabalhadores da linha da frente uma vez que estão integrados na mesma categoria. Assim, e à semelhança das forças policiais, segundo Moreira e Lucca (2020), durante esta pandemia os enfermeiros (também eles trabalhadores da linha da frente) foram alvo de situações de sobrecarga de trabalho, más condições laborais e falta de recursos neste período. Nestas circunstâncias, os fatores de risco

que mais se destacam nestes profissionais de saúde passam pela falta de Equipamentos de Proteção Individual (falta de recursos que podem levar a um maior sentimento de má segurança física laboral), falta de apoio, preocupação com os familiares, sobrecarga de trabalho e angústia por se separarem dos seus entes queridos (Moreira & Lucca, 2020). Assim, e considerando a predisposição para a contração da doença, esta leva, mais uma vez, ao medo, que acaba por ter repercussões ao nível da saúde mental (Moreira & Lucca, 2020). Apesar do desenvolvimento de estratégias de *coping* por parte destes trabalhadores da linha da frente, continua a haver a manifestação de certas perturbações como “ansiedade generalizada, depressão, alterações da qualidade do sono, Perturbação Obsessiva Compulsiva, ataques de pânico e síndrome de *burnout*” (Moreira & Lucca, 2020).

Ora, atentando às consequências destes riscos, como o *stress* já anteriormente sentido (por si só elevado, tendo em consideração a perigosidade da função), e juntando ainda as funções agora necessárias de forma a manter a ordem nesta situação de emergência, e ainda a falta de recursos necessários que se presenciou principalmente no primeiro confinamento, é facilmente perceptível que estes indivíduos estão expostos a inúmeros stressores. Um dos stressores que se torna determinante nesta pandemia e que pode não estar presente em outras situações de emergência é o medo de infeção, tanto do próprio, como de familiares e terceiros e até o medo de desenvolver uma forma grave da doença (Laufs & Waseem, 2020). Este medo veio afetar em muito o bem-estar de todas as pessoas, já que houve um aumento de sintomas psicopatológicos associados a este isolamento como humor deprimido, irritabilidade, ansiedade, medo, raiva, insónias, entre outros (Afonso & Figueira, 2020), mas principalmente, o dos trabalhadores da linha da frente, uma vez que estão expostos a mais riscos e haverá uma maior probabilidade do início de uma cadeia de infeção, ou seja, pode aqui surgir uma situação coletiva de “stress crónico” sendo assim difícil de prever quem terá efetivamente uma doença do foro psicológico mais agravada (Afonso & Figueira, 2020).

Este tipo de stressores, numa situação de pandemia global como a que acontece atualmente, pode ter repercussões extremamente graves tanto no momento (visto que estes trabalhadores exerceram a sua profissão num contexto com extrema pressão tendo em consideração o momento do primeiro confinamento), como após (uma vez que ainda lidam com repercussões da pandemia, juntamente com o que esta pode afetar relativamente à sua saúde mental) (Laufs & Waseem, 2020). Estes riscos, poderão ser mais comuns nos trabalhadores que lidaram com a pandemia numa primeira linha de ação (como é o caso dos polícias), podendo assim levar a perturbações após o término da mesma, como perturbação de stress pós-

traumático, perturbação aguda de stress, trauma, ansiedade, depressão, medo e abuso de substâncias (Laufs & Waseem, 2020). Por estes motivos, espera-se que:

*H2: A percepção de má segurança física laboral durante o primeiro confinamento, prediz um aumento do stress ocupacional durante e após o primeiro confinamento.*

### **Stress Ocupacional**

O stress ocupacional excessivo, designado há pouco tempo por *burnout* pela Organização Mundial de Saúde, é caracterizado como sendo *stress* ocupacional crónico que não é gerido com sucesso (World Health Organization, 2019). Este *stress* excessivo, é ainda caracterizado por estar negativamente relacionado com a satisfação e realizações pessoais (Durão & Darck, 2012), pelo que pode ter um impacto bastante negativo na vida de qualquer pessoa, uma vez que há um esgotamento destas sensações consideradas positivas. Mas, durante a pandemia pela Covid-19, tudo foi intensificado. Nos Estados Unidos da América foram visíveis algumas dificuldades de resposta por parte da polícia a certas adversidades da Covid-19, tanto ao nível da comunicação, uma vez que era esperado que estes fossem a “voz da autoridade, calma e orientação”; como ao nível da gestão de recursos (financeiros, relativos ao equipamento, etc.); como no asseguramento do cumprimento das medidas de saúde pública decretadas; e finalmente na mudança dos padrões de crime (Jennings & Perez, 2020). Todas estas mudanças, à semelhança de outros setores da linha da frente (nomeadamente dos profissionais de saúde) tiveram influência na vida destes trabalhadores principalmente se forem consideradas as condições de trabalho peculiares e urgentes a que estariam expostos. Estas podem causar um aumento do stress ocupacional e *burnout* tendo assim um impacto bastante negativo na sua saúde (Velooso, 2020), o que acaba por intensificar, também, a perda da satisfação laboral uma vez que esta, segundo o estudo de Queiroz (2017), está negativamente relacionada com o aumento do stress.

De momento e devido à grande maioria da população Portuguesa estar vacinada contra a Covid-19 (86%) (Direção Geral da Saúde, 2022), dá-se a tão aclamada imunidade de grupo. A elevada taxa de cobertura vacinal faz com que certos microrganismos não circulem livremente entre a população, levando, assim, ao controlo e/ou erradicação da doença (Farmácias Portuguesas, 2021). Uma vez que a imunidade começa a ser uma realidade cada vez mais próxima, dá-se o desconfinamento, que se define pela reversão do confinamento até agora imposto (Serviço Nacional de Saúde, 2021). Desta forma, e uma vez que as medidas de distanciamento social começam a ser revertidas, o trabalho da polícia passou de assegurar as medidas impostas pelo governo (acima citadas), para a retoma da normalidade do seu trabalho.

Esta retoma à normalidade faz com que a vida destes trabalhadores se aproxime significativamente da sua rotina pré-pandêmica (Serviço Nacional de Saúde, 2021) ainda que continuem a existir mortes e casos de infecção pela Covid-19 (Direção Geral da Saúde, 2021). Começa, assim, a existir uma normalização do vírus, devido à convivência com o mesmo já há 2 anos, já que existe agora acesso a certas liberdades que foram anteriormente tiradas num primeiro momento da pandemia. Assim, apresento a seguinte hipótese:

*H3: Os profissionais das forças policiais reportam maior stress ocupacional durante o primeiro confinamento do que após o mesmo.*

Desta forma, e tendo em consideração que o suporte e a satisfação com o trabalho são considerados um dos principais fatores para a resiliência e para o manter da saúde mental durante situações de emergência, e atentado a que os profissionais da linha da frente dificilmente conseguiriam suporte durante o período do primeiro confinamento (comparativamente ao período atual) uma vez que estariam afastados e em algumas situações até isolados das famílias precisamente devido ao medo de infecção dos próprios, familiares ou terceiros, isto poderia levar ao aumento do stress ocupacional e *burnout*, e ainda a perda da satisfação laboral devido a este aumento do fator stress (Queiroz, 2017). Durante o primeiro confinamento houve uma escassez no equipamento de proteção individual. Neste momento esta escassez já não é uma realidade (Pereirinha, et al., 2021), mas a falta de EPI e toda a incerteza instalada pode ter levado a um medo mais agudo por parte dos cidadãos. Este medo pode ainda fazer com que haja um aumento do stress ocupacional uma vez que não conseguem ir de encontro às habilidades alternas necessárias para a gestão do mesmo. Ainda que este stress possa ser prolongado no tempo, este poderá ser sentido com uma maior intensidade nas alturas mais críticas da pandemia, sendo uma delas o primeiro confinamento, uma vez que teve mais repercussões sociais. Assim, espera-se que:

*H4: A relação entre elevada insegurança física laboral e stress ocupacional das forças policiais seja mais forte durante o primeiro confinamento do que após o mesmo.*

## **Método**

### **Procedimento**

O presente estudo faz parte de um projeto mais alargado que visa caracterizar a vivência dos trabalhadores da linha da frente ao longo da pandemia, com particular enfoque no primeiro momento de confinamento e no momento atual. No que diz respeito ao estudo que é apresentado nesta dissertação, este teve como principal objetivo perceber se existem diferenças

significativas entre o stress ocupacional e a segurança física laboral durante o primeiro confinamento pela Covid-19 e o momento de recolha de dados (doravante designado de “momento atual” ou “atualidade”). Para atingir este objetivo foi criado um critério de inclusão relativo ao momento de trabalho, pelo que todos os participantes deste estudo teriam que ter trabalhado no período do primeiro confinamento, de forma a haver a possibilidade de comparação dos dois momentos. O estudo seguiu uma metodologia quantitativa, através do preenchimento de um questionário online, com o apoio da plataforma *Qualtrics*, tendo o link sido partilhado nas plataformas digitais como o *Whatsapp*, *Instagram* e *Facebook* da equipa de investigação. No caso das forças de segurança, foram utilizados contactos pessoais da equipa de investigação e pedido a esses contactos que divulgassem o estudo junto de outros. Com o intuito de aumentar o número de respostas, foram ainda usadas as redes sociais de forma a contactar com grupos e páginas de instituições destinadas a esta população. Além destes esforços, foi ainda enviado um email para diferentes esquadras e postos do País, dando a conhecer o estudo e solicitando a participação voluntária dos indivíduos abordados. Por estes motivos, o método de amostragem foi não probabilístico, por conveniência e com recurso à técnica de bola de neve.

O questionário iniciou-se com o consentimento informado, no qual foram apresentados os objetivos do projeto e garantidos o anonimato e confidencialidade das respostas dos inquiridos, assim como assegurada a possibilidade de desistência de participação. No caso específico do anonimato e confidencialidade, foram assegurados uma vez que as informações recolhidas não implicaram dados de teor pessoal (como nome ou outro tipo de identificação) e os dados foram apenas partilhados com a equipa de investigação, sendo que todos os *outputs* da investigação consideram apenas os dados agregados dos participantes.

Depois de lerem o consentimento informado e preencherem informação sociodemográfica, foi solicitado aos participantes que completassem duas medidas relativas à sua perceção de segurança física laboral e stress ocupacional. Para cada uma das medidas, foi-lhes pedido que se posicionassem quanto ao primeiro confinamento (iniciado a dia 18 de março de 2020 e terminado a dia 2 de maio de 2020) e o momento da recolha atual. Os dados foram recolhidos entre 12 de março e 10 de maio de 2022. O questionário teve uma duração média de preenchimento de 40 minutos.

### **Amostra**

A amostra foi constituída por 219 participantes, sendo todos eles membros das forças policiais portuguesas (incluíam 38% de profissionais da Guarda Nacional Republicana, 36% da

Polícia de Segurança Pública, e 22% da Polícia Judiciária – sendo que 4% da amostra na especificou a força policial à qual pertencia). Não foi excluído nenhum indivíduo, uma vez que 100% destes trabalharam durante o período de Março de 2020 (o que é descrito como primeiro confinamento). Esta amostra contou com 85% dos participantes do sexo masculino ( $n = 185$ ) e 16% dos participantes, do sexo feminino ( $n = 34$ ), tendo estas idades compreendidas entre os 22 e os 60 anos ( $M = 43.02$ ,  $DP = 8.23$ ). Relativamente às habilitações literárias, a grande maioria indica ter concluído o ensino secundário (61%), sendo que os restantes estão divididos entre licenciatura ou bacharelato (27%), mestrado (7%) e doutoramento (1%) e, por fim, uma minoria indicou ter terminado o terceiro ciclo – do 7º ao 9º ano (6%).

No que diz respeito à localização dos inquiridos, estes estão distribuídos por todo o país, sendo que a grande maioria se encontra nos distritos do Porto (37%), Leiria (15%) e Lisboa (13%). Os restantes estão espalhados pelos distritos de Faro (6%), Setúbal (4%), Braga (4%), Viseu (4%), Vila Real (3%), Bragança (3%), Santarém (3%), Portalegre (2%), Aveiro (1%), Castelo Branco (1%), Coimbra (1%), Guarda (1%), Évora (1%), Beja (1%), Viana do Castelo (1%). O Norte do País foi, por isso, a zona mais representada, contando com 48% dos inquiridos.

## Medidas

**Segurança Física Laboral.** De forma a ser avaliada a segurança física dos participantes durante o primeiro confinamento da Covid-19 e a atualidade, foram aplicadas questões, agregadas ao questionário sociodemográfico, que teriam por base o Questionário “*Workplace safety and coronavirus disease (COVID-19) pandemic: survey of employees*” (Wong et al., 2020), as normas impostas pela Direção Geral da Saúde (Direção Geral da Saúde, 2021) e a dimensão “danger” do questionário *Short Health Anxiety Inventory* (Taylor, et al., 2020). Assim, os participantes indicaram o grau de concordância com cada uma das 20 afirmações ( $1 = nunca$ ,  $5 = sempre$ ) relativamente ao nível de segurança física sentida no seu local de trabalho. Mais especificamente, foram avaliadas questões relacionadas com a proteção e o acesso a Equipamentos de Proteção Individual (e.g., “No meu local de trabalho tenho acesso a álcool gel”, 14 itens) e com o receio de contração do vírus (e.g., “Estou preocupado/a com contrair o vírus”, 6 itens). Este questionário tem um cariz retrospectivo, pelo que todas as afirmações foram avaliadas consoante o que viveram durante o primeiro confinamento pela Covid-19 e o momento atual. A soma dos itens foi calculada para obter 3 valores distintos: Perceção de segurança física laboral durante o primeiro confinamento ( $\alpha = .84$ ), perceção de

segurança física laboral no momento atual ( $\alpha = .89$ ) e um valor total de percepção de segurança física laboral geral pandemia, resultante da média dos dois anteriores ( $\alpha = .91$ ).

**Stress ocupacional.** Para avaliar o Stress Ocupacional, foi utilizado o Questionário de *Stress Ocupacional – Versão Geral* (QSO-VG; Gomes, 2010). Este questionário incluiu 24 itens, referentes a potenciais fontes de stress, estando estes distribuídos por 7 subescalas: (1) *Relação com os utentes*, em que tinha como objetivo compreender o stress sentido pelos profissionais quando relacionado com a sua prestação de serviços (e.g. “Atitudes negativas relativamente ao nosso trabalho por parte das pessoas a quem presto os meus serviços (ex: clientes, cidadãos, etc.)”), 4 itens,  $\alpha = .96$ ); (2) *Relação com as chefias*, relacionado com o stress sentido pelos colaboradores no que diz respeito à sua relação com os superiores hierárquicos (e.g. “Conflitos e problemas com superiores hierárquicos”, 3 itens,  $\alpha = .94$ ); (3) *Relação com os colegas* tinha como objetivo perceber de que forma o stress dos profissionais pode estar relacionado com a relação mantida com os colegas de trabalho (e.g. “Conflitos e problemas com colegas de trabalho”, 3 itens,  $\alpha = .94$ ); (4) *Excesso de trabalho*, de forma a perceber se o stress no local de trabalho pode estar relacionado com o número de horas cumpridas (e.g. “Trabalhar muitas horas seguidas”, 4 itens,  $\alpha = .97$ ); (5) *Carreira e remuneração*, relacionado com o stress sentido e de que forma este pode estar relacionado com as perspetivas de carreira do colaborador e o salário auferido (e.g. “A falta de possibilidades de desenvolvimento e promoção na carreira”, 4 itens,  $\alpha = .97$ ); (6) *Problemas familiares*, de forma a perceber como o apoio por parte das pessoas significativas ou a falta dele pode implicar mais stress (e.g. “Falta de tempo para manter uma boa relação com as pessoas mais próximas (ex: cônjuge, filhos, amigos, etc.)”, 3 itens,  $\alpha = .97$ ); (7) *Condições de trabalho*, que tem como objetivo perceber se o stress dos profissionais pode estar relacionado com os meios humanos e materiais disponíveis para a boa concretização do seu trabalho (e.g. “Falta de condições de trabalho”, 3 itens,  $\alpha = .97$ ). À semelhança do instrumento anterior, também no stress ocupacional foi pedido que os participantes se posicionassem duas vezes: uma relativa ao primeiro confinamento e outra relativa ao momento atual. A média das suas respostas permitiu calcular três valores distintos: percepção de stress ocupacional durante o primeiro confinamento ( $\alpha = .98$ ). Stress ocupacional no momento atual ( $\alpha = .98$ ) e uma medida geral de Stress ocupacional durante a pandemia, resultante da média dos dois valores anteriores ( $\alpha = .99$ ).

## Resultados

### Análises preliminares

Os resultados foram analisados através do IBM Statistics SPSS (versão 22.0). Numa primeira fase, foram verificados os pressupostos de normalidade. Assim, foram analisadas a assimetria (*skewness*) e a curtose (*kurtosis*) das variáveis. Tal como representado na Tabela 1, todas as variáveis do estudo apresentam valores de assimetria inferiores a |3| e de curtose apresenta inferiores a |10|. Por este motivo, pode concluir-se que não apresentam desvios significativos à normalidade (Kline, 2015), pelo que podem ser realizados testes paramétricos.

**Tabela 1**

*Média, Desvio-padrão, Assimetria e Curtose das variáveis*

Variáveis	<i>n</i>	Média (DP)	Assimetria	Curtose
Segurança Física Laboral (geral)	218	99.50(29.71)	0.14	- 0.21
Segurança Física Laboral (1º confinamento)	214	48.71(14.08)	0.35	-0.04
Segurança Física Laboral (atual)	208	53.93(15.40)	0.13	-0.17
Stress Ocupacional (geral)	219	1.93(1.15)	-0.37	-0.93
Stress Ocupacional (1º confinamento)	219	1.97(1.17)	-0.40	-0.92
Stress Ocupacional (atual)	219	1.88(1.16)	-0.31	-0.99

A Tabela 2 sintetiza as estatísticas descritivas das variáveis do estudo. Ao nível das correlações, é possível verificar uma associação positiva entre a segurança física laboral durante o primeiro confinamento e a segurança física sentida no momento atual, assim como entre o stress ocupacional durante o primeiro confinamento e o atual. Ou seja, perceções mais elevadas de segurança física laboral e de stress ocupacional durante o primeiro confinamento estão associadas a níveis mais elevados de segurança física laboral e stress ocupacional no momento da recolha de dados, e vice-versa. As restantes variáveis estão correlacionadas negativamente entre si: quanto mais elevada a perceção de segurança física laboral durante o primeiro confinamento, menor a perceção de stress ocupacional tanto durante o primeiro confinamento e o momento atual, e vice-versa.

**Tabela 2***Matriz de correlações entre as variáveis*

<b>Variáveis</b>	<b>Média (DP)</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
1. Segurança Física Laboral (1º confinamento)	48.71 (14.07)	.73**	-.19**	-.19**
2. Segurança Física Laboral (atual)	53.93 (15.49)	-	-.15*	-.13*
3. Stress Ocupacional (1º confinamento)	1.97 (1.17)	-	-	.96**
4. Stress Ocupacional (atual)	1.88 (1.16)	-	-	-

Nota: \*\* $p < .010$ , \* $p < .050$ **Teste das Hipóteses**

A primeira hipótese postulava que os profissionais das forças policiais reportavam menor segurança física laboral durante o período do primeiro confinamento do que no momento atual. Para conseguir verificar esta primeira hipótese foi realizado um Teste  $t$  para amostras emparelhadas onde foram comparadas as médias entre a segurança física laboral sentida durante o primeiro confinamento e o momento atual. Conforme esperado, existem diferenças significativas nos níveis de segurança física laboral durante o primeiro confinamento ( $M = 48.66$ ,  $DP = 14.22$ ) e os níveis de segurança física laboral no momento atual ( $M = 54.19$ ,  $DP = 15.43$ ) das forças policiais,  $t(203) = -7.22$ ,  $p < .001$ ,  $g = -0.50$ . Ou seja, a segurança física laboral sentida durante o primeiro confinamento é inferior à segurança física laboral sentida no momento atual, suportando H1.

A segunda hipótese postulava que a má segurança física laboral durante o primeiro confinamento prediz um aumento do stress tanto durante o primeiro confinamento, como no momento atual. Para conseguir verificar esta hipótese foram realizadas duas regressões lineares: uma primeira que tinha como variáveis a segurança física laboral durante o primeiro confinamento (VI) e o stress ocupacional durante o primeiro confinamento (VD) e uma segunda regressão que tinha a mesma variável preditora (VI) e o stress ocupacional no momento atual como variável dependente. Os resultados mostram que a segurança física laboral durante o primeiro confinamento é um preditor significativo [ $F(213) = 4.76$ ,  $p = .010$ ,  $R^2 = .04$ ;  $b = -0.02$ ,  $\beta = -.20$ ,  $t = -2.90$ ,  $p = .004$ ] do stress ocupacional durante o primeiro confinamento. O mesmo resultado verificou-se para o stress ocupacional atual [ $F(213) = 4.65$ ,  $p = .011$ ,  $R^2 = .04$ ;  $b = -0.16$ ,  $\beta = -.20$ ,  $t = -2.91$ ,  $p = 0.004$ ]. Assim, e conforme esperado, níveis inferiores de segurança física laboral sentida durante o primeiro confinamento predizem maior stress ocupacional durante este período e maior stress ocupacional no momento atual, suportando H2.

Relativamente à terceira hipótese, esta postulava que os profissionais das forças policiais reportavam mais stress durante o primeiro confinamento do que no momento atual. Assim, de forma a testar esta hipótese foi realizado um Teste *t* para amostras emparelhadas de forma a comparar as médias do stress nos dois momentos propostos (atual e durante o primeiro confinamento). Conforme esperado, este teste demonstrou que existem diferenças significativas nos níveis de stress ocupacional durante o primeiro confinamento ( $M = 1.97, DP = 1.17$ ) e os níveis de stress ocupacional no momento atual ( $M = 1.88, DP = 1.16$ ) das forças policiais,  $t(218) = 4.29, p = <.001, g = 0.29$ . Ou seja, pode afirmar-se que as forças policiais percecionaram maior stress ocupacional durante o primeiro confinamento do que após o mesmo, suportando H3.

Por fim, relativamente à quarta hipótese, esta postulava que a relação entre a elevada insegurança física laboral e o stress ocupacional das forças policiais fosse maior durante o primeiro confinamento do que após o mesmo. Para conseguir testar esta hipótese foi necessária a comparação de betas obtidos nas regressões lineares realizadas na H2. Os resultados mostraram que esta diferença não foi significativa ( $Z = .12, p = .906$ ), pelo que a força da relação entre segurança física laboral percecionada no primeiro confinamento e stress ocupacional sentido no primeiro confinamento é semelhante à força da relação entre segurança física laboral percecionada no primeiro confinamento e stress ocupacional atual, contrariando H4.

### **Discussão de Resultados**

O principal objetivo deste estudo foi perceber se existem diferenças significativas nas perceções de segurança física laboral e stress ocupacional nos diferentes momentos da pandemia, em particular durante o primeiro confinamento (Março 2020) e o momento da recolha de dados (Março-Maio de 2022), assim como testar o valor preditivo da segurança física laboral e o stress ocupacional sentido pelos profissionais das forças de segurança. De uma forma geral, os resultados demonstraram que existem, efetivamente, existem diferenças significativas entre a segurança física laboral durante o primeiro confinamento pela Covid-19 e a segurança física laboral aquando a recolha dos dados. Foram ainda encontradas diferenças significativas entre o stress ocupacional durante o primeiro confinamento e o stress ocupacional sentido no momento atual. Relativamente ao cruzamento das duas variáveis, a segurança física laboral apresentou-se como preditora tanto do stress ocupacional durante o primeiro confinamento, como do stress ocupacional no momento da recolha dos dados. Por fim, não foi percebida uma maior força entre a relação entre o stress ocupacional e a segurança física laboral durante o

primeiro confinamento e a segurança física laboral durante o primeiro confinamento e o stress sentido no momento atual.

No que diz respeito à primeira hipótese, os resultados mostram que, tal como esperado, existem diferenças significativas entre a segurança física laboral durante o primeiro confinamento e a segurança física laboral após o primeiro confinamento. Conforme argumentado, ainda que as forças policiais tenham que lidar com a falta de segurança no seu normal dia de trabalho (já antes da pandemia pela Covid-19), devido ao uso de armas de fogo e possíveis conflitos aquando o exercício da sua profissão (Laufs & Waseem, 2020), durante o primeiro confinamento estes estiveram muito expostos a novas funções que teriam que desempenhar para garantir a segurança da população geral (Direção Geral da Saúde, 2021). As forças policiais, durante o primeiro confinamento viram-se numa posição de total desconforto e confrontaram-se também com uma total desinformação devido à novidade dos acontecimentos (Pereirinha et al., 2021). Durante este primeiro momento havia muito medo, falta de informação (uma vez que ainda não era claro como a doença era transmitida e qual a dimensão e perigosidade dos sintomas) e falta de equipamentos que permitissem a proteção dos próprios (EPI). Assim, foram criadas muitas medidas de proteção para a prevenção o contágio, como a implementação de estados de emergência, que implicavam, por exemplo, o dever geral de recolhimento domiciliário, o uso obrigatório de máscara, a limitação de horários e medição de temperatura corporal em certos estabelecimentos ou a adoção do teletrabalho, quando compatível com a profissão (Direção Geral da Saúde, 2021). Ainda que com a aplicação de todas estas medidas de proteção para a população geral, os profissionais da linha da frente (categoria onde estão incluídas as forças policiais), não tiveram possibilidade de usufruir de todas, principalmente do dever geral de recolhimento domiciliário (Jennings & Perez, 2020). Considerando que esta é a medida mais drástica, e por consequência, mais eficaz, uma vez que impede o contacto próximo da população (a Covid-19 é transmitida desta forma), esta população acaba por estar mais frágil e suscetível ao contágio da doença. Desta forma, as forças policiais, estiveram muito mais expostas ao risco de infeção. Em suma, a convivência com o vírus ao longo do tempo permitiu uma melhor preparação destes profissionais para lidar com a pandemia, ao mesmo tempo que se foram verificando melhorias ao nível do acesso a EPI (uma vez que ficou muito mais facilitado) e da vacinação, que começou a decorrer de forma a prevenir o contágio por via de imunidade artificial e também a normalização da Covid-19 uma vez que já se vive nesta situação há 2 anos. Em conjunto, estes argumentos justificam o facto de a perceção de segurança física laboral ser menor durante o primeiro confinamento da pandemia do que no momento atual para estes profissionais.

No que diz respeito à segunda hipótese deste estudo, e conforme esperado, a segurança física laboral durante o primeiro confinamento predisse o stress ocupacional durante o primeiro confinamento e o stress ocupacional no momento da recolha de dados. Como argumentado anteriormente, as forças policiais estão já habituadas a lidar com stress diariamente no exercício das suas funções (Frasquilho, 2005), mas durante a Covid-19, e uma vez que as suas funções e a sua perigosidade aumentaram (Jennings & Perez, 2020), houve um aumento do medo de contração do vírus. Este medo fez com que pudessem existir repercussões a nível da saúde mental, nomeadamente stress pós-traumático, perturbação aguda de stress, trauma, ansiedade, depressão, medo e abuso de substâncias (Laufs & Waseem, 2020). Estas repercussões podem ser visíveis tanto a curto, como a longo prazo. A segurança física laboral demonstrou-se mais ameaçada durante o primeiro momento, conforme verificado na H1. Assim, e considerando o risco de infeção, enquanto trabalhadores da linha da frente, estes estariam muito mais propensos à contração do vírus, que numa fase inicial se denotou através da escassez nos EPI, do desconhecimento da atuação e verdadeira perigosidade do vírus, e de como o mesmo se transmitia (Neves, 2020). Esta população, que já é considerada uma das mais stressantes, devido ao uso de armas de fogo e outros perigos relacionados com o exercício deste tipo de funções (Frasquilho, 2005), durante este primeiro confinamento viu-se com uma grave falta de segurança física no próprio contexto de trabalho, levando assim a um aumento do stress. Neste estudo foi confirmada uma perceção de maior stress ocupacional durante o primeiro momento da pandemia. Este stress foi encontrado como sendo um contributo da insegurança sentida em contexto laboral, fazendo assim da segurança física laboral preditora do stress ocupacional. Ainda devido ao stress, mas agora referente ao momento atual da situação pandémica, foi considerado que poderia ter havido um aumento do mesmo devido a certas perturbações que, ainda que desenvolvidas durante o momento de mais tensão (março de 2020), têm tendência a prolongar-se pelo tempo, como aumento de sintomas psicopatológicos associados ao isolamento como humor deprimido, irritabilidade, ansiedade, medo, raiva, insónias, podendo ainda surgir uma situação coletiva de “stress crónico” (Afonso & Figueira, 2020). Após estas evidências, a população inquirida demonstrou um aumento do stress durante os dois momentos em avaliação. Assim, esta hipótese foi concretizada, uma vez que a má segurança física laboral intensificada no primeiro confinamento pelas forças policiais (e confirmada na H1), pode levar também a um aumento do stress (stress este que já está muito presente no trabalho destas forças), tanto durante o primeiro confinamento, como no momento atual da pandemia.

Relativamente à terceira hipótese, esta pretendia confirmar que as forças policiais reportaram maiores níveis de stress durante o primeiro confinamento do que após o mesmo.

Esta hipótese foi corroborada, o que vem comprovar o anteriormente argumentado. Mesmo antes da pandemia, a população das forças policiais já se incluía numa das profissões mais stressantes (Frasquilho, 2005) muito devido ao uso de armas, mas também devido à necessidade de lidar com situações de alto risco, que podem atentar à própria vida destes trabalhadores (Giessing, 2019). Assim, durante a pandemia, com um aumento dos riscos aos quais esta população está exposta (Jennings & Perez, 2020) e a continuidade da dificuldade usual a que estes trabalhadores já se encontram habituados, os profissionais da linha da frente (comparando agora com os profissionais de saúde devido à escassez da literatura relativamente às forças policiais neste momento), encontraram-se muito mais propensos ao aumento do stress relacionado com o trabalho e mesmo *burnout* (Veloso, 2020). Visto que durante o primeiro confinamento a população foi exposta a uma situação de grande surpresa, sem que ninguém soubesse lidar com a circunstância e sem preparação para lidar com a mesma (incluindo uma limitação muito grande no que concerne a disponibilização de EPI) (Pereirinha et al., 2021) e com muito medo envolvido (Afonso & Figueira, 2020), seria de prever que existisse uma maior precessão de stress durante o primeiro momento do que após o mesmo, uma vez que já não teria estas condicionantes. No momento atual, a situação pandémica já se encontra muito mais normalizada, uma vez que já existe uma convivência com o vírus há dois anos (Serviço Nacional de Saúde, 2021), o que implica também a normalização dos comportamentos e tipo de cuidados a ter. Neste momento já não está equacionado o fator surpresa, o fator que concerne a escassez dos EPI, as funções extra que cabia às Forças de Segurança a implementação, nem um confinamento eminente dentro das próprias casas. Ora, se já é possível conviver com o vírus voltando à vida quotidiana como a população estaria acostumada (devido às vacinas e imunidade natural que se foi adquirindo) (Farmácias Portuguesas, 2021). Assim, e considerando que a ameaça e conseqüente medo uma vez sentido pela Covid-19 começa a desvanecer-se, seria de prever que os níveis de stress da polícia durante Março de 2020 deveriam ser superiores aos níveis de stress na atualidade (considerando aqui que os níveis de stress desta população sempre estiveram muito elevados). Assim, pode ser afirmado que durante o primeiro confinamento pela Covid-19, os níveis de stress sentidos pelas forças policiais foram superiores aos níveis de stress no momento em que se encontram hoje.

Relativamente à quarta hipótese, esta partia do princípio de que a relação entre a elevada insegurança física laboral e o stress ocupacional das forças policiais (relação esta já confirmada na H2) fosse maior durante o primeiro confinamento do que após o mesmo. Esta hipótese, apesar de se fazer acompanhar de um forte argumento, não se comprovou. Não havendo assim mais força na relação entre segurança física laboral e stress ocupacional durante o primeiro

confinamento do que após o mesmo. Até aqui foram confirmadas todas as hipóteses, sugerindo que as percepções mais negativas estão associadas ao primeiro confinamento (como má segurança física laboral e o stress ocupacional elevado). Dão-se estes resultados devido à dificuldade em compreender o vírus, aprender a lidar com o mesmo, e ter instrumentos para combater o mesmo (como EPI) durante um primeiro momento (Pereirinha et al., 2021). Aquando o primeiro confinamento havia incertezas em todos estes pilares, fazendo com que o mais prudente fosse a implementação de Estados de Emergência, e o conseqüente confinamento (Aleixo, 2021). Este primeiro confinamento aconteceu não pelo número de casos ativos de infeção pelo vírus, nem pela quantidade de mortes, mas devido a toda a incerteza envolvida no processo (Frias, 2021). Ora, para que todos os cidadãos conseguissem ficar seguros dentro das suas casas, houve a necessidade de que os profissionais da linha da frente garantissem que as necessidades básicas dos mesmos estariam satisfeitas. Assim, durante o primeiro confinamento houve muita exposição ao vírus (Afonso & Figueira, 2020), sem nenhum mecanismo de defesa, fazendo com que a população que realizava as suas atividades fora de casa, se sentisse desprotegido e com medo de ficar contagiado (Laufs & Waseem, 2020). Estes tipos de sentimentos levaram a percepções de uma menor segurança física laboral e a um aumento do stress ocupacional durante este período.

Relativamente ao sentimento destas precessões negativas durante o momento atual, ainda que exista uma relação (conforme comprovado na H2), esta nunca será tão acentuada. O stress no momento atual que foi causado pela falta de segurança física laboral durante o primeiro confinamento e está mais relacionado com perturbações a longo prazo (como a possibilidade de “stress crónico”) (Afonso & Figueira, 2020). Esta sensação não é tida como uma resposta imediata ao acontecimento, mas com o arrastar das repercussões vividas durante aquele certo período de tempo. Por este motivo foi criada esta quarta e última hipótese acerca da força da relação entre as duas variáveis em estudo. Ainda que esta hipótese não tenha sido comprovada, uma vez que não foram encontradas diferenças significativas entre a força da relação stress ocupacional – segurança física laboral durante o primeiro confinamento, e a mesma relação no momento atual. O facto de a hipótese não ter sido comprovada pode ter ocorrido devido a uma forte valorização que agora é dada por exemplo às condições de higiene e segurança no trabalho. Este não seria um percebido como um tema muito relevante para certos trabalhadores, mas desde o alerta que a pandemia trouxe para doenças que podem ocorrer ou partir do local de trabalho, esta população pode agora valorizar mais esta componente, estando mais alerta e fazendo com que a relação entre as duas no primeiro confinamento não tenha diferenças significativas para o momento atual.

### **Limitações e direções futuras**

Este estudo apresenta algumas limitações que devem ser tidas em consideração. A primeira limitação encontrada foi ao nível da recolha de dados, uma vez que devido ao momento da situação pandémica vivida, a recolha foi efetuada 100% online, havendo assim, alguma dificuldade no estabelecimento de contacto com este tipo de população. Além de se tratar de uma população, já ela difícil de alcançar, passa a ser mais difícil ainda o contacto, uma vez que o estudo foi efetuado numa altura em que muitos estudos do mesmo tipo estavam a acontecer. Isto fez com que as populações já se encontrassem esgotadas uma vez que se viam obrigados a abordar uma situação já ela esgotante. De forma a conseguir o contacto com estas populações houve, então, necessidade do prolongamento da recolha de dados e ainda a procura por alternativas, uma vez que a metodologia de contacto direto não estava a trazer os resultados necessários para uma amostra significativa. Assim foi efetuada a partilha do questionário nas redes sociais enquanto publicação e ainda através de grupos de interação de profissionais deste tipo. Foi ainda efetuada a partilha do mesmo via e-mail para instituições dos três grandes grupos das forças policiais. Isto implicou o contacto com as esquadras da Guarda Nacional Republicana, os postos da Polícia de Segurança Pública e ainda da Polícia Judiciária.

Adicionalmente é ainda possível que, como o questionário foi aplicado muito após o início da pandemia, que esta população já não tivesse presente quais as perceções e sentimentos reais durante o primeiro confinamento. Como no momento da aplicação do questionário a população já se encontrava com uma liberdade muito assegurada e com um sentimento de tranquilização devido à imunidade que as vacinas trouxeram (e falando já de um momento em que a população já procurava tomar a segunda dose), pode ter levado a população a descredibilizar o sentimento de medo e as ações impulsivas (como o esvaziamento da comida nos supermercados) que aconteceram em Março de 2020.

### **Implicações para a prática**

As conclusões retiradas do presente estudo sugerem, em primeiro lugar, a importância de avaliar os níveis de stress existentes nas forças policiais e de segurança, e perceber quais os mecanismos que podem ser efetuados de forma a melhorar a qualidade de vida destes trabalhadores. Em segundo lugar, importa considerar para estas medidas as repercussões que a pandemia pode ter tido em profissionais de linha da frente, principalmente no que toca a perturbações ou sintomas psicopatológicos associados à perturbação de stress pós-traumático, perturbação aguda de stress, trauma, ansiedade, depressão, medo e abuso de substâncias, sendo assim difícil de prever quem terá efetivamente uma doença do foro psicológico mais agravada.

Por fim, pode concluir-se sobre a importância de estes profissionais terem acompanhamento especializado disponível, tanto para trabalhar ao nível da intervenção como da prevenção.

### Referências Bibliográficas

- Afonso, P. & Figueira, M. (2020). Pandemia COVID 19: Quais são os riscos para a saúde mental? COVID19 Pandemic: What are the Mental Health Risks? *Revista Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental*, 6 (1), 2-3
- Aleixo, M. (2021). *Portugal entra no 12º estado de emergência com as mesmas restrições*. RTP Notícias. [https://www.rtp.pt/noticias/pais/portugal-entra-no-12o-estado-de-emergencia-com-as-mesmas-restricoes\\_n1301134](https://www.rtp.pt/noticias/pais/portugal-entra-no-12o-estado-de-emergencia-com-as-mesmas-restricoes_n1301134)
- Antunes, J. (2019). *Segurança Interna: Vulnerabilidade ao Stress e Burnout na Polícia de Segurança Pública*. [Dissertação de Mestrado, Instituto Superior de Ciências Policiais e Segurança Interna]. Repositório Comum. <http://hdl.handle.net/10400.26/32258>
- Carreiras, H. (2020). *Covid-19 e gestão de crises: um novo paradigma?* Instituto de Defesa Nacional Brief. <http://hdl.handle.net/10400.26/32281>
- Direção Geral da Saúde. (2021). *Quais as medidas de prevenção?* SNS 24 <https://covid19.min-saude.pt/category/perguntas-frequentes/?t=quais-as-medidas-de-prevencao#quais-as-medidas-de-prevencao/>
- Direção Geral da Saúde. (2022). *Relatório de Situação*. [https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2022/06/DGS\\_boletim\\_20220530\\_PDF-547kb.pdf](https://covid19.min-saude.pt/wp-content/uploads/2022/06/DGS_boletim_20220530_PDF-547kb.pdf)
- Durão, S. & Darck, M. (2012). *Polícia, segurança e ordem pública: Perspectivas portuguesas e brasileiras* (1ª ed). Instituto de Ciências Sociais. <http://hdl.handle.net/10451/2054>
- Farmácias Portuguesas. (2021). Vacinação: O que é a imunidade de grupo? <https://www.farmaciasportuguesas.pt/menu-principal/familia/3498.html>
- Frasquilho, M. (2005). Compreender o Stress para prevenir o burnout. *Medicina, Médicos e Pessoas*, 18, 433-444
- Frias, R. (2 de março de 2021). *12 meses, 12 momentos na evolução da pandemia em Portugal*. Diário de Notícias. <https://www.dn.pt/sociedade/doze-meses-doze-momentos-na-evolucao-da-pandemia-em-portugal-13406881.html>
- Giessing, L., et al. (2019). Effects of Coping-Related Traits and Psychophysiological Stress Responses on Police Recruits' Shooting Behavior in Reality-Based Scenarios. *Frontiers in Psychology*, 10, 1-16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01523>
- Gomes, R. (2010). Questionário de Stress Ocupacional – Versão Geral (QSO-VG).

*Adaptação, Rendimento e Desenvolvimento Humano*, 1-8.  
[https://www.ardh.pt/documentos/investigacao/avaliacao/stress\\_ocup/6-QSO-Stress%20Ocupacional-Vers%C3%A3o%20Geral.pdf](https://www.ardh.pt/documentos/investigacao/avaliacao/stress_ocup/6-QSO-Stress%20Ocupacional-Vers%C3%A3o%20Geral.pdf)

Guarda Nacional Republicana. (2021). *Missão, Visão e Valores*.

<https://www.gnr.pt/missao.aspx>

Jennings, W. & Perez, N. (2020). The immediate impact of COVID-19 on law enforcement in the United States. *American Journal of Criminal Justice*,  
<https://doi.org/10.1007/s12103-020-09536-2>

Kline, R. (2015). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling* (4th ed.). The Guildford Press.

Laufs, J. & Waseem, Z. (2020). Policing in pandemics: A systematic review and best practices for police response to COVID-19. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 51, (1-17). <https://doi.org/10.1016/j.ijdrr.2020.101812>

Lopes, J. (2018). *SEGURANÇA, HIGIENE E SAÚDE DO TRABALHO: UMA MEDIDA DE BEM-ESTAR ORGANIZACIONAL*. [Dissertação de Mestrado, Instituto Superior de Ciências Policiais e Segurança Interna]. Repositório Comum.  
<http://hdl.handle.net/10400.26/25138>

Maldonato, N., et al. (2019, outubro, 23-25). *The biodynamic stress hypothesis towards an evolutionary psychology paradigm*. [Conference session]. 10th IEEE International Conference on Cognitive Infocommunications, Naples.  
 10.1109/CogInfoCom47531.2019.9089930

Moreira, A. & Lucca, S. (2020). Apoio Psicossocial e saúde mental dos profissionais de enfermagem no combate à covid-19. *Revista Enfermagem em Foco*, 11(1), 155-161.  
<https://doi.org/10.21675/2357-707X.2020.v11.n1.ESP.3590>

Neves, C. (2020). *Venda de máscaras dispara 1829,3% mas lavar as mãos e tossir para o braço é mais eficaz*. Diário de Notícias. <https://www.dn.pt/pais/lavar-as-maos-e-tossir-para-o-braco-faz-mais-do-que-muitas-mascaras-11881927.html>

Peixoto, V., et al. (2020). Initial Assessment of the Impact of the Emergency State Lockdown Measures on the 1st Wave of the COVID-19 Epidemic in Portugal. *Revista Científica da Ordem dos Médicos*, 33(11), 733-741.  
<https://doi.org/10.20344/amp.14129>

Pereirinha, T., et al. (16 de janeiro de 2021). *Descubra as diferenças. Como estava*

- Portugal no primeiro confinamento e como está agora que voltou a fechar*. Observador. <https://observador.pt/especiais/descubra-as-diferencas-como-estava-portugal-no-primeiro-confinamento-e-como-esta-agora-que-voltou-a-fechar/#title-0>
- Polícia de Segurança Pública. (ND). *História*. <https://www.psp.pt/Pages/sobre-nos/quem-somos/historia.aspx>
- Polícia Judiciária. (2017). *Missão*. <https://www.policiajudiciaria.pt/missao/#>
- Queiroz, L. (2017). *Satisfação no trabalho: um estudo com estagiários de administração* [Monografia de Bacharelato, Universidade Federal do Rio Grande do Norte]. Repositório Institucional UFRN. <https://repositorio.ufrn.br/handle/123456789/35140>
- Rodrigues, R. (2014). *Polícia Nacional Portuguesa: Unificação das Polícias: Polícia de Segurança Pública, Polícia Judiciária e Serviço de Estrangeiros e Fronteiras – Consequências Orçamentais e Económicas* [Dissertação de Mestrado, Instituto Superior de Ciências Policiais e Segurança Interna]. Repositório Comum. <http://hdl.handle.net/10400.26/15394>
- Serviço Nacional de Saúde (2021). *Desconfinamento*. <https://www.sns24.gov.pt/tema/doencas-infecciosas/covid-19/desconfinamento/#sec-1>
- Taylor, S., et al. (2020). Development and initial validation of the COVID Stress Scales. *Journal of Anxiety Disorders*, 72, 1-7. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102232>
- Veloso, R. (2020). *Burnout nos profissionais de saúde durante a pandemia COVID-19*. [Dissertação de Mestrado, Universidade do Porto]. Repositório Aberto. <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/130699/2/432792.pdf>
- Wong, E., et al. (2020). Workplace safety and coronavirus disease (COVID-19) pandemic: survey of employees. *Bull World Health Organization*. doi: <http://dx.doi.org/10.2471/BLT.20.255893>
- World Health Organization. (2002). The World Health Report 2001. Mental Health: New Understanding, New Hope. *Direção-Geral da Saúde*, 27-205 [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42390/WHR\\_2001\\_por.pdf?sequence=4](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42390/WHR_2001_por.pdf?sequence=4)
- World Health Organization. (2019). *Burn-out an “occupational phenomenon”*: *International Classification of Diseases*. <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>