

Prevalência de transtornos mentais comuns em Bombeiros Militares do Paraná

Prevalence of common mental disorders in Military Firefighters of Paraná

Prevalencia de trastornos mentales comunes en Bomberos Militares de Paraná

Recebido: 17/10/2025 | Revisado: 28/10/2025 | Aceitado: 29/10/2025 | Publicado: 31/10/2025

Géssica Tuani Teixeira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4479-1452>
Universidade Paranaense Francisco Beltrão, Brasil
E-mail: gessicateixeira@prof.unipar.br

Isadora Murer

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-8345-4384>
Universidade Paranaense Francisco Beltrão, Brasil
E-mail: murerisadora@gmail.com

João Roberto da Rocha Nunes

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-9555-9492>
Universidade Paranaense Francisco Beltrão, Brasil
E-mail: joao.r.nunes@edu.unipar.br

Pedro Henrique Cogo

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4201-3825>
Centro Universitário Fundação Assis Gurgacz, Brasil
E-mail: phcogo@hotmail.com

Cristian Henrique Cândido da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-3135-3991>
Universidade Paranaense Francisco Beltrão, Brasil
E-mail: cristian.silva@prof.unipar.br

Priscila Leite Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1102-3040>
Universidade Paranaense Francisco Beltrão, Brasil
E-mail: priscila.silva@prof.unipar

Resumo

Os transtornos mentais comuns, como depressão, ansiedade e estresse, são prevalentes em profissões de risco, como a dos bombeiros militares. O objetivo deste estudo foi analisar a prevalência desses transtornos em bombeiros militares do Paraná, identificando fatores de risco associados. Trata-se de pesquisa de campo, descritiva, transversal e quantitativa, realizada com 74 bombeiros militares, com coleta de dados por questionário sociodemográfico e pela Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HADS). Os resultados evidenciaram prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em parte significativa da amostra, com impacto direto na qualidade de vida. Conclui-se que há necessidade de estratégias de apoio multiprofissional e políticas públicas de promoção à saúde mental.

Palavras-chave: Estresse Psicológico; Ansiedade; Depressão; Fragilidade; Saúde Mental.

Abstract

Common mental disorders, such as depression, anxiety, and stress, are prevalent in high-risk professions such as military firefighters. The aim of this study was to analyze the prevalence of these disorders among military firefighters in Paraná, identifying associated risk factors. This is a descriptive, cross-sectional, quantitative field research, carried out with 74 participants, through a sociodemographic questionnaire and the Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS). Results showed a prevalence of anxious and depressive symptoms in a significant part of the sample, directly affecting quality of life. It is concluded that there is a need for multidisciplinary support strategies and public policies to promote mental health.

Keywords: Psychological Stress; Anxiety; Depression; Frailty; Mental Health.

Resumen

Los trastornos mentales comunes, como la depresión, la ansiedad y el estrés, son prevalentes en profesiones de alto riesgo, como la de los bomberos militares. El objetivo de este estudio fue analizar la prevalencia de estos trastornos en bomberos militares de Paraná, identificando factores de riesgo asociados. Se trata de una investigación de campo, descriptiva, transversal y cuantitativa, realizada con 74 bomberos militares, utilizando un cuestionario sociodemográfico y la Escala Hospitalaria de Ansiedad y Depresión (HADS). Los resultados mostraron la presencia de síntomas ansiosos y depresivos en parte significativa de la muestra, con impacto directo en la calidad de vida. Se concluye que es necesario implementar estrategias de apoyo multidisciplinario y políticas públicas de promoción de la salud mental.

Palabras clave: Estrés Psicológico; Ansiedad; Depresión; Fragilidad; Salud Mental.

1. Introdução

A profissão do Bombeiro Militar, de acordo com a Lei nº 5731, de 15 de dezembro de 1992, é definida como aquela responsável por prestar socorro, assistência, prevenção, salvamento e realizar atividades de combate a incêndios (CLADAS et al., 2022), possuindo como objetivo único, zelar e garantir pela manutenção da sociedade, realizando resgates, prevenindo e combatendo catástrofes, bem como incêndios (Coimbra et al., 2024). O trabalho desenvolvido por esses profissionais exige extrema responsabilidade bem como uma complexa gama de conhecimentos, onde teoria e prática estão em constante contato sendo a segurança pessoal e pública monitorada e priorizada (Volovicz, 2021).

Atualmente, segundo dados do Corpo de Bombeiros do Paraná, foram contabilizados 3.265 profissionais ativos, dos quais 2.987 são homens e 278, mulheres. O Sudoeste do Paraná, por sua vez, conta com um efetivo de 2.400 bombeiros, que no ano de 2023, realizaram 187.352 atendimentos à população de forma geral, sendo estes majoritariamente resgates (96.871) e ações preventivas (52.677), além de atividades como de busca e salvamento, incêndios urbanos e florestais, defesa civil, serviços aéreos e produtos perigosos (Corpo de Bombeiros Militar do Paraná, 2025).

Nesse âmbito, estes profissionais vivenciam diversas experiências que geram, além de uma demanda física significativa, uma alta carga de desafios para a saúde mental. A rotina intensa, marcada por situações de risco constante e exigências extremas, acaba por afetar não apenas o corpo, mas também a psique. Embora muitas vezes sejam vistos como resilientes e fortes, a natureza inherentemente perigosa e desgastante desse serviço impõe inúmeros desafios à saúde psicológica (Hollerbach et al., 2024).

Mesmo com todo o avanço conquistado na área de saúde mental, profissionais de cuidados pré-hospitalares dedicam-se ao cuidado de doenças e agravos dos outros, muitas vezes negligenciando os próprios sintomas e sentimentos. Nesse processo, sinais de alerta para condições como ansiedade, depressão, burnout e síndrome de pânico passam despercebidos, sendo tratados com indiferença, situação que geram inúmeras consequências negativas, afetando diretamente o bem-estar e o desempenho dos indivíduos (Volovicz, 2021).

Wang e colaboradores (2023), demonstraram em sua pesquisa que bombeiros frequentemente expostos a situações de alta demanda e eventos traumáticos, e, que sofrem interrupções constantes em seus padrões de sono, apresentam uma prevalência significativamente mais elevada de sintomas depressivos, atingindo cerca de 18,7%, quando comparado à população geral.

Fatores como a carga, o ritmo e o horário de trabalho, juntamente com as relações interpessoais, podem agravar ainda mais esse cenário. Pereira e colaboradores (2022), observam grande resistência em admitir tais patologias por parte destes indivíduos, pois, dependendo do tratamento, podem vir a ser afastados de seus cargos, perdendo a autonomia conquistada ao longo da carreira, além do impacto financeiro por vezes relacionado ao absenteísmo, à redução da produtividade e à perda de compensações (Pereira et al., 2022).

Dessa forma, observa-se o surgimento de um perfil de risco invisível para transtornos psíquicos, em que fatores sociais e financeiros desempenham um papel crucial ao desencadear sentimentos de desamparo. Entre os principais, destacam-se indicadores psicológicos como a ansiedade e a depressão. Além disso, evidenciam-se sentimentos de desesperança, alterações no sono, sobrecarga laboral, falta de apoio institucional e a própria exposição à morte ou ao suicídio, culminando no adoecimento da psique humana (Faria et al., 2022).

Os transtornos mentais comuns (TMC), conceito desenvolvido por Goldberg e Huxley (1992), refere-se a um conjunto de sintomas que resultam em sofrimento psicológico. Estes transtornos são caracterizados pela presença de sinais e sintomas relacionados à depressão e à ansiedade, incluindo, entre outros, esquecimento, queixas somáticas, dificuldades de concentração, fadiga e insônia. Podem ser definidos como um conjunto de manifestações não psicóticas, frequentemente não contempladas pelos critérios diagnósticos das classificações internacionais. De maneira mais ampla, esses transtornos estão inseridos nos quadros clínicos de estresse, ansiedade e depressão, condições que apresentam prevalências significativas em nível mundial (Pereira et al., 2023).

Frente a este cenário, a presente pesquisa busca responder a seguinte questão norteadora: Qual é a prevalência dos Transtornos Mentais Comuns entre os Bombeiros Militares da região Sudoeste do Paraná? Objetivando assim, avaliar a prevalência de transtornos mentais comuns em um batalhão de Bombeiros Militares do Paraná, no ano de 2025.

2. Metodologia

Trata-se de uma pesquisa de campo, descritiva, exploratória, transversal, de caráter quantitativo que fez uso de estatística descritiva com classes de dados por gênero, idade, escolaridade, renda, situação conjugal, religião e prática de atividade física, que objetivou analisar a prevalência de transtornos mentais comuns em um Batalhão de Bombeiros Militares do Paraná. Participaram do estudo, os profissionais bombeiros militares pertencentes ao 10º Batalhão de Bombeiros Militares do Paraná, sediados nas unidades de Francisco Beltrão, Dois Vizinhos e Capanema. Os critérios de inclusão admitiram Bombeiros Militares atuantes, que preencheram todo o instrumento de coleta de dados, e realizaram a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), totalizando uma amostra de 74 indivíduos.

Para a coleta dos dados foi utilizado um formulário estruturado com questões fechadas desenvolvido pelos próprios pesquisadores, para análise das variáveis sociodemográficas (idade, sexo, raça, escolaridade, renda familiar, estado civil, renda familiar, religião, vínculos empregatícios e atividade desenvolvidas, além de histórico de diagnóstico, prática de atividade física, uso de medicação e tratamentos utilizados). Posteriormente, aplicou-se o instrumento a Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (Hospital Anxiety and Depression Scale - HADS), a qual objetiva avaliar sintomas de ansiedade e depressão, contendo 14 itens, o qual pontua de 0 a 21 para transtornos ansiosos e depressivos, sendo as questões 1, 3, 5, 7, 9, 11 e 13 (ímpares) pontuam para transtornos ansiosos e as questões 2, 4, 6, 8, 10, 12 e 14 (pares) corresponde a transtornos depressivos. Os escores podem apresentar os possíveis resultados: 0 - 7 pontos: improvável; 8 - 11 pontos: questionável ou duvidosa e 12-21 pontos: provável presença de transtorno (UNESP).

A coleta de dados se deu entre 25 de março a 15 de abril, sendo os instrumentos *online* aplicados através da plataforma Google Formulário, com total de 74 participantes. Os dados foram tabulados no Excel e posteriormente analisados com apoio do software *Statistical Package for Social Sciences (SPSS)* - 25.0, por meio de análises de frequência descritiva, sendo os resultados apresentados em tabelas.

A presente pesquisa foi previamente enviada à instituição pesquisada para assinatura do Termo de Anuência Institucional e posteriormente submetida à avaliação do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade

Paranaense, o qual foi aprovado sob Parecer nº 7.449.249 e CAAE: 86809425.9.0000.0109, sendo assim, foram preservados todos os princípios éticos e legais de acordo com a Resolução 466/2012, do Conselho Nacional de Saúde.

3. Resultados

A amostra participante da pesquisa foi constituída por 74 bombeiros militares, em relação aos dados sociodemográficos, verificou-se prevalência do sexo masculino (85,1%), de cor/raça branca (74,3%), com idade entre 30 e 39 anos (66,2%). Quanto ao estado civil a maioria casados (73%), católicos (71,8%) e com renda familiar de 06 a 10 salários-mínimos (39,4%). No que tange o item escolaridade verificou-se que boa parte dos participantes possuem como nível educacional pós-graduação (54,1%), prevalecendo indivíduos que exercem atividades operacionais (64,9%), com único vínculo empregatício (90,6%), conforme Tabela 1.

Tabela 1: Perfil sociodemográfico de Bombeiros Militares do Paraná, 2025.

Variável	N%
Gênero	
Feminino	1114,9
Masculino	6385,1
Idade	
20-29 anos	79,4
30-39 anos	4966,2
40-49 anos	1824,4
Cor	
Branco (a)	5574,3
Pardo (a)	1824,4
Preto (a)	11,3
Situação conjugal	
Solteiro (a)	1824,4
Viúvo (a)	22,7
Casado (a)	5473
Escolaridade	
Ensino médio completo	56,8
Ensino superior incompleto	56,8
Ensino superior completo	2331
Pós-graduação	4054,1
Mestrado	11,3
Renda mensal	
1,5 a 3 salários mínimos	11,3
3 a 4,5 salários mínimos	1013,5
4,5 a 6 salários mínimos	2331
6 a 10 salários mínimos	2939,4
10 a 20 salários mínimos	1013,5
Mais de 30 salários mínimos	11,3
Religião	
Católica	5371,8
Espírita	22,7
Evangélica	1216,3

Ateísta	34
Agnóstica	11,3
Luterano	11,3
Monoteísta	11,3
Não definida	11,3
Classificação de atividade	
Administrativa	2432,4
Operacional	4864,9
Ambos	22,7
Vínculos empregatícios	
01 vínculo	6790,6
02 vínculos	79,4

Fonte: Coleta de dados (2025) ver fonte de revista.

A seguir, a Tabela 2 apresenta dados sobre as condições de saúde/doença dos Bombeiros Militares do Paraná. Observou-se que a maioria (70,3%) não apresentam problemas diagnosticados, a despeito disso, entre aqueles que relataram o diagnóstico positivo para problema de saúde (29,7%), houve prevalência de Transtorno de Ansiedade Generalizado - TAG (68,1%), dessa parcela 73,1% não fazem uso de medicamentos e apenas 21,6% realizam algum tipo de tratamento terapêutico, com destaque para acompanhamento psicológico. Ainda, foi possível identificar predominância dos que realizam atividade física (96%) com maior índice de praticantes entre 3 e 5 vezes na semana (57,8%).

Tabela 2: Condições saúde/doença de Bombeiros Militares do Paraná, 2025.

Variável	N	%
Problemas de saúde diagnosticados?		
Não	52	70,3
Sim	22	29,7
Se sim, qual?		
Depressão	2	2,7
Transtorno de Ansiedade Generalizada	15	20,4
Abaulamento discal	1	1,3
Asma	1	1,3
Colesterol	1	1,3
Hepático	1	1,3
Hiperuricemia	1	1,3
Não se aplica	52	70,3
Uso de medicamentos		
Não	54	73
Sim	20	27
Classe de medicamentos		
Antidepressivos	9	12,2
Ansiolíticos	2	2,7
Antipsicóticos	2	2,7
Estabilizadores de humor	2	2,7
Anti-hipertensivo	1	1,3
Hipolipemiantes	1	1,3
Inibidor da 5-alfa-redutase	2	2,7
Antigotoso	1	1,3
Dermatológico	1	1,3
Não se aplica	54	73
Realiza algum tratamento terapêutico?		
Não	58	78,4
Sim	16	21,6

Classificação da terapia		
Psicólogo	12	16,2
Psiquiatra	1	1,3
Práticas Integrativas Complementares	3	4
Não se aplica	58	78,5
Prática de atividade física?		
Sim	71	96
Não	3	4
Se sim, com que frequência?		
1x na semana	4	5,2
1 a 3x na semana	17	23
3 a 5x na semana	41	55,5
Diariamente	9	12,2
Não se aplica	3	4,1

Fonte: Coleta de dados (2025).

A Tabela 3 expõem os resultados obtidos a partir da aplicação da Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HADS) que tem como objetivo identificar indícios de ansiedade e depressão, categorizando os escores em níveis improváveis, possíveis e prováveis de transtorno. As pontuações variam entre 0 e 21 pontos.

Os dados apresentados permitem uma análise do perfil emocional dos participantes, evidenciando maior percentual de bombeiros com ansiedade improvável (58,2%), seguido de ansiedade possível (24,3%) e ansiedade provável (17,5%). Já no que se refere aos sintomas depressivos, os escores de maior pontuação indicam que 63,3% da amostra encontra-se classificados como depressivos improváveis, seguido por depressivos possíveis e prováveis, 24,3% e 12,1%, respectivamente.

Tabela 3: Distribuição de sintomas ansiosos e depressivos de Bombeiros Militares do Paraná, 2025.

Variável	N	%
Sintomas ansiosos	-	-
Ansiedade improvável (0 – 7 pontos)	43	58,2
Ansiedade possível (8 – 11 pontos)	18	24,3
Ansiedade provável (12 – 21 pontos)	13	17,5
Sintomas Depressivos	-	-
Depressão improvável (0 – 7 pontos)	47	63,6
Depressão possível (8 – 11 pontos)	18	24,3
Depressão provável (12 – 21 pontos)	9	12,1

Fonte: Coleta de dados (2025).

4. Discussão

Os transtornos mentais comuns (TMC) são caracterizados por um conjunto de sintomas não psicóticos, como humor depressivo, ansiedade, insônia, fadiga, déficit de memória e irritabilidade, que podem levar ao comprometimento do funcionamento mental e emocional. Entre trabalhadores da área da saúde, a ocorrência desses transtornos tem se mostrado significativamente elevada, devido à exposição constante a fatores estressores ocupacionais. Neste contexto, estima-se que a prevalência global de TMC varie entre 24,6% e 45,3%, enquanto no Brasil os índices podem alcançar entre 28,7% e 50% (Centenaro et al., 2022).

O presente estudo teve como objetivo principal analisar a prevalência de TMC entre bombeiros militares do estado do Paraná e a partir da análise dos resultados, referente ao perfil sociodemográfico, foi possível evidenciar que a corporação é

composta predominantemente pelo sexo masculino (85,1%), corroborando com estudo realizado no estado do Belém, onde a maioria (92,2%) dos militares da instituição também eram homens. Esse achado pode ser explicado pelo fato de que, a inclusão das mulheres no Corpo de Bombeiros do Paraná ocorreu somente no ano de 2005 (PARANÁ, 2021), em contrapartida, o estado do Espírito Santo, destaca-se pela incorporação das primeiras mulheres já no ano de 1994 (Corpo de Bombeiros Militar do Espírito Santo, 2023).

Nesse cenário, a ascensão das mulheres nos corpos de bombeiros representa um avanço significativo rumo à colaboração coletiva e à equidade de gênero, rompendo com a visão tradicional de um espaço historicamente associado ao masculino. A inclusão feminina nesse cenário evidenciou a necessidade de adaptações estruturais e culturais, possibilitando que as mulheres exercessem suas funções com competência, liderança e habilidades técnicas, demonstrando sua plena capacidade de atuação em um ambiente antes restrito (Silva, 2025). De modo geral, este estudo identificou que as idades nas instituições variam de 30 a 39 anos (66,2%), representando uma corporação mais jovem em comparação a pesquisa realizada em Belém, onde predominou a faixa etária de 40 a 49 anos (35,8%) (Araújo et al., 2020), além disso, evidenciou-se prevalência de colaboradores de cor branca (74,3%), similar aos achados de Santos e colaboradores (2022), em pesquisa realizada no corpo de bombeiros do Paraná, quando 74,1% dos colaboradores também se declararam brancos, sugerindo a presença de descendentes europeus nesta região brasileira de forma predominante.

No que tange ao estado civil, há maior incidência de casados, sendo esses 73% da amostra, que entra em consonância com o estudo realizado por Jerônimo e colaboradores (2024), onde 74,3% da amostra eram também casados, fato que sugere relação a uma maior estabilidade familiar e social, refletindo ainda um perfil sociodemográfico da população-alvo, onde o casamento ainda representa um modelo tradicionalmente consolidado de organização familiar.

Em análise ao grau de escolaridade, foi possível evidenciar que a grande maioria no corpo de bombeiros do Paraná, apresentam pós-graduação (54,1%), o que não é a realidade do grupamento de Belém, quando a minoria possuía pós-graduação, mestrado ou doutorado, totalizando um quantitativo de apenas 8,33% (Araújo et al., 2020). Tal informação pode ser justificada, levando em consideração a Lei de 08 de maio de 1969 nº 5.940 e a Lei 19583 de 05 de julho de 2018, as quais estabelecem a base legal para as promoções e progressões, a depender de cursos e demais estudos realizados no período.

Esta pesquisa identificou ainda que a faixa salarial predominante entre eles situa-se entre 6 e 10 salários mínimos (39,4%), que equivale a uma faixa entre R\$7.920,00 e R\$13.200,00 por mês, considerando o salário mínimo atual de R\$1.518,00. Tal faixa salarial está em consonância com os dados oficiais de reajustes concedidos a policiais e bombeiros militares em diversas unidades federativas no ano de 2020, refletindo de maneira direta o reconhecimento da importância e das responsabilidades desses profissionais (BRASIL, 2020).

Quando analisada a variável religião, observou-se que a católica é predominante, representando 71,8% dos profissionais. É importante reconhecer que a religiosidade dentro das corporações militares pode ser diversa, contemplando outras crenças e práticas espirituais, o que reflete a pluralidade cultural presente na sociedade brasileira. Esse aspecto plural pode influenciar as dinâmicas de convivência, suporte emocional e comportamentos dentro da corporação, sendo relevante para uma compreensão mais completa do perfil sociodemográfico dos bombeiros militares (Fórum Brasileiro de Segurança Pública, 2020).

Dentro do grupo estudado, evidenciou-se que cerca de 64,9% exercem funções operacionais e que a maioria (90,6%), possui apenas um vínculo empregatício. Esse perfil está alinhado com o que descreve o Plano de Emprego Operacional do Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal (2020), que detalha a estrutura das atividades operacionais e enfatiza a dedicação exclusiva desses profissionais às suas funções, destacando que o regime de trabalho é organizado para

garantir eficiência e especialização, limitando em geral, a possibilidade de múltiplos vínculos empregatícios, o que contribui para a concentração dos esforços e a qualidade dos serviços prestados.

Dos participantes da pesquisa, 70,3% relataram não possuir problemas de saúde diagnosticados no momento da coleta dos dados. Esse achado pode indicar uma percepção positiva sobre o estado de saúde geral da amostra, bem como a possível efetividade de práticas preventivas adotadas por esses profissionais. Entretanto, é importante considerar que esse percentual elevado também pode refletir a ausência de rastreamento sistemático ou subnotificação de condições de saúde, especialmente aquelas que demandam avaliação especializada para diagnóstico.

Diversos estudos recentes apontam para a cognitivo e aumento do risco de doenças crônicas (Holland-Winkler et al., 2024). Tal tendência também foi observada na coleta de dados desta pesquisa, na qual, entre os participantes que apresentaram diagnóstico de alguma condição de saúde, o transtorno de ansiedade generalizada se destacou como o mais prevalente, apresentando-se em 20,4% entre os pesquisados.

Apesar do alto percentual de profissionais com diagnóstico clínico, principalmente do Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), 73% deles não fazem uso de medicamentos. Entre os que utilizam, predomina o uso de psicofármacos, correspondendo a 20,3%. Essa diferença pode ser explicada por fatores como a tentativa do profissional de manejar os sintomas de forma autônoma, muitas vezes recorrendo ao uso indiscriminado de medicamentos para mascarar problemas sem acompanhamento adequado (Holland-Winkler et al., 2024)

Siqueira e colaboradores (2024), em pesquisa com 711 bombeiros de Belo Horizonte, Minas Gerais, mostrou uma prevalência de uso de ansiolíticos de 9,9%, sendo que 7,5% utilizavam esses medicamentos sem indicação ou controle médico, prática que pode trazer riscos, pois o uso inadequado de psicofármacos aumenta a chance de efeitos colaterais, comprometendo a saúde do profissional e seu desempenho no trabalho.

Segundo Jales (2025) os antidepressivos inibidores seletivos da recaptação de serotonina (ISRS), são considerados a primeira linha de tratamento farmacológico para o TAG devido sua eficácia e perfil de segurança. Medicamentos como a sertralina, fluoxetina e escitalopram são amplamente utilizados, com evidências que demonstram sua eficácia no controle dos sintomas de ansiedade. No entanto, apesar da eficácia comprovada, o estigma, preconceito, e até medo de alterações geram a relutância em procurar atendimento especializado.

A presente pesquisa identificou que apenas 21,6% da amostra realiza algum tipo de acompanhamento terapêutico, sendo o suporte psicológico o mais frequentemente citado (16,2%). Em consonância, estudos recentes apontam para uma elevada prevalência de Transtornos Mentais Comuns (25,7%) entre militares brasileiros em tempos de paz. Entretanto, observa-se que o acompanhamento terapêutico ainda é limitado nessa categoria, uma vez que muitos profissionais não buscam atendimento. Fatores como as exigências inerentes à carreira militar, que demandam cumprimento rigoroso das funções e, frequentemente, implicam afastamento temporário do convívio familiar, acabam por dificultar e postergar a procura por apoio especializado

Além disso, fora evidenciado na presente pesquisa que a maioria dos bombeiros militares possui o hábito de praticar atividade física (96%), com uma frequência semanal de 3 a 5 vezes (55,5%), o que corrobora o estudo de Araújo e Cunha (2021), que ressalta a importância e a necessidade da elevada demanda física entre essa categoria profissional para o desempenho seguro e eficiente de suas funções, apontando que 88,6% dos bombeiros do batalhão de Belém praticavam atividade física regularmente.

Com os resultados obtidos a partir da aplicação da Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HADS), observou-se que a categoria de ansiedade improável apresentou o maior percentual entre os participantes (58,2%), seguida por ansiedade possível (24,3%) e ansiedade provável (17,5%).

Esses dados estão em consonância com os achados de Gois et al. (2023), em estudo realizado com bombeiros militares lotados na cidade de Patos, na Paraíba, onde 66,6% dos indivíduos foram classificados como ansiosos improváveis, 21% como ansiedade possível e 12% como ansiedade provável. Os índices identificados entre os participantes destes estudos, convergem com achados de um trabalho com bombeiros do Distrito Federal, o qual registrou uma prevalência de 60,6% para ansiedade generalizada (Rodrigues, 2023).

De acordo com o DSM-5, os transtornos de ansiedade são caracterizados por medo e ansiedade excessivos, acompanhados de sintomas como preocupação persistente, irritabilidade, fadiga, tensão muscular e distúrbios do sono. Profissões que exigem atenção constante e manutenção de estado de alerta prolongado, como a dos Bombeiros Militares, tornam os indivíduos particularmente suscetíveis a esses transtornos, devido à alta demanda emocional e à exposição contínua a situações de risco (Hollerbach et al., 2024).

As discrepâncias entre os índices encontrados ($24,3\% + 17,5\% = 41,8\%$ com algum nível de ansiedade possível ou provável) e os resultados de Rodrigues (2023) (60,6% de ansiedade generalizada) podem estar relacionadas à subnotificação e ao receio em reportar sintomas de saúde mental. Isso se deve, em parte, ao estigma associado ao adoecimento psíquico entre profissionais de operações de emergência, que muitas vezes evitam relatar problemas para não comprometer sua imagem ou carreira, tendência essa que foi também observada em militares da Europa, onde a subnotificação fora evidenciada e quais outros métodos eram experimentados para se tornarem menos sensíveis a percepção deste sentimento, como o uso de bebidas alcoólicas (Prinz et al., 2025).

Já no que se refere aos sintomas depressivos, os resultados do presente estudo evidenciaram, 63,3% para depressão improvável, 24,3% para depressão possível e 12,1% para depressão provável. Tais achados também se assemelham aos de Patos, Paraíba, onde a maioria significativa (60,6%) dos participantes se encontrava na categoria de “improvável”. No entanto, é crucial ressaltar que 36,4% dos participantes, ao somarmos os níveis “possível” e “provável”, apresentam algum grau de suscetibilidade ou sintomas depressivos, o que torna primordial a detecção precoce desses sinais, a fim de evitar o agravamento do transtorno e suas potenciais consequências.

A ausência de diagnóstico ou a subnotificação dos casos de depressão pode comprometer a capacidade operacional dos profissionais, resultar em absenteísmo recorrente e, em quadros mais graves, elevar o risco de suicídio. Já a identificação precoce e o encaminhamento adequado para tratamento podem melhorar significativamente o prognóstico, minimizando o impacto negativo tanto na vida profissional quanto pessoal do bombeiro (Gois & Silva, 2023).

Tanto os achados ansiosos quanto os depressivos esboçam um cenário preocupante da saúde mental entre profissionais desta área, evidenciando que uma parcela significativa da categoria apresenta vulnerabilidade emocional. A alta comorbidade entre sintomas depressivos e transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), conforme estudo envolvendo mais de 1.000 bombeiros ativos, reforça a gravidade deste contexto, uma vez que evidencia, a partir desta associação, a importância de uma identificação precoce e estratégias de suporte para estes profissionais, pois, cuidar de sua saúde mental, é preservar não apenas a habilidade de salvar vidas, mas também a essência de quem eles são fora do uniforme (Zhang et al., 2025).

5. Conclusão

O presente estudo revelou índices que soam como um alerta preocupante acerca da prevalência de sintomas ansiosos e depressivos entre os bombeiros militares do Paraná. Além disso, evidenciou a necessidade urgente de estratégias que combatam a subnotificação, evitando que esses transtornos sejam ocultados pelo estigma e preconceito ainda presentes na sociedade. Os dados obtidos, alinhados a pesquisas nacionais e internacionais, reforçam a importância de se discutir a saúde

mental dessa população que enfrenta desafios intensos diariamente. Embora as porcentagens apontem para uma predominância de casos classificados como ansiedade e depressão improváveis, é fundamental que se direcione atenção especial à parcela significativa que manifesta sinais e sintomas relevantes, capazes de impactar profundamente sua saúde física e emocional no cotidiano.

A soma dos sintomas classificados como “possíveis” e “prováveis” de ansiedade e depressão representam uma parcela expressiva dentro da tropa. Essas características podem gerar prejuízos tanto no âmbito individual quanto coletivo, uma vez que dificultam o desempenho das funções diárias, comprometem a capacidade de tomar decisões e aumentam o absenteísmo, além de reduzir a prontidão e eficiência em emergências. Esses impactos afetam não só a saúde física e emocional dos bombeiros, mas também a qualidade do serviço prestado à população, acarretando uma cadeia de consequências, que gera impactos que podem passar despercebidos pela população geral.

Neste âmbito, destaca-se a importância da reavaliação contínua dos quadros em que a saúde mental desses profissionais esteja fragilizada. Além da detecção precoce, é fundamental que a equipe multiprofissional adote abordagens que considerem o contexto singular dessa profissão, buscando estratégias que minimizem os impactos negativos que o diagnóstico e o tratamento possam exercer sobre a vida desses indivíduos. É imprescindível que haja a promoção de políticas públicas e programas de apoio psicológico contínuo, que garantam uma rede estruturada de cuidados, capacitação, e sensibilização, que não apenas fortaleça a resiliência desses profissionais, mas também garanta qualidade e excelência à população atendida.

Agradecimentos

Agradecemos imensamente ao Corpo de Bombeiros Militares do Paraná, pela entrega e dedicação em seu trabalho, em especial, à Corporação participante desta pesquisa.

Referências

- Araújo, I. K. F., Xavier, A. C., & Cunha, K. C. (2020). Caracterização do perfil sociodemográfico e profissional dos bombeiros militares de Belém, Pará, Brasil. *Research, Society and Development*, 9(10), e6899109074. <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/9074/8085>
- Centenaro, A. P. F. C., et al. (2022). Common mental disorders and associated factors in nursing workers in COVID-19 units. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 56, e20220059. <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2022-0059>
- Chaves, S. C. S., & Nóbrega, M. S. S. (2023). Prevalência de transtorno mental comum em militares do Exército Brasileiro em tempos de paz. *SMAD, Revista Eletrônica Sobre Mental Álcool e Drogas*, 19(1), 22–30. <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2023.183181>
- Cladas, C., Fonseca, R., Oliveira, L., & Santos, Y. (2022). Perfil de agravos à saúde entre Bombeiros Militares no Estado do Pará. *Conjecturas*, 22, 54–68. <https://doi.org/10.53660/CONJ-S05-1158>
- Coimbra Ikegami, É. M., Souza, L. A., Haas, V. J., Barbosa, M. H., & Ferreira, L. A. (2024). Efficacy of a program in increasing coping strategies in firefighters: Randomized clinical trial. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 32, e4179. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.6807.4179>
- Corpo de Bombeiros Militar do Estado do Espírito Santo. (2024, novembro 21). *Corpo de Bombeiros Militar realiza homenagem às primeiras mulheres que ingressaram na corporação*. CBMES. <https://cb.es.gov.br/Not%C3%ADcia/corpo-de-bombeiros-militar-realiza-homenagem-as-primeiras-mulheres-que-ingressaram-na-corporacao>
- Corpo de Bombeiros Militar do Paraná. (n.d.). *Plano de segurança contra incêndio*. <https://www.bombeiros.pr.gov.br>
- Escala hospitalar de ansiedade e depressão (HADS) com escore*. Faculdade de Medicina de Botucatu – Departamento de Neurologia, Psicologia e Psiquiatria. https://www.fmb.unesp.br/Home/ensino/Departamentos/Neurologia%2CPsicologiaePsiquiatria/ViverBem/had_com_escore.pdf
- Faria, S., Monteiro Fonseca, S., Marques, A., & Queirós, C. (2023). Fatores de risco para o suicídio em profissionais de socorro: Scoping review. *ResearchGate*. https://www.researchgate.net/publication/370133407_Fatores_de_risco_para_o_suicidio_em_profissionais_de_socorro_Scoping_review
- Freitas, A. A. S., et al. (2024). Compreendendo a prevalência de ansiedade e depressão na sociedade brasileira. *Periódicos Brasil. Pesquisa Científica*, 3(2), 647–657. <https://doi.org/10.36557/pbpc.v3i2.79>
- Goís, P. A. (2023). *A importância do cuidado com a saúde mental dos bombeiros militares da Paraíba* (Trabalho de Conclusão de Curso). Corpo de Bombeiros Militar da Paraíba. <https://bombeiros.pb.gov.br/wp-content/uploads/2024/03/ARTIGO-TCC-PABLO-ALMEIDA-DE-GOIS.pdf>

Goís, P. A., & Silva, H. C. L. (2023). *Análise da prevalência de sintomas de ansiedade e depressão nos militares do Corpo de Bombeiros de Patos* (Trabalho de Conclusão de Curso). Faculdade Internacional da Paraíba. <https://bombeiros.pb.gov.br/wp-content/uploads/2024/03/ARTIGO-TCC-PABLO-ALMEIDA-DE-GOIS.pdf>

Governo do Distrito Federal. Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal. (2020). *Plano de emprego operacional 2020*. Suplemento ao Boletim Geral 188, 6 out. 2020. <https://pt.scribd.com/document/705293162/Plano-de-Emprego-Operacional-2020-Suplemento-188-06out2020>

Holland-Winkler, A. M., Greene, D. R., & Oberther, T. J. (2024). The cyclical battle of insomnia and mental health impairment in firefighters: A narrative review. *Journal of Clinical Medicine*, 13(8), 2169. <https://doi.org/10.3390/jcm13082169>

Hollerbach, B. S., et al. (2024). Examination of stress among recruit and incumbent women firefighters. *Safety and Health at Work*, 15(4), 452–457. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39697309/>

Metrópoles. (2022, outubro 4). Mais de 2,7 mil bombeiros do DF procuraram atendimento psicológico em 2022. *Metrópoles*. <https://www.metropoles.com/distrito-federal/mais-de-2-7-mil-bombeiros-do-df-procuraram-atendimento-psicologico-em-2022>

Moraes, S. J. S., Barbosa, R. A., & Vasconcelos, A. G. (2024). Satisfação no trabalho dos profissionais do Corpo de Bombeiros Militar. *Revista Flammae*, 10(29), 67–80. <https://www.revistaflammae.com/c%C3%B3pia-edi%C3%A7%C3%A3o-actual-5>

Nogueira Jales, D., Juma, M. B. R., Hellmann, L. O., Almeida, M. C. B., Gomes, F. G. C., Sousa Neto, D. L., Sousa, H. K. V., Rodrigues, L. M., Andrade, M. P. M., Coelho, F. D., Silva, E. M., & Leitão, C. S. O. (2025). Transtorno de ansiedade generalizada: Do diagnóstico ao tratamento. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, 7(3), 2174–2190. <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2025v7n3p2174-2190>

Paraná. Corpo de Bombeiros Militar. (2025, junho 3). *16 anos do ingresso da primeira turma de bombeiros militares femininas do Paraná*. <https://www.bombeiros.pr.gov.br/Noticia/16anosdoingresso>

Pereira, A. S. et al. (2018). Metodologia da pesquisa científica. [free ebook]. Santa Maria. Editora da UFSM.

Prinz, W. H., Tran, U. S., Straub, G. C., & Lueger-Schuster, B. (2025). Underreporting in the military: Perceived sensitivity of trauma-related and comorbid disorders among soldiers and civilian employees of the Austrian Armed Forces. *European Journal of Psychotraumatology*, 16(1), 2486903. <https://doi.org/10.1080/20008066.2025.2486903>

Rodrigues, D. C. C. B. (2023). *A prevalência de transtorno depressivo, transtorno de ansiedade generalizada e de transtorno de estresse pós-traumático nos Bombeiros Militares do CBMDF após a pandemia de COVID-19* (Trabalho de Conclusão de Curso). Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal.

Santos, A. R. D., Ihlenfeld, M. F. K., Olandoski, M., & Barreto, F. C. (2022). Comparative analysis of the health status of military police officers and firefighters: A cross-sectional study in the State of Paraná, Brazil. *BMJ Open*, 12(9), e049182. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-049182>

Senado Notícias. (2020, setembro 22). Senado aprova MP do aumento salarial para bombeiros militares e policiais do DF. <https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2020/09/22/senado-aprova-mp-do-aumento-salarial-para-bombeiros-militares-e-policiais-do-df>

Siqueira, B. M., Santos, C. S., Silva, G. F., Rizzo, B. R., & Silva, C. T. X. (2024). Avaliação da qualidade de vida do corpo de bombeiros militares. *Evidência: Biociências, Saúde e Inovação*, 24, 1–10. <https://periodicos.unoesc.edu.br/evidencia>

Silva, F. A. S. (2022). Contexto histórico: A ascensão da mulher no Corpo de Bombeiros da Polícia Militar do Paraná. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, 8(7), 540–553. <https://doi.org/10.51891/rease.v8i7.6236>

Shitsuka, R. et al. (2014). Matemática fundamental para tecnologia. (2.ed). Editora Érica. Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”. (n.d.).

Vasconcelos, K. T., & Neto, D. L. (2023). Prevalência de uso de ansiolíticos por bombeiros militares em Manaus. In *Anais do XXXII Congresso de Iniciação Científica (CONIC)*. UFAM.

Volovicz, T. H. (2021). Um olhar sobre a saúde mental dos socorristas do Corpo de Bombeiros do Paraná. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, 7(1), 109–122. <https://doi.org/10.51891/rease.v7i1.435>

Zhang, H. D., Zeng, F. H., & Wang, H. (2025). [Article in Chinese]. *Zhonghua lao dong wei sheng zhi ye bing za zhi = Chinese Journal of Industrial Hygiene and Occupational Diseases*, 43(4), 288–293. <https://doi.org/10.3760/cma.j.cn121094-20240330-00132>