

QUEM SALVA OS QUE SALVAM?

Um estudo de caso sobre a 1ª Cia. Independente do Corpo de Bombeiros Militar de Barra do Garças-MT

Lidiane Resende de Oliveira Silva¹
Prof. Elizeu Demambro²
Prof^a. Liliane Oliveira³

Resumo:

Este trabalho tem o objetivo de relacionar a depressão ao trabalho dos bombeiros militares da 1ª CIBM-MT de Barra do Garças e regiões vizinhas, onde o foco principal é relacionar o estresse, desgaste físico e emocional que, o serviço associado ao excesso de normas, rotinas de trabalho e riscos eminentes levam muitos deles ao afastamento para tratamento ocasionados pela depressão. A depressão é uma doença psicoemocional com alto índice de acometimento e afastamento de trabalho, e deve ser tratada por profissionais e com acompanhamento da família e amigos. Fatores como, relacionamentos familiares, qualidade de vida, convívio profissional, cuidados com a saúde física, estão diretamente ligados às causas da depressão. Destacou-se a prevalência com o risco da depressão em bombeiros com o índice de 57% devido a carga estressante do trabalho feito por eles. Compreendemos que uma maior dedicação e assistência tanto psíquica como social poderia diminuir o quadro de depressão nesses profissionais.

Palavras-chaves: militares, bombeiros, depressão, qualidade de vida.

Resumen:

Este trabajo tiene como objetivo relacionar la depresión con el trabajo de los bomberos militares de 1ª CIBM-MT de Barra do Garças y regiones vecinas. El objetivo principal es relacionar el estrés con la angustia física y emocional, ya que la profesión está asociada con normas excesivas y rutinas de trabajo con riesgos inminentes, lo que lleva a muchos profesionales a alejarse del trabajo para recibir tratamiento médico psiquiátrico, causado por la depresión. La depresión es una enfermedad psicoemocional con un alto índice de acometimiento, generando ausencia en el trabajo, por lo que debe ser tratada por profesionales especializados y debe contar con el apoyo y seguimiento de familiares y amigos. Factores como las relaciones familiares, la calidad de vida, la convivencia profesional y la salud física están directamente relacionados con las causas de la depresión. Se destacó la prevalencia con el riesgo de depresión en bomberos con una tasa de 57% debido a la

¹ Aluno do Curso Superior em Tecnologia em Gestão Pública do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso (IFMT) – Campus Barra do Garças.

² Professor Mestre do Curso Superior em Tecnologia em Gestão Pública do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso (IFMT) – Campus Barra do Garças.

³ Professora (**titulação**) do Curso Superior em Fisioterapia do Centro Universitário do Vale do Araguaia (UNIVAR).

carga de trabajo estresante que realizan. Entendemos que una mayor dedicación y asistencia, tanto psíquica como social, podría reducir la depresión en estos profesionales.

Palabras-clave: militar, bomberos, depresión, calidad de vida.

1. INTRODUÇÃO

Em geral, quando se trata de profissão e ambiente de trabalho com peculiaridades de desgastes físicos e mentais no qual muitas vezes são levados a exaustão ou mesmo a depressão, os militares do corpo de bombeiro trabalham constantemente atentos ou sobre estresses diários associados a uma rotina de trabalho e disciplina.

Quanto aos fatores associados ao trabalho, também sócio econômico, riscos diários e funções que exercem no trabalho no qual exigem muitas responsabilidades, pois cuidam e salvam vidas tanto na água como ocorrências diárias desde os pequenos acidentes domésticos, ou grandes acidentes de todos os tipos, e combates aos incêndios (Corpo de Bombeiros Militar, 2014).

No século XIX surgiram no Brasil, precisamente no Estado do Rio de Janeiro os primeiros bombeiros. Desde então, o número de corporações foram aumentando significativamente, sendo modelo para todas as províncias brasileiras. Em 2 de julho de 1856 através do Decreto Imperial criou o primeiro serviço oficial de combate a incêndio, denominado Corpo Provisório de Bombeiros da Corte, marco histórico do corpo de bombeiros do Brasil que se distribuiu por todo o país (Corpo de Bombeiros Militar, 2014).

Já em 19 de agosto de 1964 foi criado o corpo de bombeiros militar no Estado de Mato – Grosso, com missão primordial de execução de atividades de defesa civil, prevenção e combate a incêndios, buscas, salvamentos e socorros públicos no âmbito estadual. Após três anos de sua criação passou a funcionar operacionalmente com um quadro de 42 homens, atualmente, ele é composto por 1.352 bombeiros militares entre homens e mulheres, por 32 quartéis, sendo 14 companhia independentes e 4 núcleos, 4 batalhões e 1 BEA (Batalhão de Emergências Ambientais) distribuídos em 22 municípios do Estado (Corpo de Bombeiros Militar, 2014).

Este artigo tem como questionamento principal quem salva os que salvam? e a hipótese trabalhada é que há uma baixa prevalência de depressão em bombeiros militares da cidade de Barra do Garças-MT.

2. MÉTODO

Trata-se de uma abordagem tendo como base metodológica um estudo com levantamento bibliográfico, qualitativo e quantitativo, teórico, descritivo e exploratório com pesquisa de campo e aplicação de questionário para identificar sintomas de depressão nos servidores da 1ª Companhia Independente do Corpo de Bombeiro Militar (1ª CIBM) de Barra do Garças – MT, conjuntamente com pesquisas bibliográficas sobre os fatores de risco e o desenvolvimento da depressão dentro da Companhia do Corpo de Bombeiros, e reflexos na vida pessoal e profissional de cada um (MARCONI, 2019).

3. REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 O Corpo de Bombeiros e os problemas de depressão

O Corpo de Bombeiros em Barra do Garças – MT, foi fundado em 1981 como Núcleo de Buscas/ Resgates e Salvamento, passando a sua instalação no dia 15 de setembro de 1987 a 8ª Seção de Combate a Incêndio. Em 26 de dezembro de 1994, foi criada e instalada como a 1ª Companhia Independente de Bombeiros Militar do Estado de Mato Grosso (1ª CIBM-MT). Atualmente, ela é composta por 70 militares que atende não somente o município citado como, também as regiões adjacentes citadas no mapa. (1ª CIBM-MT, 2019) (veja Quadro 1 mapa de atuação).

Os militares trabalham com a sensação de que podem ser acionado a qualquer momento, ou seja, eles nunca ficam em estado de repouso, de total calma e tranquilidade. Sempre alerta para possíveis chamadas de ocorrências, sejam ela de acidentes automobilísticos aquáticos, incêndios em qualquer tipo de ambientes dentro ou fora da cidade com a adrenalina sempre acima do normal. Isso causa esgotamento físico e mental por estresse pós-traumático fazendo com que sua rotina de trabalho diário esteja sempre em constante mudança. (1ª CIBM-MT, 2019).

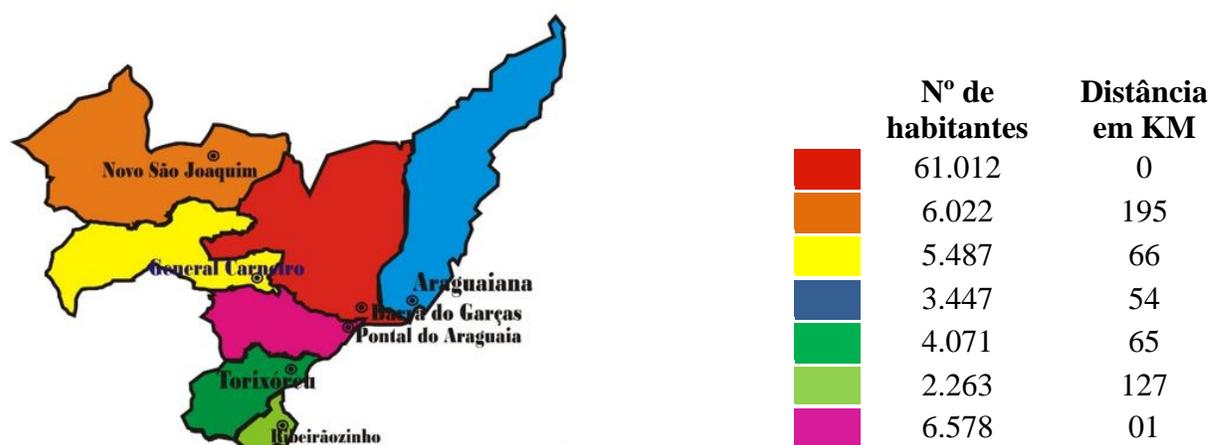
Os militares possuem uma escala de trabalho de vinte quatro por vinte quatro (24/24), vinte e quatro por quarenta e oito horas (24/48) e até mesmo vinte quatro por setenta e duas horas(24/72) quando ocorrem afogamentos com a necessidade de mergulhos. Fato pelo qual nos faz entender o

quão é desgaste a rotina desses servidores no qual muitas vezes, devido ao desgaste físico e/ou emocional são diagnosticados com depressão (1ª CIBM-MT, 2019).

No Brasil, cerca de 11,5 milhões de habitantes são acometidos pela depressão causando com isso afastamentos no trabalho, isolamento, fadiga e até mesmo levando ao suicídio que é um dos fatores mais preocupantes (OMS, 2017).

Depressão é uma doença psiquiátrica crônica e recorrente que produz alteração do humor, caracterizada por tristeza profunda e forte sentimento de desânimo. Na maioria das vezes é silenciosa e pode transparecer de formas diferentes como: agitação, ansiedade, insônia ou muito sono e irritabilidade, podendo ser camuflada facilmente através de sorrisos, porém, seus sintomas vão muito além do quem um momento de descontração, sendo uma dor interna e não superficial (MARQUES, 2011).

Quadro 1: Mapa de atuação e deslocamento da 1ª CIBM



Fonte: Corpo de Bombeiros Militar de Mato Grosso, Mapa de Atuação da 1ª CIBM, 2017

Para a OMS (2017), a depressão é considerada um transtorno mental, que possui as seguintes características: tristeza insistente, perda de interesse em atividades que normalmente são prazerosas, acompanhadas da incapacidade de realizar atividades diárias, durante pelo menos o período de duas semanas consecutivas. É importante ressaltar que o diagnóstico desta doença deve ser feito via atendimento médico especializado, que irá reunir o histórico, fará exames necessários e concluirá com a avaliação do estado mental do paciente. Entretanto, não há um exame específico que diagnostique essa doença.

De acordo com dados estatísticos da OMS (2017), o aparecimento desta doença pode acometer homens e mulheres, sendo de até 20% para o sexo feminino e 12% para o sexo masculino. Além do mais, há uma previsão de 15,5% desta doença ocorrer durante a vida.

Segundo a OMS as causas da depressão podem ser: genéticas, bioquímicas, eventuais, através de históricos familiares, estresse crônicos, ansiedades, disfunções hormonais, dependências de álcool e drogas além de traumas psicológicos, cardiovasculares entre outro.

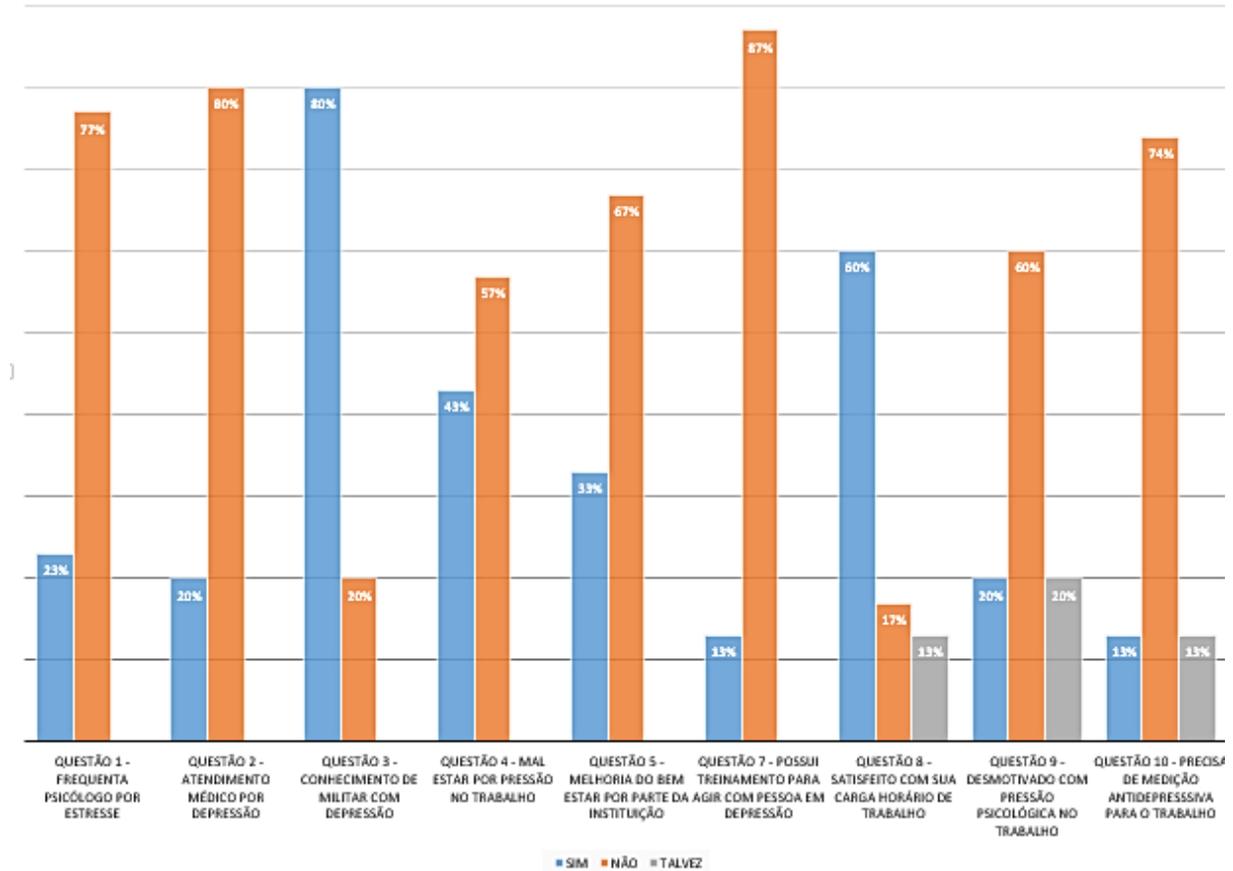
O tratamento da depressão pode ser feito através de programas de saúde, nos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) e nos ambulatórios especializados e não interrompendo o tratamento que é de longo tempo dependendo do paciente.

Um cotidiano de vida mais equilibrada auxilia na prevenção de várias doenças incluindo a depressão, tendo como hábitos mais saudáveis uma boa alimentação, prática de exercícios físicos, evitando o consumo de álcool e drogas, uma rotina de sono frequente fortalece o organismo.

4. RESULTADOS

Na pesquisa de campo realizada no Corpo de Bombeiros Militar de Barra do Garças participaram 30 militares, do total de 70 que são responsáveis por atender toda a região correspondente à área pesquisada, da qual o maior número de 61.012 habitantes encontra-se na cidade de Barra do Garças MT, de acordo com o quadro 1, mesmo local em que se encontra a sede da corporação, porém, atua em toda área vizinha que está no quadro 1, onde os militares atendem ocorrências em uma distância de até 195 km.

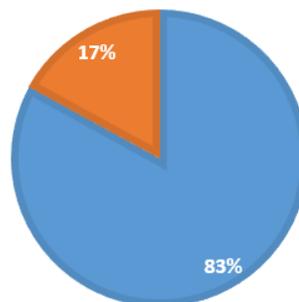
Quadro 2 - Gráfico de distribuição das respostas obtidas pelo questionário
Gráfico de distribuição de respostas



Fonte: Elaborado pela autora

Quadro 3 - Gráfico sobre a reação dos militares diante de uma pessoa com depressão
QUESTÃO 6 - COMO MILITAR AGE DIANTE DE UMA PESSOA COM DEPRESSÃO

■ Procuro ajudar ■ Tento acalmá-la



Fonte: Elaborado pela autora

Durante a pesquisa em campo, foi aplicado um questionário e aplicado aos bombeiros de Barra do Garças. O quadro 2 apresenta o gráfico de distribuição das respostas, quando perguntou-se quem já havia procurado os serviços de psicólogos por conta de sentir algum estresse no serviço, notou-se que 23% dos entrevistados disseram que sim, já haviam procurado serviços de psicólogos quando estavam estressados, porém a grande maioria 77% dos entrevistados disseram que nunca procuraram serviços de psicólogos, mesmo sendo a maioria dos resultados com 80% nunca ter precisado se afastar do emprego pela rotina de trabalho imposta a eles. Observou-se que 43% respondeu que sente alguns sintomas que estão relacionados a depressão, como insônia, fadiga muscular, dores de cabeça, cansaço físico e mental, onde 67% relatam não ter melhorias da instituição para o bem-estar. Outro dado importante e a relação entre a carga horária e se estão satisfeitos, a maioria com (80%) responderam que sim e não se sentem desmotivado, quando perguntado se faziam uso de medicamentos durante a rotina de trabalho 74% disseram que não e 13% usam algum tipo de antidepressivo e 13% restantes talvez fizesse uso de algum tipo de medicação. No quadro 3, quando foi questionado como age o militar diante uma pessoa com depressão, 83% responderam que procura ajudá-la e 17% tenta acalmá-la.

5. DISCUSSÃO

Diante do exposto, verifica-se que a depressão faz parte do cotidiano humano a muito tempo, sendo utilizada esta nomenclatura pela primeira vez em 1680, para qualificar o estado de desânimo e perda de interesse, e incorporado o termo ao dicionário por Samuel Johnson em 1750. Com isso, a doença tem evoluído com o passar dos anos, e pesquisadores subsequentes a este, aperfeiçoaram o significado da palavra depressão, trazendo desde então novos conceitos para a doença em questão que serão mencionados no decorrer deste estudo.

Registre-se que muito embora a corporação de Barra do Garças possua plano de saúde (contratado por meio da Associação Grêmio Recreativo e Esportivo da Primeira CIBM) é de total responsabilidade dos militares associados e não sendo oferecido pelo governo. Assim, caso o militar não seja um associado, este deverá recorrer aos serviços de oferecidos pelo Estado (SUS – Sistema Único de Saúde).

Com isso, esses servidores encontram nos momentos de distração (reunião de família, jogo de futebol com os amigos, nas atividades físicas, etc.) uma válvula de escape para aliviar as tensões ocasionadas pelo modo de trabalho por eles desenvolvido.

Assim, necessário se faz um olhar clínico para promover e garantir o direito a saúde que é considerada um direito social garantido na legislação brasileira. A saúde é um direito de todos, está prevista no artigo 6º da Constituição, que “são direitos sociais a educação, a saúde, o trabalho, a moradia, o lazer, a segurança, a previdência social, a proteção à maternidade e à infância, a assistência aos desamparados” (BRASIL, 1998).

Neste sentido, observa-se que a demanda pelos militares é elevada podendo acarretar exaustão física e psicológica. Tal situação tem o potencial de gerar o afastamento dos servidores que está relacionado ao *déficit* no quadro de efetivo para prestação de serviço, à população. Além disso, a exaustão pode ser também relacionada às doenças ocupacionais, bem como, Síndrome de Burnout, crises de pânico, crises de ansiedade e a principal causa, a depressão. Por isso, é necessário compreender melhor a respeito desta situação, destacando seus reflexos na gestão pública.

6. CONCLUSÃO

Diante da pesquisa proposta conclui se que há uma prevalência de depressão em bombeiros militares da cidade de Barra do Garças-MT, no qual atendem as populações das cidades vizinhas, onde os resultados mostram claramente que possuem sim profissionais que tem depressão, mas que mostram não está relacionado com a rotina de trabalho dentro da corporação.

Para se ter a resposta seria necessária outros estudos que possam estar relacionado com depressão que será um novo tema para um próximo artigo a desenvolver.

Com isso presume-se que como em qualquer outro ambiente de trabalho a carga horária e a falta de hábitos saudáveis e outros problemas sócios econômicos, problemas familiares podem sim ser a causa maior.

“Quem salva os que salvam?”

Todos nós, toda a população com respeito e valorização além de reconhecer os serviços prestados pelos militares que se dedicam a socorrer e ajudar cada um sem pensar nos riscos e consequências.

7. REFERÊNCIAS

ADMINISTRADORES.COM. Depressão no trabalho um inimigo perigoso, Disponível em: <https://administradores.com.br/artigos/depressao-no-trabalho-um-inimigo-perigoso>. Acessado em 30 de outubro de 2019.

BARBOSA, Aderson José; SIQUEIRA, Elizabeth Madureira; EGGERS, Giovani. Corpo de Bombeiros Militar de Mato Grosso: Jubileu de Ouro: 1964-2014, Cuiabá: Ed. Entrelinhas, 1ª ed., 2014.

BONDE, Esgotamento no trabalho pode causar depressão, síndrome do pânico e ansiedade. Disponível em: <https://www.bonde.com.br/saude/corpo-e-mente/esgotamento-no-trabalho-pode-causar-depressao-sindrome-do-panico-e-ansiedade-381606.html>. Acessado em 10 de novembro de 2019.

BRASIL (Presidência da República). Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm Brasília. Acessado em 22 de agosto de 2019.

CBM-MT (CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DE MATO GROSSO). Mapa de Atuação da 1ª Companhia Independente de Bombeiros Militar. Barra do Garças – MT, 2017.

CBM-MT (CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DE MATO GROSSO) 2014. Disponível em: <http://www.cbm.mt.gov.br/institucional.php>. Acessado em 31 de agosto 2019.

BRASIL ESCOLA. Depressão. Disponível em <https://brasilecola.uol.com.br/saude-na-escola/depressao.htm>. Acessado em 19/08/2019.

LARPSI. Depressão ao longo da história. Disponível em https://www.larpsi.com.br/media/mconnect_uploadfiles/c/a/cap_01_72_.pdf. Acessado em 10 de agosto de 2019.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. Fundamentos da Metodologia científica. São Paulo: Ed. Atlas, 8ª ed., 2017.

MS (Ministério da Saúde). Depressão: causas, sintomas, tratamentos, diagnóstico e prevenção. Disponível em: <http://saude.gov.br/saude-de-a-z/depressao>. Acessado em 30 de outubro de 2019.

OPAS (Organização Pró-Americana de Saúde). Saúde Mental. Brasília, Março de 2018. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5635:folha-informativa-depressao&Itemid=1095. Acessado em 20 de agosto de 2019.

OPAS (Organização Pró-Americana de Saúde). Saúde Mental. 2019b. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_joomlabook&view=topic&id=210. Acessado em 20 de agosto de 2019.

VITTUDE BLOG. Depressão: causas, sintomas físicos, tratamentos e prevenção. Disponível em: <https://www.vittude.com/blog/depressao>. Acessado em 30 de outubro de 2019.

8. APÊNDICE

QUESTIONÁRIO

1 - Já frequentou algum psicólogo por causa de estresse de trabalho?

Sim

Não

2 - Precisou de atendimento médico ambulatorial ou de afastamento por longo período devido a rotina laboral?

Sim

Não

3 - Algum militar que você conhece já precisou sair para tratamento psicológico devido a depressão?

Sim

Não

4 - Sente algum mal estar devido a pressão do trabalho?

Sim

Não

Quais? _____

5 - A instituição em que você trabalha procura melhorias focando no bem estar do militar?

Sim

Não

6 - De que forma você como militar age diante de uma pessoa com crise de depressão?

Procuro ajuda-la

Ignoro

Tento acalmá-la

Finjo que não é comigo

Outros _____

7 - Possui algum treinamento para agir diante de uma situação em que envolve uma pessoa em crise depressiva? Qual treinamento?

Sim

Não

Quais? _____

8 - Como militar você está satisfeito com sua rotina de trabalho ou precisa ser mais avaliada quanto a carga de horas?

Sim

Não

Talvez

9 - Se sente desmotivado diante da pressão psicológica da sua rotina de trabalho?

Sim

Não

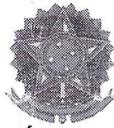
Talvez

10 - Precisa do auxílio de remédios devido a rotina de trabalho?

Sim

Não

Talvez



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
MEC - SETEC
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE MATO GROSSO
CAMPUS BARRA DO GARÇAS
COORDENAÇÃO DO CURSO TECNÓLOGO EM GESTÃO PÚBLICA
Ata de Defesa do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC)

No dia 05 de dezembro de 2019, a banca examinadora composta pelos professores Elizeu Demambro (orientador), Carine Rodrigues da Costa e Natasha Alexandrino de Souza Gomes avaliaram o artigo “Quem salva os que salvam? Depressão no corpo de bombeiros” de autoria do(a) discente Lidiane Resende de Oliveira Silva. Após a apresentação oral do trabalho, a banca fez as suas considerações e reuniu para emitir o resultado final do trabalho. Em seguida, com base nas notas da Ficha de Avaliação, a banca decidiu pela “Aprovação” do trabalho. Assinam duas vias da ata os membros da banca examinadora e o discente.

Barra do Garças/MT, 05 de dezembro de 2019.

Discente: Lidiane Resende de Oliveira Silva

Prof. orientador Elizeu Demambro
(avaliador 1)

Prof^a. Carine Rodrigues da Costa
(avaliador 2)

Prof^a. Natasha Alexandrino de Souza Gomes
(avaliador 3)