

SUICIDIO POLICIAL. VOCÊ ESTÁ EM RISCO?

Por Orlando Ramos, Ph.D.



Aqueles de nós na profissão têm muitos motivos para escolher uma carreira na polícia. Queremos ajudar os outros e fazer a diferença. Preocupamo-nos com as pessoas e muitas vezes sentimos que é um chamado que somos obrigados a atender. Logo, no entanto, percebemos que é preciso uma pessoa especial com coração para servir para responder aos problemas da sociedade no dia a dia.

Durante o treinamento na academia, descobrimos um tema comum que surgiu rapidamente: a importância da sobrevivência do policial. Como novos policiais impressionáveis, fomos inculcados em um ambiente quase militar e ensinados a assumir o controle. Em todas as situações, devemos assumir o controle da cena, dos suspeitos e - acima de tudo - de nossas emoções.

A natureza do trabalho policial é inerentemente negativa. Os cidadãos não nos ligam quando as coisas estão bem. Eles nos ligam quando as coisas vão mal. Ao longo da carreira de um policial, as memórias da profissão muitas vezes são preenchidas com muitos pensamentos negativos e poucos positivos. A maior parte das chamadas de serviço é voltada para cuidar dos outros. Porém, quem está cuidando de nós?

O Dr. Ramos é um policial estadual de Nova Jersey designado para a Peer Advocate Services Unit e membro da Equipe de Resposta a Incidentes Críticos do Estado e da Fundação Nacional de Suicídio da Polícia.



Tragicamente, muitas vezes o suicídio se torna a forma como os policiais lidam com os horrores que testemunharam no desempenho diário de suas funções, juntamente

com estressores internos de seus departamentos e problemas externos em suas vidas pessoais.¹ Problemas de relacionamento, juntamente com o abuso de álcool e o acesso a uma arma de fogo, cria uma receita para o desastre entre policiais em dificuldades que podem ver o suicídio como a única saída. Eles estão com tanta dor que não conseguem ver nenhuma outra opção. Os policiais muitas vezes não procuram ajuda por causa de preocupações sobre a confidencialidade, mudanças no *status* de funções, percepções de fraquezas e possíveis problemas com promoções futuras.²

“Tragicamente, muitas vezes o suicídio se torna a forma como os policiais lidam com os horrores que testemunham no desempenho diário de suas funções”

Quais são Algumas Causas?

Em primeiro lugar, identificar-se apenas com nosso papel profissional pode aumentar nosso risco de suicídio. Se não tomarmos cuidado, nossa carreira pode dominar outras áreas de nossas vidas. As táticas e habilidades de comunicação aprendidas no trabalho são eficazes ao lidar com suspeitos. No entanto, ocorrem problemas quando os levamos para casa e os usamos com nossos entes queridos, familiares e filhos.

Além disso, a profissão pode ser solitária às vezes. Frequentemente, sentimos que apenas outros policiais podem se identificar com o que estamos vivenciando, porque eles já estiveram lá antes. Isso pode levar ao cinismo e à falta de confiança nos outros. Inicialmente, podemos começar a depender exclusivamente de outros superiores e, em seguida, limitá-los aos de nosso próprio departamento. Com o tempo, esse círculo pode se tornar ainda menor e incluir apenas alguns de nossos colegas selecionados. Este ciclo perigoso pode facilmente levar ao isolamento social e profissional.

Terceiro, quando passamos todos os dias vendo os pontos negativos que a sociedade tem a oferecer, pode ser difícil encontrar os pontos positivos. Começamos a ver a vida como um problema após o outro. Porque nos tornamos solucionadores de problemas consumados, tentamos assumir o controle, descobrindo todas as situações difíceis de forma rápida e eficaz, incluindo aquelas que podem surgir em nossas vidas pessoais.

Finalmente, o estresse na profissão policial é único porque é constante. O tipo de estresse varia simplesmente em grau e duração. O papel de um policial em si é estressante porque nunca estamos de folga. Operar em um ambiente onde estamos frequentemente expostos a altos níveis de frustração e perigo leva a desgaste físico, emocional e psicológico.

O estresse na polícia também é caleidoscópico por natureza. Pode vir de várias direções: nossa administração, o tipo de chamadas que atendemos, a atenção da mídia, o sistema judiciário e nossas vidas pessoais. Se não for gerenciado adequadamente, o estresse pode nos tornar propensos à depressão, alcoolismo, transtornos de ansiedade e esgotamento que, por sua vez, podem aumentar nosso risco de suicídio.³

O que pode ser feito?

O treinamento é fundamental para lidar com o problema do suicídio policial. Os policiais e suas famílias precisam ser educados sobre os fatores de risco e os sinais de alerta do suicídio policial. Os membros da família devem receber essas informações porque podem ser os primeiros a ver as mudanças no humor ou comportamento de um policial. Esse treinamento também deve incluir informações sobre como tornar a transição da vida no local de trabalho para a vida doméstica mais suave para os policiais.

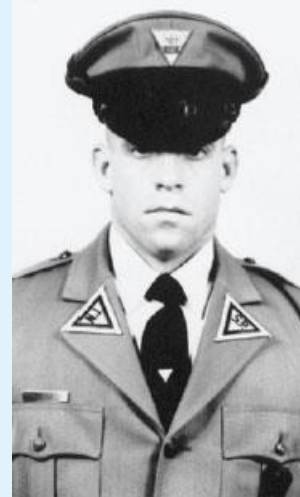
No trabalho, os policiais devem permanecer cientes de sua tolerância individual ao estresse. Supervisores e colegas precisam responder a qualquer deterioração na aparência, desempenho ou presença de um policial, bem como a um aumento nas reclamações dos cidadãos. As agências devem encorajar seus dirigentes a buscar assistência confidencial de médicos pessoais, programas de assistência a funcionários, equipes de apoio de colegas e conselheiros de intervenção em crises.

Conclusão

A profissão policial deve transmitir aos seus membros que o suicídio é uma reação permanente a uma situação temporária. Se os policiais estivessem sofrendo de alguma condição física, eles procurariam atendimento médico profissional. Qual é a diferença quando existe um emocional? Profissionais treinados podem ajudar a evitar que policiais cometam suicídio.

Aprendemos habilidades de sobrevivência policial durante o serviço, mas raramente recebemos orientação sobre como lidar com o que vivenciamos no trabalho quando tiramos o uniforme e vamos para casa. Deve ser necessário treinamento sobre como fazer a transição da função de policial para a vida civil. A sobrevivência do policial não deve ser apenas um evento diário de plantão. Em vez disso, nosso objetivo deve ser sobreviver ao longo de nossas carreiras, assumindo o compromisso de viver uma vida plena até a aposentadoria.

Como profissionais de polícia, juramos proteger e servir nossas comunidades. Também devemos começar a proteger e servir nossos colegas policiais e a nós mesmos se quisermos reduzir o número trágico de policiais que cometem suicídio. O treinamento sobre os perigos do suicídio e a identificação dos recursos disponíveis podem ajudar a reduzir o estigma de buscar ajuda profissional. Como policiais, devemos começar a ter um papel ativo em ajudar todos os membros de nossa profissão a compreender a importância primordial de prevenir suicídios policiais.



A família Oliva concedeu permissão para usar esta fotografia.

Com a morte suicida de um amigo próximo e colega de trabalho, o policial John Oliva, motivou o autor a pesquisar esse assunto delicado. Ele finalmente concluiu sua tese de doutorado sobre o assunto e a dedicou à memória de seu amigo. Ele se comprometeu a educar os profissionais policiais sobre os perigos do suicídio policial. As opiniões expressas neste artigo são de sua autoria e não da Polícia do Estado de Nova Jersey ou do Departamento de Direito e Segurança Pública de Nova Jersey.

Notas

¹ Orlando Ramos, *A Leadership Perspective for Understanding Police Suicide: An Analysis Based on the Suicide Attitude Questionnaire* (Dissertation.com, January 15, 2008). The author presented this research at the second annual Beyond Survival: Wellness Practices for Wounded Warriors conference hosted by the FBI Academy's Behavioral Science Unit. For additional information, see the May 2009 issue of the *FBI Law Enforcement Bulletin* at <http://www.fbi.gov/publications/leb/leb.htm>.

² Access the National Police Suicide Foundation at <http://www.psf.org> for more information, including specialized training in police suicide prevention.

³ For additional information, see Inez Tuck, "On the Edge: Integrating Spirituality into Law Enforcement," *FBI Law Enforcement Bulletin*, May 2009, 14-21.

Disponível em: <https://leb.fbi.gov/articles/perspective/perspective-police-suicide-are-you-at-risk>. Acesso em: 20 maio 2010. Traduzido por Onivan Elias de Oliveira – Maj PMPB.