

**24 - 11 | 2025**

INFLUÊNCIA DAS REDES DE APOIO SOCIAL NA PREVENÇÃO DO SUICÍDIO ENTRE AGENTES DA PRM

Influence of social support networks on suicide prevention among PRM agents

Influencia de las redes de apoyo social en la prevención del suicidio entre agentes de la PRM

Nelson Eduardo Artur António¹ | Ângelo Armindo Razão²

¹Mestre em psicologia Organizacional, Docente do Instituto Superior Mutasa, Docente do Instituto Superior de Formação, Investigação e Ciência, Moçambique, email: arturnelson202@gmail.com

²Mestre em Psicologia Clínica, Docente, Inspector-Geral no Instituto Superior Mutasa, Docente do Instituto Superior de Formação, Investigação e Ciência, Moçambique, email: angelorazao09@gmail.com

Autor para correspondencia: arturnelson202@gmail.com

Data de receção: 03-09-2025

Data de aceitação: 05-11-2025

Data da Publicação: 24-11-2025

Como citar este artigo: António, N. E. A. & Razão, Â. A. (2025). *Influência das redes de apoio social na prevenção do suicídio entre agentes da PRM*. ALBA – ISFIC Research and Science Journal, 1(9), pp. 317-327. <https://alba.ac.mz/index.php/alba/issue/view/12>

RESUMO

Este artigo analisa a influência das redes de apoio social na prevenção do suicídio entre os agentes da Polícia da República de Moçambique (PRM), na cidade de Maputo, entre os anos de 2020 e 2023. A pesquisa teve abordagem qualitativa, com objectivos descritivos e exploratórios, utilizando entrevistas semiestruturadas com membros da corporação. Os resultados indicam que o suporte familiar, os vínculos de confiança entre colegas e a orientação psicológica interna desempenham papel crucial na redução de ideação suicida. A ausência de acompanhamento psicossocial contínuo foi identificada como um fator de risco. Conclui-se que o fortalecimento das redes de apoio institucional e comunitário é fundamental para o bem-estar psicológico dos agentes.

Palavras-chave: Suicídio; Polícia; prevenção; Saúde mental; redes de apoio

ABSTRACT

This article analyzes the influence of social support networks on suicide prevention among agents of the Mozambican Republic Police (PRM) in the city of Maputo between 2020 and 2023. The research adopted a qualitative approach, with descriptive and exploratory objectives, using semi-structured interviews with members of the corporation. Results indicate that family support, trust among colleagues, and internal psychological counseling play a crucial role in reducing suicidal ideation. The lack of ongoing psychosocial monitoring was identified as a risk factor. It is concluded that strengthening institutional and community support networks is essential for the agents' psychological well-being.

Keywords: Suicide; Police; Prevention; Mental health; Support networks.

RESUMEN

Este artículo analiza la influencia de las redes de apoyo social en la prevención del suicidio entre los agentes de la Policía de la República de Mozambique (PRM) en la ciudad de Maputo entre los años 2020 y 2023. La investigación adoptó un enfoque cualitativo, con objetivos descriptivos y exploratorios, utilizando entrevistas semiestructuradas con miembros de la corporación. Los resultados indican que el apoyo familiar, la confianza entre colegas y la orientación psicológica interna desempeñan un papel crucial en la reducción de la ideación suicida. La falta de seguimiento psicosocial continuo fue identificada como un factor de riesgo. Se concluye que el fortalecimiento de las redes de apoyo institucional y comunitario es fundamental para el bienestar psicológico de los agentes.

Palabras clave: Suicidio; Policía; Prevención; Salud mental; Redes de apoyo.

Contribuição de cada autor:

Autor 1 – Nelson Eduardo Artur António:

Concepção da ideia, pesquisa e revisão de literatura, preparação de instrumentos, aplicação de instrumentos, compilação das informações resultantes dos instrumentos aplicados, redacção do original (primeira versão), revisão e versão final do artigo, correcção do artigo, revisão da aplicação do padrão bibliográfico aplicado.

Autor 2 – Ângelo Armindo Razão:

Aconselhamento geral sobre o tema abordado, apoio na colecta de dados, análise qualitativa das informações, preparação da base de dados, tradução de termos ou informações obtidas, coordenação da autoria.

INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, o suicídio entre policiais tem sido uma preocupação crescente em várias partes do mundo, e Moçambique não é excepção. Dentro da Polícia da República de Moçambique (PRM), especialmente na cidade de Maputo, tem-se observado um aumento significativo nos casos de suicídio entre os membros da corporação. Este fenómeno tem sido amplamente atribuído ao intenso estresse ocupacional, à exposição constante a situações de violência e ao desgaste emocional decorrente das actividades desempenhadas pelos policiais (Minayo, 2012). O trabalho policial, marcado por desafios diários e a necessidade de tomar decisões em contextos de alto risco, pode levar a sérios transtornos psicológicos, como ansiedade, depressão e, em casos extremos, o suicídio (Dalgallarrondo, 2008).

A saúde mental dos policiais, historicamente negligenciada, tem se mostrado um factor crucial para o bem-estar e desempenho desses profissionais (Ferreira, 2003). No entanto, a falta de apoio institucional adequado e o estigma social relacionado à busca por ajuda psicológica contribuem para agravar a situação (Pimenta, 2016). Muitos policiais, por medo de estigmatização ou por acreditarem que buscar ajuda é sinal de fraqueza, acabam não se beneficiando das redes de apoio que poderiam minimizar os efeitos do estresse e da pressão emocional



vivenciados no cotidiano profissional (Gomes, 2018).

As redes de apoio social têm um papel fundamental na saúde mental de qualquer indivíduo, e no caso dos policiais, elas podem ser determinantes na prevenção de comportamentos suicidas (Bardin, 2011). Essas redes podem ser tanto informais, como o apoio de familiares e amigos, quanto formais, como o suporte de colegas de trabalho ou programas institucionais oferecidos pela corporação. A presença de uma rede de apoio social sólida tem sido associada à redução de distúrbios emocionais e ao aumento da resiliência frente a situações adversas (Minayo, 2001).

Entretanto, na PRM, observa-se que as redes de apoio social muitas vezes não são suficientemente desenvolvidas ou institucionalizadas, o que leva os policiais a enfrentarem suas dificuldades emocionais de forma isolada (Minayo, 2012). A falta de uma estrutura de suporte adequado pode aumentar o risco de desenvolvimento de transtornos psicológicos graves, incluindo depressão e pensamentos suicidas (Dalgalarrodo, 2008). Além disso, a ausência de canais de apoio dentro da própria instituição pode intensificar o estigma sobre a saúde mental, dificultando ainda mais a busca por ajuda (Gomes, 2018).

Este cenário tem sido ainda mais agravado pela situação sociopolítica e económica de Moçambique entre 2020 e 2023. O contexto da pandemia de COVID-19, que trouxe consigo um aumento do isolamento social e o agravamento de problemas financeiros e familiares, também afetou directamente os policiais (Minayo, 2020). O aumento da carga de trabalho e as condições precárias de muitos agentes da PRM durante esse período contribuíram para o agravamento do estresse e da saúde mental da corporação (Silva, 2017).

Portanto, entender o papel das redes de apoio social no contexto da prevenção do suicídio entre policiais da PRM na cidade de Maputo torna-se de extrema importância. A pesquisa explorou como as redes de apoio social influenciaram a saúde mental dos policiais da PRM durante o período de 2020 a 2023. Por meio dessa análise, foi possível identificar lacunas no suporte psicológico e emocional oferecido aos policiais e, consequentemente, sugerir acções correctivas para o fortalecimento dessas redes dentro da instituição. O estudo também buscou compreender as interacções entre as diferentes redes de apoio como familiares, colegas de trabalho e programas institucionais e sua efectividade na prevenção ou mitigação de comportamentos suicidas.

Ao abordar esse tema, a pesquisa pretendeu oferecer contribuições relevantes para a implementação de políticas públicas e a adopção de práticas institucionais mais robustas, que promovam a saúde mental e o bem-estar dos policiais. Tais práticas visam a criação de ambientes de trabalho mais seguros, resilientes e saudáveis dentro da PRM, favorecendo, assim, uma melhor qualidade de vida para os agentes de segurança pública (Ferreira, 2003).

A relevância desse estudo foi clara, pois os resultados obtidos foram fundamentais para a melhoria das condições psicológicas dos policiais. A redução dos casos de suicídio e a promoção de um ambiente de trabalho mais saudável beneficiaram não apenas os policiais, mas também impactaram positivamente a sociedade que eles servem, garantindo uma actuação mais eficaz e equilibrada da PRM. O fortalecimento das redes de apoio social se mostrou um passo crucial para a construção de uma força policial mais resiliente e mentalmente saudável, capaz de lidar melhor com os desafios da profissão e com as demandas sociais (Dalgarrondo, 2008).

MATERIAIS E MÉTODOS

Tipo e Natureza da Pesquisa

A presente pesquisa é de natureza qualitativa, com abordagem exploratória e aplicada. A

vertente qualitativa visa compreender em profundidade as experiências e percepções dos policiais da Polícia da República de Moçambique (PRM) acerca das redes de apoio social e sua influência na prevenção do suicídio, explorando dimensões subjectivas e psicossociais relacionadas ao estresse ocupacional e aos desafios do trabalho policial.

A pesquisa é também aplicada, pois objectiva investigar e propor soluções práticas para o aumento dos casos de suicídio entre policiais da PRM em Maputo, no período de 2020 a 2023 (Gil, 2008).

Justificativa da Natureza Aplicada

A escolha pela pesquisa aplicada decorre da necessidade de gerar contribuições diretas à prevenção do suicídio entre policiais da PRM, enfatizando o papel das redes de apoio social. O crescimento dos casos de suicídio na corporação e a escassez de estudos sobre a eficácia dessas redes justificam uma abordagem prática e orientada a resultados, capaz de subsidiar intervenções institucionais e políticas públicas de saúde mental.

Área de Estudo

O estudo foi conduzido como um estudo de caso na cidade de Maputo, capital de Moçambique, considerando as especificidades urbanas e a dinâmica das redes de apoio social existentes nas diferentes



esquadras da PRM. O período analisado (2020 – 2023) inclui os impactos da pandemia de COVID-19, que agravou as condições de trabalho e o estado emocional dos policiais.

População e Amostra

A população compreende todos os policiais ativos da PRM em Maputo no período de 2020 a 2023, abrangendo diversas idades, tempos de serviço e funções (patrulheiros, investigadores, gestores, etc.). A amostra foi seleccionada de forma não probabilística e intencional, com aproximadamente 15 agentes que:

1. Atuaram em Maputo entre 2020 e 2023;
2. Vivenciaram situações de estresse ocupacional;
3. Participaram de redes de apoio social (família, colegas, programas institucionais);
4. Consentiram voluntariamente em participar do estudo. Esse critério visou alcançar a saturação teórica, ponto em que novas entrevistas não adicionam informações relevantes (Minayo, 2010).

Critérios de Inclusão

- Policiais activos da PRM em Maputo (2020 – 2023).
- Experiência em situações de risco e estresse ocupacional.
- Participação em redes de apoio social.
- Disponibilidade e capacidade de comunicação clara.

Critérios de Exclusão

- Policiais fora do serviço activo no período de estudo.
- Incapacidades permanentes que impeçam a participação.
- Ausência de interacção com redes de apoio social.
- Recusa em assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.
- Dificuldades graves de comunicação.

Instrumentos e Procedimentos de Coleta de Dados

- Entrevistas semiestruturadas: Principal método de colecta, com roteiro pré-definido sobre tipos de apoio social recebido, impacto percebido na saúde mental e lacunas existentes. Realizadas individualmente em ambiente reservado na 11ª Esquadra da PRM, com duração média de 45 minutos,

gravadas (com consentimento) e transcritas integralmente.

- **Diário de campo:** Registro de observações contextuais, impressões do pesquisador e reflexões durante e após as entrevistas. A coleta prosseguiu até a saturação teórica, garantindo profundidade e validade dos dados (Bardin, 2011; Minayo, 2012).

Análise dos Dados

A análise qualitativa seguiu a técnica de Análise de Conteúdo de Bardin (2016):

1. **Pré-análise:** leitura flutuante das transcrições e sistematização inicial do material.
2. **Codificação e categorização:** identificação de unidades de sentido e organização em categorias temáticas.
3. **Tratamento e interpretação:** análise crítica das categorias emergentes à luz do referencial teórico e dos objectivos do estudo.

Procedimentos Éticos

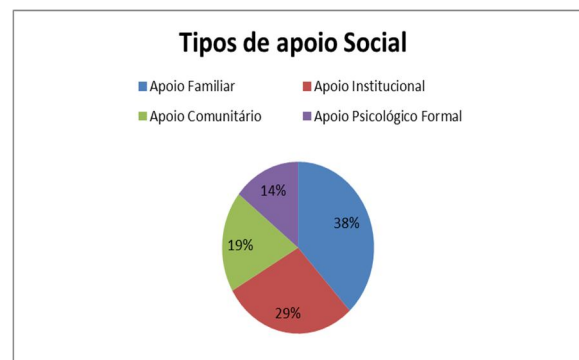
Todos os participantes receberam informações claras sobre objetivos, voluntariedade, riscos, benefícios e direito de desistir sem prejuízo. Foi obtido Termo de Consentimento Livre e Esclarecido,

garantindo-se anonimato (uso de pseudônimos) e sigilo de todos os dados colectados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Esta seção apresenta e analisa os principais achados obtidos a partir das entrevistas realizadas com os agentes da Polícia da República de Moçambique (PRM), com foco nas redes de apoio social e seu papel na prevenção do suicídio. A discussão será orientada pelas categorias emergentes da análise de conteúdo, articulando os dados empíricos com os referenciais teóricos previamente abordados, com o objetivo de compreender os factores psicossociais que influenciam a saúde mental dos policiais.

Gráfico 1: Distribuição dos tipos de apoio social citados pelos Policiais



O apoio familiar foi o tipo de suporte mais citado pelos entrevistados, representando 38% das menções. Isso reforça a centralidade da família como fonte primária de suporte emocional para os policiais.



Em segundo lugar, o apoio institucional, com 29%, mostra que há algum reconhecimento dos recursos oferecidos pela corporação, embora com limitações relacionadas ao estigma.

O apoio comunitário (19%) aparece como uma forma secundária de suporte, indicando que as interações fora do ambiente profissional têm valor, mas são pouco frequentes.

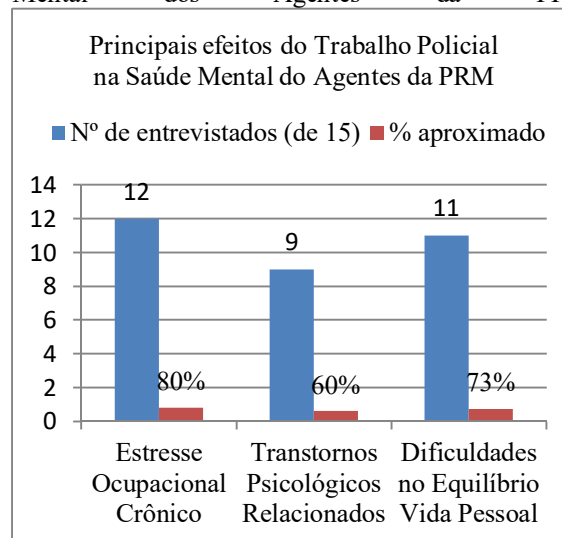
Por fim, o apoio psicológico formal foi o menos referido (14%), revelando ainda uma baixa adesão ou confiança nesse tipo de serviço, provavelmente influenciada por preconceitos e falta de divulgação eficaz.

Gonçalves et al. (2019) exploram a importância de programas institucionais de apoio psicológico e como a resistência dos policiais em utilizá-los é uma das principais barreiras para o suporte emocional eficaz. Eles destacam que a falta de confiança nos serviços institucionais, muitas vezes devido ao estigma e à cultura da corporação, limita o uso desses recursos (Gonçalves et al., 2019)

O trabalho policial envolve exposição contínua a situações de risco, pressão emocional e altos níveis de estresse, factores que impactam negativamente a saúde mental dos agentes. Este estudo evidencia a prevalência de estresse crónico, transtornos

psicológicos e dificuldades no equilíbrio entre vida profissional e pessoal entre policiais da Polícia da República de Moçambique, ressaltando a urgência de intervenções institucionais voltadas à prevenção e ao suporte psicológico.

Gráfico 2: Efeitos do Trabalho Policial na Saúde Mental dos Agentes da PRM



O gráfico apresenta a frequência dos principais efeitos do trabalho policial na saúde mental, com base em entrevistas realizadas com 15 agentes da Polícia da República de Moçambique (PRM). Três categorias foram destacadas: Estresse Ocupacional Crônico, Transtornos Psicológicos Relacionados e Dificuldades no Equilíbrio entre Vida Profissional e Pessoal.

Estresse Ocupacional Crônico é o efeito mais relatado, citado por 12 dos 15 entrevistados, correspondendo a 80% da amostra. Isso indica que a maioria dos policiais sofre com a pressão constante, jornadas longas, exposição

António, N. E. A. & Razão, Â. A. (2025). *Influência das redes de apoio social na prevenção do suicídio entre agentes da PRM.*

à violência e conflitos internos, que afectam significativamente seu bem-estar mental.

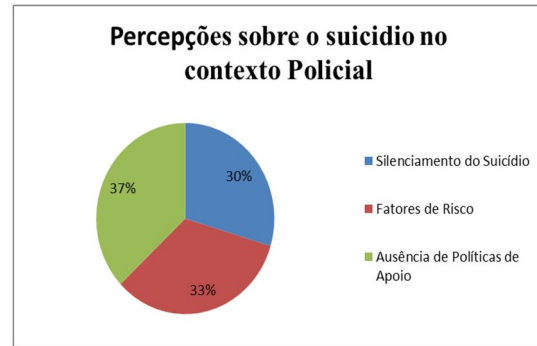
Dificuldades no Equilíbrio Vida Pessoal foi mencionado por 11 agentes (73%), mostrando que a carga do trabalho compromete o tempo para convivência familiar e social, contribuindo para o isolamento e o desgaste emocional.

Transtornos Psicológicos Relacionados foram apontados por 9 entrevistados (60%), incluindo sintomas como ansiedade, depressão, insónia e estresse pós-traumático. Esse dado revela que um número considerável dos agentes enfrenta problemas psicológicos sérios, muitas vezes negligenciados devido ao estigma e à falta de suporte institucional.

Esses resultados evidenciam que o trabalho policial exerce um impacto directo e multifacetado na saúde mental dos agentes da PRM, demandando políticas públicas e acções institucionais voltadas para a prevenção, acolhimento e suporte psicológico contínuo.

Oliveira & Souza (2020) destacam que os policiais têm alta prevalência de transtornos mentais, porém o estigma e o medo de represálias dificultam o reconhecimento e tratamento desses quadros.

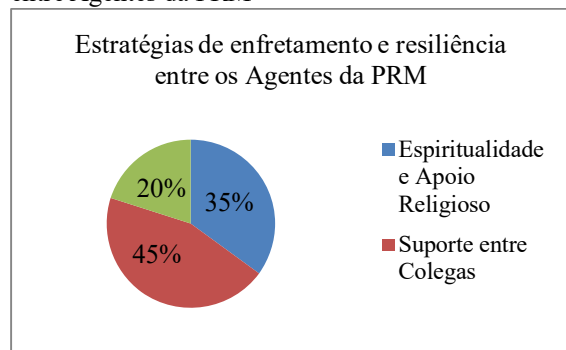
Gráfico 3: Percepções sobre o Suicídio no Contexto Policial



Os policiais percebem o suicídio como um tema silenciado dentro da PRM, com 30% apontando o tabú e falta de debate como problema. Os factores de risco, como estresse, pressão e problemas pessoais, foram destacados por 33% dos entrevistados. A ausência de políticas institucionais, incluindo falta de protocolos e apoio psicológico, foi a mais citada, com 37%, evidenciando uma lacuna grave na prevenção e acompanhamento do suicídio no ambiente policial.

Segundo Minayo & Souza (2019), o suicídio entre policiais é um tema muitas vezes negligenciado pelas instituições de segurança, sendo tratado como questão individual em vez de problema colectivo. Esse silêncio institucional dificulta acções preventivas efectivas.

Gráfico 4: Estratégias de Enfrentamento e Resiliência entre Agentes da PRM



Os dados revelam que os policiais da PRM recorrem a diferentes estratégias para lidar com o sofrimento psíquico e a pressão do trabalho. A forma mais mencionada de enfrentamento foi o **suporte entre colegas** (60%), indicando que a camaradagem e a confiança no grupo de trabalho desempenham um papel fundamental na proteção emocional dos agentes. O apoio mútuo funciona como um espaço informal de escuta e cuidado, mesmo em um ambiente institucional que frequentemente silencia o sofrimento.

Em segundo lugar, **a espiritualidade e o apoio religioso** foram citados por 47% dos entrevistados. A fé surge como uma fonte de força interior, ajudando os policiais a encontrar sentido, conforto e estabilidade emocional em meio às adversidades da profissão. Práticas como a oração, a participação em cultos e o vínculo com comunidades religiosas funcionam como mecanismos de resiliência.

Por fim, **o uso de substâncias como forma de escape**, embora menos frequente (27%), também foi mencionado. Policiais relatam recorrer ao álcool como forma de aliviar o estresse ou "desligar a mente", o que pode ser preocupante, pois indica um mecanismo de enfrentamento prejudicial que pode evoluir para dependência ou agravar o sofrimento psíquico.

Esses dados demonstram que, embora existam estratégias saudáveis de enfrentamento (como o apoio entre pares e a espiritualidade), também há sinais de risco que exigem atenção. A ausência de suporte institucional e de políticas de saúde mental pode levar os agentes a buscar soluções individuais, nem sempre adequadas ou seguras.

Esses dados reforçam que, na ausência de políticas institucionais de cuidado, os policiais tendem a buscar estratégias informais como a espiritualidade, o apoio entre colegas ou, em casos preocupantes, o uso de substâncias psicoativas para lidar com o sofrimento mental, o que pode comprometer sua saúde e funcionalidade (Minayo, 2019).

CONCLUSÃO

A análise realizada demonstrou que, embora atuem em um contexto de elevada pressão

António, N. E. A. & Razão, Â. A. (2025). *Influência das redes de apoio social na prevenção do suicídio entre agentes da PRM.*

psicológica, estresse ocupacional e limitações institucionais, os policiais da PRM da cidade de Maputo entre os anos de 2020 e 2023 recorrem, maioritariamente, a redes de apoio social informais como estratégias de enfrentamento. A espiritualidade, o apoio familiar e a solidariedade entre colegas revelaram-se recursos significativos na mitigação do sofrimento psíquico e na prevenção do suicídio, ainda que não sistematizados nem plenamente reconhecidos pela instituição.

Contudo, observou-se que essas redes são frágeis, desiguais e, muitas vezes, insuficientes frente à complexidade das demandas emocionais vivenciadas pelos agentes. A ausência de um suporte psicológico estruturado dentro da corporação, somada ao estigma em torno da saúde mental e do suicídio, contribui para o silenciamento do sofrimento e o agravamento de quadros de adoecimento psíquico.

Assim, torna-se urgente e necessário que a PRM implemente políticas de promoção da saúde mental que incluam a criação de núcleos de apoio psicológico, capacitação contínua sobre estratégias de enfrentamento, valorização do diálogo institucional e fortalecimento das redes de apoio já existentes. Reconhecer o sofrimento dos policiais como legítimo e passível de cuidado

é um passo essencial para a construção de uma cultura organizacional mais humana, preventiva e promotora de vida.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Bardin, L. (2016). *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70.

Castro, C. F., Pereira, D. S., & Almeida, A. T. (2017). Estresse ocupacional na polícia: Fatores preditivos de distúrbios psicossociais. *Revista Brasileira de Psicologia*, 10(2), 125–138.

Castro, M. R., Silva, L. P., & Gomes, A. R. (2020). A importância do apoio social comunitário na saúde mental dos profissionais de segurança pública. *Revista Brasileira de Saúde Pública*, 54(3), 215–225.

Costa, M. S., & Rodrigues, J. A. (2020). Prevenção do suicídio entre policiais: Uma revisão crítica. *Revista de Saúde Pública*, 54(3), 305–318.

Ferreira, P. S., & Lima, R. G. (2019). A relação entre estresse ocupacional e saúde mental entre policiais militares. *Revista Brasileira de Saúde Mental*, 23(1), 45–59.

Gil, A. C. (2008). *Métodos e técnicas de pesquisa social* (6ª ed.). São Paulo: Atlas.

Gómez, L., García, M., & Sánchez, P. (2018). O impacto do apoio familiar na redução do estresse em profissionais da segurança pública. *Psychology and Social Health*, 28(1), 67–78.

Gonçalves, R., Silva, T. J., & Souza, M. D. (2019). Estigma e saúde mental na



- polícia: Uma revisão crítica. *Revista de Psicologia Aplicada*, 41(3), 322–330.
- Lakatos, E. M., & Marconi, M. A. (2003). *Fundamentos de metodologia científica*. São Paulo: Atlas.
- Lipp, M. E. N. (2003). *Stress e saúde*. São Paulo: Contexto.
- Macuacua, J. M. (2021). *Estresse ocupacional e saúde mental na Polícia da República de Moçambique*. Maputo: Universidade Eduardo Mondlane.
- Macuacua, M. A. (2021). Análise do estresse ocupacional na Polícia da República de Moçambique: Desafios e perspectivas de melhoria. *Revista Moçambicana de Psicologia e Saúde*, 8(3), 123–134.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2017). *Burnout: The cost of caring*. Malor Books.
- Minayo, M. C. S. (2010). *O desafio do conhecimento: Pesquisa qualitativa em saúde* (12ª ed.). São Paulo: Hucitec.
- Minayo, M. C. S., Assis, S. G., & Oliveira, R. V. C. (2007). Riscos e vulnerabilidade à saúde mental dos policiais. *Ciência & Saúde Coletiva*, 12(1), 257–267.
- Minayo, M. C. S., & Souza, E. R. (2019). O suicídio entre policiais militares e civis no Brasil: Um panorama. *Ciência & Saúde Coletiva*, 24(7), 2587–2596.
- Moreno, C. R. C., Rotenberg, L., & Fischer, F. M. (2019). Jornadas de trabalho e saúde: Contribuição para novas formas de organização do trabalho. *Ciência & Saúde Coletiva*, 24(8), 3045–3054.
- Moreira, R. M., & Mendes, A. C. G. (2019). Redes de apoio social e prevenção do suicídio na polícia militar. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 44, e19.
- Oliveira, T. S., & Souza, M. A. (2020). Transtornos mentais comuns em profissionais da segurança pública: Uma revisão integrativa. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 73(1), e20180527.
- Organização Mundial da Saúde. (2014). *Prevenção do suicídio: Um manual para profissionais de saúde*. Genebra: OMS.