**PROMOÇÃO DO AUTOCUIDADO EM SAÚDE MENTAL DE PROFISSIONAIS DE SEGURANÇA PÚBLICA**

**RENATA FERREIRA CARNAÚBA NOVAIS**¹**;**  JANYNE ADRYANNE SILVA ARAUJO 2; ALEXSANDRA ROBERTA DA SILVA3; CAMILA MARIA GAMA DE SÁ³; DEBORAH BEATRIZ DE OLIVEIRA SANTOS³; GABRIELA MUNIZ DE ALBUQUERQUE MELO BEIRIZ 4

1,²,³, Centro Universitário CESMAC, Maceió, AL, Brasil;

\*tatacarnauba@hotmail.com; \*gabriela.beiriz@cesmac.edu.br:

**Introdução:** Os transtornos mentais afetam milhares de pessoas e muitos decorrem de cargas elevadas de estresse com o trabalho ou a vida diária. A saúde mental deve ser considerada devido ao seu impacto no bem-estar e na qualidade de vida dos indivíduos. **Objetivos:** Descrever as intervenções para promoção do autocuidado em saúde mental dos profissionais de segurança pública. **Métodos:** Revisão narrativa da literatura realizada nas bases de dados PubMed, Scielo e Lilacs utilizando os descritores “profissionais de segurança pública”, “saúde mental”, “autocuidado”. Foram elegíveis artigos publicados em português e inglês no período de 2013 a 2022. **Resultados:** Os transtornos mentais e de comportamento além de ocasionarem perda da qualidade de vida, constituem a terceira causa de afastamento do trabalho entre policiais. Foi evidenciada a importância da promoção da saúde mental dos profissionais de segurança pública em programas de educação em saúde mental, sensibilização e apoio às necessidades psicoafetivas, biológicas e sociais, utilizando-se, por exemplo, métodos de promoção da resiliência e comportamentos saudáveis. Há opções de intervenções a serem promovidas e desenvolvidas pela corporação com os policias, famílias e em interligação com a comunidade, no entanto, não são valorizadas e incorporadas à política da organização. Entretanto, os artigos destacam a importância desse tipo de intervenção. Um estudo destacou o suporte familiar como recurso importante durante o período de afastamento do trabalho, auxiliando na melhora do quadro de saúde e retorno as atividades laborais. Foi mostrando ainda que quanto menor nível de apoio social, maior é sofrimento psíquico do indivíduo. **Conclusões:** É imprescindível, portanto, estimular o desenvolvimento de ações junto aos profissionais de segurança pública com foco na promoção e prevenção em saúde mental no ambiente de trabalho para melhoria da qualidade de vida e diminuição do afastamento.

**Palavras-chave:** Autocuidado. Saúde Mental. Promoção da Saúde.

**REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

ANDERSON, G.S.; et al. Self-Reported Coping Strategies for Managing Work-Related Stress among Public Safety Personnel. **Int. J. Environ. Res. Public Health**. v.19, p.2355, 2022.

Canadian Public Safety Personnel. **Int. J. Environ. Res. Public Health**. v.17, p.2708, 2020.

CARLETON, R.N.; et al. Anxiety-related psychopathology and chronic pain comorbidity among public safety personnel. **Journal of Anxiety Disorders**. v.55, p.48-55, 2018.

CASTRO, M.C.d’A.; CRUZ, R.M. Prevalência de transtornos mentais e percepção de suporte familiar em policiais civis. **Psicologia: ciência e profissão.** v. 35, p. 271-289, 2015.

MARAN, D.A; ZEDDA, M.; VAREDDO, A. Organizational and Occupational Stressors,Their Consequences and Coping Strategies: A Questionnaire Survey among Italian Patrol Police Officers. **Int. J. Environ. Res. Public Health**. v.15, p.166, 2018.

MARAN, D.A; ZEDDA, M.; VAREDDO, A. Physical Practice and Wellness Courses Reduce Distress and Improve Wellbeing in Police Officers. **Int. J. Environ. Res. Public Health**. v.15, p.578, 2018.

PINTO, L.W.; FIGUEIREDO, A.E.B.; SOUZA, E.R. Sofrimento psíquico em policiais civis do Estado do Rio de Janeiro. **Ciênc. saúde coletiva.** v.18, n.3. 2013.

YADAV, B.K.C.A.;BHUSAL, S.; et al. Prevalence and factors associated with among Public Safety Personnel. **Int. J. Environ. Res. Public Health**. v.17, p.1234, 2020.