



Prevenção do suicídio

Ricardo Valadas, Presidente da Associação Sindical dos Funcionários de Investigação Criminal da Polícia Judiciária.
Correio da Manhã, 05 de fevereiro de 2017

Os investigadores da PJ também se emocionam e também 'quebram'.

O recente estudo apresentado sobre o fenómeno do suicídio nas polícias refere que 28,1% dos profissionais que se suicidaram tinham hábitos alcoólicos excessivos, e que na maioria dos casos, as causas se centram em problemas pessoais, que "afetam todo e qualquer cidadão", tais como conflitos familiares e conjugais.

Na base de muitos suicídios está um fenómeno designado por "Síndrome de Burnout" (SB), que na sua essência, se manifesta num quadro clínico, que passa por irritabilidade, fadiga constante, insónia, incapacidade em relaxar, depressão e lapsos de memória. O SB é sobretudo uma doença ocupacional e manifesta-se mais em profissões que envolvam uma gestão emocional próxima, tais como as polícias, os profissionais de saúde e os bombeiros.

Na PJ, onde é exigido que se interaja com o sofrimento de terceiros e com o vislumbre do fim da sua própria vida, é importante que se pense num programa preventivo e de acompanhamento de todos os profissionais sem exceção.

Os problemas familiares existentes são, na maioria, decorrentes dos problemas profissionais e muitas vezes do stress provocado pelas condições de trabalho e pela falta de descanso. Os investigadores da PJ também se emocionam e às vezes também 'quebram'.