

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Mindfulness como Estratégias de Coping para a Síndrome de Burnout em Policiais Militares: Uma Proposta de Pesquisa para o 8º Batalhão da PMDF

Pesquisador: André Ribeiro da Silva

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 90741725.3.0000.5540

Instituição Proponente: Centro de Estudos Avançados e Multidisciplinares

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 7.733.641

Apresentação do Projeto:

O presente estudo parte da constatação de que policiais militares do Distrito Federal enfrentam jornadas extenuantes, riscos constantes e escalas de trabalho imprevisíveis, fatores que têm contribuído para o aumento de sintomas associados à Síndrome de Burnout, como exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal. Pesquisas indicam que tais condições de estresse ocupacional interferem não apenas na saúde mental e física dos profissionais, elevando índices de hipertensão, transtornos depressivos, ansiedade e até risco de suicídio, mas também comprometem a eficácia das ações policiais em momentos críticos. Diante desse cenário, propõe-se avaliar o Programa de Redução de Estresse baseado em Mindfulness (MBSR) como estratégia de coping, comparando-o a um grupo controle e a um grupo de controle ativo (atividades de relaxamento físico), com o objetivo de verificar sua eficácia e aceitabilidade na prevenção do desenvolvimento de Burnout entre os policiais do 8º Batalhão da PMDF.

Objetivo da Pesquisa:

Avaliar a eficácia e a aceitabilidade do Programa de Redução de Estresse baseado em Mindfulness (MBSR), em comparação com um grupo controle e um grupo de controle ativo, para reduzir o desenvolvimento da Síndrome de Burnout em policiais militares do 8º Batalhão da Polícia Militar do Distrito Federal

Endereço: CAMPUS UNIVERSITÁRIO DARCY RIBEIRO - FACULDADE DE DIREITO - SALA BT-01/2 - Horário de

Bairro: ASA NORTE

CEP: 70.910-900

UF: DF

Município: BRASÍLIA

Telefone: (61)3107-1592

E-mail: cep_chs@unb.br

Continuação do Parecer: 7.733.641

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos: 1. Risco psicológico $\hookrightarrow$ evocação de sofrimento emocional. Ao responder ao Maslach Burnout Inventory (MBI) e refletir sobre questões de estresse e esgotamento, o participante pode entrar em contato com emoções desconfortáveis ou latentes. Risco mínimo (segundo Res. CNS 510/16).

Medidas de mitigação: presença de equipe qualificada para triagem; encaminhamento a profissionais de saúde mental, se necessário; disponibilização de suporte psicológico institucional.

2. Risco à privacidade e sigilo. A coleta de dados sensíveis, como sintomas de Burnout e biomarcadores (cortisol salivar), pode levantar preocupações com a confidencialidade e o uso indevido das informações. Risco mínimo a moderado.

Medidas de mitigação: anonimização dos dados; codificação por número; armazenamento em ambiente digital seguro com acesso restrito; assinatura do TCLE com cláusula de confidencialidade.

Risco físico mínimo $\hookrightarrow$ coleta de saliva. Embora seja um procedimento não invasivo, a coleta de saliva pode causar desconforto momentâneo ou constrangimento. Risco mínimo.

Medidas de mitigação: procedimento realizado por equipe treinada do Laboratório Artlab/UnB; em local reservado; com direito de recusa ou interrupção a qualquer momento.

4. Risco de constrangimento institucional. Por se tratar de população militar, há risco de percepção de avaliação pela corporação ou receio de retaliações por revelações sobre saúde mental. Risco moderado.

Medidas de mitigação: garantia explícita de que os dados não serão compartilhados individualmente com superiores; apresentação de relatórios apenas em formato agregado; detalhamento dessas garantias no TCLE.

5. Risco de abandono ou frustração (grupo controle/lista de espera). Participantes do grupo

Endereço: CAMPUS UNIVERSITÁRIO DARCY RIBEIRO - FACULDADE DE DIREITO - SALA BT-01/2 - Horário de
Bairro: ASA NORTE **CEP:** 70.910-900
UF: DF **Município:** BRASILIA
Telefone: (61)3107-1592 **E-mail:** cep_chs@unb.br

Continuação do Parecer: 7.733.641

controle podem sentir-se negligenciados ou frustrados por não receberem a intervenção imediatamente. Risco mínimo.

Medidas de mitigação: inclusão dos participantes do grupo controle no programa MBSR após o término do estudo (protocolo de lista de espera); esclarecimento prévio dessas condições no TCLE.

Benefícios: Redução dos níveis de estresse: Prevê-se que os participantes do grupo de intervenção, que receberão o MBSR, apresentem uma redução significativa nos níveis de estresse em comparação com os grupos de controle;

Diminuição dos sintomas de Burnout: Antecipa-se que os participantes submetidos ao MBSR apresentem uma diminuição nos sintomas de Burnout, como exaustão emocional, despersonalização e baixa realização pessoal, quando comparados aos grupos de controle;

Melhoria do bem-estar psicológico: Espera-se que os participantes do grupo de intervenção experimentem uma melhoria geral no bem-estar psicológico, refletida em uma redução da ansiedade, depressão e outros sintomas psicológicos relacionados ao estresse ocupacional;

Alterações nos níveis de cortisol: Antecipa-se que os participantes submetidos ao MBSR apresentem uma diminuição nos níveis de cortisol salivar pós-intervenção, indicando uma resposta fisiológica reduzida ao estresse;

Comparação de intervenções: Os resultados também permitirão comparar a eficácia do MBSR com as atividades de relaxamento físico do grupo de controle ativo, bem como com o grupo de controle que não recebeu nenhuma intervenção, fornecendo insights sobre a eficácia relativa das diferentes abordagens na redução do estresse e da Síndrome de Burnout em policiais militares;

Esses resultados são esperados para fornecer uma base sólida para implementação de intervenções eficazes de promoção da saúde mental entre os policiais militares, contribuindo para a criação de ambientes de trabalho mais saudáveis e resilientes dentro das forças de segurança.

Endereço: CAMPUS UNIVERSITÁRIO DARCY RIBEIRO - FACULDADE DE DIREITO - SALA BT-01/2 - Horário de
Bairro: ASA NORTE **CEP:** 70.910-900
UF: DF **Município:** BRASILIA
Telefone: (61)3107-1592 **E-mail:** cep_chs@unb.br

INSTITUTO DE CIÊNCIAS
HUMANAS E SOCIAIS DA
UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA -
UNB



Continuação do Parecer: 7.733.641

*Retirado das Informações Básicas do Projeto

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

O projeto de pesquisa está adequado às exigências das Resoluções CNS 466/2012, 510/2016 e complementares.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

O pesquisador forneceu todos os termos de apresentação obrigatória,

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

O projeto de pesquisa está adequado às exigências das Resoluções CNS 466/2012, 510/2016 e complementares.

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_2604706.pdf	27/07/2025 02:26:49		Aceito
Outros	LATTES_JONATAS.pdf	27/07/2025 02:26:17	André Ribeiro da Silva	Aceito
Outros	LATTES_RICARDO.pdf	27/07/2025 02:20:42	André Ribeiro da Silva	Aceito
Outros	CARTA_REVISAO_ETICA_PMDF.docx	27/07/2025 02:10:45	André Ribeiro da Silva	Aceito
Outros	Oficio_176884799_Aceite_Institucional.pdf	27/07/2025 02:09:23	André Ribeiro da Silva	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PROJETO_PMDF.docx	23/07/2025 19:31:05	André Ribeiro da Silva	Aceito
Outros	LATTES_SELMA.pdf	23/07/2025 19:29:42	André Ribeiro da Silva	Aceito
Outros	CARTA_ENCAMINHAMENTO.doc	23/07/2025 17:31:55	André Ribeiro da Silva	Aceito
Outros	LATTES_SILVANA.pdf	23/07/2025 12:15:12	André Ribeiro da Silva	Aceito
Outros	LATTES_CRISTIANO.pdf	23/07/2025 12:14:20	André Ribeiro da Silva	Aceito
Outros	LATTES_SILVIA.pdf	23/07/2025 03:13:51	André Ribeiro da Silva	Aceito
Outros	LATTES_VANIA.pdf	23/07/2025	André Ribeiro da Silva	Aceito

Endereço: CAMPUS UNIVERSITÁRIO DARCY RIBEIRO - FACULDADE DE DIREITO - SALA BT-01/2 - Horário de
Bairro: ASA NORTE **CEP:** 70.910-900
UF: DF **Município:** BRASILIA
Telefone: (61)3107-1592 **E-mail:** cep_chs@unb.br

INSTITUTO DE CIÊNCIAS
HUMANAS E SOCIAIS DA
UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA -
UNB



Continuação do Parecer: 7.733.641

Outros	LATTES_VANIA.pdf	03:13:29	Silva	Aceito
Outros	LATTES_ANDREA.pdf	23/07/2025 03:13:09	André Ribeiro da Silva	Aceito
Outros	LATTES_MATEUS_RIBEIRO.pdf	22/07/2025 20:39:14	André Ribeiro da Silva	Aceito
Outros	LATTES_MATHEUS_FELICIANO.pdf	22/07/2025 20:37:58	André Ribeiro da Silva	Aceito
Outros	LATTES_JITONE.pdf	22/07/2025 20:31:38	André Ribeiro da Silva	Aceito
Outros	LATTES_RODRIGO.pdf	22/07/2025 20:31:19	André Ribeiro da Silva	Aceito
Outros	LATTES_ANDRE_RIBEIRO_DA_SILVA. pdf	22/07/2025 20:30:49	André Ribeiro da Silva	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_BURNOUT_P MDF.doc	22/07/2025 20:30:14	André Ribeiro da Silva	Aceito
Cronograma	CRONOGRAMA_PROJETO_P MDF.doc x	22/07/2025 20:29:25	André Ribeiro da Silva	Aceito
Folha de Rosto	FOLHA_DE_ROSTO_P MDFassinado_ 250722_174305.pdf	22/07/2025 20:16:12	André Ribeiro da Silva	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

BRASILIA, 29 de Julho de 2025

Assinado por:
ANDRE VON BORRIES LOPES
(Coordenador(a))

Endereço: CAMPUS UNIVERSITÁRIO DARCY RIBEIRO - FACULDADE DE DIREITO - SALA BT-01/2 - Horário de
Bairro: ASA NORTE **CEP:** 70.910-900
UF: DF **Município:** BRASILIA
Telefone: (61)3107-1592 **E-mail:** cep_chs@unb.br