



SECRETARIA DO ESTADO DA SEGURANÇA E DA DEFESA SOCIAL
POLÍCIA MILITAR
CENTRO DE EDUCAÇÃO
CENTRO DE PÓS-GRADUAÇÃO E PESQUISA
CURSO DE APERFEIÇOAMENTO DE OFICIAIS

MAJOR ELOÍSA CARTAXO ELOY FIALHO
MAJOR LUCIANA DA COSTA FERREIRA

HIPERTENSÃO ARTERIAL EM POLICIAIS MILITARES BRASILEIROS: UMA
REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

João Pessoa – Paraíba
Dezembro – 2025

MAJOR ELOÍSA CARTAXO ELOY FIALHO

MAJOR LUCIANA DA COSTA FERREIRA

HIPERTENSÃO ARTERIAL EM POLICIAIS MILITARES BRASILEIROS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Artigo apresentado ao Centro de Pós-Graduação e Pesquisa (CEPE) da Polícia Militar da Paraíba, como requisito parcial para conclusão do curso de Aperfeiçoamento de Oficiais.

Orientadora: Prof^a. Dra. Vanusa Nascimento Sabino Neves.

Linha de pesquisa: Saúde, Bem-Estar e Segurança Ocupacional em Instituições de Segurança Pública.

João Pessoa – Paraíba

Dezembro – 2025

HIPERTENSÃO ARTERIAL EM POLICIAIS MILITARES BRASILEIROS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Eloísa Cartaxo Eloy Fialho¹

Luciana da Costa Ferreira²

Vanusa Nascimento Sabino Neves³

RESUMO

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) configura-se como um dos principais problemas de saúde pública no Brasil, estando associada a altas taxas de morbimortalidade cardiovascular. Entre trabalhadores expostos a estresse intenso, como os policiais militares, a prevalência de HAS tende a ser ainda maior do que na população geral, devido às particularidades físico-psicológicas da atividade policial. Este estudo teve como objetivo revisar a literatura científica referente à hipertensão arterial e aos fatores associados a essa condição em policiais militares que atuam no Brasil. A busca foi realizada nas bases Scopus, Web of Science (WoS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Biblioteca Digital de Teses e Dissertações (BDTD), delimitada às publicações dos últimos cinco anos. As diretrizes *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) orientaram o processo de seleção. Das 30 publicações identificadas, dez atenderam aos critérios de elegibilidade. Os resultados revelaram que os estudos são escassos e concentram-se majoritariamente em policiais militares do sexo masculino, atuantes na atividade operacional. A prevalência de HAS mostrou-se elevada, com forte influência do estresse ocupacional crônico, da presença de fatores comportamentais de risco e de consequências relevantes tanto para a saúde quanto para o desempenho profissional. Conclui-se que os

¹ Major da Polícia Militar da Paraíba, aluna do Curso de Especialização *Latu Senso* em Segurança Pública no Centro de Pós-Graduação e Pesquisa da Polícia Militar da Paraíba.

² Major da Polícia Militar da Paraíba, aluna do Curso de Especialização *Latu Senso* em Segurança Pública no Centro de Pós-Graduação e Pesquisa da Polícia Militar da Paraíba.

³ Tenente Coronel R/R da Polícia Militar da Paraíba. Doutora em Educação e Instrutora no Centro de Pós-Graduação e Pesquisa da Polícia Militar da Paraíba.

policiais militares constituem um grupo de vulnerabilidade ampliada, demandando ações preventivas e programas contínuos de vigilância em saúde.

Palavras-chave: hipertensão arterial; policiais militares; saúde ocupacional; fatores de risco; revisão integrativa.

ABSTRACT

Systemic arterial hypertension (SAH) is one of the leading public health problems in Brazil and is associated with high rates of cardiovascular morbidity and mortality. Among workers exposed to intense stress, such as military police officers, the prevalence of SAH tends to be even higher than in the general population, due to the physical and psychological particularities of police work. This study aimed to review the scientific literature on arterial hypertension and the factors associated with this condition among military police officers in Brazil. The search was conducted in the Scopus, Web of Science (WoS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Virtual Health Library (BVS), and Brazilian Digital Library of Theses and Dissertations (BDTD) databases, restricted to publications from the past five years. The Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) guidelines guided the selection process. Of the 30 publications identified, ten met the eligibility criteria. The results revealed that studies are scarce and mostly focus on male military police officers engaged in operational activities. The prevalence of SAH was found to be high, strongly influenced by chronic occupational stress, behavioral risk factors, and significant consequences for both health and professional performance. It is concluded that military police officers constitute a population of heightened vulnerability, requiring preventive actions and continuous health surveillance programs.

Keywords: arterial hypertension; military police officers; occupational health; risk factors; integrative review.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	5
2	FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	7
2.1	HIPERTENSÃO ARTERIAL: CONCEITOS E DIRETRIZES.....	7
2.2	TRABALHO POLICIAL E FATORES DE RISCO CARDIOVASCULAR.....	8
3	METODOLOGIA.....	9
4	RESULTADOS.....	11
5	DISCUSSÃO.....	16
5.1	MEDIDAS PREVENTIVAS SUGERIDAS.....	18
6	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	19
	REFERÊNCIAS.....	20

1 INTRODUÇÃO

A hipertensão arterial sistêmica (HAS) constitui um dos mais relevantes problemas de saúde pública contemporâneos, figurando como principal fator de risco modificável para doenças cardiovasculares e responsável por elevada morbimortalidade em todo o mundo (Ferreira; Bodevan; Oliveira, 2019). Estimativas da Organização Mundial da Saúde (OMS) indicam que mais de 1 bilhão de adultos vivem com hipertensão, condição diretamente implicada em cerca de 10 milhões de óbitos anuais por infarto agudo do miocárdio, acidente vascular cerebral e outras complicações cardiovasculares (WHO, 2021).

No Brasil, a prevalência de HAS em adultos permanece em torno de 30%, com tendência de aumento dos níveis pressóricos a partir da terceira década de vida e maior concentração do agravo em grupos socialmente vulneráveis, como indivíduos com menor nível de escolaridade e renda (Lobo *et al.*, 2017; Julião; Souza; Guimarães, 2021). Esses dados dialogam com o Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis no Brasil 2021–2030, que reconhece a hipertensão como prioridade para a redução da morbimortalidade cardiovascular no país (Brasil, 2021).

Embora a HAS esteja amplamente distribuída na população geral, determinados grupos profissionais apresentam maior vulnerabilidade em função de suas condições específicas de trabalho entre eles, os policiais militares (PMs). A literatura indica que trabalhadores expostos a ambientes de alta demanda física e psicológica, jornadas prolongadas, escalas irregulares, risco de morte e contato frequente com situações de violência tendem a apresentar maior prevalência de hipertensão e de outros fatores de risco cardiometabólico quando comparados à população geral (Carvalho; Fragoso; Fernandes, 2013; Violanti *et al.*, 2013; Violanti *et al.* 2016).

O trabalho policial é reconhecido como atividade de elevada demanda psicossocial, marcada por exposição rotineira a situações críticas, pressão organizacional, vigilância constante e necessidade de tomada de decisão rápida em cenários de incerteza. Esse conjunto de fatores favorece o desenvolvimento de estresse ocupacional crônico, distúrbios do sono, consumo abusivo de substâncias

lícitas, hábitos alimentares inadequados e redução da prática de atividade física, elementos já identificados na literatura como determinantes do risco cardiovascular em profissionais da segurança pública.

No contexto brasileiro, a complexidade da atividade policial se intensifica diante de desafios estruturais e organizacionais das corporações militares estaduais, das condições de trabalho em diferentes territórios e das lacunas nas ações de promoção da saúde voltadas a esses profissionais. Nessa perspectiva, os policiais militares (PMs) configuram um grupo em que a HAS tende a ser mais prevalente, muitas vezes subdiagnosticada ou insuficientemente controlada, com repercussões para a saúde, a qualidade de vida e o desempenho operacional.

Diante dessa conjuntura, questiona-se: qual é o panorama da produção científica sobre a prevalência, os fatores de risco, as comorbidades associadas, o tratamento e a prevenção à HAS em PMs brasileiros? Assim, como objetivo geral revisar a literatura científica referente à hipertensão arterial e aos fatores associados em PMs que atuam no Brasil por meio de uma Revisão Integrativa da Literatura (RIL).

A RIL apresenta-se como método pertinente para sintetizar o conhecimento existente, identificar lacunas e oferecer uma visão abrangente das evidências sobre HAS em PMs que atuam no Brasil. Ao integrar os resultados de estudos nacionais recentes, busca-se mapear a prevalência da hipertensão, seus fatores de risco, comorbidades e as estratégias de tratamento e prevenção, contribuindo para o debate acerca da saúde ocupacional dos PMs brasileiros.

Além disso, pretende-se subsidiar políticas e programas voltados ao controle da HAS no âmbito das Polícias Militares, com atenção especial ao contexto da Polícia Militar da Paraíba (PMPB). Na etapa seguinte deste estudo, os resultados também subsidiarão uma nova pesquisa de campo e documental a ser desenvolvida no efetivo da corporação atendida pelo projeto PREVINA-SE. Esse projeto coordenado pela diretoria de saúde e assistência social (DSAS) visa à promoção de saúde e do bem estar dos membros da PMPB incluindo a saúde cardiovascular.

A investigação da hipertensão arterial em PMs brasileiros se justifica por múltiplos fatores de natureza epidemiológica, ocupacional e social. Além de se configurar como uma das doenças crônicas mais relevantes para a saúde pública, a HAS é o principal fator de risco para desfechos cardiovasculares graves em adultos em idade produtiva.

No âmbito da segurança pública, a saúde do policial militar assume caráter estratégico, pois o adoecimento cardiovascular repercute diretamente na capacidade funcional, na segurança do próprio militar, de seus pares e da população atendida. A ausência de sínteses integrativas nacionais sobre o tema reforça a pertinência desta revisão para subsidiar decisões clínicas, gerenciais e políticas.

O texto organiza-se em seis seções. Na introdutória, contextualiza-se a problemática, apresenta-se o objetivo principal, a relevância da pesquisa e o detalhamento do objeto de estudo. Na metodologia, descreve-se sistematicamente o desenvolvimento da pesquisa. Na fundamentação teórica, discorre-se sucintamente sobre os conceitos e diretrizes relacionados à HAS, em correlação com as peculiaridades da atividade policial militar. Nos resultados, apresentam-se os dados obtidos com a RIL. Na discussão, os achados do estudo são analisados à luz do referencial teórico citado. Nas considerações finais, retoma-se o problema de pesquisa, buscando respondê-lo por meio da síntese dos principais resultados; apresentam-se, ainda, as limitações do estudo e sugestões para investigações futuras.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 HIPERTENSÃO ARTERIAL: CONCEITOS E DIRETRIZES

A HAS é uma condição clínica multifatorial caracterizada pela elevação sustentada dos níveis pressóricos, geralmente definidos como valores iguais ou superiores a 140/90 mmHg em consultório, conforme as diretrizes brasileiras e internacionais (SBC, 2020). A doença possui evolução crônica e é reconhecida como um dos principais fatores de risco modificáveis para morbimortalidade cardiovascular no mundo, associando-se a complicações como doença arterial coronariana, insuficiência cardíaca, acidente vascular cerebral (AVC) e doença renal crônica.

Segundo a Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial (SBC, 2020), a classificação da pressão arterial engloba categorias que variam de normotensão a diferentes estágios de hipertensão, considerando medidas obtidas no consultório, na

residência e por monitorização ambulatorial. As diretrizes mais recentes reforçam a importância da abordagem global do risco cardiovascular, recomendando não apenas a avaliação da pressão arterial, mas também da presença de fatores associados, como obesidade, dislipidemia, diabetes mellitus e tabagismo.

A fisiopatologia da HAS envolve mecanismos complexos, como ativação do sistema nervoso simpático, aumento da resistência vascular periférica, disfunção endotelial, alterações renais na regulação de sódio e água e desbalanço no sistema renina-angiotensina-aldosterona. Esses mecanismos são influenciados por fatores genéticos, ambientais e comportamentais, incluindo dieta inadequada, consumo excessivo de álcool, sedentarismo e estresse psicossocial.

Do ponto de vista terapêutico, as diretrizes recomendam a combinação entre mudanças de estilo de vida — como atividade física regular, redução do consumo de sal, controle do peso corporal e manejo do estresse — e terapia farmacológica, considerando os níveis pressóricos e o risco cardiovascular do indivíduo (SBC, 2020). A aderência ao tratamento é um ponto crítico, e sua falta é um dos principais fatores que dificultam o controle adequado da pressão arterial na população brasileira.

2.2 TRABALHO POLICIAL E FATORES DE RISCO CARDIOVASCULAR

O trabalho policial é reconhecido como uma atividade de alta demanda física e psicossocial, caracterizada por estressores ocupacionais constantes, como exposição à violência, longas jornadas, turnos noturnos, pressão organizacional e necessidade de tomada rápida de decisões em situações críticas (Violanti *et al.*, 2017). Esse conjunto de fatores tem sido associado ao aumento da prevalência de doenças cardiovasculares, incluindo hipertensão arterial, entre policiais.

O estresse crônico ocupacional ativa mecanismos neuroendócrinos, especialmente o eixo hipotálamo-hipófise-adrenal e o sistema nervoso simpático, elevando os níveis de cortisol e catecolaminas. Essa hiperatividade fisiológica contribui para o aumento da pressão arterial e para o desenvolvimento de aterosclerose, configurando um ambiente fisiopatológico de risco cardiovascular ampliado (Violanti *et al.*, 2018). Estudos apontam que PMs apresentam taxas mais altas de hipertensão quando comparados à população geral, tornando este grupo

ocupacional prioritário em ações de vigilância em saúde. Modelos clássicos de estresse ocupacional reforçam a relação entre estressores no trabalho, respostas psicofisiológicas e desfechos adversos em saúde (Ganster; Rosen, 2013).

Além do estresse, fatores organizacionais do trabalho policial também aumentam o risco cardiovascular. O regime de plantões e o trabalho noturno prejudicam o ciclo circadiano, reduzindo a qualidade do sono, provocando alterações metabólicas e favorecendo a resistência à insulina, obesidade e dislipidemia. A privação de sono, comum na categoria, está diretamente relacionada ao aumento da pressão arterial em repouso e ao risco de HAS.

Outro fator relevante é o estilo de vida. Estudos mostram que policiais frequentemente apresentam níveis elevados de sedentarismo, alimentação inadequada e consumo de álcool acima da média populacional, comportamentos que estão diretamente relacionados ao risco cardiometabólico (Violanti *et al.*, 2018). A cultura institucional, baseada em alta demanda e baixa autonomia, também contribui para padrões de coping disfuncionais, muitas vezes centrados em comportamentos prejudiciais à saúde.

A soma desses fatores torna os profissionais da segurança pública um grupo especialmente vulnerável a doenças cardiovasculares. Portanto, a implementação de programas de promoção da saúde, incluindo acompanhamento médico regular, estratégias de redução do estresse, incentivo à prática de atividade física e melhoria das condições de trabalho, é considerada fundamental para reduzir a incidência de hipertensão arterial nessa população (Santos; Jacinto; Minayo, 2021).

3 METODOLOGIA

A pesquisa empregou a abordagem qualitativa do tipo RIL sobre a HAS em PMs brasileiros. A RIL é um método de revisão que reúne e sumariza, sistemática e ordenadamente, o conhecimento preexistente a respeito de um tema específico, possibilitando uma compreensão mais ampla e aprofundada acerca do objeto de estudo. No campo da saúde, a RIL, além de contribuir com a assertividade da prática clínica, favorece a tomada de decisões baseadas em evidências científicas,

permitindo a síntese de diferentes estudos, dos quais se extrair conclusões gerais sobre um tema particular (Mendes; Silveira; Galvão; 2008).

Atualizações metodológicas salientam que a RIL deve articular de forma rigorosa diferentes desenhos de estudo, com etapas claramente explicitadas, critérios de elegibilidade definidos e síntese crítica dos achados (Whittemore; Knafl, 2005). Tal modo, a RIL cumpriu sete etapas: (i) formulação da pergunta condutora; (ii) estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão; (iii) busca dos estudos; (iv) triagem inicial mediante conferência das possíveis duplicidades e leitura dos títulos e resumos; (v) procura online dos estudos para recuperação do texto completo; (vi) leitura integral dos textos para validação da elegibilidade temática; (vii) síntese e discussão dos resultados. A construção da questão norteadora utilizou a estratégia PICO adaptada, conforme apresentado no Quadro 1:

Quadro 1 – Componentes, significado e aplicação da estratégia PICO no estudo

Componentes	Significado	Aplicação neste estudo
P (População)	Quem está sendo estudado	PMs brasileiros.
I (Intervenção/exposição)	O que está sendo investigado?	HAS como condição principal.
C (Comparação)	Com quem está sendo comparado?	Não se aplica, uma vez que se trata de estudo de cenário.
O (Desfecho)	Quais resultados são buscados?	Prevalência, fatos de riscos, comorbididades associadas, tratamento e prevenção.

Fonte: elaboração própria (2025).

A estratégia PICO permite construir uma questão precisa quanto aos participantes, às intervenções, à comparação (quando aplicável) e aos desfechos. Evita-se, portanto, perguntas muito amplas ou muito restritas, sendo apta para orientar os critérios de inclusão e exclusão dos estudos. Desse modo, a pergunta condutora foi: qual é o panorama da produção científica sobre a prevalência, os fatores de risco, as comorbididades associadas, o tratamento e a prevenção à HAS em PMs brasileiros?

Como critério de elegibilidade, estabeleceu-se incluir estudos publicados nos últimos cinco anos (2020-2025), desde que versassem sobre HAS em PMs brasileiros

e com texto completo disponível para acesso online. Excluíram-se os estudos repetidos e que não atenderam cumulativamente aos parâmetros de elegibilidade.

A busca foi orientada pelo fluxograma do *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) e ocorreu nos dias 12, 13 e 14 de novembro de 2025, por meio da *string* “policiais militares” AND “hipertensão arterial”, aplicada à Scopus, Web of Science (WoS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Biblioteca Digital de Teses e Dissertações (BDTD). A predileção por tais ferramentas deveu-se ao grande volume de publicações que disseminam. Já o recorte temporal, delimitado ao último biênio, justificou-se em razão da necessidade de mapear o conhecimento mais recente acerca da HAS em PMs.

O fluxograma PRISMA, ao abranger a identificação, seleção, avaliação e síntese dos estudos de revisão, confere transparência e confiabilidade à pesquisa (Page *et al.*, 2021). Em cumprimento a essas diretrizes, realizou-se uma triagem manual inicial através da conferência da duplicidade de registros e da leitura dos títulos e dos resumos. A seguir, os estudos que permaneceram foram procurados na internet para recuperação. Após serem lidos integralmente e validados pelos pesquisadores quanto à pertinência da temática, integraram a última etapa do fluxograma PRISMA.

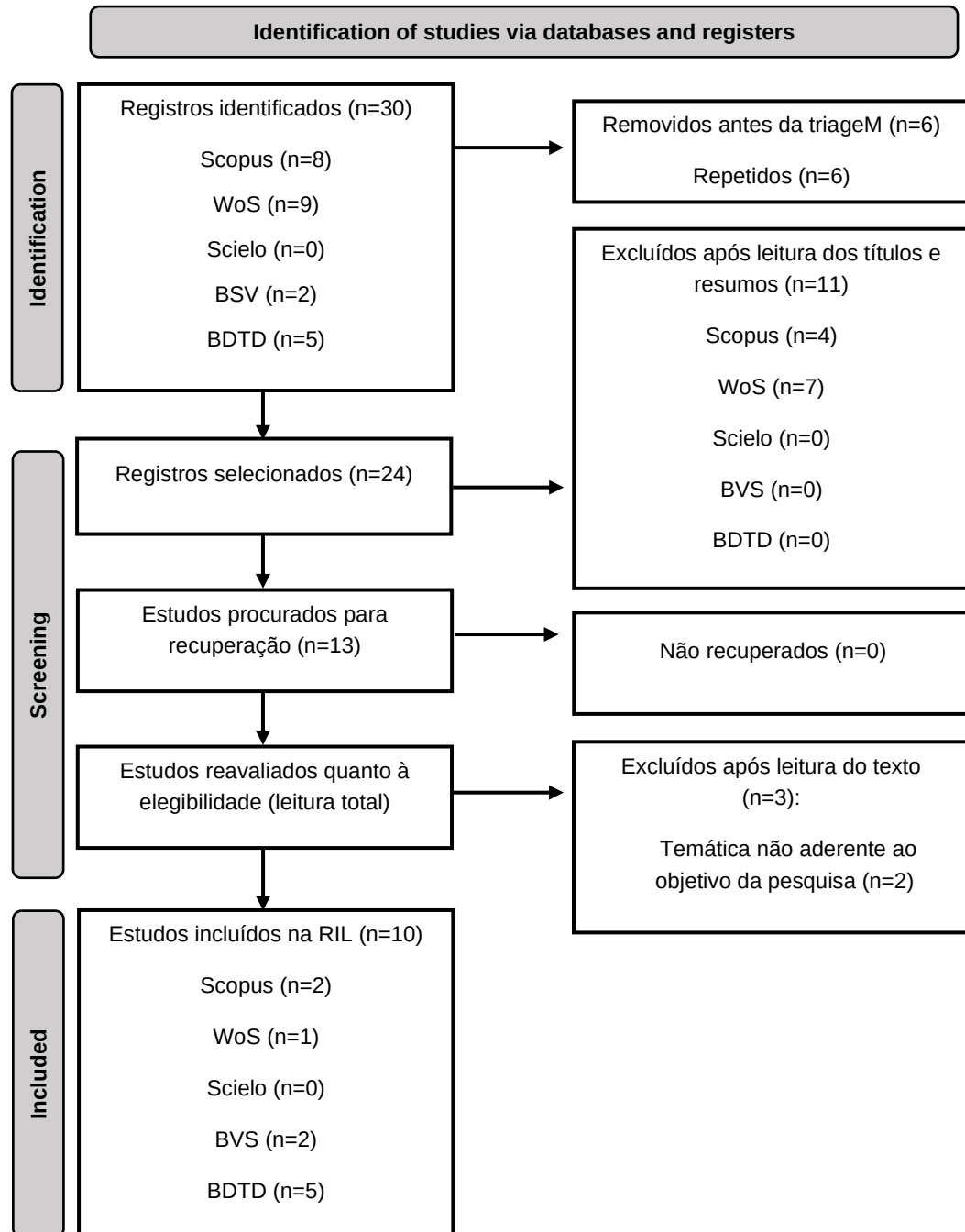
Devido à natureza secundária, o estudo dispensou a apreciação e a autorização pelo Comitê de Ética e Pesquisa (CEP). Entretanto, os direitos autorais foram garantidos mediante a citação dos autores referenciados, como também as ideias originais foram respeitadas.

4 RESULTADOS

Em conformidade com os critérios PRISMA (Page *et al.*, 2021), com a busca eletrônica foram localizados 30 registros. Na etapa de identificação, excluíram-se seis registros devido devido à duplicidade. Os 24 registros foram triados pela leitura dos títulos e resumos, sendo eliminados 11 por não se adequarem à temática da RIL, uma vez que os textos, apesar de mencionarem PMs e HAS, dentre outros, focalizavam na saúde da população diante do que classificam como “violência armada” e na saúde de outros militares como das forças armadas e exclusivamente dos bombeiros (BMs).

Assim sendo, 13 produções foram procuradas e recuperadas para a leitura integral, porém outros quatro textos foram excluídos. Um artigo era extraído de uma dissertação já incluída (Santos, 2021) e dois artigos não apresentaram pertinência temática.

Os resultados do processo de identificação, triagem e inclusão constam na Figura 1.

Figura 1 – Fluxograma PRISMA

Fonte :dados da pesquisa (2025)

Quanto à fonte, da BDTD, foram incluídos na RIL cinco trabalhos *stricto sensu*, sendo duas teses de doutorado (Barbosa, 2021) e três dissertações de mestrado (Bolani, 2020; Monma, 2024; Santos, 2021). Da BVS, permaneceram dois artigos (Nascimento *et al.*, 2022; Oliveira *et al.*, 2024). Da Scopus, elegeram-se dois artigos (Silva Net, 2024; Tavares, 2021). Da WoS, restou um artigo (Teixeira *et al.*, 2022). No total, dez publicações atenderam ao critérios de elegibilidade.

O Quadro 2 apresenta a caracterização dos estudos incluídos quanto à autoria e ao ano de publicação, ao tipo de estudo, à amostra investigada, ao estado ou município de atuação profissional dos investigados e ao objetivo principal do estudo.

Quadro 2 – Caracterização dos estudos incluídos

Autor/ano	Delineamento	Amostra	Estado/Município	Objetivo principal
Barbosa, 2021	Epidemiológico observacional, transversal analítico - Tese de Doutorado	968 PMS operacionais masculinos	Tocantins	Identificar os fatores de risco cardiometabólico e a prevalência de síndrome metabólica em PMS em associação com a aptidão física.
Bolani, 2020	Observacional, transversal, descritivo associativo – Dissertação de Mestrado	404 PMS (359 masculinos e 45 femininos)	São Luís (Maranhão)	Avaliar e descrever a qualidade de vida dos PMS do Maranhão.
Monma, 2024	Clínico transversal – Dissertação de Mestrado	101 PMS femininos	São Paulo (Estado)	Investigar a comparação entre a variabilidade da frequência cardíaca, o perfil inflamatório e o estresse oxidativo em PMS do sexo feminino com histórico familiar positivo de HAS, comparando com PMS do sexo feminino sem histórico familiar de HAS.
Nascimento <i>et al.</i> , 2022	Transversal quantitativo - Artigo	107 PMS (102 masculinos e 5 femininos), sendo 83 operacional e 24 administrativo	Ceará (dois municípios do sertão)	Avaliar a associação entre fatores de risco cardiovascular e indicadores antropométricos em PMS.
Oliveira <i>et al.</i> , 2024	Protocolo de intervenção por enfermeiras – Artigo	Não se aplica	Não se aplica	Apresentar um protocolo de intervenção para o estímulo da atividade física em PMS.

Oliveira, 2023	Observacional, transversal quantitativo – Tese de doutorado	432 PMs (355 masculinos e 77 femininos)	Feira de Santana (Bahia)	Avaliar a associação entre o nível de atividade física e os fatores relacionados ao tempo gasto sentado.
Santos, 2021	Observacional transversal e analítico - Dissertação de mestrado	6.621 PMs (5.927 masculinos e 694 femininos) e 1.347 BMs (1.257 masculinos e 229 femininos)	Paraná	Avaliar as condições de saúde de PMs e BMs do Paraná, de acordo com o gênero e faixa etária e identificar fatores de risco relacionados à inaptidão física.
(Silva Neto et al., 2024) et al., 2024	Transversal - Artigo	Agentes de Segurança, sendo 146 PMs (115 masculinos e 31 femininos)	Vitória (Espírito Santo)	Analisar a relação entre a adiposidade abdominal e os sintomas de estresse.
Tavares et al., 2021	Transversal - Artigo	258 PMs do Batalhão de Operações Especiais (BOE)	Rio Grande do Sul	Analisar a rede de correlações entre as dimensões do Modelo Desequilíbrio Esforço-Recompensa (DER), resiliência e qualidade de vida em PMs.
Teixeira et al., 2022	Transversal analítico - Artigo	404 PMs, Maranhão (359 masculinos e 45 femininos)	Maranhão	analisar se a circunferência abdominal está diretamente relacionada ao aumento da pressão arterial sistólica (PAS) em PMs.

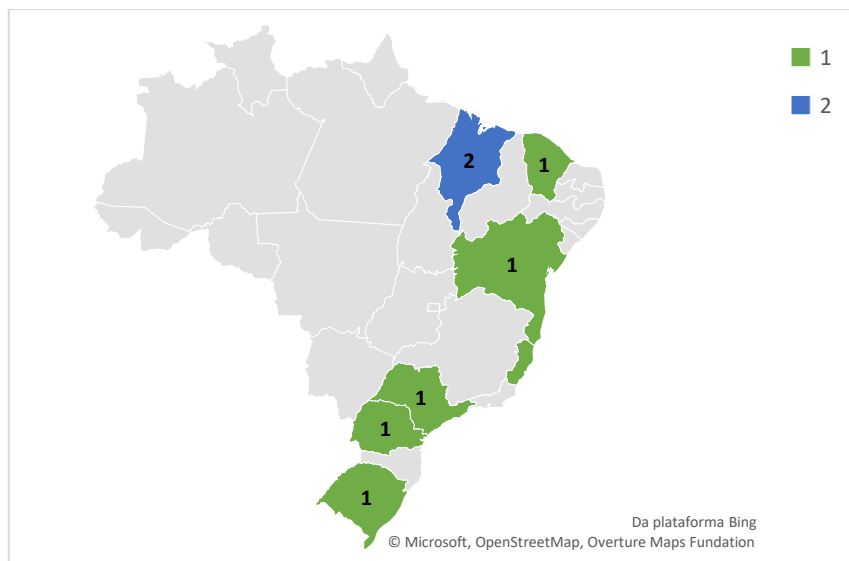
Fonte: dados da pesquisa (2025).

Consoante o apresentado no Quadro 2, nove estudos seguiram o delineamento transversal, que é um dos mais empregados na epidemiologia, classificando-se em uma das subcategorias dos estudos observacionais. Especificamente, o delineamento transversal é ideal para, a partir da determinação da presença ou ausência de um desfecho, estimar a frequência de um certo evento de saúde em uma dada população (Bastos; Duquia, 2007).

Um único estudo (Oliveira *et al.*, 2024) correspondeu a um protocolo de intervenção, destinado a fomentar a atividade física nos PMs e, com isso, melhorar a saúde cardiovascular, incluindo os níveis pressóricos arteriais.

Excetuando o protocolo de Oliveira *et al.* (2024), que tem potencial para aplicar em quaisquer Polícias Militares, os estudos, neste levantamento, abrangeram exclusivamente estados e municípios das regiões Nordeste, Sudeste e Sul, de acordo com o mapa da Figura 2.

Figura 2 – Distribuição geográfica dos estudos sobre HAS em PMs brasileiros

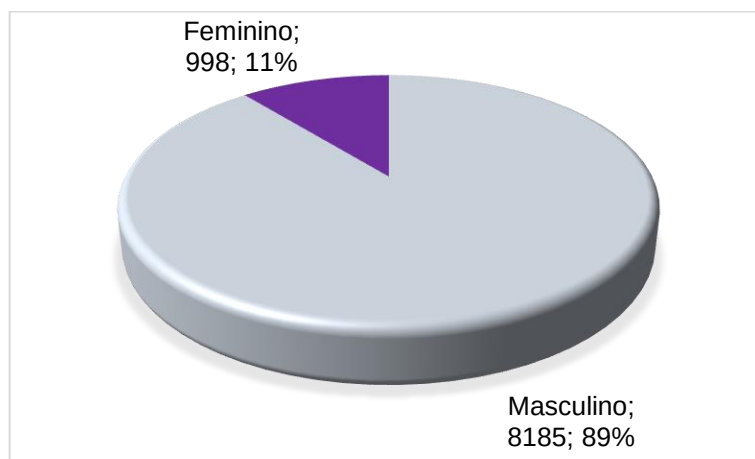


Fonte: dados da pesquisa (2025).

Dois estudos investigaram PMs do estado do Maranhão (Bolani, 2020; Teixeira *et al.*, 2022). Os outros estados foram representados por um único estudo cada um deles.

Do total de 9.183 PMs incluídos na amostragem dos estudos, foi possível identificar que 8.185 (89%) eram do efetivo masculino e 998 (11%) do feminino. Entretanto, não foram contabilizados 258 PMs do BOE do Rio Grande do Sul, pois, embora provavelmente fossem do efetivo masculino, o artigo não informou o gênero dos participantes. A Figura 3 destava visualmente esses números absolutos e percentuais.

Figura 3 – Amostra total abrangida pelos estudos analisados segundo o gênero masculino e feminino



Fonte: dados da pesquisa (2025).

Como se observa, a maioria dos investigados era do gênero masculino. O efetivo feminino esteve presente nos estudos de Bolani (2020), Monma (2024), Nascimento *et al.*, (2022), Oliveira (2023), Santos (2021) e (Silva Neto *et al.*.,2024) (2024), porém em reduzido número.

Quanto à natureza das atividades, a maior parte dos estudos focalizou a atividade operacional. Apenas um estudo, o de Nascimento *et al.* (2022), avaliou PMS lotados em setores administrativos.

5 DISCUSSÃO

Os resultados desta revisão integrativa confirmam que a HAS, associada a outros fatores de risco cardiometabólico, é altamente prevalente entre PMS brasileiros, com prevalências de hipertensão e pré-hipertensão em patamares iguais ou superiores aos observados na população geral. Em diferentes contextos institucionais, destacam-se a forte presença de sobrepeso, obesidade e aumento da circunferência abdominal, configurando um perfil de risco cardiovascular preocupante nessa categoria profissional (Barbosa, 2021; Bolani, 2020; Teixeira *et al.*, 2022; Nascimento *et al.*, 2022; (Silva Neto *et al.*.,2024) *et al.*, 2024).

O conjunto das evidências reforça que a adiposidade central, mensurada por indicadores antropométricos simples, como circunferência abdominal e índice de

massa corporal, constitui importante marcador de risco para alterações pressóricas e agravos cardiometabólicos em PMs. Tais achados dialogam com diretrizes nacionais e internacionais que reconhecem a obesidade abdominal como componente central da síndrome metabólica e como forte preditor de desfechos cardiovasculares (Sociedade Brasileira de Cardiologia, 2020; WHO, 2021).

Outro ponto relevante diz respeito à influência de fatores ocupacionais e psicossociais. Estudos incluídos na RIL evidenciam que o estresse prolongado, o desequilíbrio entre esforço e recompensa, a baixa qualidade de vida e a menor resiliência estão associados a pior perfil hemodinâmico e metabólico em policiais militares (Tavares et al., 2021; (Silva Neto et al., 2024) et al., 2024; Oliveira, 2023; Monma, 2024). Assim, a HAS não se restringe a determinantes biológicos ou comportamentais isolados, mas resulta da interação entre condições de trabalho, estilo de vida e vulnerabilidades individuais.

Os resultados também apontam para a sub-representação do efetivo feminino nas pesquisas, o que reflete a menor participação de mulheres nas corporações policiais brasileiras, estimada em cerca de 13,4% do efetivo das Polícias Militares e Cíveis (IBGE, 2018). Considerando que estudos nacionais indicam tendência de maior prevalência de HAS entre mulheres em determinados estratos de idade e escolaridade (Julião; Souza; Guimarães, 2021), a ampliação de investigações envolvendo policiais militares do sexo feminino torna-se prioritária. O estudo de Monma (2024), por sua vez, ao evidenciar alterações neuroinflamatórias e de estresse oxidativo em mulheres com histórico familiar de HAS, sinaliza a necessidade de vigilância diferenciada nesse grupo.

Do ponto de vista institucional, os achados também sugerem que a hipertensão arterial em PMs não deve ser tratada apenas como problema individual, mas como questão estratégica de saúde ocupacional e de gestão de pessoas. A presença de HAS não controlada pode reduzir a aptidão física, comprometer a capacidade de resposta em situações críticas, aumentar afastamentos do serviço e impactar a segurança do próprio policial, da equipe e da população atendida.

No contexto da PMPB, a combinação de alta demanda operacional, escalas de plantão, exposição a eventos potencialmente traumáticos e limitações de acesso regular a serviços de saúde reforça a importância de políticas institucionais de saúde cardiovascular articuladas a programas já existentes, como o PREVINA-SE. A análise

sistemática dos dados gerados pelo programa pode subsidiar protocolos de rastreio periódico da pressão arterial, avaliação de fatores de risco, encaminhamento para acompanhamento multiprofissional e intervenções educativas específicas, com foco em atividade física, alimentação saudável, cessação do tabagismo e manejo do estresse.

Como limitações desta revisão, destaca-se o número relativamente reduzido de estudos brasileiros dedicados especificamente à HAS em policiais militares, bem como a predominância de delineamentos transversais, que não permitem estabelecer relações de causalidade entre fatores de risco e ocorrência de hipertensão. A concentração de pesquisas em determinados estados e a ausência de estudos envolvendo, de forma mais abrangente, a região Nordeste e a própria PMPB também dificultam a generalização dos achados para todo o território nacional. Ainda assim, a síntese produzida oferece um panorama atualizado e útil para orientar ações de vigilância e promoção da saúde cardiovascular nas corporações.

5.1 MEDIDAS PREVENTIVAS SUGERIDAS

À medida que os estudos delineiam o cenário da HAS em PMs, também apontam caminhos concretos para a prevenção e o cuidado. Entre as medidas preventivas mais frequentemente sugeridas destacam-se a elaboração de protocolos de intervenção voltados à prática regular de atividade física, com rotinas estruturadas de treinamento e acompanhamento periódico, a exemplo do protocolo proposto por Oliveira *et al.* (2024), voltado à redução do risco cardiometabólico em PMs.

Outra diretriz recorrente é a implementação de programas multiprofissionais de promoção de estilo de vida saudável, envolvendo educação nutricional, suporte psicológico, manejo do estresse e estratégias de cessação do tabagismo, em consonância com experiências bem-sucedidas em outros grupos de profissionais da segurança pública, como bombeiros e policiais de diferentes países (Fraga; Fraga; Schuch, 2021; Saint-Martin *et al.*, 2024; Sales *et al.*, 2025).

Os estudos também reforçam a importância do rastreamento regular da pressão arterial e de indicadores antropométricos, utilizando medidas simples, como circunferência abdominal e índice de massa corporal, capazes de identificar precocemente indivíduos em maior risco (Nascimento *et al.*, 2022; Teixeira *et al.*,

2022; Rosa *et al.*, 2021). A incorporação rotineira dessas avaliações em exames periódicos e programas de promoção da saúde pode favorecer o diagnóstico precoce e o acompanhamento sistemático dos casos.

Por fim, destacam-se as recomendações de ajustes organizacionais nas escalas de trabalho, plantões e períodos de repouso, de modo a reduzir a privação de sono e o desgaste físico crônico, reconhecidos como fatores associados à elevação da pressão arterial e a outros agravos cardiometabólicos. A integração dessas medidas com programas institucionais já existentes, como o PREVINA-SE na PMPB, pode potencializar resultados, permitindo o acompanhamento longitudinal, a construção de banco de dados epidemiológicos e a avaliação do impacto das intervenções na saúde e no desempenho dos PMs.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste estudo, partiu-se da seguinte questão: qual é o panorama da produção científica sobre a prevalência, os fatores de risco, as comorbidades associadas, o tratamento e a prevenção da HAS em PMs brasileiros? Com o objetivo de revisar a literatura científica referente à hipertensão arterial e aos fatores associados a essa condição em PMs que atuam no Brasil, desenvolveu-se uma RIL, cujos principais resultados evidenciam que a hipertensão arterial sistêmica é um agravo prevalente entre PMs brasileiros, frequentemente associado ao sobrepeso, à obesidade abdominal, ao sedentarismo, ao estresse ocupacional crônico, à baixa qualidade de vida e a outros fatores de risco cardiometabólico.

Em diferentes estados e contextos institucionais, as pesquisas analisadas apontam prevalências de HAS e pré-HAS iguais ou superiores às observadas na população geral, sugerindo que os PMs constituem um grupo de vulnerabilidade ampliada para doenças cardiovasculares.

Foi possível identificar também uma importante assimetria de gênero, com predominância de participantes do sexo masculino nas amostras estudadas, coerente com a composição histórica das corporações, mas que reforça a necessidade de ampliar investigações envolvendo PMs do sexo feminino. Considerando a relevância da HAS entre mulheres brasileiras e os achados iniciais sobre alterações neuroinflamatórias e de estresse oxidativo em PMs com histórico familiar de

hipertensão, recomenda-se a realização de estudos específicos com esse segmento.

Do ponto de vista metodológico, a predominância de estudos transversais e a concentração das pesquisas em determinadas regiões e corporações limitam inferências causais e a generalização dos resultados para todo o país. Apesar dessas limitações, a síntese produzida permite identificar padrões relevantes, como a forte relação entre indicadores antropométricos alterados e elevação da pressão arterial, a associação consistente entre estresse ocupacional, desequilíbrio esforço-recompensa, baixa qualidade de vida e pior perfil hemodinâmico, além da insuficiência de abordagens sistemáticas de promoção de saúde cardiovascular nas corporações.

Para a realidade da PMPB, as evidências desta revisão sugerem a necessidade de fortalecer políticas de vigilância em saúde e programas estruturados de promoção da saúde cardiovascular, integrando rastreio periódico da pressão arterial e de fatores de risco com intervenções multiprofissionais em atividade física, nutrição, saúde mental e organização do trabalho. O Programa PREVINA-SE desponta, nesse cenário, como espaço privilegiado para operacionalizar estratégias contínuas de prevenção, acompanhamento e cuidado, com potencial para reduzir afastamentos, melhorar a aptidão física e psicológica e qualificar o serviço prestado à população.

Uma das limitações deste estudo é o número reduzido de bases e bibliotecas consultadas, bem como a não abrangência maior literatura científica disponível. Dessa limitação emergem recomendações para estudos futuros de natureza secundária, que possam ampliar a coleta de dados a fim de comparar os resultados atuais, confirmá-los ou mesmo contrapô-los. Ademais, sugere-se que estudos primários analisem as estratégias utilizadas pela PMPB para a promoção da saúde cardiovascular de seus integrantes, especialmente no que se refere ao Programa PREVINA-SE.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, Welere Gomes. **Risco cardiometabólico e aptidão física de policiais militares**. 2021. 136 f., il. Tese (Doutorado em Educação Física) — Universidade de Brasília, Brasília, 2021. Acesso em: 18 nov. 2025. Disponível em: <https://repositorio.unb.br/handle/10482/43080>. Acesso em: 1 dez. 2025.

BASTOS, João Luiz Dornelles; DUQUIA, Rodrigo Pereira. Um dos delineamentos mais empregados em epidemiologia: estudo transversal. **Scientia medica**, v. 17, n. 4, p. 229-232, 2007. Disponível em:

<https://revistaseletronicas.pucrs.br/scientiamedica/article/view/2806>. Acesso em: 28 nov. 2025.

BOLANI, Wladimir. **Análise da qualidade de vida do policial militar do Maranhão e correlação com: qualidade do sono, índices de obesidade central e estado hemodinâmico de repouso**. 2020. 125 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Federal do Maranhão, São Luís, 2020. Acesso em: 18 nov. 2025. Disponível em: <https://tedebc.ufma.br/jspui/handle/tede/3928>. Acesso em: 18 nov. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis no Brasil 2021–2030**. Brasília: MS, 2021.

CARVALHO, Márcia M.; FRAGOSO, João M.; FERNANDES, Maria A. Trabalho, estresse e saúde cardiovascular em policiais. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, São Paulo, v. 11, n. 2, p. 67–74, 2013.

FERREIRA, Paola Aparecida Alves; BODEVAN, Emerson Cotta; OLIVEIRA, Leida Calegário. Características sociodemográficas associadas à prevalência de hipertensão arterial sistêmica. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, v. 17, n. 1, 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.5892/ruvrd.v17i1.5003>. Disponível em: <http://periodicos.unincor.br/index.php/revistaunincor/article/view/5003>. Acesso em: 18 nov. 2025

FRAGA, Alessandra Soares Ayres; FRAGA, Rômulo de Oliveira; SCHUCH, Natielen Jacques. Prevalência e fatores de risco relacionados à síndrome metabólica em militares do exército brasileiro na guarnição de Santa Maria-RS. **RBONE-Revista Brasileira De Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 15, n. 93, p. 210-224, 2021. Disponível em: <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/1664>

GANSTER, Daniel C.; ROSEN, Christopher C. Work stress and employee health. **Journal of Management**, v. 39, n. 5, p. 1085-1122, 2013. Disponível em <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0149206313475815>. Acesso em: 1 dez. 2025.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Estatísticas de gênero: indicadores sociais das mulheres no Brasil**. [Online]. Disponível em: https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101551_informativo.pdf. Acesso em: 28 nov. 2025.

JULIÃO, Nayara Abreu; SOUZA, Aline de; GUIMARÃES, Raquel Rangel de Meireles. Tendências na prevalência de hipertensão arterial sistêmica e na utilização de serviços de saúde no Brasil ao longo de uma década (2008-2019). **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 4007-4019, 2021. DOI: 10.1590/1413-81232021269.08092021. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2021.v26n9/4007-4019/>. Acesso em: 28 nov. 2025.

LOBO, Larissa Aline Carneiro *et al.* Tendência temporal da prevalência de hipertensão arterial sistêmica no Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 33, p. e00035316, 2017. DOI: . Disponível em <https://www.scielo.br/j/csp/a/VH5SydyqSXxQd76GcWJZ5ck/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 18 nov. 2025

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & Contexto Enfermagem**, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2008. Disponível em <https://www.scielo.br/j/tce/a/XzFkq6tjWs4wHNqNjKJLkXQ/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 1 dez. 2025.

MONMA, Fernanda. **Avaliação da variabilidade da frequência cardíaca, do perfil inflamatório e de estresse oxidativo em policiais militares do sexo feminino com histórico familiar de hipertensão: papel da atividade física**. 2024. 69 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Reabilitação) – Universidade Nove de Julho, São Paulo, 2024. Disponível em: <https://bibliotecatede.uninove.br/handle/tede/3700>. Acesso em: 18 nov. 2025.

NASCIMENTO, Karleandro Pereira *et al.* Associação entre fatores de risco cardiovascular e indicadores antropométricos em policiais militares. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, v. 96, n. 37, p. e021194, 2022. DOI: 10.31011/reaid-2022-v.96-n.37-art.1290. Acesso em: 18 nov. 2025.

OLIVEIRA, Cleise Cristine Ribeiro Borges *et al.* Proposta de intervenção para a prática de atividade física em policiais militares. **REVISA**, v. 13, n. 2, p. 593–600, 2024. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1577908>. Acesso em: 18 nov. 2025.

OLIVEIRA, Cleise Cristine Ribeiro Borges. **Nível de atividade física em policiais militares: fatores preditores e protocolo de intervenção de enfermagem**. 2023. 152 f. Tese (Doutorado em Enfermagem e Saúde) – Universidade Federal da Bahia, Escola de Enfermagem, Salvador, 2023. Disponível em: <https://repositorio.ufba.br/handle/ri/38548>. Acesso em: 18 nov. 2025.

PAGE, Matthew. J. *et al.* The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. **BMJ**, v. 372, n. 71, 2021. Disponível em: <https://www.bmj.com/content/372/bmj.n71>. Acesso em: 18 nov. 2025.

ROSA, Samir Ezequiel da *et al.* Development and validation of equations to estimate visceral adipose tissue in military men. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 27, n. 1, p. 49-54, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.1590/1517-8692202127012020_0066. Acesso em: 1 dez. 2025.

SAINT-MARTIN, Daniel Rodrigues Ferreira *et al.* A 7-Month Multidisciplinary Healthy Lifestyle Intervention Effectively Improved Cardiometabolic Risk Profile of Firefighters. **Journal of Occupational and Environmental Medicine**, v. 66, n. 8, p. 605-614, 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38603581/>. Acesso em: 1 dez. 2025.

SALES, Igor Magalhães *et al.* Personal, occupational and cardiovascular risk factors associated with elevated blood pressure in Brazilian firefighters: a cross-sectional study. **BMJ open**, v. 15, n. 1, p. e088084, 2025. Disponível em: [Disponível em: https://doi.org/10.1136/bmjopen-2024-088084](https://doi.org/10.1136/bmjopen-2024-088084) Acesso em: 1 dez. 2025.

SANTOS, Alexandra Ramos dos. **Perfil epidemiológico dos policiais e bombeiros da Polícia Militar do Paraná**. 2021. Dissertação (Mestrado em Medicina Interna) – Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2021. Disponível em: <https://acervodigital.ufpr.br/xmlui/handle/1884/74815>. Acesso em: 18 nov. 2025.

(SILVA NETO *et al.*, 2024), Luiz Cláudio Barreto *et al.* A obesidade abdominal está associada aos níveis de estresse entre profissionais de segurança pública. **Journal of Human Growth and Development**, v. 34, n. 2, p. 232-243, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.36311/jhgd.v34.15430>. Acesso em: 13 nov. 2025.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA (SBC). **Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial** – 2020. Arquivos Brasileiros de Cardiologia, v. 116, n. 3, p. 516-658, 2021. Disponível em: <http://departamentos.cardiol.br/sbc-dha/profissional/pdf/Diretriz-HAS-2020.pdf>. Acesso em: 1 dez. 2025.

TAVARES, Juliana Petri *et al.* Network of correlations between quality of life, resilience and effort-reward imbalance in military police officers. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 1931-1940, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232021265.10702019>. Acesso em: 13 nov. 2025.

TEIXEIRA, Leticia de Jesus Boas *et al.* Relação entre circunferência abdominal e pressão arterial sistólica em policiais militares do estado do Maranhão. **RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 16, n. 99, p. 321-330, 2022. Disponível em: <https://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/2024>. Acesso em: 13 nov. 2025.

VIOLANTI, John M. *et al.* Police stressors and health: a state-of-the-art review. **Policing: An International Journal**, v. 40, n. 4, p. 642-656, 2017. DOI: 10.1108/PIJPSM-06-2016-0097 Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30846905/>. Acesso em: 28 nov. 2025.

VIOLANTI, John M. *et al.* Cardiovascular disease in law enforcement officers. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, v. 58, n. 8, p. 758–764, 2016.

VIOLANTI, John M. *et al.* The impact of shift work on police officers' health. *Chronobiology International*, v. 30, n. 8, p. 1138–1145, 2013

WHITTEMORE, Robin; KNAFL, Kathleen. The integrative review: updated methodology. **Journal of Advanced Nursing**, v. 52, n. 5, p. 546-553, 2005. Disponível em <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2005.03621>. Acesso em: 1 dez. 2025.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Guideline for the pharmacological treatment of hypertension in adults**. Geneva: WHO, 2021. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240033986>. Acesso em: 1 dez. 2025.