

**CORPO DE BOMBEIROS MILITAR DO DISTRITO FEDERAL
DEPARTAMENTO DE ENSINO, PESQUISA, CIÊNCIA E TECNOLOGIA
DIRETORIA DE ENSINO
ACADEMIA DE BOMBEIRO MILITAR
Cel. Osmar Alves Pinheiro
CURSO DE FORMAÇÃO DE OFICIAIS**

CADETE BM/2 BRENO VINÍCIUS PEREIRA AGUIAR



**SAÚDE MENTAL DOS OFICIAIS VETERANOS: MOTIVAÇÃO DO
RETORNO NA PRESTAÇÃO DE TAREFA POR TEMPO CERTO
(PTTC)**

**BRASÍLIA
2021**

CADETE BM/2 BRENO VINÍCIUS PEREIRA **AGUIAR**

**SAÚDE MENTAL DOS OFICIAIS VETERANOS: MOTIVAÇÃO DO
RETORNO NA PRESTAÇÃO DE TAREFA POR TEMPO CERTO
(PTTC)**

Trabalho Monográfico apresentado à disciplina Metodologia Científica como requisito para conclusão do Curso de Formação de Oficiais Combatentes do Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal.

Ten-Cel. QOBM/Comb. **Mônica** de Mesquita Miranda

BRASÍLIA
2021

CADETE BM/2 BRENO VINÍCIUS PEREIRA **AGUIAR**

**SAÚDE MENTAL DOS OFICIAIS VETERANOS: MOTIVAÇÃO DO
RETORNO NA PRESTAÇÃO DE TAREFA POR TEMPO CERTO
(PTTC)**

Monografia apresentada à disciplina Metodologia Científica como requisito para conclusão do Curso de Formação de Oficiais Combatentes do Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal.

Aprovado em: ____/____/____.

BANCA EXAMINADORA

ALBERTO WESLEY **DOURADO** DE SOUZA – Ten-Cel. QOBM/Comb.
Presidente

VINICIUS **FIUZA** DUMAS – Maj. QOBM/Comb.
Membro

ZILTA DIAS PENNA MARINHO – Professora
Membro

ORIENTADORA **MÔNICA** DE MESQUITA MIRANDA – Ten-Cel. QOBM/Comb.
Orientadora

Dedico este trabalho aos meus pais e irmãos cujo apoio e amor incondicional foram fundamentais para que eu concluísse esse trabalho. Obrigado pela compreensão com os meus dias de ausência e suporte nos dias mais difíceis.

AGRADECIMENTOS

Agradeço em primeiro lugar a Deus por ter me dado a oportunidade de ingressar nesta Corporação e evoluir ao longo desses 3 anos que aqui estou, por ter me dado saúde e paciência para conclusão deste trabalho.

Agradeço aos meus pais por todo o esforço por eles empenhado para que eu tivesse a melhor educação, por terem acreditado em meus resultados até aqui alcançados quando nem mesmo eu esperava atingi-los.

Aos meus irmãos, por terem ombreado anos de vida comigo, guiando me pelos caminhos dos estudos e da irmandade, obrigado por toda força que me deram.

À minha orientadora, Ten-Cel QOBM/Comb. Mônica de Mesquita Miranda por sempre estar presente para indicar a direção correta que o trabalho deveria tomar.

À professora Zilta pelas contribuições dadas durante todo o processo.

Agradeço ainda a todos os militares do Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal que contribuíram para a conclusão deste trabalho.

“Não se entregue aos sonhos de ter o que você não tem, mas calcule a principal das bênçãos que você possui, e então, felizmente, lembre-se de como você ansiaria por elas se não fossem suas.”

Marco Aurélio

RESUMO

A relação que é estabelecida entre o trabalho e o militar é profunda, podendo exercer uma importante influência na vida destes, podendo influenciar em ciclos sociais, bem como sua rotina diária. Este estudo buscou identificar na saúde mental e física dos Oficiais Veteranos do Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal comparando os períodos antes e após seu retorno ao serviço na modalidade de Prestação de Tarefa por Tempo Certo (PTTC). Com o intuito de atingir esse objetivo foram identificados e comparados os efeitos na saúde mental e física dos Oficiais Veteranos após a sua passagem para a inatividade e após seu retorno a atividade e ambiente da corporação, bem como foram identificadas as motivações que os levarem a retornarem ao serviço. Para tanto, foi utilizado como método para coleta desses dados a aplicação de um questionário aos Oficiais Veteranos que retornaram ao serviço por meio do PTTC, afim de obter informações sobre os efeitos na saúde mental e física nesse período específico, bem como as motivações de retorno. A partir da análise dos resultados obtidos, foi possível perceber a importância do trabalho e ambientação na Corporação e os reflexos positivos na saúde física e mental dos militares. Nesse cenário, destaca-se o sentimento de que ainda haveria o que contribuir com a Corporação, bem como a importância do trabalho na melhora da autoestima, amor a profissão, bem como e melhora das condições física desses militares. Assim, por meio do presente estudo realizado foi possível comparar os efeitos físicos e mentais na vida dos militares no interstício em que se aposentaram e retornaram ao serviço, e assim, influir que a melhora nas suas condições de saúde mental e física estão atreladas ao seu retorno à atividade.

Palavras-chave: Militar. Saúde mental e física. Oficiais Veteranos. Prestação de Tarefa Por Tempo Certo (PTTC).

ABSTRACT

The relationship that is established between work and the military is profound, and it can exert an important influence on their lives, influencing social cycles, as well as their daily routine. This study sought to identify the mental and physical health of Veteran Officers of the Federal District's Military Fire Department, comparing the periods before and after their return to service in the mode of Provision of Task by Time (PTTC). In order to achieve this goal, the effects on the mental and physical health of Veteran Officers after their transition to inactivity and after their return to the corporation's activity and environment were identified and compared, as well as the motivations that lead them to return to service. Therefore, the application of a questionnaire to Veteran Officers who returned to the service through the PTTC was used as a method to collect these data, in order to obtain information on the effects on mental and physical health in that specific period, as well as the reasons for returning. From the analysis of the results obtained, it was possible to perceive the importance of work and environment in the Corporation and the positive effects on the physical and mental health of the military. In this scenario, the feeling that there would still be something to contribute to the Corporation stands out, as well as the importance of work in improving self-esteem, love for the profession, as well as improving the physical condition of these soldiers. Thus, through the present study, it was possible to compare the physical and mental effects on the lives of soldiers in the interstice in which they retired and returned to service, and thus, influencing that the improvement in their mental and physical health conditions are linked to their return to activity.

Keywords: Military. Mental and physical health. Veteran Officers. Provision of Task for a Fixed Time (PTTC).

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

1 - Gráfico do perfil do respondente.....	37
2 – Gráfico do perfil do respondente.....	37
3 - Gráfico do perfil do respondente.....	38
4 - Gráfico do perfil do respondente.....	38
5 - Gráfico do perfil do respondente.....	39
6 - Gráfico do perfil do respondente.....	39
7 - Gráfico do perfil do respondente.....	40
8 - Gráfico do tipo de aposentadoria dos respondentes	40
9 - Gráfico do tempo de reserva remunerada dos respondentes.....	41
10 - Gráfico do tempo de reforma dos respondentes.	41
11 - Gráfico do tempo para retorno dos militares ao PTTC.....	42
12 - Gráfico da opinião dos respondentes em relação ao PTTC.....	42
13 - Intenções dos militares antes da aposentadoria.....	43
14 - Interpretação da aposentadoria pelos respondentes	43
15 - Impressão dos respondentes sobre sua rotina diária e ciclo de amigos ...	44
16 - Impressão dos respondentes de uma possível perda do seu ciclo de amizades	45
17 - Impressão dos respondentes sobre seu reconhecimento social após a aposentadoria.....	45
18 - Impressão dos respondentes se houve mudança na sua rotina diária após a aposentadoria.....	46
19 - Impressão dos respondentes quanto a sua identidade profissional.	46
20 - Impressão dos respondentes quanto ao reconhecimento profissional de outras pessoas.....	47
21 - Gráfico acerca da dificuldade de adaptação a nova rotina.	47
22 - Gráfico com as reações emocionais experimentadas pelos respondentes após a aposentadoria.....	48
23 - Gráfico sobre a persistência ou não dos sintomas ao retornarem ao trabalho pelo PTTC.....	49
24 - Gráfico sobre possíveis reações físicas experimentadas pelos respondentes ao passarem a reserva/reforma.	50

25 - Gráfico sobre a persistência ou não dos sintomas físicos após o retorno dos respondentes ao trabalho por meio do PTTC.....	51
26 - Gráfico com a motivação de retorno dos respondentes ao trabalho.....	52

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	12
1.1. Definição do problema	14
1.2. Justificativa.....	14
1.3. Objetivos	16
1.3.1. Objetivo geral.....	16
1.3.2. Objetivos específicos.....	16
1.4. Questões.....	16
1.5. Definição de termos	16
2. REVISÃO DE LITERATURA	17
2.1 Aposentadoria.....	17
2.2 Reserva remunerada/reforma: aposentadoria castrense.....	18
2.3 Aposentadoria e seus aspectos psicológicos	20
2.4 Identidade	21
2.5 Transtorno de adaptação.....	22
2.6 Estresse.....	24
2.7 Ansiedade.....	25
2.8 Depressão	26
2.9 Endividamento	27
2.10 Prestação de Tarefa por Tempo Certo (PTTC).....	28
2.11 Oficiais veteranos aptos ao PTTC	29
3. METODOLOGIA	32
3.1. Apresentação	34
3.2. Universo	34
3.3. Amostra.....	35
4. RESULTADOS E DISCUSSÃO	36
4.1. Resultados	36
4.1.1. Perfil do respondente.....	36
4.1.2. Planejamento e impressões dos oficiais veteranos	42
4.1.3. Reações físicas e emocionais experienciadas	48
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	53
6. RECOMENDAÇÕES	55
REFERÊNCIAS	56

APÊNDICES	59
APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO OFICIAIS VETERANOS DO PTTC.....	60
APÊNDICE B – PRODUTO	69

1. INTRODUÇÃO

A vida social do ser humano é uma composição dos seus núcleos sociais, tais como família, amigos, trabalho, religião, e etc. Entre esses núcleos, pode-se destacar o trabalho como principal papel referencial na vida o ser humano.

Entre as perguntas que se fazem comumente às pessoas que estão se conhecendo tem-se coisas como “Com o que você trabalha?” ou “O que você faz da vida?”, ou seja, o trabalho é um forte referencial de identidade atrelado a pessoa, de modo que o papel que essa ela ocupa na sociedade é normalmente um dos principais fatores pelos quais ela será lembrada ou reconhecida.

Pode-se dizer que na composição social de um ser humano, a sua identidade profissional tem papel fundamental. O mais preocupante, contudo, é constatar que a interrupção da rotina diária de trabalho, costumes e horários pode afetar mentalmente um trabalhador. Não é exagero afirmar que a vida de um civil muda muito durante um curso de formação militar, em todo esse processo, ocorrem muitas mudanças na sua forma de portar-se, na sua rotina de trabalho, convívio com pessoas próximas e até mesmo rotina de sono.

Assim, preocupa o fato de que a aposentadoria é um fator abrupto a esse hábito que é trabalhar, isso porque ao se aposentar, o profissional costuma desacelerar suas atividades laborais, retornando a um ambiente familiar que já não estava tão acostumado a tê-lo por perto. O autor (ROMININI, 2004) pontua que a atividade profissional é um fator sob o qual as pessoas tendem a basear suas vidas.

A vida do bombeiro militar é um caso específico que se destaca pela fusão dos núcleos sociais nos quais o militar está envolvido, uma vez que desde o início da carreira do bombeiro, já no curso de formação, o homem ou a mulher é imerso em uma rotina de treinamento físico e profissional intenso, aliado a uma doutrina comportamental fundamentada nos princípios da hierarquia e disciplina que muitas vezes o afasta de sua vida antes da caserna, aqui incluídos familiares e amigos.

No Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal (CBMDF), os candidatos aprovados no concurso público necessitam passar pela etapa de

Curso de Formação para só então se tornarem bombeiros formados. Na carreira de praça, o curso dura cerca de 10 a 11 meses, já na carreira de oficial, o curso dura 2 anos. Apesar do período de formação ser diferente, a imersão no meio militar é muito semelhante, uma vez que em ambos os casos, a pessoa deverá superar suas capacidades, aprender a lidar com pressão, manter-se sob controle em situações de alto estresse, tudo isso sob uma forte ingerência da disciplina e hierarquia.

A peculiaridade da vida castrense se reflete nas fortes amizades que são construídas ao longo da carreira, a rotina da prontidão que a depender da escala, pode colocar o militar cerca de 24 horas no quartel, dividindo as rotinas diárias como as refeições do dia. Além do convívio, os militares tendem a formar fortes laços com os colegas de trabalho e com a própria rotina do trabalho, seja por dividirem experiências ou dificuldades em ocorrências, formando-se inclusive uma identidade social alicerçada na vida do bombeiro militar.

De outro lado, a aposentadoria é um momento em que os prováveis 30 anos de serviço cessam, interrompendo não apenas a obrigação do militar de ir para o quartel, mas também as rotinas diárias, como as conversas com amigos da prontidão, os horários das refeições, os lugares frequentados, ou seja, tudo que foi realizado durante anos passa a acontecer com menos frequência e até mesmo a não ocorrer mais.

É nesse momento de grande mudança na esfera socioeconômica, emocional e de interação social que o bombeiro militar fica sujeito aos efeitos dos diversos tipos de transtornos mentais, situação essa que pode ocorrer de modo silencioso e que por muitos anos foi ignorado por Corporações em todo Brasil.

Desde o ano de 2010, foi instituída por meio do Decreto nº 31.856, a Prestação de Tarefa por Tempo Certo (PTTC). Por meio do PTTC, fica oportunizada aos militares da reserva remunerada, e excepcionalmente, aos militares reformados do CBMDF o retorno ao serviço de caráter voluntário e temporário.

O retorno a atividade laboral nessa modalidade permite que o veterano do CBMDF possa ter a sua experiência profissional aproveitada, seja no campo de

ensino, ministrando instruções, seja no campo administrativo, sendo empregado nos diversos órgãos e setores da Corporação. Em contrapartida, o militar veterano perceberá um acréscimo na sua remuneração.

1.1. Definição do problema

Diante de todas as fases que a vida possui, o momento em que o ser humano cessa sua atividade laboral por atingir seu direito de aposentadoria é fundamental nas decisões e na forma de vida que ele levará desse momento em diante. Atrelado a esse momento de vitória e de reconhecimento por ter contribuído tanto, existe a preocupação com o senso de pertencimento social, a falta de propósito e a mudança brusca de estilo de vida. A qualidade da saúde mental de quem se aposenta pode determinar se essa pessoa sentirá a necessidade de retornar ao trabalho, se estaria apta para isso ou ainda, o quão bem ou mal a faria o retorno, bem como a continuidade de uma atividade laboral. Nesse sentido, de que forma o retorno a atividade pode influenciar na saúde mental de Oficial bombeiro militar veterano?

1.2. Justificativa

Atualmente existe uma grande quantidade de militares indo para a reserva e, tendo em vista a grande incidência de problemas psicológicos que podem vir a acometer tais militares bem como a perda da identidade ou sentimento de pertencimento a algo maior. Assim, torna-se interessante a análise dos motivos e consequências na vida profissional e pessoal dos militares pós reserva. O CBMDF por meio do programa “PREPARAR” fornece suporte e instruções aos militares que estão a 2 anos de cumprirem os requisitos para passarem para inatividade, no entanto, tal programa é preventivo e não conta com um espaço físico fixo em que possa ser desenvolvido.

Este aluno a oficial observou em seu período de trabalho na prontidão que os militares inativos costumam apresentar problemas de saúde que muitas vezes os levam a situação de incapacidade para exercer suas próprias atividades básicas diárias ou ainda problemas de saúde mental como depressão, transtorno de ansiedade, pânico, e etc. Assim, não raras as vezes, os militares da prontidão,

quando em sua folga, dirigiam-se a casa ou ao hospital para visitar os veteranos, bem como os próprios inativos aparecem nos quartéis a fim de rever o serviço, contar suas histórias e participar um pouco da rotina do quartel mesmo que como um mero espectador. Muitos desses militares possuem um currículo extremamente profissional, trazendo conhecimentos técnicos e experiência que na maioria das vezes é perdido por não ser repassado aos mais novos quando este militar passa a situação de inatividade.

A aposentadoria é uma situação vivenciada em diversas instituições e órgãos, bem como a sensação, por parte do funcionário que sai da rotina de trabalho, prerrogativas e obrigações afetas a profissão, ciclo de colegas de trabalho, tudo isso lhe é retirado de forma não planejada pelo profissional que vivenciou aquela atividade e rotina por um longo período de sua vida. O estudo teve como objetivo analisar os efeitos na saúde mental do militar que tem sua rotina, de aproximadamente 30 anos e posteriormente retorna ao serviço por alguma motivação pessoal.

No Plano Estratégico 2017-2024 (PLANES 2017-2024), entre os objetivos do CBMDF está a valorização do profissional Bombeiro Militar, priorizando elementos como a saúde e bem-estar social dos bombeiros militares. Nesse sentido, entre as iniciativas na persecução desse objetivo o PLANES prevê a “implementação da Política de Saúde, a implementação da Política de Pessoal Inativo, bem como um programa de preparação dos profissionais em processo de reserva remunerada ou reforma” (Corpo Bombeiros Militar do Distrito Federal, p. 34).

A valorização do profissional bombeiro militar, esteja ele na atividade ou já na inatividade, está entre os principais objetivos da Corporação, razão pela qual torna-se tão importante dar condições favoráveis a manutenção e regeneração da saúde mental entre os bombeiros militares do Distrito Federal.

Além disso, a adoção pela Corporação ações de proteção à saúde mental dos militares da inatividade é uma ação que compactua com a Política Nacional do Idoso, uma vez que esta impõe a criação e manutenção de programas de preparação para aposentadoria como ações de competências dos órgãos na área de previdência.

1.3. Objetivos

1.3.1. Objetivo geral

Identificar os efeitos na saúde mental e física dos Oficiais Veteranos do Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal comparando os períodos antes e após seu retorno ao serviço na modalidade Prestação de Tarefa por Tempo Certo (PTTC).

1.3.2. Objetivos específicos

Identificar os efeitos na saúde mental e física dos Oficiais Veteranos após a passagem para a reserva remunerada comparados aos de quando retornaram ao trabalho e ambiente da Corporação.

Identificar as motivações que levaram os militares a retornarem ao serviço.

1.4. Questões

Quais os sintomas de transtornos mentais e reações físicas em militares após a passagem para a reserva remunerada?

Quais são as motivações dos Oficiais Veteranos para retornarem ao serviço?

1.5. Definição de termos

Prestação de Tarefa por Tempo Certo (PTTC): é a execução de encargo, incumbência, tarefa ou missão de caráter voluntário e temporário, em organizações do Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal (DISTRITO FEDERAL, 2010).

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1 Aposentadoria

O surgimento da aposentadoria remonta ao final do século XIX, mais precisamente no ano de 1880, na Alemanha Imperial. A inovação foi trazida pelo então chanceler alemão Otto Von Bismarck, e previa um sistema que garantisse uma pensão para os cidadãos mais velhos ou ainda, para os cidadãos inválidos.

Pelo instituto da aposentadoria, o trabalhador que atingir o tempo de serviço necessário ou detentor de incapacidade laboral por motivo de saúde perceberá uma remuneração periódica por conta de uma instituição previdenciária, pública ou privada.

Ao longo dos anos, o termo aposentadoria foi tomando uma conotação pejorativa, recebendo significados que indicassem a inatividade ou ausência da capacidade ou condições para trabalhar. Sob a influência do Capitalismo mundialmente disseminado, o trabalhador e o aposentado tomaram lados opostos quando o assunto se trata de produção. Se de um lado o trabalhador é aquele que produz bens e serviços, que angaria recursos, paga contas e impostos, de outro lado está o aposentado, incapaz de trabalhar ou em uma idade que socialmente já é vista como aceitável não produzir.

Segundo o Dicionário Online de Português (DICIO, 2021), “aposentadoria pode ser definida como afastamento (de um trabalhador) do serviço ativo”. Conforme se pode observar, com o passar dos anos, aposentar-se tornou-se sinônimo para uma inatividade do ser humano, ainda que ele tenha trabalhado cerca de 30 anos ou tenha sido acometido por alguma doença incapacitante.

Em contrapartida, há também o sentimento de conquista e merecimento atribuído aos anos de serviço desempenhado pelo trabalhador, o qual tem atrelado ao seu estado de aposentadoria o reconhecimento social de que desempenhou por anos uma função social remunerada. Existe um valor reconhecido socialmente por aqueles que atingiram a faixa etária para se aposentarem, gerando inclusive uma tolerância a esses para que apenas desfrutem de seu período de “descanso”.

Empurrados pelos efeitos da globalização e o aumento da perspectiva de vida, atualmente, em algumas empresas os funcionários próximos a alcançar o direito de aposentadoria recebem apoio e instrução por parte de seus empregadores por meio dos chamados Programas de Preparação para Aposentadoria (PPA), modelo semelhante ao “PREPARAR”, criado e mantido pelo CBMDF.

2.2 Reserva remunerada/reforma: aposentadoria castrense

Do início da carreira até o final da mesma, a vida do militar possui aspectos diferentes da vida do trabalhador civil. De um modo, geral toda carreira profissional passa por um período de formação, no entanto, a carreira militar imerge o ser humano em um curso de formação com o objetivo de moldá-lo aos preceitos da hierarquia e disciplina.

No que tange a aposentadoria do militar, o instituto pode ser de dois tipos: reserva remunerada e reforma. A diferença entre elas reside na possibilidade de reconvocação do militar para o serviço ativo, assim, enquanto militar da reserva remunerada pode ser reconvocato para o serviço ativo nos casos de vigência do estado de guerra, estado de sítio ou estado de emergência, em caso de mobilização de interesse da segurança pública, já o militar reformado não poderá incorrer nessas hipóteses.

No CBMDF, o Oficial bombeiro militar poderá ir para reserva remunerada a pedido ou ex officio. No tange a passagem para reserva remunerada a pedido:

Art 92. A transferência para a reserva remunerada, a pedido, será concedida, mediante requerimento, ao bombeiro-militar que contar mais de 30 (trinta) anos de serviço.

§ 1º É facultado ao Coronel BM, exonerado ou demitido do cargo de Comandante-Geral do Corpo de Bombeiros, requerer transferência para a reserva remunerada, quando não contar mais de 30 (trinta) anos de serviço. (BRASIL, 1986)

Quanto a passagem para a reserva remunerada ex officio, oficial deverá seguir o seguinte:

Art 93. A transferência para a reserva remunerada, ex officio, verificar-se-á sempre que o bombeiro-militar incidir nos seguintes casos:

I - atingir as seguintes idades-limite:

a) para o Quadro de Oficiais Combatentes: (Redação dada pela Lei nº 12.086, de 2009).

1. 62 (sessenta e dois) anos, para o posto de Coronel; (Incluído pela Lei nº 12.086, de 2009).

2. 59 (cinquenta e nove) anos, para o posto de Tenente-Coronel; (Incluído pela Lei nº 12.086, de 2009).

3. 55 (cinquenta e cinco) anos, para os postos de Major e Capitão; e (Incluído pela Lei nº 12.086, de 2009).

4. 51 (cinquenta e um) anos, para os postos de oficiais subalternos; (Incluído pela Lei nº 12.086, de 2009).

b) para os demais Quadros: (Redação dada pela Lei nº 12.086, de 2009).

1. 64 (sessenta e quatro) anos, para o posto de Coronel; (Incluído pela Lei nº 12.086, de 2009).

2. 60 (sessenta) anos, para o posto de Tenente-Coronel; (Incluído pela Lei nº 12.086, de 2009).

3. 59 (cinquenta e nove) anos, para o posto de Major; e (Incluído pela Lei nº 12.086, de 2009).

4. 56 (cinquenta e seis) anos, para os postos Intermediário e Subalterno; e (Incluído pela Lei nº 12.086, de 2009).

[...]

II - ultrapassar o Coronel BM, que contar mais de 30 (trinta) anos de serviço, 6 (seis) anos de permanência neste posto;

III - ter sido o Tenente-Coronel BM constante do QAM, preterido por 2 (duas) vezes para promoção ao posto de Coronel BM, a partir da data em que completar 30 (trinta) anos de serviço, desde que, na oportunidade, seja promovido um oficial mais moderno;

IV - ultrapassar o Tenente-Coronel e o Major 6 (seis) anos de permanência no posto, quando esse for o último de seu Quadro, desde que conte 30 (trinta) anos ou mais de serviço; (Redação dada pela Lei nº 12.086, de 2009).

V - for o oficial considerado não habilitado para o acesso em caráter definitivo, no momento em que vier a ser objeto de apreciação para o ingresso em Quadro de Acesso;

VI - ultrapassar 2 (dois) anos, contínuos ou não, em licença para tratar de interesse particular;

VII - ultrapassar 2 (dois) anos, contínuos em licença para tratamento de saúde de pessoa de sua família;

VIII - ser empossado em cargo público permanente estranho à sua carreira, cujas funções sejam de magistério;

IX - ultrapassar 2 (dois) anos de afastamento, contínuos ou não, agregado em virtude de ter passado a exercer cargo ou emprego público civil temporário, não eletivo, inclusive da administração indireta;

e

X - ser diplomado em cargo eletivo, na forma da letra b , do parágrafo único, do artigo 53. (BRASIL, 1986)

O instituto da reforma sempre se dará ex officio, mediante as hipóteses prevista do Estatuto do BM. Segundo a legislação, o oficial BM passará a situação de inatividade, desde que:

I - atinja as seguintes idades-limite de permanência, na reserva remunerada:

a) para oficiais: 65 (sessenta e cinco) anos; (Redação dada pela Lei nº 12.086, de 2009).

[...]

II - seja julgado incapaz, definitivamente, para o serviço ativo do Corpo de Bombeiros;

- III - esteja agregado há mais de 2 (dois) anos, por ter sido julgado incapaz temporariamente, mediante homologação de junta Superior de Saúde, ainda que se trate de moléstia curável;
- IV - seja condenado à pena de reforma prevista no Código Penal Militar, por sentença transitada em julgado;
- V - sendo oficial, a tiver determinada pelo Tribunal de Justiça do Distrito Federal, em julgamento efetuado em consequência de Conselho de Justificação a que foi submetido; (BRASIL, 1986)

2.3 Aposentadoria e seus aspectos psicológicos

A passagem para a inatividade ou aposentadoria para o mundo civil é um momento importante e a oportunidade de ressignificação na vida de um profissional, uma vez que o trabalho não é apenas uma fonte de renda. Tem-se ainda, sobre o trabalho, que:

É por meio desta atividade essencialmente humana, que o sujeito organiza seus horários e sua rotina, estabelece planos, metas e aspirações, constrói seus laços afetivos, exerce sua criatividade, garante sua independência e expressa sua produtividade. (RODRIGUES, et al, 2005).

De um modo geral, o trabalho irá fazer com que o ser humano se organize para que suas ações e comportamentos se ajustem ao trabalho, conforme afirma Codo (2012):

O lugar onde trabalha determina o horário em que deve levantar-se da cama, por tanto, o horário de deitar-se. Deve “preocupar-se com a aparência”, ou seja, vestir um determinado tipo de roupa, por exemplo, paletó e gravata [...] enfim, todo sua postura, ou um projeto (sonho) de postura reforçado cotidianamente por todas as suas relações de trabalho [...]. Sua linguagem sofre interferências diretas do trabalho que ocupa. (CODO, 2012, p. 139).

Tem se que para a vida civil, a vida do ser humano se adequa aos moldes da profissão que ele exerce, horários e vestuário, como exemplo, na vida castrense essa influência é ainda mais palpável, uma vez que um curso de formação militar visa alterar inclusive algumas características da pessoa que voluntariamente torna-se aluno. Pode-se observar as mudanças da vida civil para a castrense partindo do corte de cabelo, das roupas perfeitamente alinhadas até a postura e comportamento em determinadas situações, ou seja, tudo pautado pela função exercida.

Assim, a passagem para a aposentadoria representa alterações que ultrapassam a rotina profissional do sujeito, uma vez que a atividade profissional por ele (a) exercida anteriormente constituía parte da sua identidade social e consequente “papel” exercido na sociedade.

Não seria correto afirmar que a aposentadoria desempenha as mesmas influências para todos que chegam a ela, uma vez que esse processo de preparação ou aceitação da aposentadoria é diferente para os que a experimentam. No entanto, conforme (SILVA, 2019):

Embora o impacto do rompimento das relações de trabalho varie de pessoa para pessoa, é inegável que essa ruptura signifique muito mais do que um simples término de carreira, pois representa mudanças no mundo pessoal e social de um sujeito que possuía vínculos e hábitos cotidianos durante muitos anos. (SILVA, 2019, p. 158).

Diante disso, e da mudança expressiva que a aposentadoria pode trazer a vida do trabalhador, neste caso do bombeiro militar, existe uma necessidade de preparo desses bombeiros para a situação de inatividade, compreendendo mais que a mera ideia de parar de trabalhar.

2.4 Identidade

Segundo Miranda (2008 *apud* MATTOS, 2005) a identidade “pode ser compreendida como a imagem de si mesmo e esta vai se formando em um permanente interjogo entre a construção interna do psiquismo e as realidades externa, cultural, social e econômica.

De acordo com Cuche (1996, p. 177) “a identidade permite que o indivíduo se localize em um sistema social e seja localizado socialmente.”

Para Brandão (1986, p. 3), a identidade “se constitui como uma categoria de atribuição de significados específicos a tipos de pessoas em relação umas com as outras”.

A identidade do ser humano é o resultado de suas relações com sua família, amigos, sociedade e trabalho, assim, tem-se que a sua definição como ser autêntico se dá por reflexo daquilo que como se comporta e de como ele é

visto pelos demais. Nesse sentido Cuche (1996, p. 183) afirma que “não há identidade em si, nem mesmo unicamente para si. A identidade existe sempre em relação a outra.”.

Uma das composições da identidade, é a identidade profissional, entendida como papel desempenhado na sociedade, uma impressão, *status* ou referência pela qual alguém é lembrado ou reconhecido. Entre os bombeiros militares, essa realidade não é diferente, tem-se que, comumente, os vizinhos e amigos mais próximos os(as) reconhecem e o(a) referenciam como bombeiro(a).

O reconhecimento da identidade profissional de bombeiro militar também traz consigo uma predefinição de características esperadas pela sociedade em relação a esse militar, tais como: fardamento limpo e bem passado, apresentação pessoal bem feita, cordialidade e organização, hierarquia e disciplina. Se por um lado essas características são identificadas, tem-se uma validação social da identidade do militar. Por outro lado, se não forem identificados tais adjetivos, ainda que a pessoa ostente o militarismo como profissão, ela não terá um reconhecimento social validado dessa identidade.

Ao ser reconhecido como bombeiro militar, pela função que exerce, o militar experimenta o sentimento de pertencimento ou grupo de pertencimento. Segundo MARCONI (2014 *apud* CONAS/CONANDA 2009, p. 97), grupos de pertencimento são aqueles que “ao longa vida, uma pessoa participa (familiares, escolares, profissionais, de amizade), que são fundamentais para a construção da identidade individual e social.”.

2.5 Transtorno de adaptação

Segundo Lipp o transtorno de adaptação pode ser definido como:

(...) estado de desequilíbrio do funcionamento psíquico e orgânico que ocorre quando o organismo necessita utilizar seus recursos psicobiológicos para lidar com eventos que exijam uma ação defensiva. O transtorno de adaptação é desencadeado pela necessidade da pessoa de lidar com algo que ameaça sua homeostase ou equilíbrio interno. (LIPP, 2007, p. 14)

Durante cerca de trinta anos, o oficial bombeiro militar convive com responsabilidades e atribuições que moldaram sua forma de agir, horários a serem cumpridos, bem como as rotinas pré-estabelecidas do ofício. A jornada de trabalho do bombeiro militar é de dedicação exclusiva, desde o curso de formação até o desempenho na carreira do oficialato, seus dias são pautados por missões e atribuições atreladas aos interesses e defesas de direitos da Corporação.

O desempenho dessas atividades e o papel de representatividade da Corporação fazem com que a relação entre a vida pessoal e profissional do bombeiro militar seja praticamente uma. Tendo em vista, as horas limitadas de um dia, o oficial da ativa despenderá boa parte desse tempo em exercício da atividade bombeiro militar em detrimento do convívio com sua família e amigos.

Ao passar para a reserva remunerada, o oficial tem sua rotina diária modificada, uns mais outros menos, mas sem dúvida, alterada. Alguns desses militares, ao longo da carreira se prepararam para exercer outras atividades, enquanto outros não. Esse momento de transição na vida do militar pode trazer dificuldades na adaptação da nova rotina, uma vez que o trabalho, usualmente, é visto como principal ferramenta de identificação e referência o oficial possui em seus ciclos sociais.

Nesse interim, SILVA afirma que:

(...) ao considerar o trabalho como estruturante da subjetividade, pode-se justificar as dificuldades psicológicas das pessoas em lidar com essa ruptura, gerando consequências muito além de um simples término de carreira ou do afastamento do emprego. (SILVA, 2019, p. 146-147)

Assim, ao ver cessada sua carreira como bombeiro militar, o oficial que antes exercia cargos de responsabilidade e reconhecimento, retorna ao lar em tempo integral, voltando a conviver com a esposa ou marido e os prováveis filhos já crescidos. A esse tempo, a família do militar já está acostumada com seu período de trabalho, e adaptou-se a isso, agora o militar volta ao convívio e passa a sofrer diversos tipos de estresses a que não era submetido, tais como: rotina durante o horário do seu expediente, a divisão de responsabilidade e decisões na casa, entre outros.

Conforme Lipp (2007, p. 73) o “ser humano estressado mostra irritação, impaciência, dificuldade de concentrar-se e de pensar de modo racional e lógico.”. O estresse provocado pela nova situação, é capaz de fazer com o que o militar da reserva remunerada entre em conflito com outras pessoas.

Diante disso, e da mudança expressiva que a aposentadoria pode trazer a vida do trabalhador, neste caso do bombeiro militar, existe uma necessidade de preparo desses bombeiros para a situação de inatividade, compreendendo mais que a mera ideia de parar de trabalhar. Temos que:

Para que a transição do trabalho seja efetivada de maneira mais tranquila, é fundamental que sejam propostos programas de preparações para aposentadoria nas organizações, enquanto planejamento para o futuro. (FRANÇA, 2002)

Nessa perspectiva, preocupados com os efeitos diversos que a aposentadoria pode repercutir na vida de quem trabalhou e se dedicou anos a fio, muitas empresas e o CBMDF tem adotado o modelo de PPA, a fim de preparar seus funcionários para a situação de aposentadoria, dando os suporte e capacitação para a nova etapa de suas vidas.

2.6 Estresse

Segundo Balone (2015), “o estresse surge como consequência direta dos esforços adaptativos da pessoa à sua situação existencial.”.

Filgueiras e Hippert (1999 *apud* Rodrigues 1997 p. 42) define estresse como “relação particular entre uma pessoa, seu ambiente e as circunstâncias às quais está submetida, que é avaliada pela pessoa como uma ameaça ou algo que exige dela mais que suas habilidades ou recursos e que põe em perigo seu bem-estar.”

Filgueiras e Hippert (1999 *apud* Simonton e colaboradores 1987 p. 43) diz que o estresse está relacionado a “estados emocionais provenientes da reação pessoal dos indivíduos frente a mudanças significativas em suas vidas.

Durante a carreira, o bombeiro militar é exposto a diversas situações de estresse promovidas por mudanças, sejam na responsabilidade ou atribuições a

que ficam sujeitos. À medida que a carreira evolui com a evolução dos postos, o oficial bombeiro militar tem de se adaptar com a cobrança e exposição maior a que ficará sujeito.

Ao passar para a reserva remunerada, o militar é inserido ou reinserido no ambiente familiar, em que lhe serão apresentadas realidades que a jornada de trabalho, por vezes não permitia que ele tomasse conhecimento. Se de um lado, o militar pode retornar ao ambiente familiar, de outro ele pode ser retirado de maneira abrupta do ambiente de trabalho, do convívio com os amigos de trabalho, informações e assuntos da Corporação.

Nessa perspectiva, Zanelli afirma que:

A aposentadoria, quando vivenciada como mudanças que são impostas ao mundo social e pessoal, pode acarretar isolamento social, desajustes familiares e conjugais, enfermidades e até mesmo mortes inesperadas em períodos imediatamente posteriores ao desligamento do trabalho. (2012 apud Fraiman 1990; Salgado, 1980, p. 331)

Além disso, com a aposentadoria, o padrão financeiro do bombeiro militar diminui, gerando uma nova situação estressora baseada na necessidade de adaptação dos gastos ou até mesmo o surgimento da necessidade de continuar trabalhando para pagar as contas.

2.7 Ansiedade

Segundo Ballone (2015) a ansiedade pode ser definida como um “sentimento de apreensão, uma sensação de algo está para acontecer, ela representa um contínuo estado de alerta e uma constante pressa em terminar as coisas que ainda nem começamos”.

Em níveis razoáveis, a ansiedade é um fator de alarme que prova no ser humano a necessidade de adaptação, antecipar-se a uma situação desfavorável, ou seja, a ansiedade pode ser usada como mecanismo de desenvolvimento do ser humano.

Ballone (2015) afirma ainda que:

Embora a ansiedade favoreça o desempenho e a adaptação, ela o faz somente até certo ponto, até que nosso organismo atinja um máximo de eficiência. A partir de um ponto excedente a Ansiedade, ao invés de contribuir para a adaptação, concorrerá exatamente para o contrário, ou seja, para a falência da capacidade adaptativa. (Ballone, 2015)

Nessa vertente, a ansiedade um fator de cooperação e concorrência a adaptação. Como fator de cooperação, a ansiedade a níveis comuns promove no ser humano a necessidade de antecipar e adaptar-se a diferentes situações que ainda irão ocorrer. Já como fator de concorrência, atingido níveis altos de ansiedade, a pessoa afetada por ela apresentará maiores dificuldades de adaptação.

2.8 Depressão

A OPAS/OMS (2016-2017) define a depressão como sendo um “transtorno mental caracterizado por tristeza persistente e pela perda de interesse em atividades que normalmente são prazerosas, acompanhadas da incapacidade de realizar atividades diárias, durante pelo menos duas semanas”.

Conforme DICIO (2018) a depressão é uma “doença que causa alterações de humor, definida por uma tristeza intensa e permanente, agregada à dor, à desesperança, à culpa etc., com ou sem razão aparente.”

A OPAS/OMS (2021) diz ainda que a depressão “é a principal causa de incapacidade em todo o mundo e contribui de forma importante para a carga global de doenças.”

De acordo com Miranda (2008 apud Guariente, p. 31) a depressão pode ser definida como “um distúrbio mental decorrente de um conflito interno mental e de uma alteração bioquímica.”

O conflito interno referenciado pela autora pode ter três diferentes tipos de sintomas: psíquicos, fisiológicos e evidências comportamentais. São características desses três tipos de efeitos (Del Porto, 1999):

- Sintomas psíquicos
 - Humor depressivo;

- Redução da capacidade de experimentar prazer a maior parte das atividades, antes consideradas como agradáveis;
- Fadiga ou sensação de perda de energia; e
- Diminuição da capacidade de pensar, de se concentrar ou de tomar decisões.
- Sintomas Fisiológicos
 - Alterações de sono;
 - Alterações do apetite; e
 - Redução do interesse sexual.
- Evidências comportamentais
 - Retraimento social;
 - Crises de choro;
 - Comportamentos suicidas; e
 - Retardo psicomotor e lentificação generalizada, ou agitação psicomotora.

2.9 Endividamento

Segundo Fernandes (2015, p. 48) o endividamento pode ser definido como “descumprimento do compromisso assumido com outrem, surgindo assim a inadimplência, ou seja, o não pagamento pontual dos compromissos financeiros por parte do devedor.”

Para Parise (2017 *apud* Marques, *et al*, 2002, p. 29) o endividamento é o “saldo devedor de um agregado familiar. Pode resultar de apenas dívida ou mais de uma simultaneamente. Normalmente considera-se que há endividamento ao fim de três prestações em atraso.”

Conforme Guimarães (2017, p. 62) o endividamento “ocorre quando você, para consumir um bem imediatamente, ultrapassa a sua capacidade de pagar à vista.”

De acordo com Lopes (2019 *apud* Marques e Frade 2002, p. 20), endividamento é “o saldo devedor de um agregado, ou seja, a utilização de recursos de terceiros para fins de consumo.”

Entre as consequências da aposentadoria está a redução do poder econômico, o que pode levar o aposentado, acostumado a um padrão financeiro de vida e sem a devida preparação, a entrar em um endividamento. Isso pode ocorrer pela facilidade de crédito oferecida pelo mercado, cultura social de estilo de vida ou consumismo entre outras.

Nesse sentido, “o argumento sócio-econômico se apoia no fato de que o benefício da aposentadoria não seria satisfatório ou suficiente para atender as necessidades de sobrevivência do aposentado e sua família” (Khoury *et al*, 2010, p. 149).

2.10 Prestação de Tarefa por Tempo Certo (PTTC)

Segundo o que determina o Decreto Distrital 31.856/2010, a Prestação de Tarefa por Tempo Certo (PTTC) é definida como:

[...] a execução de encargo, incumbência, tarefa ou missão de caráter voluntário e temporário, em organizações do Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal, pelo bombeiro militar da inatividade que se encontre na reserva remunerada e, em caráter excepcional, reformado, conforme as regras estabelecidas no presente Decreto. (DISTRITO FEDERAL, 2010).

Os militares selecionados para o PTTC poderão, desde que inexista ou que seja insuficiente no serviço ativo pessoal habilitado, exercer funções como:

- Professores, instrutores e monitores em estabelecimento de ensino da Corporação;
- Administração, de saúde, de finanças, de informática e de ciência e tecnologia;
- Apoio e em complemento a atividade operacional;
- Realização de serviços ou atividades de natureza emergencial ou urgente, a critério do Comandante-Geral.

O processo seletivo para a escolha dos militares é realizado pela Diretoria de Inativos e Pensionistas (DINAP), por meio de um “Banco de Talentos” mantido pela Diretoria. A nomeação se dará por ato do Comandante Geral, sendo os oficiais nomeados para exercer a função de Assessor.

As funções exercidas pelo oficial do PTTC têm como contrapartida alguns benefícios conforme dispõe a legislação:

Art. 11. O militar da reserva remunerada e, excepcionalmente, o reformado, que tenha modificada sua situação na inatividade para a prestação de tarefa por tempo certo faz jus a adicional mensal igual a 0,3 (três décimos), isto é, 30% dos proventos que estiver percebendo.

§ 1º O militar inativo nomeado fará jus, ainda, enquanto permanecer nessa situação, aos seguintes benefícios:

I – adicional de férias anual, correspondente a 1/3 do adicional a que se refere o caput do presente artigo, proporcional ao período de nomeação;

II – décimo terceiro salário anual, proporcional ao período de nomeação;

III – auxílio-alimentação mensal, previsto no art. 2º, alínea “e”, da Lei 10.486, de 4 jul. 2002, que dispõe sobre a remuneração dos militares do Distrito Federal.

§ 2º O adicional e os benefícios referidos no presente artigo não se incorporam aos proventos da inatividade.

§ 3º O militar inativo nomeado fará jus às férias remuneradas de 30 (trinta) dias, concedidas após os 12 (doze) meses iniciais de atividade, devendo a marcação das demais férias respeitar os respectivos períodos aquisitivos, observadas as seguintes prescrições:

I – as férias de que trata o § 3º deste artigo serão concedidas entre o primeiro e o décimo primeiro mês, mediante requerimento à autoridade concedente, conforme o Regulamento de Afastamentos da Corporação, com antecedência de 90 (noventa) dias ao mês de gozo;

II – os quantitativos de militares que usufruirão as férias, em cada mês, deverão atender à conveniência do serviço e o planejamento a ser elaborado pelos titulares dos Órgãos onde os militares inativos se acharem nomeados, de forma a se evitar a solução de continuidade das tarefas em andamento.

§ 4º É vedado o acúmulo de férias regulamentares (CBMDF, 2010)

Assim, além do retorno ao trabalho, convívio profissional, o militar do PTTC também perceberá vantagens econômicas.

2.11 Oficiais veteranos aptos ao PTTC

Ao passar para a reserva remunerada, todos os oficiais dos diferentes quadros do CBMDF passam a receber a mesma denominação RRm. Durante o período de serviço ativo, os oficiais podem ser de diferentes quadros, são eles:

“Art. 30.

- I - pessoal da ativa, constituído dos seguintes Quadros:
- a) Quadro de Oficiais BM Combatentes - QOBM/Comb; e
 - b) Quadro de Oficiais BM de Saúde - QOBM/S, que se divide em:
 1. Quadro de Oficiais BM Médicos - QOBM/Méd; e
 2. Quadro de Oficiais BM Cirurgiões Dentistas - QOBM/CDent;
 - c) Quadro de Oficiais BM Complementar - QOBM/Compl;
 - d) Quadro de Oficiais BM de Administração - QOBM/Adm, que se divide em:
 1. Quadro de Oficiais BM Intendentes - QOBM/Intd; e
 2. Quadro de Oficiais BM Condutores e Operadores de Viaturas - QOBM/Cond;
 - e) Quadro de Oficiais BM Especialistas - QOBM/Esp, que se divide em:
 1. Quadro de Oficiais BM Músicos - QOBM/Mús; e
 2. Quadro de Oficiais BM de Manutenção - QOBM/Mnt;
 - f) Quadro de Oficiais BM Capelães - QOBM/Cpl; (BRASIL, 2009)

Os militares da reserva remunerada que tem interesse nas vagas para PTTC, devem fazer um cadastro no banco de informações mantido pela Diretoria de Inativos e Pensionistas, denominada “Banco de Talentos”.

Após as etapas do processo seletivo, a DINAP apresentará uma proposta de nomeação por intermédio do Chefe de Departamento de Recursos Humanos (DERHU), devendo a mesma ser encaminhada ao Comandante Geral para ato de nomeação.

2.12 “PREPARAR”

O Programa PREPARAR restruturado pela Portaria nº 29, de 28 de agosto de 2017 é definido em seu art. 1º como:

(...) conjunto de ações que incluem intervenções de caráter multidisciplinar, bem como **ações contínuas específicas das áreas envolvidas, a depender das necessidades de cada participante** do Programa, incluindo desde intervenções educativas que favoreçam o **planejamento e qualidade de vida** ao longo de toda a carreira, até **ações específicas de preparação para a reserva e acompanhamento na pós-carreira.** (CBMDF, 2017) (grifo nosso)

Nesse sentido, esse programa criado e desenvolvido no próprio CBMDF, tem como suas finalidades exercer uma função social, atuar de modo preventivo a desaptações da rotina laboral e possíveis adoecimentos decorrentes dessa ruptura, bem como um cunho preparatório e que estimule novos projetos de vida no pós carreira.

No que tange a função social do “PREPARAR”, a portaria prevê que o programa busca preparar os militares “no processo de transição para a

inatividade tendo em razão da nova realidade econômica e social mundial decorrente do aumento da expectativa” (CBMDF, 2017). Dessa forma o CBMDF passa a atender aos preceitos e determinações do Estatuto do Idoso, sendo uma de suas competências preparar o trabalhador para a aposentadoria com pelo menos um ano de antecedência.

A participação dos militares é facultativa, no entanto, para se inscreverem devem fazer um requerimento com o objetivo de aderir ao programa. Além disso, o militar deverá estar para completar em até 1 (um) ano, os requisitos para a transferência para a reserva remunerada.

Entre os órgãos da Corporação, a Diretoria de Saúde (DISAU), a Diretoria de Gestão de Pessoal (DIGEP), a Diretoria de Inativos e Pensionistas – DINAP e o Centro de Comunicação Social (CECOM) têm competências de assistência em algumas áreas temáticas do “PREPARAR”. À DISAU compete as áreas de Atenção Psicossocial, Atenção Médica, Atenção Odontológica e Atividade Física. No que tange a DIGEP, compete as áreas de processos administrativos para a reserva remunerada e apoio Administrativo. À DINAP compete a orientação ao Bombeiro Inativo e Educação Financeira. Por fim, compete a CECOM lidar com a relações públicas e divulgação.

Seguindo um projeto inicial, adaptado, o Centro de Assistência Bombeiro militar (CEABM) realizou três ciclos do programa no ano de 2019, e em 2020, iniciou a quarta edição, suspensa em razão dos efeitos da pandemia do COVID-19. As edições realizadas até o momento, foram sediadas em um auditório do CEABM, tendo em vista que a o programa não conta com uma estrutura física própria.

3. METODOLOGIA

Como bem nos assegura Gil (2002), pode-se dizer que a pesquisa é um processo lógico e concatenado que tem a finalidade de obter respostas a partir de problemas surgidos. Neste contexto, fica claro que torna possível encontrar respostas a problemas apresentados. O mais preocupante, contudo, é constatar que esse processo exige o correto emprego das técnicas e métodos afim de garantir uma resposta adequada.

Para Prodanov e Freitas (2013, p. 51) a pesquisa aplicada "objetiva gerar conhecimentos para aplicação prática dirigidos à solução de problemas específicos. Envolve verdades e interesses locais." Tendo em vista que o objetivo do presente projeto é apresentar um produto, essa pesquisa se enquadra na natureza de pesquisa aplicada.

A presente pesquisa é classificada como descritiva, uma vez que seu objetivo é registrar e observar o estado de saúde mental dos militares veteranos do PTTC. A base do estudo será a coleta de informações por meio de questionários aplicados ao público pesquisado.

Conforme verificado por Prodanov e Freitas (2013), a pesquisa qualitativa tem seu método fundamentada na interpretação dos fenômenos e atribuição de valores. Trata-se inegavelmente de uma observação e valoração por parte do pesquisador, seria um erro, porém, atribuir todo mérito a esse método. Assim, reveste-se de particular importância a pesquisa quantitativa, uma vez que esta, por meio do uso de técnicas de estatística, traduz em valores informações e dados a serem analisados.

Conforme citado acima, esta pesquisa tem abordagem qualitativa, uma vez que busca interpretar os questionários aplicados. O método de análise escolhido é o indutivo, visto que se pretende determinar sintomas gerais a partir de um grupo específico.

Como bem nos assegura Prodanov e Freitas (2013), pode-se dizer que o questionário é uma sequência pré-estabelecida de perguntas confeccionadas pelo pesquisador para serem respondidas pelo questionado. Neste contexto, fica

claro que o questionário é uma ferramenta para obtenção de dados. O mais preocupante, contudo, é constatar que a linguagem de um questionário deve ser de fácil compreensão a fim de facilitar as respostas e garantir fidedignidade dos resultados.

A presente pesquisa foi realizada por meio da aplicação de questionário com vistas a coletar dados e informações. Assim, o trabalho usará questionário a fim de coletar e evidenciar dados para a pesquisa.

Como forma de coleta de dados foi utilizado um instrumento, a aplicação do questionário com o intuito de obter uma melhor análise das informações para a pesquisa. Os dados foram obtidos por meio de um questionário padronizado com a finalidade de tabulação dos mesmos.

De acordo com Marconi e Lakatos:

Os principais tipos de documentos são:
a) Fontes Primárias - dados históricos, bibliográficos e estatísticos; informações, pesquisas e material cartográfico; arquivos oficiais e particulares; registros em geral; documentação pessoal (diários, memórias, autobiografias); correspondência pública ou privada etc.
b) Fontes Secundárias - imprensa em geral e obras literárias. (2003, p. 159)

Para confecção desta pesquisa foram obtidos, por meio de questionários, dados nunca anteriormente estudados. Por essa razão, o presente estudo tem como fontes primárias seu alicerce de pesquisa.

A pesquisa teve como base a aplicação de um questionário composto por 26 perguntas a 126 oficiais do PTTC. A forma de abordagem do público alvo foi feita por meio de um formulário produzido no Google Formulários e enviado a cada um dos oficiais do PTTC por Whatsapp.

No primeiro dia, cerca de 44 militares responderam ao questionário, no segundo mais 32, e no terceiro dia, após um novo contato, foram respondidos outros 12, totalizando 88 respostas.

Para a conclusão deste trabalho, as informações foram colhidas por meio de um questionário de 26 perguntas, aplicadas aos oficiais bombeiros militares

que retornaram ao serviço pela modalidade de PTTC. A pesquisa foi realizada entre os dias 22/03/2021 e 29/03/2021, período esse que compôs a quantidade absoluta de respostas obtidas. O cálculo amostral foi obtido por meio da ferramenta automatizada de cálculo *Survey Monkey*. Para um valor de tolerância em relação aos resultados da pesquisa, assume-se um erro amostral de 5% e grau de confiança de 90%, tem-se que em um universo de 126 seriam necessárias 87 respostas, de modo que a pesquisa apresentou uma amostra com 88 respostas.

Por conseguinte, foi elaborado um questionário por meio de um formulário do *Google Forms* que continha no total 26 (vinte e seis) perguntas e essas foram organizadas visando alcançar o objetivo da pesquisa, cuidando dos aspectos de clareza e correção gramatical tendo em vista o absoluto entendimento das questões. De forma geral, o objetivo das perguntas era observar e analisar de que forma a aposentadoria afetou os oficiais bombeiros militares, bem como as motivações que os levaram a retornar ao CBMDF por meio do PTTC.

3.1. Apresentação

Tendo em vista que a pesquisa foi realizada com o objetivo de analisar os efeitos na saúde mental dos oficiais bombeiros militares que se aposentaram e decidiram por retornar ao CBMDF, tem-se que se faria necessário questionar e analisar os militares diretamente envolvidos. Assim, buscou-se entender e inferir as consequências, no que tange a saúde mental, da aposentadoria, bem como as motivações de retorno ao trabalho.

3.2. Universo

O presente estudo tem como foco o universo dos militares da reserva remunerada e reformados que retornaram ao trabalho por meio da Prestação de Tarefa por Tempo Certo, bem como pelas motivações sociais e pessoais que os levaram, mesmo terem conseguido a aposentadoria. Hoje no CBMDF, existem cerca de 126 oficiais militares integrantes do PTTC.

3.3. Amostra

O questionário confeccionado por meio do Google Formulários foi disponibilizado para os bombeiros militares entre os dias 22/03/2021 e 29/03/2021, período esse que compôs a quantidade de respostas obtidas até o presente momento.

O cálculo amostral Survey Monkey foi utilizado para encontrar o valor ideal da amostra necessário a 90% de grau de confiabilidade com 5% de margem de erro para mais ou para menos. Nesse sentido, são necessárias 87 respostas ao questionário a fim de adquirir os resultados do cálculo amostral.

Foram obtidas 88 respostas para o presente questionário, sendo possível garantir o grau de confiabilidade almejado para a presente pesquisa.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa foi realizada utilizando-se de um questionário virtual, disponibilizado em um link do Google Formulários, aplicativo do Google. O questionário foi enviado aos oficiais veteranos do PTTC, e respondido entre os dias 22 e 29 de março de 2021. Tendo o universo da pesquisa 126 militares, foi obtida uma amostra com 88 respostas, assim, o questionário aplicado foi a ferramenta que embasou esta pesquisa no que tange a metodologia aplicada, de modo que a sua confecção objetivou a análise da qualidade da saúde mental dos oficiais veteranos do PTTC, bem como a suas motivações para retorno ao trabalho no CBMDF.

Para coleta de dados, foram utilizadas questões fechadas e abertas, com o intuito de obter informações mais detalhadas acerca do conteúdo da pesquisa.

Inicialmente para identificar o perfil dos respondentes foram feitas 11 questões, para resposta sobre: estado civil, filhos, idade atual, idade que se aposentou, modalidade de aposentadoria, QBMG de origem, quanto tempo depois retornou ao trabalho. Em nenhum momento do questionário era necessário que o militar fornecesse nome ou outros dados privados.

Posteriormente, para se extrair um parecer sobre o objetivo do presente estudo foram apresentadas outras 15 questões a fim de obter mais informações.

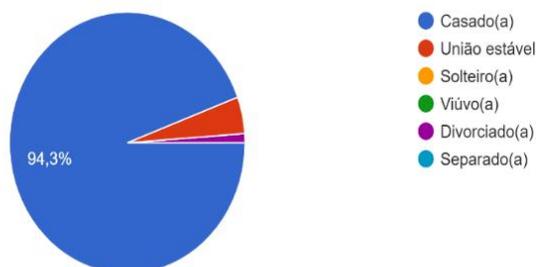
4.1. Resultados

4.1.1. Perfil do respondente

As primeiras 11 (onze) questões do questionário aplicado tem a intenção de traçar o perfil dos oficiais veteranos respondentes, no que tange a: estado civil, se possuem filhos, com quem moram, idade atual, idade que foram para a reserva/reforma, se foi a pedido ou ex officio, quadro de origem, modalidade de aposentadoria, há quanto tempo permanece nela e quanto tempo depois de aposentados retornaram ao PTTC.

1 - Gráfico do perfil do respondente

Qual seu estado civil?
88 respostas

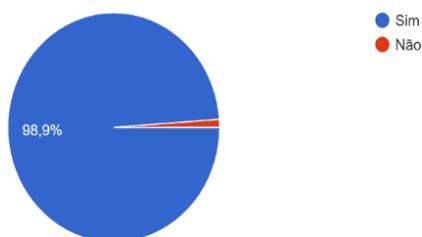


Fonte: O autor (2021).

De acordo com o gráfico 1, 94,3% dos respondentes são casados, 4,5% possuem união estável e 1% é divorciado. Ante o exposto, pode-se afirmar que a maioria dos oficiais veteranos do PTTC mantém um relacionamento, seja um casamento ou união estável.

2 – Gráfico do perfil do respondente

Tem filhos?
88 respostas

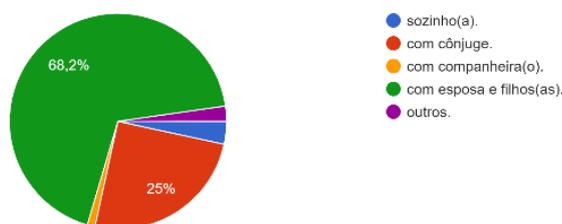


Fonte: O autor (2021).

O gráfico 2 aponta que 98,9% dos respondentes possuem filhos e 1,1% não possui. De acordo com os dados pode-se concluir que a maioria dos oficiais veteranos do PTTC possuem filhos.

3 - Gráfico do perfil do respondente

Atualmente mora...
88 respostas

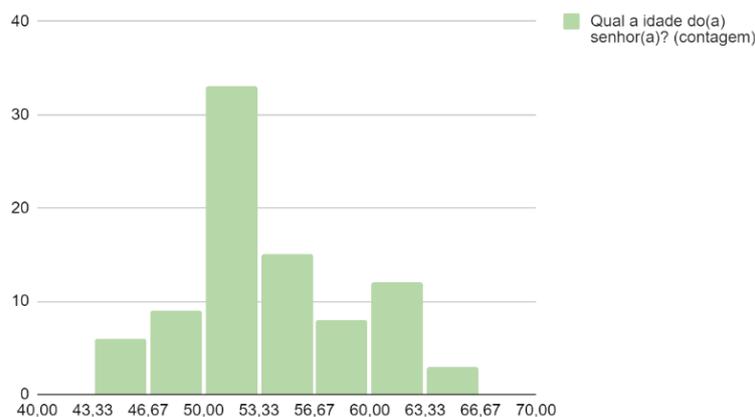


Fonte: O autor (2021).

O gráfico 3 indica que 68,2% dos respondentes do questionário vivem com cônjuge e filhos, 25% vivem com seus cônjuges, 3,4% afirmam viverem sozinhos, 2% afirmam viver com outras companhias e 1,1% vivem com companheiros. Assim, tem-se que a maioria dos militares da pesquisa vivem acompanhados por suas famílias.

4 - Gráfico do perfil do respondente

Qual a idade do(a) senhor(a)?

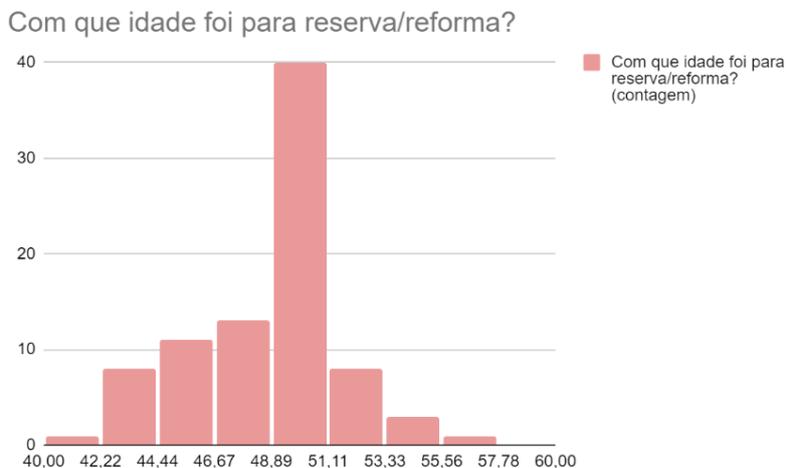


Fonte: O autor (2021).

De acordo com o gráfico 4, 33 (37,5%) respondentes estão tem entre 50 e 53 anos, 15 (17,04%) estão entre 53 e 56 anos, 12 (13,63%) entre 60 e 63 anos, 9 (10,22%) entre 46 e 50 anos, 8 (9,09%) entre 56 e 60 anos, 6 (6,81%) estão entre 43 e 46 anos e 3 (3,40%) entre 63 e 66 anos.

Dentre os oficiais veteranos do PTTC, um terço dele estão entre 50 e 53 anos.

5 - Gráfico do perfil do respondente



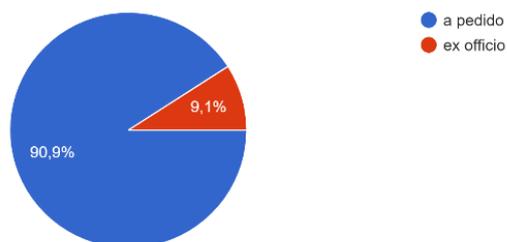
Fonte: O autor (2021).

O gráfico 5 aponta que 40 (45,45%) dos respondentes foram para a reserva/reforma entre 48 e 51 anos, 13 (14,77%) foram entre 46 e 48 anos, 11 (12,5%) entre 44 e 46 anos, 8 (9,09%) entre 42 e 44 anos, 8 (9,09%) entre 51 e 53 anos, 3 (3,4%) entre 53 e 55, 1 (1,13%) entre 40 e 42 anos e 1 (1,13%) entre 55 e 57 anos.

Diante do exposto, pode-se afirmar que quase metade dos respondentes foram para a reserva/reformado com idade entre 48 e 51 anos.

6 - Gráfico do perfil do respondente

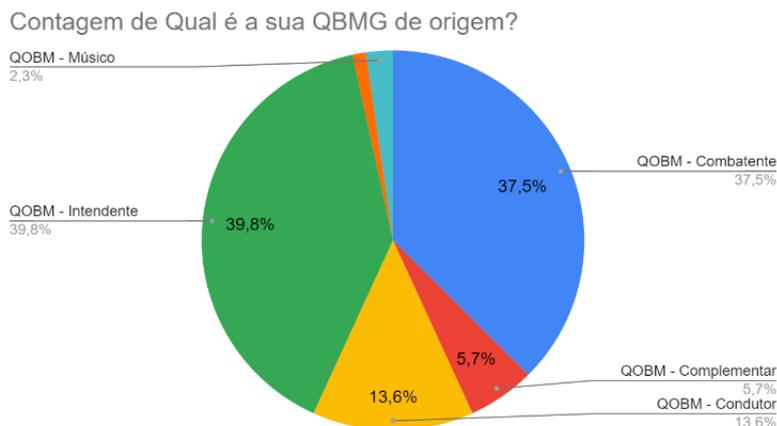
O(A) senhor(a) foi para a inatividade
88 respostas



Fonte: O autor (2021).

O gráfico 6 expõe que 90,9% dos respondentes foram para a reserva/reforma a pedido, enquanto 9,1% passou para a inatividade ex officio.

7 - Gráfico do perfil do respondente

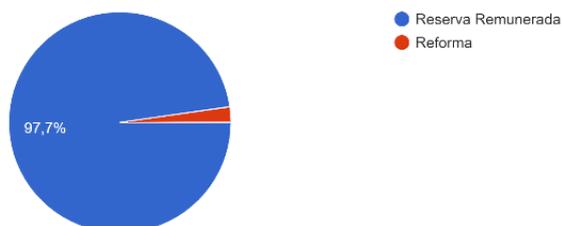


Fonte: O autor (2021).

No gráfico 7 estão expostos os quadros de origem dos oficiais veteranos do PTTC. Entre os respondentes 39,8% são provenientes do quadro de Intendentes, 37,5% do quadro de oficiais combatentes, 13,6% do quando de oficiais condutores, 5,7% do quadro de oficiais complementares, 2,3% do quadro de oficiais músicos e 1,1% do quadro de oficiais da saúde. Assim, aproximadamente 70% dos oficiais veteranos do PTTC são provenientes dos quadros de combatentes e intendentes.

8 - Gráfico do tipo de aposentadoria dos respondentes

Das opções de aposentadoria militar, o(a) senhor(a) está em qual?
88 respostas

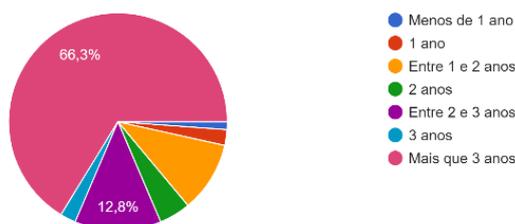


Fonte: O autor (2021).

No gráfico 8 é possível observar que 97,7% dos oficiais veteranos estão na reserva remunerada, enquanto 2,3% estão reformados.

9 - Gráfico do tempo de reserva remunerada dos respondentes

Se é da reserva remunerada, há quanto tempo está nessa situação? (responda apenas se for da Reserva remunerada)
86 respostas

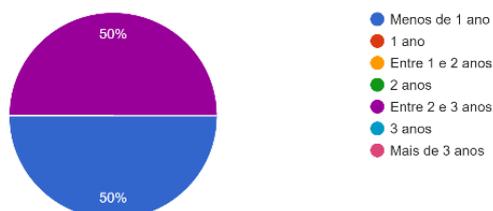


Fonte: O autor (2021).

O gráfico 9 demonstra que 66,3% dos respondentes estão há mais de 3 anos na reserva remunerada, 2,3% há 3 anos, 12,8% estão entre 2 e 3 anos, 4,7% há 2 anos, 10,5% estão entre 1 e 2 anos, 2,3% há 1 ano e 1,2% estão na reserva a menos de 1 ano. Conforme se pode observar, mais da metade dos respondentes está há mais de 3 anos na reserva remunerada.

10 - Gráfico do tempo de reforma dos respondentes.

Se já é um militar reformado (responda apenas se for militar reformado), há quanto tempo está nessa situação?
2 respostas

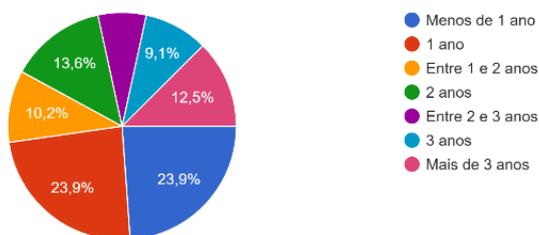


Fonte: O autor (2021).

O gráfico 10 expõe que dos dois militares que estão reformados, 1 está nessa situação entre 2 e 3 anos e o outro há 3 anos.

11 - Gráfico do tempo para retorno dos militares ao PTTC.

Desde que você foi para a reserva/reforma, quanto tempo depois você retornou pelo PTTC?
88 respostas



Fonte: O autor (2021).

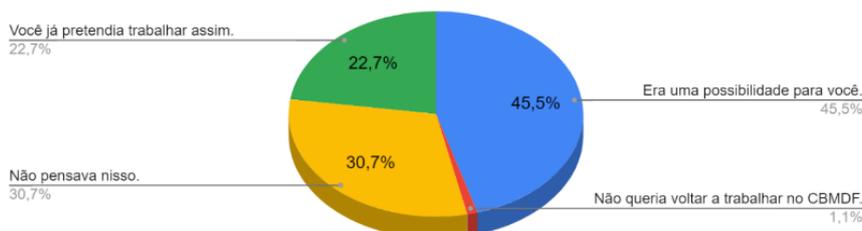
Já o gráfico 11 retorna a informação de que 23,9% dos respondentes retornaram ao serviço por meio do PTTC em menos de 1 ano, 23,9% retornou após 1 ano, 10,2% retornou entre 1 e 2 anos, 13,6% após 2 anos, 6,8% retornou entre 2 e 3 anos, 9,1% após 3 anos e 12,5% após mais de 3 anos. Pode-se inferir que quase metade (47,8%) dos oficiais do PTTC atualmente retornaram ao serviço entre 1 ano ou menos.

4.1.2. Planejamento e impressões dos oficiais veteranos

As questões 12 a 21 tinham o objetivo de identificar e analisar entre os militares respondentes dos questionários, o planejamento dos mesmos em relação a aposentadoria, impressões dos ciclos sociais e rotina.

12 - Gráfico da opinião dos respondentes em relação ao PTTC.

Ao ir para a reserva/reforma, em relação ao PTTC...



Fonte: O autor (2021).

No gráfico 12, tem-se que 45,5% dos respondentes tinha o PTTC como uma possibilidade de trabalho, 30,7% não pensavam nisso, 22,7% já pretendia trabalhar assim e 1,1% não queria voltar a trabalhar no CBMDF.

Entre os militares do PTTC, quase 70% deles já enxergavam como uma possibilidade ou já pretendia retornar ao trabalho no CBMDF por meio do PTTC.

13 - Intenções dos militares antes da aposentadoria.

Em relação ao período anterior a sua aposentadoria, o(a) senhor(a)...

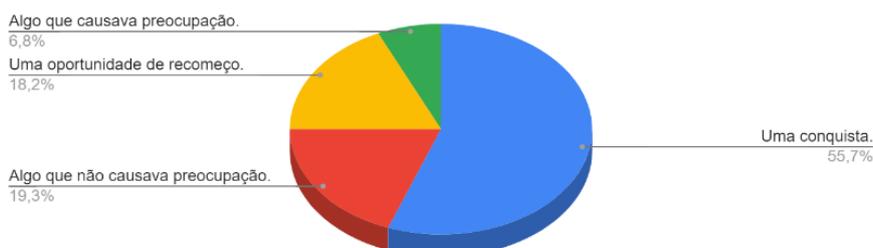


Fonte: O autor (2021).

O gráfico 13 apresenta os planos dos militares respondentes antes da aposentadoria, dos quais 46,6% tinham planos para depois da aposentadoria, 34,1% imaginavam ser possível fazer outras coisas, mas não tinham nada concreto em mente, 10,2% não se preocupavam com isso e 9,1% deles não tinham planos. Pode-se inferir, portanto, que cerca de 80% dos questionados já demonstravam em alguns planos para o momento após a sua aposentadoria.

14 - Interpretação da aposentadoria pelos respondentes

O(A) senhor(a) enxergou sua aposentadoria como...



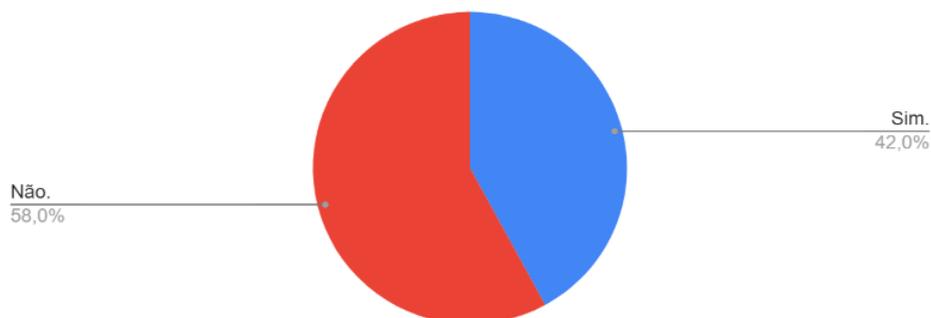
Fonte: O autor (2021).

No gráfico 14 é possível observar que 55,7% dos respondentes enxergam a sua aposentadoria como uma conquista, 19,3% a viam como algo que não causava preocupação, 18,2% pensava ser uma oportunidade de recomeço enquanto 6,8% deles a enxergam como uma preocupação.

Ante o exposto tem-se que mais da metade (55,7%) dos militares do PTTC enxergavam a aposentadoria como uma vitória, enquanto apenas 6,8% a viam como algo a se preocupar.

15 - Impressão dos respondentes sobre sua rotina diária e ciclo de amigos

O(A) senhor(a) acredita que sua rotina diária, ciclo de amigos eram baseados no seu trabalho como Bombeiro Militar?

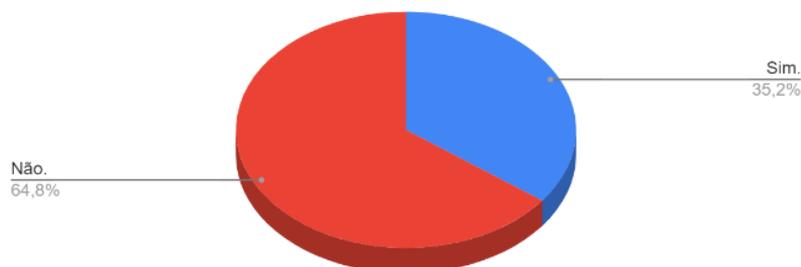


Fonte: O autor (2021).

O gráfico 15 expõe que 58% não acreditam que sua rotina diária e ciclo de amigos eram baseados no seu trabalho como bombeiro militar, enquanto 42% acreditam que isso influenciava.

16 - Impressão dos respondentes de uma possível perda do seu ciclo de amizades

Ao se aposentar, o(a) senhor(a) sentiu que perdeu parte do seu ciclo de amizades?

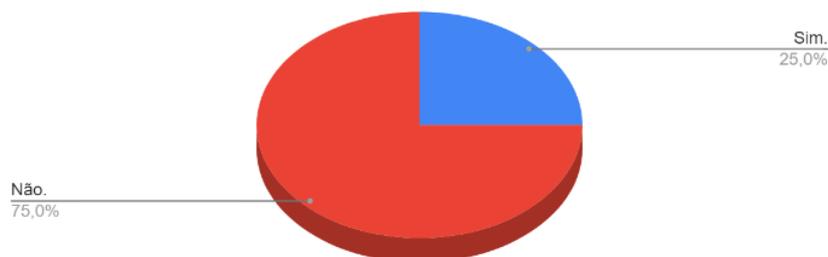


Fonte: O autor (2021).

Acerca do gráfico 16, 64,8% dos militares questionados não sentiram a perda de seu ciclo de amizades ao passar para a reserva/reforma, enquanto outros 35,2% entendem que sim, que perderam parte do seu ciclo de amizades.

17 - Impressão dos respondentes sobre seu reconhecimento social após a aposentadoria

Ao se aposentar, o(a) senhor(a) acha que perdeu reconhecimento social?

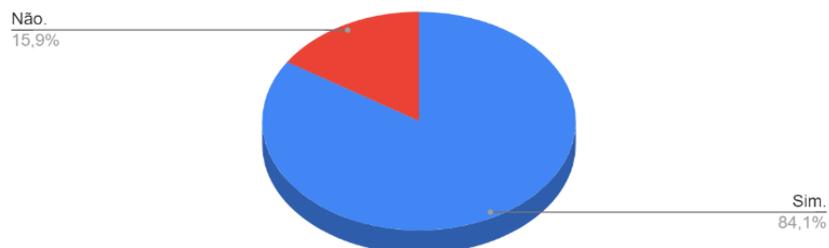


Fonte: O autor (2021).

No gráfico 17, é possível observar os resultados quanto ao questionamento aos militares se eles achavam que ao se aposentar, haviam perdido reconhecimento social. Entre os respondentes, 75% não acha que perdeu reconhecimento social, enquanto 25% acha que perdeu.

18 - Impressão dos respondentes se houve mudança na sua rotina diária após a aposentadoria

Ao se aposentar, o(a) senhor(a) acha que sua rotina diária mudou?

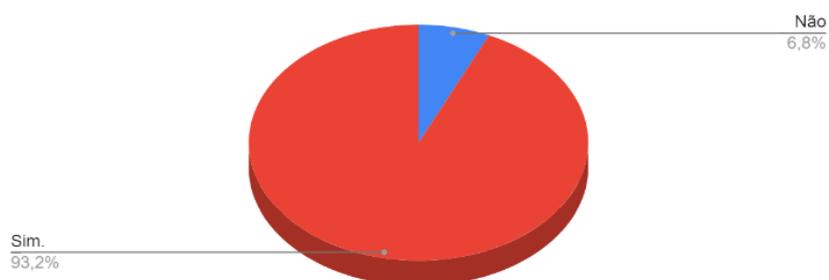


Fonte: O autor (2021).

No que tange ao gráfico 18, os questionados foram perguntados se achavam que suas rotinas diárias haviam mudado, 84,1% acha que sua rotina havia sido alterada, enquanto 15,9% acha que não.

19 - Impressão dos respondentes quanto a sua identidade profissional.

Ao se aposentar, o(a) senhor(a) ainda se identificava como bombeiro militar?

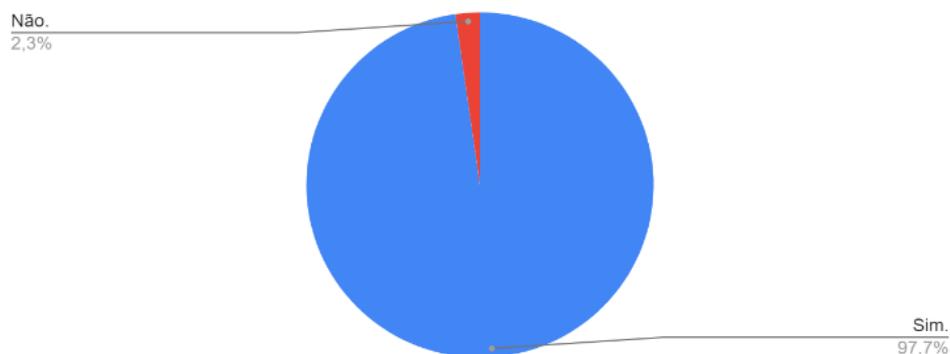


Fonte: O autor (2021).

Questionados se mesmo após aposentarem-se, os militares ainda se identificavam como bombeiros militares, o gráfico 19 expõe que 93,2% afirma que sim e 6,8% entendem que não se identificavam como bombeiros militares.

20 - Impressão dos respondentes quanto ao reconhecimento profissional de outras pessoas.

Outras pessoas (vizinhos, amigos e familiares) ainda o reconheciam como bombeiro militar?

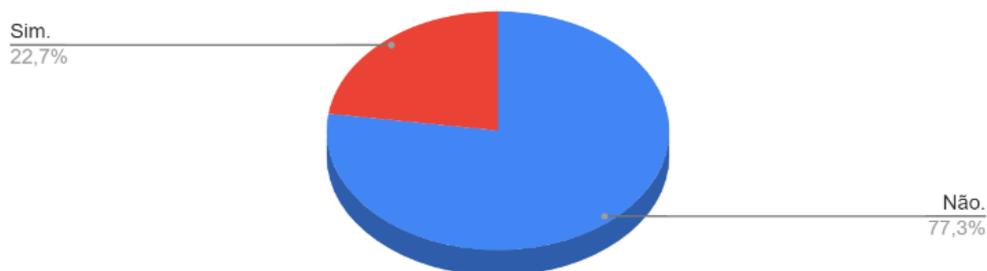


Fonte: O autor (2021).

O gráfico 20 demonstra que 97,7% dos respondentes afirmam que outras pessoas ainda o reconheciam como bombeiros militares, mesmo após aposentarem-se, enquanto 2,3% deles afirmavam que não tinham esse reconhecimento dos outros.

21 - Gráfico acerca da dificuldade de adaptação a nova rotina.

Ao se aposentar, o(a) senhor(a) teve dificuldade para se adaptar a sua nova rotina?



Fonte: O autor (2021).

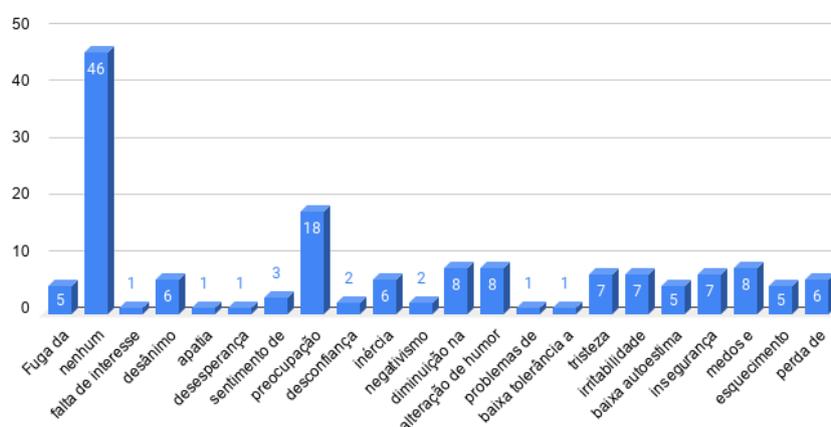
Ao serem questionados sobre a dificuldade de adaptação a nova rotina, 77,3% dos militares afirmaram que não tiveram dificuldades com a nova rotina. De outro lado, 22,7% deles afirmam que tiveram dificuldades com a mudança.

3.1.3. Reações físicas e emocionais experienciadas

A terceira parte do questionário, perguntas 22 a 26 tinham o objetivo de identificar e analisar sinais e sintomas prejudiciais a saúde mental nos militares da reserva/reforma antes de retornarem ao trabalho por meio do PTTC, bem como os possíveis efeitos do seu retorno ao trabalho.

22 - Gráfico com as reações emocionais experimentadas pelos respondentes após a aposentadoria.

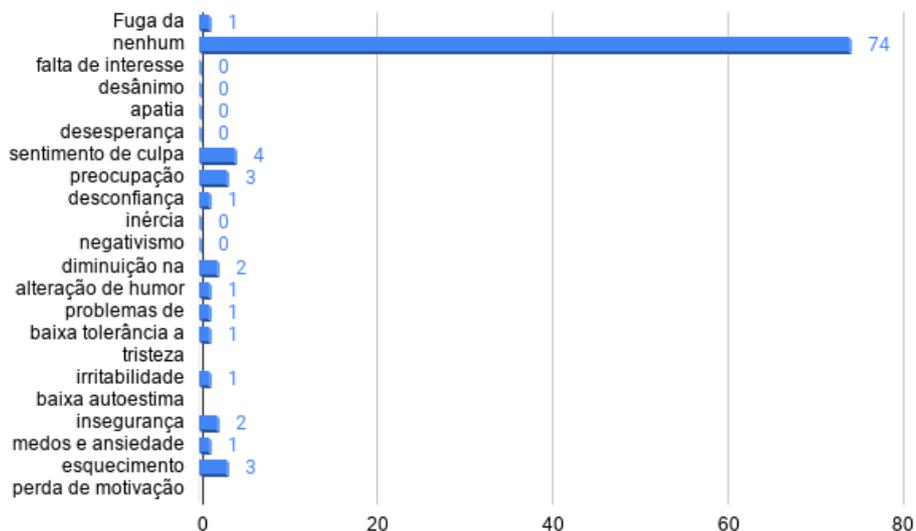
Diante deste contexto, e considerando seu período antes de retornar ao PTTC, quais das reações emocionais abaixo o(a) senhor(a) vivenciou



Fonte: O autor (2021).

A pergunta 22 teve a intenção de identificar reações emocionais dos militares antes de retornarem ao PTTC. Além disso, vale ressaltar que era facultado aos militares marcarem mais de uma opção. Diante disso, tem-se que 46 afirmaram não ter tido nenhuma reação emocional, 18 demonstraram preocupação, 8 afirmaram sentir medos e ansiedade, diminuição na concentração e alterações no humor, 7 afirmaram terem experimentado tristeza e irritabilidade, 6 deles afirmam terem experienciado inércia, perda de motivação, desânimo, 5 reportaram fuga da responsabilidade, baixa autoestima e esquecimento, 3 tiveram sentimento de culpa, 2 apresentaram sentimentos de desconfiança e 1 experienciou apatia, desesperança, problemas de atenção e baixa tolerância a frustrações. Diante do exposto, mais da metade dos respondentes afirmam não terem experienciado nenhum tipo de emoção descrita no questionário antes de retornarem no PTTC.

23 - Gráfico sobre a persistência ou não dos sintomas ao retornarem ao trabalho pelo PTTC.



Fonte: O autor (2021).

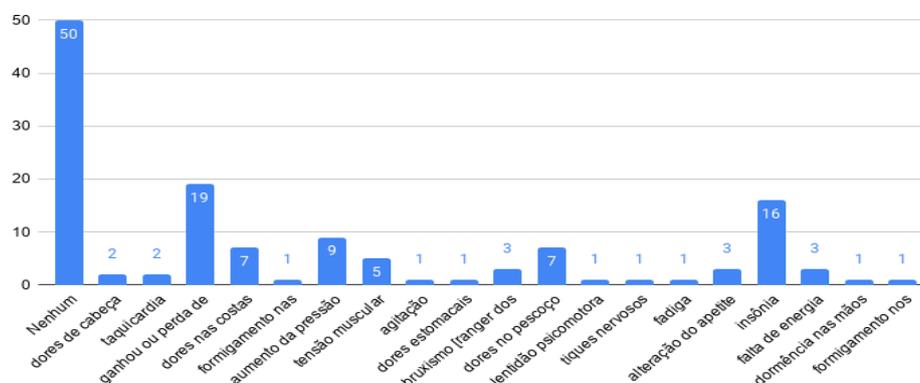
Na questão 23, os militares foram questionados sobre a persistência ou não dos sintomas após o retorno deles ao trabalho pelo PTTC. Conforme o gráfico 23, 74 deles afirmaram não sentir nenhum sintoma, 4 afirmaram ter sentido sentimento de culpa, 3 demonstraram preocupação, 2 experimentaram preocupação, esquecimento, diminuição na concentração, insegurança e 1 demonstrou irritabilidade, baixa tolerância a frustração, medos e ansiedade, problemas de concentração, desconfiança e fuga da responsabilidade.

Assim como na questão 22, era facultado aos respondentes a escolha de mais de uma opção.

Conforme observado no gráfico 23, a quantidade de veteranos que não sentiu nenhum efeito emocional após o retorno ao PTTC aumentou de 46 para 74.

24 - Gráfico sobre possíveis reações físicas experimentadas pelos respondentes ao passarem a reserva/reforma.

Considerando seu período antes de retornar ao PTTC, quais das reações físicas abaixo o(a) senhor(a) percebeu após sua transferência para a

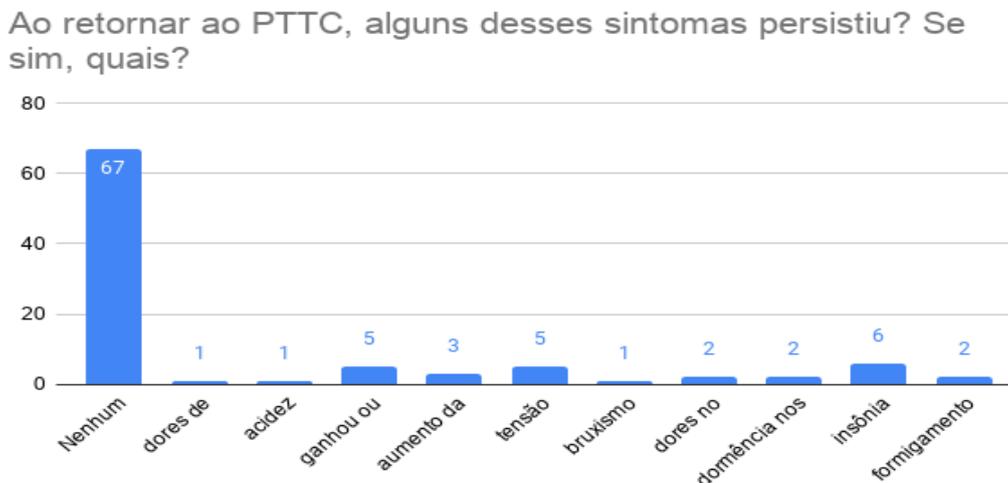


Fonte: O autor (2021).

A 24ª pergunta do questionário tinha a intenção de identificar e observar reações físicas nos militares após sua passagem para inatividade e antes do seu retorno no PTTC. Das respostas obtidas, o gráfico 24 mostra que 50 deles afirmaram não ter reações físicas, 19 relataram ganho ou perda de peso, 16 relataram insônia, 9 relataram aumento de pressão arterial, 7 reclamaram dor nas costas, dores no pescoço, 5 deles sentiram tensão muscular, 3 deles relataram falta de energia, alteração do apetite, bruxismo, 2 sentiram dores de cabeça, taquicardia e 1 afirmou sentir formigamento nas mãos, agitação, dores estomacais, lentidão psicomotora, tiques nervoso, fadiga, dormência nas mãos e formigamentos nos pés.

Convém mencionar que foi facultado aos respondentes marcarem mais de uma resposta.

25 - Gráfico sobre a persistência ou não dos sintomas físicos após o retorno dos respondentes ao trabalho por meio do PTTC.



Fonte: O autor (2021).

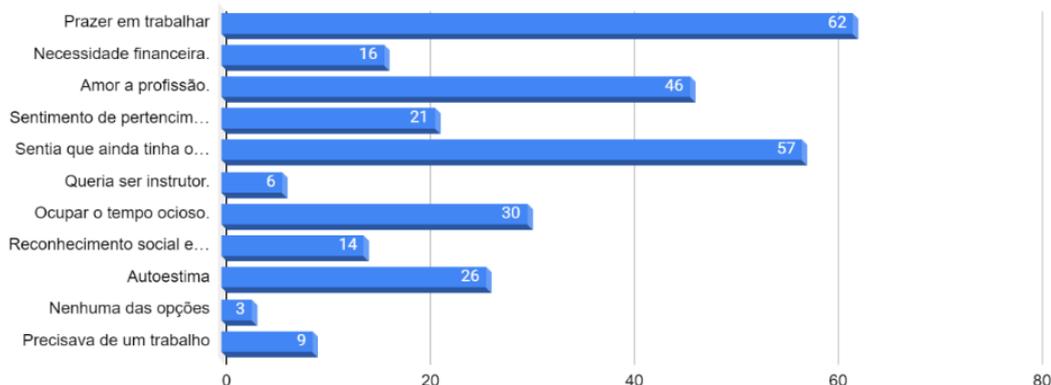
O gráfico 25 representa as respostas dos militares quanto os sintomas físicos experimentados por eles, após o retorno pelo PTTC. Do gráfico, temos que 67 deles afirmaram não ter qualquer sintoma, 6 afirmaram insônia, 5 afirmaram ganhou ou perda de peso, tensão muscular, 3 afirmaram aumento da pressão arterial, 2 dores no pescoço, dormência nos pés e formigamento nos pés e 1 alegou dor de cabeça, acidez estomacal e bruxismo.

Conforme se pode comparar entre os gráficos 24 e 25, houve um aumento na quantidade de militares que afirmam não ter qualquer sintoma físico após retornarem ao serviço.

Assim como na questão 25, nesta também foi facultado aos militares questionados, a marcação de mais de uma resposta.

26 - Gráfico com a motivação de retorno dos respondentes ao trabalho.

Nessa perspectiva, dentre as razões abaixo, quais motivaram o(a) senhor(a) a retornar ao PTTC? (Respostas congruentes)



Fonte: O autor (2021).

Na última questão do questionário, os militares foram questionados sobre os motivos que os levaram a retornarem a trabalhar no CBMDF. Conforme o gráfico 26, 62 deles afirmaram ter prazer em trabalhar, 57 sentiam que ainda tinham o que contribuir com a Corporação, 46 o fizeram por amor a profissão, 30 deles para ocupar o tempo ocioso, 26 em busca de autoestima, 21 deles o fizeram pelo sentimento de pertencimento a um grupo, 16 por necessidade financeira, 14 por reconhecimento social e familiar, 9 deles afirmaram que precisavam de um trabalho, 6 deles queriam ser instrutores e 3 não encontraram correspondências nas opções. Nesta questão, era facultado ao respondente a marcação de mais de uma opção.

Como pode ser observado pelos dados coletados, é possível observar os efeitos na saúde mental dos militares que passaram para a inatividade bem como os efeitos consequentes do seu retorno à atividade. Esses efeitos ficam mais claros ao compararmos os gráficos de reações emocionais e físicas antes e após o retorno ao trabalho por meio do PTTC.

No que tange as reações emocionais observadas antes de voltarem a trabalhar (gráfico 22), temos que enquanto 46 respostas alegaram não terem sofrido qualquer, outras 101 respostas afirmaram ter tido algum tipo de reação emocional. O cenário é alterado ao observar os resultados após o retorno ao trabalho (gráfico 23), em que 74 (aumento de 60,86%) respostas afirmaram não

terem experimentado ou mantido reações emocionais, enquanto 21 (redução de 79,2%) respostas apontaram que sentiram ou permaneceram sentindo reações emocionais mesmo após voltarem a trabalhar.

Outrossim, a respeito das reações físicas ao passarem para a inatividade (gráfico 24), 50 respostas afirmaram não terem sentido nenhuma reação física, enquanto outras 84 respostas afirmaram terem experimentado alguma reação física constantes nas opções. Assim como no cenário anterior, o gráfico 25 retorna que após o retorno ao trabalho, 67 (aumento de 34%) respostas afirmaram não terem sentido ou tenha permanecido sentindo sintomas físicos, enquanto apenas 23 (redução de 72,61%) respostas afirmaram sintomas físicos mesmo após o retorno ao trabalho.

Portanto, torna-se evidente que houve uma melhora na qualidade física e emocional dos oficiais veteranos ao retornarem a trabalhar. Vê-se, pois, que o trabalho é um importante fator para a qualidade de vida dos militares que passam para a inatividade.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio do presente estudo foi possível identificar os efeitos na saúde mental de Oficiais veteranos ao passarem para a inatividade, bem como os efeitos nos mesmos indivíduos após retornarem ao serviço e ao ambiente da Corporação, permitindo ainda, identificar e compreender os diferentes motivos que determinaram o retorno por meio do PTTC.

No que se refere ao primeiro objetivo específico do trabalho foi possível dizer que, de um modo geral, os oficiais experimentaram sensações emocionais e físicas ao se aposentarem, tais como: preocupação, medo, ansiedade, ganho ou perda de peso, insônia, aumento de pressão arterial, e outros. Ao retornarem ao ambiente de trabalho na Corporação, estes militares do PTTC demonstraram redução nas sensações emocionais e físicas experimentadas no período entre sua aposentadoria e seu retorno.

Além disso, em relação ao segundo objetivo específico, foi possível extrair do presente estudo as diferentes motivações dos militares para retornarem ao

trabalho, as quais, em sua maioria transmitem a sensação do prazer em trabalhar, bem como a de que ainda poderia contribuir com a Corporação.

O questionário aplicado com a finalidade de obter os dados da presente pesquisa foi realizado em 3 grupos de perguntas. De modo que no 1º grupo de questões tinha-se a intenção de traçar o perfil dos respondentes, que em sua maioria podem ser definidos como militares: casados, com filhos, com idades entre 50 e 53 anos, passaram a inatividade à pedido, e retornam ao PTTC entre 1 ano ou menos.

O segundo grupo de questões retornou informações sobre os aspectos e considerações acerca do planejamento dos militares no que tange a sua aposentadoria bem como impressões dos mesmos sobre sua identidade profissional e a possibilidade de trabalhar novamente por meio do PTTC.

O terceiro grupo de perguntas tinha o escopo de identificar e comparar a persistência ou não de reações físicas e emocionais experimentadas pelos veteranos antes e após o seu retorno ao trabalho na Corporação por meio do PTTC.

Nesse sentido, foi possível constatar alguns efeitos comuns na saúde física e mental dos oficiais veteranos no que tange ao período compreendido entre a passagem desses militares para a reserva/reforma e após o seu retorno ao CBMDF por meio do PTTC. No que se refere as duas vertentes pesquisadas, foi possível observar uma redução dos efeitos negativos na saúde mental e física dos militares após o momento em que eles retornaram ao serviço, sendo possível influir que o retorno a atividade no ambiente do Corpo de Bombeiros influenciou na qualidade de vida e bem estar desses militares.

Tendo em vista que o PTTC é uma modalidade capaz de atender apenas uma quantidade limitada de militares que se aposentaram: 10% do efetivo previsto de oficiais e 5% do efetivo previsto de praças. Além disso, o PTTC forma um vínculo administrativo, incorrendo em despesa orçamentária para a Corporação, limitando assim os benefícios de retorno a uma atividade ou ao ambiente da Corporação a apenas alguns militares. Diante disso seria necessária uma alternativa que não gerasse vínculo administrativo, mas que

fosse capaz de fornecer os mesmos benefícios aos que voltam a desempenhar funções no CBMDF.

Assim, a fim de conceder uma solução para a definição do problema do presente trabalho, qual seja: de que forma o retorno a atividade pode influenciar na saúde mental de Oficial bombeiro militar veterano? O objetivo geral do presente estudo é alcançado por meio da proposta de um produto que consiste em um projeto para a construção da Casa do Veterano, local de acolhimento, apoio, aprendizado e profissionalização aos militares da reserva remunerada ou reformados. Aliado a um projeto já existente no CBMDF, o PREPARAR, esta estrutura física seria capaz de abarcar as diversas áreas temáticas de atendimento do programa, sendo sediada próxima DINAP, CECAF, CEABM e Capelarias da Corporação.

6. RECOMENDAÇÕES

Dada a relevância do tema, faz-se necessário o desenvolvimento de outros projetos que tenham o objetivo de desenvolver e aplicar métodos capazes de mitigar os efeitos da ansiedade, preocupação, bem como evitar o sobrepeso e outras comorbidades associadas a falta de atividade física. Faz necessário ainda, promover estudos e programas de incentivo a cultura de uma boa saúde mental dos militares, na conscientização das estruturas de apoio existentes da Corporação e as formas de acesso a elas.

De outro lado, é preciso instigar o desenvolvimento constante e o planejamento dos militares ao passarem para a reserva ou pós carreira, seja por meio do aprimoramento de projetos já existentes na Corporação ou ainda a criação de outros.

REFERÊNCIAS

APOSENTADORIA. In: DICIO, **Dicionário Online de Português**. Porto: 7Graus, 2021. Disponível em: <<https://www.dicio.com.br/aposentadoria/>>. Acesso em: 16/03/2021.

BALLONE, Geraldo José. **Ansiedade – geral**. Disponível em: <http://psiqweb.net/index.php/ansiedade-2/ansiedade-geral/>. Acesso: em 18/03/2021.

BRANDÃO, Carlos Rodrigues Brandão. **Identidade e Etnia: Construção da pessoa e resistência cultural**. Campinas, 1985.

BRASIL. **Lei nº 12.086, de 06 de novembro de 2009**. Dispõe sobre os militares da Polícia Militar do Distrito Federal e do Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Ato2007-2010/2009/Lei/l12086.htm . Acesso em: 20/03/2021.

(____). **Lei nº 7.479, de 02 de junho de 1986**. Aprova o Estatuto dos Bombeiros-Militares do Corpo de Bombeiros do Distrito Federal, e dá outras providências. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L7479compilado.htm . Acesso em: 16/03/2021.

CODO, Wanderley. **Relações de trabalho e transformação social**. In: LANE, Silvia T.M; CODO, Wanderley (Org). *Psicologia Social: o homem em movimento*. 14. Ed. São Paulo: Brasiliense, 2012, p. 136-151.

Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal. **Portaria nº 1 de 2018, Publicada no Boletim Geral 008, de 11 de janeiro de 2018**. Aprova as instruções reguladoras para a Prestação de Tarefa por Tempo Certo (PTTC), aplicável aos militares da reserva remunerada e, excepcionalmente, aos reformados, do Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal, e dá outras providências. Disponível em: https://www.cbm.df.gov.br/downloads/edocman/file_5f91f213962d7_Portaria%20n%20%201%20-%202018%20-%20Portaria%20que%20regulamenta%20a%20Prestao%20de%20Tarefa%20por%20Tempo%20Certo%20-%20PTTC.pdf . Acesso em: 20/03/2021.

(____). **Portaria nº 29 de 2017, publicada no Boletim Geral 165, de 30 de agosto de 2017**. Portaria de Reestruturação do Programa Preparar. Reestrutura o Programa PREPARAR – Preparação para a Reserva Remunerada no Corpo de Bombeiro Militar do Distrito Federal. Disponível em: <https://www.cbm.df.gov.br/downloads/edocman/Portaria%20n%20%2029%20-%202017%20-%20Portaria%20de%20Reestruturao%20do%20Programa%20Preparar.pdf> . Acesso em: 19/07/2021.

(______). **Manual de normalização de trabalhos acadêmicos** / Diretoria de Ensino - Brasília: Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal, 2020.

(______). **Plano Estratégico 2017-2024**. Brasília: Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal, 2016. Disponível em: <https://www.cbm.df.gov.br/2012-11-12-17-42-33/2012-11-13-16-14-57?task=document.viewdoc&id=11718>. Acesso em: 14 de set. 2020.

CUCHE, Denys. **A noção de cultura nas ciências sociais**. Bauru: Universidade do Sagrado Coração, 1996.

DEL PORTO, José Alberto. Conceito e diagnóstico. **Revista Brasileira Psiquiatria**. São Paulo, Vol. 21, p. 6-11, maio, 1999.

DEPRESSÃO. In: DICIO, **Dicionário Online de Português**. Porto: 7Graus, 2021. Disponível em: <<https://www.dicio.com.br/depressao/>>. Acesso em: 18/03/2021.

DISTRITO FEDERAL. **Decreto Distrital 31.856, de 30 de junho de 2010**. Regulamenta a Prestação de Tarefa por Tempo Certo, aplicável aos militares da reserva remunerada e, excepcionalmente, aos reformados, do Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal, e dá outras providências. Disponível em: http://www.tc.df.gov.br/sinj/Norma/63309/Decreto_31856_30_06_2010.html . Acesso em: 20/03/2021.

FERNANDES, Cristian Caixeta. **Gestão de finanças pessoais com foco na educação financeira para o bombeiro militar do Distrito Federal**. 2015.

FILGUEIRAS, J. C.; HIPPERT, M. I. S. A polêmica em torno do conceito de estresse. **Psicologia Ciência e Profissão**. Juiz de Fora, vol. 19, p. 40-51, 1999.

FRANÇA, L. H. F. P.; SOARES, D. H. P. A preparação para a aposentadoria como parte da Educação ao longo da vida. **Revista Psicologia Ciência E Profissão**, p. 738-751 (2009).

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projeto de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GUIMARÃES, Luiz Paulo. **Educação Financeira para Adolescentes**. 2ª. Joinville: Clube dos Autores, 2017.

KHOURY, Hilma Tereza Tôrres *et al.* **Por que aposentados retornam ao trabalho? O papel dos fatores psicossociais**. Revista Kairós Gerontologia, São Paulo, 13, 1, 147-165, jun. 2010.

LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. Transtorno de Adaptação. **Boletim da Academia Paulista de Psicologia**, São Paulo, Vol. XXVII núm. 1, p. 72-82, jan-jun, 2007.

LOPES, Antônio Carlos. **DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO**, vol. 2: Barueri, São Paulo, Manole, 2006.

MARCONI, M. A; LAKATOS, E. M. **Fundamentos de Metodologia Científica**. 5. ed. São Paulo, Atlas, 2004. Monografia. (Curso de Altos Estudos de Política Estratégica e Doutrina do Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal) – Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal, Brasília, 2015.

MIRANDA, Mônica de Mesquita. **Os efeitos psicológicos advindos da transferência para inatividade, por tempo de serviço, dos oficiais do último posto do quadro de combatentes, do Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal**. 2008. Monografia. Curso de Aperfeiçoamento de Oficiais. Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal, Brasília, 2008.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Depressão: o que você precisa saber**. Brasília, 2016-2017. Disponível em: [OPAS/OMS Brasil - Depressão: o que você precisa saber \(paho.org\)](https://paho.org). Acesso em: 14/03/2021.

PARISE, Ederson Kercher. **A necessidade de conhecimento de educação financeira para a formação do oficial do Exército Brasileiro: Estudo comparativo do nível de educação financeira dos cadetes do primeiro e quarto anos da Academia Militar das Agulhas Negras**. 2017. Monografia. Ciências Militares –Academia Militar das Agulhas Negras (AMAN), Resende, 2017.

PRODANOV, C. C.; FREITAS, E. C. de. **Metodologia do trabalho científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico**. 2. ed. Novo Hamburgo: Feevale, 2013.

RODRIGUES, Milena, *et al.* **A Preparação para a Aposentadoria: O Papel do Psicólogo frente a essa Questão**. Revista Brasileira de Orientação Profissional, Bauru, p. 53-62 (2005).

ROMANINI, D. P. ; XAVIER, A. A. P. ; KOVALESKI, J. L. **Aposentadoria: período de transformações e preparação**. XXIV Encontro Nacional de Engenharia de Produção, p. 2469-2476 (2004).

SILVA, Letícia Caroline Andrade. **As implicações da aposentadoria na construção da identidade do idoso**. Pretextos-Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas, v. 4, n. 8, p. 145-163, (2019).

SURVEY MONKEY, **Sample size calculator**. Disponível em: <https://pt.surveymonkey.com/mp/sample-size-calculator/> . Acesso em 28/03/2021.

ZANELLI, José Carlos. Processos Psicossociais, Bem-Estar e Estresse na Aposentadoria. **Revista de Psicologia: Organizações e Trabalho**, Florianópolis, p. 329-340, set-dez, 2012.

APÊNDICES

APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO OFICIAIS VETERANOS DO PTTC

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfdQjSjqCx4hKMroZ6GYh1O2iUZ4CbS1nkk5uhOtBm3UAJLQ/viewform?usp=sf_link

1ª Seção – Perfil do respondente.

1. Qual seu estado civil?
 - () Casado(a)
 - () União estável
 - () Solteiro(a)
 - () Viúvo(a)
 - () Divorciado(a)
 - () Separado(a)

2. Tem filhos?
 - () Sim.
 - () Não.

3. Atualmente mora...
 - () sozinho(a).
 - () com cônjuge.
 - () com companheira(o).
 - () com esposa e filhos(as).
 - () outros.

4. Qual a idade do(a) senhor(a)?
_____.

5. Com que idade foi para a reserva/reforma?
_____.

6. O(A) senhor(a) foi para a inatividade...
 - () a pedido.
 - () ex officio.

7. Qual é a sua QBMG de origem?
 - () QOBM – Combatente.
 - () QOBM – Saúde.
 - () QOBM – Complementar.
 - () QOBM – Condutor.
 - () QOBM – Intendente.
 - () QOBM – Músico.

8. Das opções de aposentadoria militar, o(a) senhor(a) está em qual?
 - () Reserva remunerada.
 - () Reforma.

9. Se é da reserva remunerada, há quanto tempo está nessa situação?

(responda apenas se for da Reserva remunerada)

- Menos de 1 ano.
- 1 ano.
- Entre 1 e 2 anos.
- 2 anos.
- Entre 2 e 3 anos.
- 3 anos.
- Mais que 3 anos.

10. Se já é um militar reformado (responda apenas se for militar reformado) há quanto tempo está nessa situação?

- Menos de 1 ano.
- 1 ano.
- Entre 1 e 2 anos.
- 2 anos.
- Entre 2 e 3 anos.
- 3 anos.
- Mais que 3 anos.

11. Desde que você foi para a reserva/reforma, quanto tempo depois você retornou pelo PTTC?

- Menos de 1 ano.
- 1 ano.
- Entre 1 e 2 anos.
- 2 anos.
- Entre 2 e 3 anos.
- 3 anos.
- Mais que 3 anos.

2ª Seção – Identidade, percepções e motivações do respondente

12. Ao ir para a reserva/reforma, em relação ao PTTC...

- Você já pretendia trabalhar assim.
- Era uma possibilidade para você.
- Não pensava nisso.
- Não queria voltar a trabalhar no CBMDF.

13. Em relação ao período anterior a sua aposentadoria, o(a) senhor(a)...

- Tinha planos para depois de aposentar-se.
- Imaginava ser possível fazer outras coisas, mas não tinha algo concreto em mente.
- Não se preocupava com isso até depois de se aposentar.
- Não tinha planos.

14. O(A) senhor(a) enxergou sua aposentadoria como...
- Uma oportunidade de recomeço.
 - Uma conquista.
 - Algo que não causava preocupação.
 - Algo que causava preocupação.
15. O(A) senhor(a) acredita que sua rotina diária, ciclo de amigos eram baseados no seu trabalho como Bombeiro Militar?
- Sim.
 - Não.
16. Ao se aposentar, o(a) senhor(a) sentiu que perdeu parte do seu ciclo de amizades?
- Sim.
 - Não.
17. Ao se aposentar, o(a) senhor(a) acha que perdeu reconhecimento social?
- Sim.
 - Não.
18. Ao se aposentar, o(a) senhor(a) acha que sua rotina diária mudou?
- Sim.
 - Não.
19. Ao se aposentar, o(a) senhor(a) ainda se identificava como bombeiro militar?
- Sim.
 - Não.
20. Outras pessoas (vizinhos amigos e familiares) ainda o reconhecia como bombeiro militar?
- Sim.
 - Não.

21. Ao se aposentar, o(a) senhor(a) teve dificuldade para se adaptar a sua nova rotina?

() Sim.

() Não.

22. Diante deste contexto, e considerando seu período antes de retornar ao PTTC, quais as reações emocionais abaixo o(a) senhor (a) vivenciou após sua transferência para a reforma.

() Nenhum

() choro persistente

() falta interesse

() desânimo

() apatia

() desesperança

() sentimento da culpa

() preocupação

() fuga da responsabilidade

() inércia

() negativismo

() diminuição da concentração

() alteração do humor

() medo do fracasso

() sentimento de impotência

() problemas de atenção

() baixa tolerância a frustração

() tristeza

() irritabilidade

() baixa autoestima

() insegurança

() medos e ansiedade

() esquecimento

() raiva

() e perda da motivação.

23. Ao retornar ao (PTTC), alguns desses sintomas persistiu? Se sim, quais?

- Nenhum
- choro persistente
- falta interesse
- desânimo
- apatia
- desesperança
- sentimento da culpa
- preocupação
- fuga da responsabilidade
- inércia
- negativismo
- diminuição da concentração
- alteração do humor
- medo do fracasso
- sentimento de impotência
- problemas de atenção
- baixa tolerância a frustração
- tristeza
- irritabilidade
- baixa autoestima
- insegurança
- medos e ansiedade
- esquecimento
- raiva
- e perda da motivação.

24. Considerando seu período antes de retornar ao PTTC, quais das reações físicas abaixo o(a) senhor(a) percebeu após sua transferência para a reserva/reforma.

- nenhum
- dores de cabeça
- dificuldade de respirar

- () hiperventilação
- () taquicardia
- () acidez estomacal
- () diarreia
- () ganhou ou perda de peso
- () dores nas costas
- () baixa imunidade
- () secura na garganta
- () formigamento nas mãos
- () aumento da pressão arterial
- () tremores
- () secura na boca
- () tensão muscular
- () agitação psicomotora
- () dores estomacais
- () bruxismo [ranger dos dentes]
- () dores no pescoço
- () lentidão psicomotora
- () problemas dermatológicos
- () dormência nos pés
- () sudorese
- () tiques nervosos
- () fadiga
- () alteração do apetite
- () insônia
- () obesidade
- () osteoporose
- () fraturas ósseas
- () falta de energia
- () dormência nas mãos
- () formigamento nos pés

25. Ao retornar ao PTTC, algum desses sintomas persistiu? Se sim, quais?

- () nenhum

- () dores de cabeça
- () dificuldade de respirar
- () hiperventilação
- () taquicardia
- () acidez estomacal
- () diarreia
- () ganhou ou perda de peso
- () dores nas costas
- () baixa imunidade
- () secura na garganta
- () formigamento nas mãos
- () aumento da pressão arterial
- () tremores
- () secura na boca
- () tensão muscular
- () agitação psicomotora
- () dores estomacais
- () bruxismo [ranger dos dentes]
- () dores no pescoço
- () lentidão psicomotora
- () problemas dermatológicos
- () dormência nos pés
- () sudorese
- () tiques nervosos
- () fadiga
- () alteração do apetite
- () insônia
- () obesidade
- () osteoporose
- () fraturas ósseas
- () falta de energia
- () dormência nas mãos
- () formigamento nos pés

26. Nessa perspectiva, dentre as razões abaixo, quais motivaram o(a) senhor(a) a retornar ao PTTC?

- () Necessidade financeira
- () Prazer em trabalhar
- () Sentimento de pertencimento a um grupo
- () Sentia que ainda tinha o que contribuir na Corporação
- () Quer ser instrutor
- () Ocupar o tempo ocioso
- () Reconhecimento social e familiar
- () Autoestima
- () Amor a profissão
- () Nenhum das opções
- () Precisava de um trabalho

APÊNDICE B – PRODUTO

