

ESTUDO EXPLORATÓRIO SOBRE ESTRESSE OCUPACIONAL XII INIC / VIII EPG - UNIVAP 2008

Eduardo Soares Lucena¹, Nancy Julieta Inocente²

¹ Mestrando em Gestão e Desenvolvimento Regional. Universidade de Taubaté/ECA, Rua Exped. Ernesto Pereira s/n – Taubaté - SP

³ Professora do Mestrado em Gestão e Desenvolvimento Regional Universidade de Taubaté/ECA, Rua Exped. Ernesto Pereira s/n – Taubaté – SP

Resumo- O estresse ocupacional produz efeitos negativos sobre a saúde em função do custo humano para os trabalhadores e organizações. O objetivo do estudo foi identificar a evolução dos conceitos sobre estresse ocupacional. O método aplicado foi bibliográfico. Os resultados apontaram para a importância de definições sobre estresse, e a recomendação sobre a utilização de inventários. Concluiu-se em relação a importância de estudos sobre estresse ocupacional por meio de investigações empíricas, sugerindo-se a implementação de medidas que visem a diminuição do estresse ocupacional com a melhora da qualidade de vida dos trabalhadores .

Palavras-chave: Estresse, Trabalhador, Trabalho.
Área do Conhecimento: Ciências Sociais Aplicadas

Introdução

O termo estresse popularizou-se a partir de seu uso na medicina, de maneira que as pessoas conhecem e não deixam de usá-lo em algum momento e com os mais variados significados (CODD, SORATO; VASQUES-MENEZES, 2004).

A utilização do termo estresse tem sido utilizado para expressar um fenômeno negativo que ocorre no organismo e é denominado de distresse. O distresse manifesta-se no sistema nervoso como excitação, cansaço, tensão, alteração do sono (INOCENTE, 2007)

Por outro lado, o estresse positivo, é denominado de eustresse. O estresse positivo formado pelo prefixo grego, eu-estresse representa o estresse bom, sadio. O eustresse leva a pessoa a resultados construtivos.

O tema estresse ocupacional tem merecido especial atenção nos dias atuais. O estresse ocupacional gera um custo humano e organizacional com conseqüências na saúde do trabalhador e na produtividade da organização. (TAMAYO; LIMA, SILVA, 2004).

O objetivo do estudo foi identificar a evolução dos conceitos sobre estresse ocupacional.

Metodologia

O tipo de pesquisa foi bibliográfica, realizada por meio de uma revisão dos artigos publicados no Scielo (Scientific Electronic Library Online) sobre estresse ocupacional. Procedeu-se assim:

- 1) Selecionou-se os artigos que abordavam o estresse ocupacional,
- 2) Analisou-se seus resultados e conclusões.

Revisão da Literatura

O estresse no trabalho provoca reações físicas e emocionais quando as exigências excedem as capacidades, os recursos ou as necessidades do trabalhador (INOCENTE, 2007).

Percebe-se que o estresse ocupacional, está diretamente ligado às reações físicas e emocionais do trabalhador.

Segundo Tamayo, Lima e Silva (2004) não é possível afirmar, *a priori*, o nível de estresse gerado por um determinado trabalho, pois depende da interação entre a tarefa as condições de execução e o trabalhador.

Para Inocente (2007) as participações dos agentes estressantes lesivos derivadas do trabalho podem afetar a saúde do trabalhador.

Banov e Fidelis (2006) entendem o estresse como doença que vai se desenvolver ao longo do tempo e comprometer o estado físico, emocional e comportamental do trabalhador.

Para Tamayo; Lima e Silva (2004) em relação ao estresse ocupacional, uma variável importante a ser analisada é a forma de enfrentamento do estresse. O enfrentamento consiste nos esforços cognitivos e comportamentais para administrar as exigências específicas internas e/ou externas que são percebidas pelo trabalhador. Para a superação do estresse, utiliza-se de recursos pessoais de enfrentamento. As duas categorias de

enfrentamentos são denominadas de: foco no problema e foco nas emoções.

O foco no problema consiste de tentativas de lidar, da melhor forma possível, com as exigências da situação ou tentar mudar a fonte do estresse.

O foco nas emoções são tentativas para amenizar ou administrar os distúrbios emocionais provocados pelas exigências.

O enfrentamento exige do trabalhador habilidades de lidar com a situação. Ainda, caso o indivíduo não consiga, poderá adotar como estratégia de enfrentamento a negação. Pode também, procurar o suporte social com amigos, familiares, colegas de trabalho. O suporte social ameniza o impacto dos fatores estressantes.

Resultados

Para a concretização desta pesquisa analisou-se 14 artigos publicados no Scielo a fim de identificar as formas de abordagens do estresse ocupacional e os principais resultados obtidos pelos autores, resultando no seguinte:

- 1) Os conceitos apresentados sobre estresse ocupacional são de diferentes abordagens.
- 2) Recomenda-se a construção de inventários do estresse ocupacional específicos para a população pesquisada.
- 3) O estresse ocupacional tem relação com o trabalho, pois causa sofrimento e adoecimento no trabalhador,
- 4) O estresse ocupacional influencia a relação família-trabalho.
- 5) Alguns contextos de trabalho favorecem o desenvolvimento do estresse ocupacional, principalmente quando ocorre acidente de trabalho.
- 6) A importância de reconhecer onexo entre adoecimento do trabalhador e a sua situação de trabalho.
- 7) Pesquisar sobre a percepção da influência do trabalho no processo de adoecer do trabalhador.
- 8) Utilizar de investigações empíricas em organizações que promovam a qualidade de vida dos trabalhadores.
- 10) Conhecer as estratégias de enfrentamento utilizadas pelo trabalhador no seu ambiente de trabalho.
- 9) Utilizar do suporte social como forma de amenizar o estresse ocupacional.
- 10) Empregar programas de manejo de estresse ocupacional nas organizações.

Discussão

Stacciarini e Tróccoli (2001) estudaram uma amostra de 33 enfermeiros do serviço público de Brasília. Observaram que, não existe clareza entre os conceitos apresentados por diferentes

autores sobre estresse. Os autores concluíram que, os enfermeiros vivenciam estressores diversos, relacionados aos fatores intrínsecos ao trabalho, às relações no trabalho, aos papéis estressores e à estrutura organizacional.

O estudo desenvolvido por Stacciarini e Tróccoli (2000) consistiu na construção de um inventário para mensurar o estresse ocupacional em enfermeiros e funcionários públicos do Distrito Federal. O resultado foi a crença de que a construção de inventários do estresse em enfermeiros, deve ser considerada como uma etapa importante para as futuras investigações sobre estresse na enfermagem brasileira.

Murofuse, Abranches e Napoleão (2005) realizaram uma pesquisa bibliográfica sobre estresse e burnout em enfermeiros. Apontaram que embora haja consenso entre os estudiosos sobre a existência do estresse e burnout, diversas controvérsias estão envolvidas. Ressaltam que as teorias referem-se ao estresse como um esgotamento que interfere na vida do indivíduo, mas não necessariamente na relação com o trabalho. É um processo que propicia ambas situações e causa sofrimento e adoecimento.

Palácios, Duarte e Câmara (2002) estudaram caixas de agências bancárias após a análise do processo de trabalho e concluíram que a diferença de caixa e as agressões dos clientes representam situações de sofrimento. Essas são situações favorecidas pela organização do trabalho, que obrigam os caixas a evitarem as regras de segurança e imputa-lhes a culpa da diferença. Adicionalmente, ela não oferece suporte aos caixas para responder apropriadamente às demandas dos clientes.

Tamayo e Paschoal (2005) Investigaram funcionários de uma agência bancária, a influência da interferência família-trabalho sobre o estresse ocupacional. Os resultados indicaram que a interferência família-trabalho influencia o estresse ocupacional, sendo que quanto maior o escore de interferência maior o estresse. Sugere-se que a interferência família-trabalho interfira diretamente no aparecimento de estressores organizacionais e oriente cognições e afetos que influenciam a percepção das exigências como estressores.

Bucasio et. al. (2005) estudaram o estresse ocupacional nos trabalhadores bancários quando ocorre um acidente de trabalho. Concluíram que o reconhecimento do transtorno no contexto do trabalho bancário é importante para orientar os serviços de saúde, administradores e profissionais de recursos humanos a promover a sua prevenção com intervenções na organização do trabalho.

Glina, Rocha, Batista e Mendonça (2001), afirmam sobre a importância de reconhecer o nexo entre adoecimento e situação do trabalho. Afirmam que não é simples, uma vez que tal processo é específico para cada indivíduo,

envolvendo sua história de vida e de trabalho. Para estabelecer o nexo torna-se fundamental a descrição detalhada da situação de trabalho, quanto ao ambiente, à organização, e a percepção da influência do trabalho no processo de adoecer.

Isto posto, sugerem: capacitar os profissionais de saúde, reestruturar os sistemas de informações em saúde, envolver a vigilância epidemiológica com notificação dos casos com suspeita em relação com o trabalho, independentemente da caracterização por parte da Previdência Social, e criar ações interinstitucionais e multidisciplinares em saúde mental e trabalho.

Barros e Nahas (2001) por meio de um estudo epidemiológico identificaram a prevalência entre comportamentos de risco a saúde, em trabalhadores de indústrias. Os resultados indicaram a prevalência de abuso de bebidas alcoólicas e inatividade física de lazer.

Rocha et. al. (2002) analisaram a jornada de trabalho em dois ambientes com estresse ambientais distintos. Os resultados apontaram, na avaliação individual da resposta pressórica que conforme o tipo de estresse ambiental indica ser este um fator a ser considerado na avaliação da pressão arterial e, talvez, na gênese da hipertensão arterial de operários.

Murta e Tróccoli (2004) promoveram a intervenção em estresse ocupacional em uma amostra de 210 trabalhadores de um hospital com 24 seções terapêuticas. O estudo revelou que a intervenção terapêutica produziu um impacto positivo sobre a saúde e recomenda a sua aplicação em estudos futuros.

Murta (2006) avaliou um programa para reduzir o estresse ocupacional em funcionários de uma universidade. Concluiu que as intervenções produzem benefícios gerando mudanças nos aspectos cognitivos e comportamentais.

Murta, Laros e Tróccoli (2005) discutiram as etapas de implementação e avaliação de programas em manejo de estresse ocupacional focados no indivíduo. Concluíram que a escolha metodológica deverá ser aliada aos recursos e limites do contexto de pesquisa, como aos aspectos éticos e políticos inerentes a organização no qual o programa será implementado (Cano, 2002 apud Murta; Laros e Tróccoli 2005). Não há, *a priori*, uma escolha metodológica melhor do que outra, mas sim escolhas mais ou menos viáveis para determinados contextos concretos. As perspectivas futuras em avaliação de programas tendem para uma crescente integração de estratégias qualitativas e quantitativas de pesquisa. A triangulação de técnicas para a coleta de dados, a condução de avaliação de processo como complemento à avaliação de resultados e à maior participação dos *stakeholders* durante seu planejamento (FERNÁNDEZ-BALLESTEROS et. al., 1998; LIPSEY; CORDRAY, 2000; NICHOLS,

2002; POSOVAC; CAREY, 2003, apud MURTA; LAROS; TRÓCCOLI 2005). Estas tendências se incorporadas na avaliação de manejo do estresse ocupacional, poderão esclarecer a questão fundamental dos limites e possibilidades de efeitos destes programas sobre a saúde do trabalhador e da organização. Sendo a psicologia da saúde ocupacional uma área relativamente jovem de aplicação da psicologia, sua consolidação necessitará de mais evidências empíricas acerca dos efeitos de programas de manejo de estresse ocupacional e suas variáveis moderadoras. Portanto, uma aliança entre os campos de avaliação de programas e psicologia de saúde ocupacional parece notadamente promissora, tanto do ponto de vista acadêmico, quanto prático.

Figueroa et. al. (2001) apresentaram um instrumento para avaliação de estressores psicossociais no contexto do emprego, Concluíram que, o instrumento mostrou sensibilidade na avaliação do impacto de estressores no trabalho, permitindo hierarquizar as áreas de origem dos acontecimentos estressantes.

Paschoal e Tamayo (2004) estudaram uma amostra de 437 trabalhadores de diferentes organizações. O objetivo foi construir e validar um instrumento de estresse ocupacional a ser utilizado em diversos ambientes de trabalho. Concluíram que esta é uma alternativa para investigações empíricas em trabalhos aplicados em organizações, podendo orientar medidas que visem à qualidade de vida dos trabalhadores.

Conclusão

Considerando que o objetivo deste estudo foi o de identificar a evolução dos conceitos sobre estresse ocupacional, conclui-se que:

- 1) O termo estresse foi explorado em: enfermagem, caixas de agências bancárias, trabalhadores de hospitais e Universidades;
- 2) O estresse como acidente de trabalho, ainda não é comum, em razão das dificuldades de se estabelecer o nexo causal.
- 3) Embora o termo estresse popularizou-se a partir do seu uso na medicina, os enfermeiros pesquisados não tinham clareza entre os conceitos de estresse.
- 4) Precisa-se ampliar as investigações das relações entre o processo de adoecer e a situação do indivíduo no trabalho.

Enfim, estas são as indicações de avanço nos conceitos de estresse ocupacional e os caminhos que tendem a ser perseguidos.

Referências

- BARROS, M. V. G.; NAHAS, M. V. Comportamento de Risco, Auto-Avaliação do Nível de Saúde e Percepção de Estresse Entre os

Trabalhadores na Indústria. **Rev Saúde Pública**, n.35, v.6, 2001, p.554-563. Disponível em: <<http://www.fsp.usp.br/rsp>>. acesso em: 03 junho 2008.

- BUCÁSIO, E. et. al. Transtorno de Estresse Pós-Traumático como Acidente de Trabalho em um Bancário: Um Relato de Caso. **Rev Psiquiatr**, n.27, v.1, janeiro, 2005, p.86-89. Disponível em: <<http://www.scielo.br/prc>>. acesso em: 03 junho 2008.

- CODO, W.; SORATTO, L.; VASQUES-MENEZES, I. SAÚDE MENTAL E TRABALHO. In: ZANELLI; J. C. et al. **Psicologia, Organizações e Trabalho no Brasil**. Porto Alegre: Artmed, 2004.

- FIDELIS; J. G.; BANOVA, M. R. **Gestão de Recursos Humanos do Operacional ao Estratégico**. São Paulo: Érica, 2006.

- FIGUEROA, et. al. Um Instrumento para a Avaliação de Estressores Psicossociais no Contexto de Emprego. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, n.14, v.3, 2001, p.653-659. Disponível em: <<http://www.scielo.br/prc>>. acesso em: 03 junho 2008.

- GLINA, D. M. R. et.al. Saúde Mental e Trabalho: Uma Reflexão Sobre o Nexo do Trabalho e o Diagnóstico com Base na Prática. **Cad Saúde Pública**, n.17, v.3, maio, 2001, p.607-616. Disponível em: <<http://www.scielo.br/prc>>. acesso em: 03 junho 2008.

- INOCENTE, N.J. Estresse Ocupacional: origem, conceitos, relações e aplicações NAS ORGANIZAÇÕES E NO TRABALHO. In: CHAMON; E. M. Q. O. et al. **Gestão e Comportamento Humano nas Organizações**. Rio de Janeiro: Brasport, 2007.

- MUROFUSE, N. T.; ABRANCHES, S. S.; NAPOLEÃO, A. M. A. Reflexões sobre Estresse e Burnout ea Relação com a Enfermagem. **Rev Latino-am. Enfermagem**, n.13, v.2, 2005, p.255-261. Disponível em: <<http://www.eerp.usp.br/rlae>>. acesso em: 03 junho 2008.

- MURTA, S. G. Avaliação de um Programa de Manejo de Estresse Ocupacional. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, n.2, v.20, 2006, p.296-302. Disponível em: <<http://www.scielo.br/prc>>. acesso em: 03 junho 2008.

- MURTA, S. G.; TRÓCOLLI, B. T. Avaliação de Intervenção em Estresse Ocupacional. **Psic.: Teor. e Pesq.**, n.1, v.20, janeiro, 2004, p.39-47.

Disponível em: <<http://www.scielo.br/prc>>. acesso em: 03 junho 2008.

- MURTA, S. G.; TRÓCOLLI, B. T.; LAROS, J. A. Manejo de Estresse Ocupacional na Perspectiva da Área de Avaliação de Programas. **Estudos de Psicologia**. n.10, v.2, 2005, p.157-176. Disponível em: <<http://www.scielo.br>>. acesso em: 03 junho 2008.

- PALÁCIOS, M.; DUARTE, F.; CÂMARA V. M. Trabalho e Sofrimento Psíquico de Caixas de Agências Bancárias na Cidade do Rio de Janeiro. **Cad Saúde Pública**, n.18, v.3, maio, 2002, p.843-851. Disponível em: <<http://www.scielo.br/prc>>. acesso em: 03 junho 2008.

- PASCHOAL, T.; TAMAYO, A. Validação da Escala de Estresse no Trabalho. **Estudos de Psicologia**, n.9, v.1, 2004, p.45-52. Disponível em: <<http://www.scielo.br/prc>>. acesso em: 03 junho 2008.

- ROCHA, R. et.al. Efeito do Estresse Ambiental Sobre a Pressão Arterial dos Trabalhadores. **Rev Saúde Pública**, n.36, v.5, 2002, p.568-575. Disponível em: <<http://www.fsp.usp.br/rsp>>. acesso em: 03 junho 2008.

- STACCIARINI, J. M. R.; TRÓCCOLI, B. T. Instrumento Para Mensurar O Estresse Ocupacional: Inventário de Estresse em Enfermeiros. **Rev Latino-am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, n.8, v.6, dezembro, 2000, p.40-49. Disponível em: <<http://www.scielo.br>>. acesso em: 03 junho 2008.

- STACCIARINI, J. M. R.; TRÓCCOLI, B. T. O Estresse na Vida Ocupacional do Enfermeiro. **Rev Latino-am. Enfermagem**, n.9, v.2, março, 2001 p.17-25. Disponível em: <<http://www.eerp.usp.br/rlaenf>>. acesso em: 03 junho 2008.

- TAMAYO, A.; DINICE; L.; SILVA A.V. Clima Organizacional e Estresse no Trabalho. In: - TAMAYO; A. et al. **Cultura e Saúde nas Organizações**. Porto Alegre: Artmed, 2004.

- TAMAYO, A.; PASCHOAL, T. Impacto dos Valores Laborais e da Interferência da Família: Trabalho no Estresse Ocupacional. **Psic.: Teor. E Pesq.**, n.21, v.2, maio, 2005, p.173-180. Disponível em: <<http://www.scielo.br>>. acesso em: 03 junho 2008.