

PERCEPÇÃO DOS SINAIS DE ESTRESSE, QUALIDADE DE VIDA E CAPACIDADE PARA O TRABALHO DE FUNCIONÁRIOS DE UMA COORDENADORIA DE EDUCAÇÃO AMBIENTAL

Geovana de Souza Paixão¹; Sayori Vasconcelos Wu¹; Suellem Karoline da Silva Neves¹; Adrine Carvalho dos Santos²

¹Acadêmica de Terapia Ocupacional; ²Mestre em Teoria e Pesquisa do Comportamento
suellemneves@gmail.com

Universidade Federal do Pará (UFPA)

Introdução: O trabalho assume um papel central na constituição da identidade do indivíduo, haja vista que o trabalho, normalmente, ocupa metade das horas em que este está acordado. Sendo assim, o trabalho influencia no modo de vida, na mobilidade geográfica, condição social e em outros fatores do sujeito. No entanto, nos últimos anos, nota-se o aumento do estresse no ambiente de trabalho, trazendo consequências para a capacidade de trabalho e qualidade de vida do trabalhador. Esse estresse associado às experiências de trabalho é denominado Estresse Ocupacional, e podem ocorrer devido condições internas e/ou externas associadas ao trabalho. Segundo o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos (LIPP), alguns dos principais sinais e sintomas do estresse são: tensão muscular, insônia, problemas com a memória, vontade de não fazer nada, sensação de desgaste físico constante, tontura, sensibilidade emotiva excessiva entre outros. **Objetivo:** Identificar quais os principais sinais e sintomas de estresse percebidos, nível de qualidade de vida e capacidade para o trabalho de um grupo de trabalhadores. **Metodologia:** Foi realizada uma pesquisa de cunho quantitativo, pelas acadêmicas do curso de Terapia Ocupacional da Universidade Federal do Pará, em um Órgão Público do Estado do Pará, mais especificamente, na Coordenadoria de Educação Ambiental, a qual é responsável por promover eventos ambientais nos municípios do Estado. Foram aplicados três instrumentos de investigação para coletar dados referentes aos sinais e sintomas de estresse, qualidade de vida e capacidade para o trabalho. O Questionário de Estresse foi elaborado pelas acadêmicas, baseado no Inventário de Sintomas de Stress para Adultos (LIPP), com intuito de verificar quais sintomas de estresse os participantes apresentam de segunda a sexta e de sábado a domingo e se, na opinião dos mesmos, esses sintomas tem alguma relação com o trabalho que desempenham. Quanto ao nível de qualidade de vida, utilizou-se o Questionário de Qualidade de Vida - SF36, este é composto por 36 itens, agrupado em oito dimensões, sendo elas: capacidade funcional, aspectos físicos, dor, estado geral da saúde, vitalidade, aspectos sociais, aspectos emocionais e saúde mental. A pontuação varia entre 0 e 100 pontos, que demonstram a pior e a melhor qualidade de vida possível, respectivamente. Para avaliar a capacidade para o trabalho, utilizou-se o Índice da Capacidade para o Trabalho (ICT), esse instrumento é baseado na autopercepção dos trabalhadores sobre sua capacidade atual e futura para o trabalho. A variação do índice é de 7 a 49 pontos e o escore é classificado em quatro categorias de capacidade para o trabalho: baixa, moderada, boa e excelente. Foram abordados seis trabalhadores, aleatoriamente, com diferentes funções, sendo dois do sexo masculino e quatro do sexo feminino. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. **Resultados/Discussão:** Referente aos sinais e sintomas de estresse, os mais evidenciados pelos funcionários, de segunda a sexta, foram: tensão muscular (83,3%), problemas com a memória (83,3%), insônia (50%) e sensação de desgaste físico constante (50%); e aos sábados e domingos: vontade de não fazer nada (50%). E 83,3% dos participantes responderam que os sinais e sintomas apresentados estão relacionados ao estresse no trabalho. Referente ao protocolo de qualidade de vida, as dimensões com

menores médias foram: dor (30), aspectos sociais (52), saúde mental (58) e vitalidade (58.1), as demais dimensões tiveram média acima de 60. Quanto ao Índice da Capacidade para o Trabalho obteve-se como resultado: 33,3% dos participantes com boa capacidade para o trabalho, 50% com capacidade moderada para o trabalho e 16,6% com baixa capacidade para o trabalho. Percebe-se, com base nos dados apresentados, que os sinais e sintomas de estresse aparecem com maior frequência durante a semana de trabalho do que aos finais de semana; relaciona-se, também, com as médias do SF36, no qual a dimensão com média mais baixa é Dor, pois a tensão muscular é um dos sinais e sintomas de estresse mais frequente de segunda a sexta. É importante ressaltar, também, que quanto ao resultado do protocolo Índice da Capacidade para o Trabalho, a metade apresentou capacidade moderada e nenhum dos participantes apresentou ótima capacidade, permitindo sugerir que a capacidade para o trabalho tem uma íntima relação com estresse no trabalho e ambos implicam na qualidade de vida deste trabalhador. **Conclusão:** Com base nos resultados obtidos, percebe-se que os trabalhadores desta coordenadoria apresentaram alguns sinais e sintomas que podem estar associados ao estresse ocupacional, apresentam níveis baixos de qualidade de vida em algumas dimensões e trabalhadores com capacidade de trabalho alterada. Diante desses resultados preocupantes, nota-se a necessidade de profissionais da saúde atuando na promoção e prevenção de doenças no campo da Saúde do Trabalhador. O terapeuta ocupacional pode ser um desses profissionais, que busca, em suas práticas, prevenir e reabilitar possíveis adoecimentos, tratar, e fazer com que os indivíduos afastados por adoecimentos ligados a seu emprego, retornem ao trabalho, agindo na prevenção, no tratamento e na recuperação das capacidades diminuídas. Acredita-se que este trabalho tem extrema relevância, pois permite perceber a necessidade em se explorar o campo da Saúde do Trabalhador, não somente pelo profissional Terapeuta Ocupacional, mas também, pelos demais profissionais da saúde, para que juntos possam prevenir e promover saúde, e como consequência amenizar resultados negativos como estes desta pesquisa.

Referências:

CREFITO 12. Conselho Regional de Fisioterapia e Terapia Ocupacional 12. **Terapia Ocupacional** Disponível em: < http://www.crefito12.org.br/site/?pg=txt_frio&id=3 >. Acesso: 24 set 2014.

LANCMAN, Selma, GHIRARDI Maria Isabel Garcez. **Pensando novas práticas em terapia ocupacional, saúde e trabalho.** Rev. Ter. Ocup. Univ. São Paulo, v.13, n.2, p.44-50, maio/ago. 2002.

MARTINEZ, Maria Carmen, LATORRE, Maria do Rosário Dias de Oliveira. **Saúde e capacidade para o trabalho em trabalhadores de área administrativa.** Rev Saúde Pública, 40(5): 851-8, 2006.

NICKEL, Renato, et-al. **Correlação entre a qualidade de vida de cuidadores familiares e os níveis de independência funcional dos cuidados.** Cogitare Enferm; 15(2):225-30, Abr/Jun 2010.

SILVA, Sérgio Henrique Almeida, et-al. **Validade e confiabilidade do índice de capacidade para o trabalho (ICT) em trabalhadores de enfermagem.** Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 27(6): 1077-1087, jun, 2011.