



PERCEPÇÃO DE TRABALHADORES SOBRE ESTRESSE OCUPACIONAL E SÍNDROME DE *BURNOUT*

André Luiz De Santana Castro
Caroline Colasso Da Silva Neves
Franciele Daiane Ribeiro Da Silveira
Maria Eveline De Oliveira De Mello
Paulo Henrique Tvuarde Boldrini
Graciela Sanjutá Soares Faria

Resumo

Neste estudo buscou-se entender perspectivas de trabalhadores a respeito do Estresse Ocupacional e da Síndrome de *Burnout*, dentro de uma discussão sobre saúde mental do trabalhador. Tal pesquisa se justifica, pois percebe-se que apenas uma baixa porcentagem da população possui conhecimento sobre tais temas e suas implicações. O objetivo do mesmo foi identificar as informações que trabalhadores possuem sobre estes temas, assim como gerar reflexão, junto a eles e com estudantes de Psicologia, sobre tais questões. Para isso, foi realizada uma pesquisa exploratória através de revisão bibliográfica, entrevistas individuais com doze trabalhadores e apresentação dos resultados das entrevistas, no formato de programa televisivo, para estudantes de Psicologia. As entrevistas foram realizadas a partir de um roteiro semi-estruturado e, dentre os entrevistados, sete eram mulheres, três tinham ensino superior completo, um cursando o superior, seis com ensino médio completo e dois com ensino fundamental. Quanto aos cargos, dois eram funcionários públicos, dois auxiliares de produção, dois respositores, uma recepcionista, uma operadora de caixa, uma diarista, uma estagiária, uma operadora de *telemarketing* e um montador industrial. Todos os entrevistados preencheram um termo de consentimento para o uso de sua voz e imagem na apresentação para os estudantes de Psicologia e em congressos. Como resultado, observou-se que apenas um trabalhador já tinha ouvido falar o que significa o *Burnout*, e já, quanto ao estresse ocupacional, todos eles tinham informações muito compatíveis com a literatura da área. Quanto as implicações do *Burnout*, eles não souberam falar a respeito, entretanto, ao serem indagados sobre o impacto do estresse, destacaram as consequências desfavoráveis, como o aumento da ansiedade e outros sintomas psicológicos, doenças físicas e declínio no rendimento; mas também citaram as suas implicações positivas. Pôde-se perceber que durante as entrevistas, ao serem indagados, os trabalhadores se movimentaram para aprender sobre os temas propostos através de indagações dirigidas aos pesquisadores. Para os estudantes de Psicologia, a possibilidade de entrarem em contato com as entrevistas dos trabalhadores permitiu entender melhor como estes de fato vivenciam as problemáticas enfocadas. Inclusive os estudantes ficaram surpresos com o fato de apenas um entrevistado saber o significado de *burnout*. Propõe-se estudos sobre estas temáticas propostas envolvendo trabalhadores de outros cargos e níveis hierárquicos.

Palavras-chave: Estresse; *Burnout*; Saúde; Trabalho; Saúde do Trabalhador.