

**FACULDADE DE ADMINISTRAÇÃO E NEGÓCIOS DE
SERGIPE - FANESE
NÚCLEO DE PÓS-GRADUAÇÃO E EXTENSÃO – NPGE
CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO “LATO SENSU”
ESPECIALIZAÇÃO EM GESTÃO EM SAÚDE PÚBLICA E DA
FAMÍLIA**

LÍLIAN SIMÕES FONTES PEREIRA

**ESTRESSE OCUPACIONAL X SAÚDE DO TRABALHADOR:
dilema do contexto laboral contemporâneo impactado pela
dinâmica capitalista**

**Aracaju - SE
2010**

LÍLIAN SIMÕES FONTES PEREIRA

**ESTRESSE OCUPACIONAL X SAÚDE DO TRABALHADOR:
dilema do contexto laboral contemporâneo impactado pela
dinâmica capitalista**

Artigo apresentado ao Núcleo de Pós-Graduação e Extensão da FANESE, como requisito para obtenção do título de Especialista em Gestão em Saúde Pública e da Família.

**Aracaju – SE
2010**

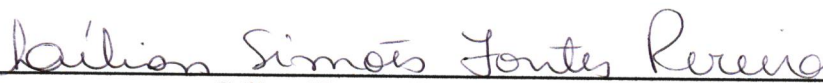
LÍLIAN SIMÕES FONTES PEREIRA

**ESTRESSE OCUPACIONAL X SAÚDE DO
TRABALHADOR: dilema do contexto laboral contemporâneo
impactado pela dinâmica capitalista**

Artigo apresentado ao Núcleo de Pós-Graduação e Extensão - NPGE, da
Faculdade de Administração de Negócios em Sergipe – FANESE, como requisito para
obtenção do título de Especialista em Gestão em Saúde Pública e da Família.

Prof. Sérgio Andrade Galvão

Coord. Cristina Reiss



Lílian Simões Fontes Pereira

Aprovada com média _____

Aracaju (SE), ____ de ____ de 2010

RESUMO

O artigo em pauta que tem por foco Estresse Ocupacional, visa trazer informações sobre esse fenômeno no que se refere as suas causas e conseqüências no mundo do trabalho, considerando ser uma realidade que materializa a contraposição a qualidade de vida que é negada a classe trabalhadora, o que frontalmente, nega o preceituado na Constituição Federal/88, que traz em seu bojo artigos que preconizam a Saúde como um direito de todos. Sendo portanto, um corte na condição de ser cidadão que deveria ser exercitado por todos os atores sociais.

Palavras-chave: Trabalho. Estresse ocupacional. Qualidade de vida. Cidadania.

ABSTRACT

The article in question focuses on the Occupational Stress, aiming to bring information about this phenomenon that referred their causes and consequences in the world of work, considering it is a reality that materializes the counterposition at quality of life that is negated for working class, which, directly, negates the manner provided in Constitution Federal/88, which brings with articles that indicate the Health as a right of all. Therefore, it is a cut in the condition of being a citizen should be exercised by all the social actors.

Key-word: Work, Occupation Stress, Quality of life, Citizenship.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	07
2. ESTRESSE OCUPACIONAL VERSUS QUALIDADE DE VIDA	10
2.1. Breves Considerações sobre Estresse	10
2.1.1. O Estresse Ocupacional: Causas e Conseqüências no cotidiano dos trabalhadores.....	14
2.2. A Problemática do Estresse Ocupacional na perspectiva da cura: Intervenções Profissionais - Assistentes Sociais - com vistas a Cidadania dos Trabalhadores.....	19
3. CONSIDERAÇÕES FINAIS	21
REFERÊNCIAS	23

1. INTRODUÇÃO

Tratar da questão referente ao estresse ocupacional no contexto dos trabalhadores, se faz apropriado que a priori sejam tecidas considerações sobre: conceituações sobre estresse e estresse ocupacional tema foco deste artigo, fazendo referência ao mundo do trabalho e por fim, sobre ações alternativas que poderiam ser adotadas, a exemplo das intervenções de profissionais, a exemplo do assistente social que será utilizado como parâmetro pela legitimidade de sua prática em questões que afetam o homem na sua condição de cidadão.

Salienta-se que o objetivo deste artigo é saber quais as causas e conseqüências do estresse ocupacional no contexto dos trabalhadores, mais especificamente os atuantes na área de saúde. Afirma-se também que a priori acredita-se que os o estresse ocupacional é resultante de uma dinâmica laboral em que o homem tem sua capacidade psico-produtiva testada no seu limite, vivendo assim sob forte tensão e pressão, causando-lhes acentuadas angústias e sofrimento.

A cada dia os profissionais apresentam uma maior diversidade de patologias, exigindo um maior e mais complexo atendimento, visto que as causas das doenças trazem consigo fatores que transcende o aspecto físico, evocando, assim, a compreensão de que o duo doença/saúde é também resultante de questões subjetivas que contribuem para o que pode ser configurado de mente adoecida. Essa realidade requer aprofundamento da percepção do homem em sua multidimensionalidade.

Dessa forma, os profissionais precisam cada vez mais de conhecimentos e de equilíbrio emocional para dar conta da magnitude das ações que desenvolvem em suas rotinas laborais. São eles peças fundamentais, necessitando, assim, estarem centrados e bem resolvidos em suas questões de fórum íntimo e dentro do corpo coletivo profissional, para que o público usuário de seus serviços seja efetivamente assistido.

É incontestável a importância de que as ações laborais sejam processadas por profissionais, em reais condições de desempenho. No entanto, observações que têm sido feitas por estudiosos preocupados com patologias tidas como resultantes de atividades laborativas, a exemplo de Cruz (2006), identifica que o índice de profissionais acometidos por tais enfermidades tem sido cada vez mais crescente.

A situação focada neste estudo permite uma visão panorâmica da necessidade de que esses profissionais, conforme estudiosos da questão como Cruz (2006), sejam vistas sob a

perspectiva de que necessitam de atenção redobrada, no desempenho de suas funções, pois é realidade que em meio as suas angústias e aflições, essas se somam a outras questões como, a exemplo, das condições indevidas para execução de suas atividades; frustrações decorrentes da sensação de impotência/incapacidade para desempenho do labor em acordo com as expectativas que o mundo do trabalho solicita.

No entanto, é uma verdade também que considerando o fato que se constitui uma realidade decorrente de um contexto que enaltece o econômico em detrimento do social, o questionamento a seguir procede: há atenção concreta por parte dos gestores das instituições e dos governantes, ante a enfermidade do estresse ocupacional, a priori, buscando identificar suas causas e conseqüências?

A preocupação acerca do aspecto clínico dos citados profissionais é procedente. Portanto, muito ainda precisa ser feito por todos que acreditam que uma sociedade não nasce pronta, mas que é fruto de saberes e poderes, onde a sua formatação é resultante da ideologia que predomina no contexto e que, por isso, a situação preocupante pontuada neste material pode ser redesenhada, cabendo aos profissionais conscientes e engajados na transformação da sociedade, como também a sociedade em um todo, a tarefa importantíssima de fazer leituras críticas acerca do seu momento histórico; apreender a dimensão do que consiste qualidade de vida, no sentido de envidar esforços na perspectiva de ações engajadas, para que possa se dar positiva superação da sociedade atual.

Nessa perspectiva, as observações que têm por preocupação primeira a situação de descompensação emocional, vivenciados pelos profissionais, buscarão considerar os principais fatores estressores que têm descentrado esses profissionais, levando-os a um estado de patologias mentais.

Em suma, a problemática apontada neste estudo é de real importância e valor, posto que traz à tona uma realidade que é prejudicial aos profissionais acometidos pelas enfermidades, que no processo de desencadeamento/não identificação do problema gera inseguranças em todos os envolvidos no processo, é geradora de incapacidade laborativa, logo ceifador do processo produtivo de muitos profissionais, que requer uma atenção no sentido de que seja pensada saída para reversão dessa realidade.

Discorrer sobre a questão, visivelmente se apresenta um espaço profícuo de reflexão sobre a questão, dando a todos que fazem a sociedade – os vulneráveis a problemática - subsídios para ampliarem suas percepções sobre as implicações de tal fenômeno. Dar-se também a oportunidade de considerar o fato de que a clareza da realidade patológica, favorece no processo de aceitação da realidade em que se encontram, o que tende

a torná-los menos angustiados e por via de consequência, prepara-os para uma melhor administração das adversidades que o contexto laboral lhes impor.

O artigo em seu processo de construção, coletou informações para o processo argumentativo, mediante a utilização de procedimentos metodológicos. Foi uma pesquisa bibliográfica, mediante acesso a produções literárias e textos eletrônicos.

Partindo do entendimento das questões metodológicas que promovem o rigor científico as produções literárias, na medida em que é o “caminho para se chegar a determinado fim”. (MINAYO, 1994, p. 54), se tornando indiscutível sua imprescindibilidade, entende-se necessário para os devidos esclarecimentos da questão pautada, pontuar alguns conceitos sobre estresse ocupacional, os quais servirão de parâmetro para as argumentações presentes neste material.

2. ESTRESSE OCUPACIONAL VERSUS QUALIDADE DE VIDA

Tratar da questão referente ao estresse vivenciado pelos trabalhadores nos dias atuais, tem se constituído numa problemática de real preocupação no mundo do trabalho, demanda que sejam tecidas considerações sobre essas categorias de análise, considerando questões relativas a realidade contextual/mundo do trabalho, focando a política de saúde, posto que é premente o entendimento que a saúde do trabalhador se constitui numa fundamental ferramenta nas relações de produção.

2.1. Breves Considerações sobre Estresse

As argumentações nesse momento serão voltadas para o entendimento do que seja estresse, tendo em vista que por via delas poderá ser elucidado o foco estressor e, assim, apreender as suas consequências, no caso específico, no âmbito do contexto do trabalho. Dessa forma é importante destacar o pensamento de Molina (1996), que afirma ser o estresse qualquer situação de tensão aguda ou crônica que produz uma mudança no comportamento físico e no estado emocional do indivíduo e uma resposta de adaptação psicofisiológica que pode ser negativa ou positiva no organismo.

Percebe-se que o estresse pode ser desencadeado em qualquer indivíduo, visto que está associado ao processo reativo as situações que esse se depara, sendo portanto uma patologia que traz acentuada carga de subjetividade. Daí o entendimento de não ser um fenômeno da contemporaneidade e sim uma realidade presente no contexto da humanidade, desde tempos mais remotos. Esse entendimento se respalda em Perkins (1995 apud CAIAFO, 2003, p.), ao dizer que já se identificava tal fenômeno na Pré-história, nas ocasiões em que o homem buscava dar respostas as adversidades existentes no convívio em sociedade.

Em estudos que tratam sobre a questão, fazendo reporte histórico, é comum a menção de que ao longo da história das civilizações, o homem em seu processo de luta ante as imprevisibilidades da natureza que ameaçavam constantemente suas vidas, buscando dominá-la com vistas a tornar o meio mais adequado a sua sobrevivência, vivenciavam uma realidade de acentuado estresse.

Observa-se assim, que o surgimento do estresse, em geral, está atrelado às situações em que os indivíduos sentem dificuldades de conduzir os problemas que se apresentam em seus cotidianos, provocando-lhes desconfortos que se não forem devidamente administrados tende a adoecê-los. Nesse sentir, o dito por Molina (1996, p.23) confirma:

O comportamento humano sempre foi marcado por respostas a situações estressantes, sendo essa condição herdada dos ancestrais mais primitivos, uma vez que os mesmos se viam obrigados a enfrentar os mais variados tipos de dificuldades e perigos além da necessidade de dominar um meio ambiente adverso e hostil. Ainda de acordo com as palavras do mesmo autor, qualquer situação que represente um risco à vida do indivíduo, ou seja, percebida por ele no momento presente ou futuro como estressante, estando associada às frustrações, desprazer e desconforto, será capaz de desencadear, em maior ou menor intensidade, a resposta de luta ou escape.

Assim, é verdadeiro que os primitivos já traziam em seu cotidiano o fenômeno do estresse. Quanto a isso Molina (1996, p. 23-24) elenca algumas situações estressantes enfrentadas pelos os ancestrais primitivos bem antes que o comportamento fosse gradativamente modificado com o avanço da civilização, como uma forma de melhor compreensão dos padrões de respostas que ocorrem na vida cotidiana, que são:

1. Situações estressantes durante a caça de animais selvagens.
2. As situações adversas associadas com a luta para enfrentar um meio ambiente duro e hostil - animais selvagens, chuvas prolongadas falta de abrigo, trovões, terremotos, estouro de animais selvagens e mudanças climáticas repentinas.
3. A defesa do território contra as tribos belicosas e guerreiras.
4. A própria luta ou a possibilidade de luta contra outras tribos, o que poderia produzir stress por antecipação.
5. A luta pelo domínio da natureza desconhecida, especialmente durante a mudança para outros territórios de migração.

Enfim, o ser humano depara-se com suas fragilidades e limitações, experimentando hoje a doença do seu tempo: o estresse. A palavra stress significa, no original inglês e referente ao domínio do estudo da resistência dos materiais, esforço, tensão, contração. Segundo Lipp (2007), ao afirmar, que hoje, o estresse é um estado de tensão que causa ruptura no equilíbrio do organismo, menciona que foi somente em 1926, que o médico Hans Selye, introduziu este termo para descrever um estado de tensão patogênico do organismo, ao observar que muitas pessoas sofriam de várias doenças físicas e reclamavam de alguns sintomas em comum, tais como: falta de apetite, pressão alta, desânimo e fadiga. Tal observação desencadeou extensas pesquisas médicas que culminaram com a definição, na época, de estresse como um desgaste geral do organismo.

Foi a partir dessas observações que o estresse pôde ser caracterizado, sendo identificado em três fases: a) alerta, considerada a fase positiva, na qual o organismo sai do equilíbrio interno e isto pode acontecer com todo mundo; b) de resistência, em que a pessoa tenta adaptar-se e gasta muita energia e c) exaustão, na qual o indivíduo fica fortemente desgastado, podendo surgir diversas doenças, como úlcera estomacal ou duodenal, ataque cardíaco, depressão, entre outros.

Na contemporaneidade, o estresse ganhou popularidade, uma vez que inúmeros significados estão associados a ele, fato este que contribui para que nem sempre seja empregada de forma correta. Molina (1996, p.18) diz que:

O estresse pode ser definido como qualquer situação de tensão aguda ou crônica que produz uma mudança no comportamento físico e no estado emocional do indivíduo e uma resposta de adaptação psicológica que pode ser negativa ou positiva no organismo.

Depreende-se que o estresse é uma patologia que pode se desencadear na vida dos indivíduos tanto de forma benéfica como prejudicial, estando esse resultado associado a carga de subjetividade inerente aos seres humanos. No entanto, os estudiosos de uma forma geral, afirma que a existência do estresse seja qual for a sua forma, pelo desgaste que ele causa, promove uma diminuição da resistência, tornando o organismo vulnerável a outras formas de doença.

Segundo Guido (2003), a complexidade inerente ao ser humano culmina na interação com fatores que desencadeiam processos em sua estrutura biológica, resultando em demandas psíquicas. Cada indivíduo enfrentará as situações vivenciadas com a experiência e a resolutividade intrínseca de cada um.

O estresse está associado às situações em que o indivíduo é forçado a enfrentar situações que ultrapassem sua habilidade de enfrentamento, necessitando encontrar respostas e maneiras de adaptar-se, se tornando um desafio, daí se justificar a sua complexidade, posto que não há fórmula pronta para a maneira dos indivíduos lidarem, visualizarem e administrarem as inúmeras questões que se apresentem em seus cotidianos.

No entanto é comprovado que o estresse em sua fase inicial, se manifesta de forma parecida entre os indivíduos: taquicardia, sudorese excessiva, tensão muscular, boca seca e sensação de estar alerta, posteriormente, é que se visualizam as diferenças, quando se acentuam as predisposições genéticas da pessoa e as interpretações diferenciadas que estas fazem do meio (YEPES, 2003, p.29).

Assim, o estresse é um estado em que ocorre um desgaste anormal do ser humano, geralmente, acompanhado pela diminuição da capacidade de tolerar, superar ou adaptarem-se as exigências de ordem psíquica presentes no cotidiano. Portanto, o estresse é uma situação que está inserida em toda atividade humana, seja ela de natureza física, intelectual, emocional ou social.

Estar em situação de estresse, ocasionalmente, não é prejudicial ao organismo, pois este precisa reagir a acontecimentos inesperados. A permanência neste estado, contudo, pode causar uma infinidade de complicações, entre elas o enfraquecimento do sistema de defesa, enfermidade. Neste contexto, o homem contemporâneo sofre de um grande número de doenças que nada mais são do que o reflexo de um desequilíbrio emocional ocasionado pela vida estressante e competitiva das grandes cidades. A esse respeito Cerqueira (2004, p. 19) diz:

Viver na atual sociedade, com grupos emocionalmente perturbados, autodesvalorizados, indiferentes e ansiosos, o homem passa a ser vítima dos próprios valores individualistas e materialistas. Nesta condição, a própria sociedade é indutora do stress, produzindo um indivíduo que mantém essa situação. A ameaça, o dano, o desafio são situações que podem induzir o stress.

Percebe-se que o estresse acontece ao longo da vida, de confrontos com as mais variadas situações, sendo o processo crônico aquele de maior importância. Assim, o importante é aprender a tornar-se mais auto-afirmativo e ser capaz de agir de uma forma menos dramática com os acontecimentos, enfrentando-os de forma racional e planejada, visando com isso ações mais equilibradas e adaptadas às situações cotidianas.

Atualmente, as pessoas estão submetidas a pressões em todas as esferas da vida. Cada um reage diferentemente ao estresse, que varia conforme o equilíbrio emocional e afetivo, auto-estima, maturidade e a maneira como se lida com a vida.

As situações estressantes nos dias atuais são as mais diferentes possíveis, como também variam de pessoa para pessoa, e muitas sofrem deste mal que pode ter múltiplas manifestações. Diante disso, as consequências do estresse em algumas pessoas podem ser temporárias e passageiras; e em outras mais intensas e duradouras, levando-as a problemas crônicos de saúde. Entende-se, diante dos autores citados, que as consequências do estresse são compreendidas em todos os aspectos da vida do indivíduo.

Frente ao exposto, entende-se que o estresse se apresenta na vida dos indivíduos por questões internas causado pelos próprios processos de pensamento de uma pessoa, sem qualquer estressante físico em contato com o corpo e por questões externas, decorrente das

situações que são formatadas em seu convívio em sociedade. São os fatores externos que se constitui o principal pilar do estresse ocupacional.

2.1.1. O Estresse Ocupacional: Causas e Consequências no cotidiano dos trabalhadores

As doenças ocupacionais estão cada vez mais presentes no cotidiano dos profissionais, são causadas por agentes internos e externos ao exercício profissional, e dentre elas encontra-se o estresse. Em particular, será tratado aqui as causas e consequências do estresse, posto que é uma patologia que tem ganhado expressão no contexto atual no que tange a preocupação com danos que pode causar na vida do trabalhador, já que o seu acentuamento poderá resultar em efetivos prejuízos para a condição de profissional ativo.

Na contemporaneidade, o trabalho tornou-se um esforço planejado e coletivo, no contexto do mundo industrial e automatizado. Assim, vive-se na época das organizações multinacionais, do trabalho flexível, onde as empresas fazem com que as grandes massas dependam delas.

Para Rossi (2007), à medida que as organizações foram terceirizando seus processos, um número muito grande de indivíduos passaram a vender seus serviços a organizações através de contratos de curto prazo ou proteção de serviço autônomo, criando assim, uma cultura de funcionários temporários. Tal situação tem levado a força de trabalho flexível. O contrato psicológico entre o patrão e o empregado em termos de emprego razoavelmente estável em troca de trabalho bem-feito. As consequências dessa flexibilidade é o aumento da insegurança do emprego, baixa estima e diminuição da motivação e da lealdade.

Aliado-se aos aspectos descritos, vive-se à nova ordem mundial, a crescente pressão competitiva, movida pela globalização¹ e pelas inovações tecnológicas tornou indiferentes os limites entre saúde e trabalho. A sociedade atual exige o esforço cooperativo do homem como a base da vida social, no entanto, esse esforço sofre mudanças significativas, abalos físicos, morais e psicológicos, pois as pessoas não conseguem adaptar-se tão rapidamente quanto à ocorrência dessas mudanças, daí surgem novos problemas, tais como as doenças ocupacionais.

¹ É o conjunto de transformações na ordem política e econômica mundial que vem acontecendo nas últimas décadas. O ponto de mudanças é a integração dos mercados numa "aldeia-global", explorada pelas grandes corporações internacionais. Os Estados abandonam gradativamente as barreiras tarifárias para proteger sua produção da concorrência dos produtos estrangeiros e abrem-se ao comércio e ao capital internacional

Assim, os avanços tecnológicos e a flexibilidade nas relações de trabalho culminaram no surgimento de doenças ocupacionais, evidenciaram-se os riscos e agravos aos quais os profissionais estão expostos no exercício de suas atividades e que podem condicioná-lo ao adoecimento e até a morte, pois o adoecimento se apresenta quando o trabalhador se depara com fatores geradores de risco para sua saúde do trabalhador, e nem sempre dispõe de estrutura suficiente para se superar esses riscos. Siqueira (2002, p.7) diz:

Desse modo, a falta de liberdade no trabalho pela realidade tecnológica, o aparato produtivo e os serviços que impõe o sistema social como um todo trouxeram uma série de problemas para a saúde do trabalhador. A sociedade está cada vez mais competitiva e o modo de vida das pessoas tende a ser mais estressante, na medida em que é preciso fazer valer os próprios valores.

Portanto, ao longo do tempo, as relações sociais e profissionais das pessoas foram se modificando e com o advento do capitalismo aumentou o processo de desgaste e o perfil de morbidade e mortalidade dos diferentes grupos sociais e aos vários segmentos dos trabalhadores.

Muitas são as situações no ambiente de trabalho que podem levar ao estresse, tais como: insatisfação emocional, as condições irregulares de trabalho, bem como os ambientes nos quais se inserem os trabalhadores, são os principais responsáveis pelo aumento do estresse ocupacional. Logo, o estresse no trabalho se exterioriza através de patologias que desgastam o ser humano tanto fisicamente, quanto psicologicamente. Essa realidade pode ser melhor compreendida nas expressões de Bernik (1997, p. 15):

O estresse ocupacional é produto da relação entre o indivíduo e o seu ambiente de trabalho, em que as exigências deste ultrapassam as habilidades do trabalhador para enfrentá-las, o que pode acarretar um desgaste excessivo do organismo, interferindo na sua produtividade. Mas, não podemos descartar o componente individual do estresse ligado a personalidade e ao modo como a pessoa reage, interpreta e sente os acontecimentos de forma particular.

Além dos aspectos descritos estudos revelam que no ambiente profissional, a precariedade das condições de trabalho, a desvalorização material, social e individual, a sobrecarga de trabalho geram um elevado nível de ansiedade no trabalhador, pois o mesmo se sente privado de seu lazer, de sua vida familiar e de seu descanso por conta do trabalho. Como consequência, há um aumento no índice de doenças relacionadas com o trabalho, sendo estas influenciadas por uma combinação de fatores biológicos, psicológicos e sociais.

Quanto a esses fatores, estudiosos revelam que as reações psicológicas envolvem respostas emocionais, tais como ansiedade ou frustração. As reações físicas incluem sintomas como dores de cabeça, problemas digestivos e doenças como o câncer. As reações

comportamentais são respostas a fatores estressantes e incluem a utilização de substâncias, do fumo e a ocorrência de acidentes e comportamento contraproducente e outros.

Observa-se que o desgaste no trabalho traz sérios prejuízos tanto ao desempenho profissional do trabalhador quanto as perdas econômicas para o empregador. Um dos aspectos mais flagrantes dos efeitos negativos junto ao trabalhador é a queda da auto-estima que tendem a direcioná-los para o sentimento da incapacidade produtiva, que materializa a descrédito em si, levando-os ao estágio da frustração ante ao seu potencial produtivo.

Na modernidade as profundas modificações ocorridas no meio laboral diversificaram as atividades do trabalhador e da constante evolução tecnológica que se presenciam no final do século XX em processo ascendente no século atual, o ser humano tem suas responsabilidades aumentadas em função do grande desenvolvimento e, conseqüentemente das inúmeras cobranças em termos de qualificação deste trabalhador e da busca por melhores resultados produtivos.

É uma situação que desencadeia a ânsia por melhores desempenhos tem gerado um estado de tensão constante, acentuada pelas cobranças e a possibilidade de falhar. Além disso, as condições negativas atuais do trabalho, a cobrança da produtividade, a busca de uma qualidade insana tornou o trabalho cada vez mais estressante e insensível às condições humanas, o que compromete significativamente a segurança e saúde do trabalhador durante os processos de trabalho.

É importante verificar que, em qualquer fase descrita, o estresse se transforma em um fator que interfere nas áreas mais importantes em que o ser humano se desenvolve. Não obstante, e devido ao papel que o trabalho desempenha na sociedade atual, coloca em evidência.

Os estressores podem ser classificados em três fatores na situação de trabalho: físicos, sociais e emocionais. Para Lazarus (1995 apud TELES, 2003, p.23), a sobrecarga de trabalho, causado pela designação de muitas tarefas com prazos curtos para sua execução, e com muitas interrupções, a ambigüidade de prioridades, o nível de autoridade e de autonomia, a incerteza quando ao futuro, o convívio com colegas insatisfeitos são fatores estressantes relacionados ao estresse ocupacional.

Partindo desse pressuposto, precisa-se atentar para o fato de que a sociedade moderna, as condições atuais do trabalho, a cobrança da produtividade e qualidade total torna o trabalho cada vez mais estressante e insensível às condições humanas, compromete significativamente a segurança do trabalhador durante os processos de trabalho.

Estudos revelam que muitas empresas colocam a produção como o mais importante, e para conseguir esta meta, sacrificam os trabalhadores de diversas formas e a qualquer custo. Rossi (2007, p.145), diz:

São condições estressantes no ambiente laboral: sobrecarga de trabalho; excesso ou falta de trabalho; rapidez em realizar a tarefa; necessidade de tomar decisões; fadiga, por esforço físico importante (viagens longas e numerosas); excessivo número de horas de trabalho e mudanças no trabalho.

O atual contexto mostra os fatores pela qual a classe profissional sofre constantemente ao lidar com inúmeros problemas ligados a profissão. O profissional que possui muitas atividades estando além de sua resistência física e emocional sofre constante estresse. O trabalhador faz parte de uma sociedade competitiva que valoriza a conquista de bens materiais, ou seja, a conquista do ter e não do ser. Este passa a ser vítima dos valores individualistas e materialistas, visto que enfrenta pressões de diversas partes do sistema, deixando-os ansioso, triste, agitado, alterando a sua maneira de ser.

O estresse ocupacional também pode ser observado sob a perspectiva transacional, em que existe uma interação entre o indivíduo e a situação estressante. Nunes (2003) diz que o estresse no ambiente de trabalho está relacionado com a percepção que o profissional tem dos fluxos existentes no ambiente ocupacional e a sua habilidade para enfrentá-las na saúde.

Desse modo, o estresse ocupacional é resultado da interação entre o indivíduo e o seu ambiente ocupacional, na qual as imposições deste ultrapassam as habilidades do profissional para superá-las, resultando em desgaste excessivo do organismo e interferindo na qualidade da assistência prestada.

Desse modo, o estresse ocupacional é o conjunto de fenômenos que se sucedem no organismo do trabalhador com a participação dos agentes estressantes lesivos derivados diretamente do trabalho ou por motivo deste, e que podem afetar a saúde do trabalhador.

Pode-se observar que há similaridades na visão dos autores acerca do estresse, pois afirmam que ao passo que o indivíduo reage, ele estará buscando uma possível adaptação ao novo, à sua inquietude, às tensões da atual conjuntura, ao dia-a-dia agitado, corre-corre, conflitos, medos, enquanto que os que não conseguem elaborar tais mudanças podem ser acometidos pelo estresse. Baccaro (1997, p. 56) Diz:

Existem, no ambiente de trabalho, diversos fatores que provocam o estresse no empregado. Não é possível eliminarmos todos estes fatores, mas é importante reconhecê-los e saber lidar com cada um deles, já que o estresse, além de diminuir muito a produtividade e a eficiência, contribui para o aparecimento de doenças que, muitas vezes, podem afastar o indivíduo de suas atividades.

Assim, considerando o exposto, observa-se que atualmente a palavra estresse tem sido muito recorrida, associada a sensações de desconforto, sendo cada vez maior o número de pessoas que se definem como estressadas ou relacionam a outros indivíduos na mesma situação. O estresse é quase sempre visualizado como algo negativo que ocasiona prejuízo no desempenho global do indivíduo. Para que haja a instalação do estresse no indivíduo é necessário que um agente estressor esteja presente. Quanto a esse agente, Lipp (1996: p. 64) informa que “é qualquer evento que amedronte, confunda ou excite a pessoa”.

No que se refere aos agentes estressores, serão pontuados os relativos aos que se apresentam no âmbito das relações de trabalho. Para tanto, Baccaro (1997, p. 21) destaca os que entende serem alguns mais frequentes, que são: ambigüidade e conflitos na função, sobrecarga qualitativa e quantitativa no trabalho, más relações interpessoais, baixa participação no trabalho, progresso na carreira, conflito com outras funções, e outros.

Esses estressores estão presentes no cotidiano profissional independentemente do espaço que exerçam suas atividades, pois estão propensos a assumirem mais de uma função que resulta em sobrecarga, bem como vivenciarem situações desgastantes nas ocasiões em que recebem ordens simultaneamente de pessoas hierarquicamente superiores, ocorrendo, assim, uma realidade que tende a resultar em relações conflituosas com os colegas que, muitas vezes, são situações que se estendem para o âmbito familiar, efetivando-se uma cadeia de problema.

Observa-se nessas expressões, que o estresse é um fenômeno decorrente de situações desgastantes, mas o seu desencadeamento ocorre a partir da forma como cada indivíduo absorve tal realidade. Contudo, independentemente da forma como cada um elabora a situação vivida, são fatores que desencadeiam no trabalhador uma vida precarizada e, com sérios riscos, impossibilitando-o, assim, de manter-se dentro de uma condição necessária de vida que não lhes permite ter uma boa qualidade de vida.

Diante do exposto, nota-se que os fatores estressantes no ambiente de trabalho são os principais geradores de estresse ocupacional e se faz necessário que os profissionais avaliem cuidadosamente o seu estilo de vida, o seu ambiente de trabalho, e busquem adotar políticas e ações que visem à redução e administração das fontes de estresse.

Considerando a realidade de estresse presente no cotidiano dos trabalhadores, registra-se que há a necessidade de ações em prol da qualidade de vida, posto que as questões inerentes a rotina de trabalho, somado aos princípios que norteiam uma sociedade capitalista, são visivelmente focos de estresse. Dentre as alternativas pode ser pensada a intervenção de profissionais que em seu agir se constitua facilitador da efetivação do projeto de cidadania. Para parâmetro das considerações, serão tomadas as práticas do assistente social, que se constitui legítimo representante nessas realidades laborais.

2.2. A Problemática do Estresse Ocupacional na perspectiva da cura: Intervenções Profissionais - Assistentes Sociais - com vistas a Cidadania dos Trabalhadores

Buscar descrever o papel do assistente social junto às questões que demandam um redirecionamento de questões que visem fazer valer o homem na sua condição de cidadão, é o mesmo que entender a essência de sua prática, posto que este tem por objetivo em suas intervenções subsidiar os usuários de seus serviços a refletirem sobre as questões que lhes causam desconforto, de forma a buscarem alternativas que promovam mudanças qualitativas.

Nessa linha de pensamento, há de se considerar o que diz Nicolau (2005, p. 86) que com propriedade define as ações desses profissionais dizendo que “o trabalho do assistente social incide sobre a consciência dos outros indivíduos sociais e a si próprio, objetivando mudanças nos atos e comportamentos”.

O assistente social é um profissional que respeitando os princípios éticos que se constitui a base de suas ações, a exemplo das outras categorias profissionais, este que teve suas bases, dentro de uma realidade capital assumindo o papel de atenuador de conflitos, em sua escala evolutiva, tem direcionado suas ações respeitando a realidade que envolve a classe desfavorecida, que tem sido, hoje, o sujeito concreto na operacionalização dos seus serviços. Essa compreensão é sustentada no que diz Amaral (1995, p. 287):

O Serviço Social pode bem desenvolver a sua função contribuindo para a melhoria da qualidade de vida dos grupos menos favorecidos. Melhoria da qualidade de vida implica manutenção de alguns direitos conquistados, conquista de novos direitos, o que requer a ampliação de consciência dos segmentos sociais, voltando-se para a luta em prol da cidadania.

No instante em que se tem essa compreensão do que consiste as práticas dos assistentes sociais, que impinge a função de instigar os indivíduos a exercitar a cidadania, detecta que estes são profissionais legítimos agregadores de valor no contexto dos

trabalhadores, pois conforme expresso pelo estudioso acima têm direcionados as ações para os menos favorecidos e os referidos profissionais têm no contexto social, vivenciados situações que solicita suas intervenções com vistas a aliviá-los das tensões vividas, despertando-os para os limites de suas ações, bem como nas questões relativas aos desgastes interprofissionais, posto que trabalhar as relações é ação inerente a essa profissão, quando são legítimos mediadores de conflitos.

Quando se faz uma análise das práticas desse profissional tomando por parâmetro, essa realidade específica, registra-se que este detém habilidades que se apresentam propícias no trato de questões dessa natureza, pois o seu instrumental de trabalho e suas experiências na condução de criação de espaços para palestras e debates que materializa práticas educativas, posto que as mudanças de percepções só ocorrerão mediante o repasse de informações para que se dêem os devidos esclarecimento para o avanço ante a percepção das realidades que os rodeiam.

Portanto, ter utilizado o assistente social como referência para entendimento da importância dos diversos segmentos profissionais junto ao desempenho de atividades laborais de forma menos agressiva ao homem nos seus múltiplos aspectos, se constitui apropriado, pois é um profissional que ciente dos objetivos que norteiam a sua profissão, intervém junto ao homem no trato das questões sociais que são geradas no imbricamento das relações que estes estabelece em seu meio, materializando-se profissionalmente, adotando um conjunto de procedimentos que são estimuladores à percepção do homem na direção da construção de visões críticas, cujos resultados os tirem da condição de objeto à sujeitos atuantes em suas histórias.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Estresse Ocupacional, conforme discussão apresentada por diferentes estudiosos, consiste num fenômeno que se desencadeia a partir de diversas situações vivenciadas pelo trabalhador no cotidiano das suas relações no mundo do trabalho – agentes externos, mas é uma realidade também que só se constitui uma patologia requerendo tratamento, quando esse indivíduo por questões de fórum íntimo, que dá materialidade a subjetividade inerente ao homem, apresenta dificuldades na administração das situações apresentadas.

É verdade também que o contexto capitalista, em sua dinâmica de desvalorização ao homem, não considerando suas limitações físicas e psicológicas, buscando apenas explorá-los em sua máxima com vistas a uma maciça lucratividade. Essa realidade é traduzida por um contexto altamente competitivo, individualista, massificador, tendendo a gerar sentimentos de inseguranças, medos, angústias e um descrédito por parte dos próprios trabalhadores em suas capacidades produtivas, levando-os por conseqüência, em muitos casos, a queda da auto-estima, depressão, e outros.

Observa-se que o mundo do trabalho em seu processo de desenvolvimento se apresenta contraditório, pois ao tempo que identifica ser o homem em sua força de trabalho a mola propulsora para o alcance dos objetivos que o norteia, ele não preserva esse trabalhador no sentido de resguardá-lo conforme sua importância dentro do processo produtivo, a fim de eliminar os fatores de risco à sua inatividade.

Ante essa observação percebe-se o quanto o sistema de produção vigente é dinamizado de forma perversa, logo que em sua busca exacerbada pelo acúmulo de riqueza em detrimento de condições de trabalho dignos e condizentes com os limites humanos, ceifando-os do seu valioso patrimônio – saúde – resultando numa realidade de acentuado estresse.

Quando se adentra nessa questão é importante apontar que o estresse ocupacional é um fenômeno que merece atenção especial, posto que tem sido uma realidade que tem se firmado no quadro do mundo do trabalho, cujas causas são getadas nas rotinas do labor que é dinamizado sob frustração decorrente da irresolutividade presentes nos processos de trabalho;

a excessiva jornada de trabalho; relações interprofissionais conflituosas, o que tem refletido negativamente em suas vidas.

Há entendimento por parte dos estudiosos que não se pode desconsiderar o efeito dominó, pois na medida que não se cria ações para a promoção do resguardo da integridade bio-psíquica-social desse trabalhador, por consequência esse sofrerá efetivos desgastes que resultará no seu adoecimento.

Frente ao exposto, sugerem-se alguns procedimentos para a minimização do estresse ocupacional. Primeiramente, é importante a prevenção e a atenção do estresse laboral que constituem um grande desafio para as instituições, visto que, os critérios para combatê-lo deverão ser organizacionais e pessoais.

A situação em pauta demonstra a necessidade de medidas interventivas que podem ser processadas por todos que detêm informações reversivas ao quadro, dentre eles pode ser citado à categoria de profissionais, a exemplo dos Assistentes Sociais, que visivelmente dispõem das habilidades no desempenho de seu papel de educador/construtor/mediador/multiplicador de informações que é fundamental para do homem ante a realidade em que se encontra, potencializando-os para superação de obstáculos, pois o acentuamento do estresse, conforme explicitado por vários estudiosos, está estreitamente vinculado a inabilidade do indivíduo de lidar com as adversidades que a vida lhes impõe.

Nesse sentido, a intervenção do Assistente Social se volta para uma realidade onde o estado de doença é determinado pelas condições de vida, de trabalho e das relações sociais e esta atrelada ao conjunto de variáveis, a fim de desenvolver estratégias visando reverter uma problemática - o estresse ocupacional -, buscando desenvolver programas anti-estresse que contemplam a difusão de informações sobre o estresse, suas causas e a forma de controle, por meio da educação para a saúde dos trabalhadores e para que eles desenvolvam habilidades pessoais que lhes permitam reduzir o problema.

Considerando a vulnerabilidade em que se encontram os trabalhadores, dar-se a necessidade de um pensar para o que preceitua a Constituição Federal/88, em vigor, embora se saiba que é uma tarefa que se traduz em um grande desafio para uma sociedade marcada por profundas desigualdades sociais e uma trajetória histórica de saúde ineficiente, pois há de se ter firmada a preocupação de exclusão do mundo do trabalho, não os mutilam meramente no âmbito profissional, pois é uma realidade que num contexto em que o ter se sobrepõe ao ser, os afastam da perspectiva de dignidade, que é um dos pilares à efetivação da qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

- AMARAL, Maria Virginia Borges. Análise do discurso da associação brasileira de ensino de serviço social: desvendando os limites da profissão. In: **8. CONGRESSO BRASILEIRO DE ASSISTENTES SOCIAIS: CADERNO DE COMUNICAÇÃO**. Salvador, jul, 1995, p. 285-287.
- BACCARO, Archimedes. **Vencendo o estresse: como detectá-lo e superá-lo**. Petrópolis: Vozes, 1997.
- BERNIK, V. **Stress: o ponto de ruptura**. São Paulo: Atlas, 1997.
- BRASIL. **Constituição: República Federativa do Brasil**. Brasília: Senado Federal, 1988.
- CAIAFFO, Giovanna de Almeida. **Estresse ocupacional: estudo realizado junto aos funcionários da Sudema**. João Pessoa-PB: Universidade Federal da Paraíba, 2003.
- CERQUEIRA, Lúcia. **Conectar terapia integrativa, corpo, energia e consciência**. Maceió: Cata Ventos. 2004.
- CRUZ, Eliane Bezerra da Silva. **Estudo sobre a problemática de saúde dos trabalhadores de enfermagem: perspectiva para vigilância à saúde**. São Paulo, 2006
- GUIDO L.A. **Stress e coping entre enfermeiros de centro cirúrgico e recuperação anestésica** [tese]. São Paulo: Escola de Enfermagem, Universidade de São Paulo, 2003.
- LIPP, Marilda N. Stress: conceitos básicos. In: Lipp, M.N. (org.). **Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco**. Campinas: Papirus, 1996.
- _____. **O stress está dentro de você**. São Paulo: Contexto, 2007.
- MINAYO, Maria Cecília de Souza. (org.). **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. 5. ed. Petrópolis. Vozes, 1994.
- MOLINA, Omar Franklin. **Estresse no cotidiano**. São Paulo: Pancast, 1996.
- NICOLAU, M. C. C. ; ANDRADE, M. P. V. ; CARVALHO, Denise Câmara de ; ALVES, C. A. N. ; SILVA, M. L. S. F. ; BEZERRA, A. R. ; XAVIER, C. V. . **A Prática do Serviço Social**. Natal/São Paulo: Ed. Universitária/Cortez, 2005. v. 03.
- NUNES, Marcia B. G, MAURO Maria Y.C, CUPELLO Antonio. J. **Estresse como um risco ocupacional em enfermagem psiquiátrica**. Rio de Janeiro, 2003. Disponível em <http://www.alass.org>. Acesso em 22 de março 2009.

ROSSI, Ana Maria. **Autocontrole**: Nova maneira de gerenciar o estresse. J8 ed. São Paulo: Editora Best Seller, 2007.

SIQUEIRA, C. T. **O stress como doença**. 2002. Disponível na Internet: http://www.pflzer.pt/viver_melhor/stress.php. 2002. Acesso em 10 de julho de 2009.

TELES Maria Luiza Silveira **O que é stress?** 1ª ed. São Paulo: Editora Brasiliense, 2003. Coleção Primeira Passos.

YEPES, Hernando Duque. Como **prevenir e controlar o estresse**. **Síndrome do século XXI**. São Paulo: Paulinas, 2003.