

ESTRESSE: UM ESTUDO ACERCA DO ESTRESSE NO TRABALHO DE INDUSTRIÁRIOS¹

Kelly Mattos²
Cármem Marilei Gomes³

RESUMO

Os fatores de estresse são inúmeros, podendo ser oriundos da escola, família, amigos e do trabalho. Em grande parte do dia, o ser humano dedica-se ao trabalho e sua integridade física, psíquica e social estão expostas para proporcionar realizações e também prejuízos à saúde, devido aos fatores estressores. Este trabalho justifica-se por avaliar as percepções acerca do conceito de estresse, e verificar se há estresse em trabalhadores de uma Indústria Eletrônica, do município de Taquara/RS. Objetiva-se identificar o nível de estresse, quando este estiver presente e as estratégias empregadas para administrá-lo. O método utilizado foi um estudo descritivo, de caráter quantitativo e qualitativo, com aplicação de três instrumentos: um questionário, o inventário ISSL e a escala EVENT. A coleta de dados foi realizada com vinte e um participantes. Os resultados revelam que há estresse em 33% dos trabalhadores, a fase do estresse em que se encontram é a Fase de Resistência e a sintomatologia predominante é psicológica (ISSL). Entre os fatores que mais incomodam os participantes, no seu cotidiano de trabalho, estão: em primeiro lugar a Infraestrutura e Rotina, a Pressão no Trabalho e o Clima e Funcionamento Organizacional (EVENT). Destacam-se outros fatores que ainda incomodam os participantes como a pressão no trabalho e as relações interpessoais (Questionário). Propostas de prevenção e enfrentamento do estresse, no ambiente de trabalho, foram apresentadas aos participantes. A amostra pesquisada apresenta sintomas de estresse, porém, conclui-se que os participantes conseguem gerenciar o estresse de maneira adequada, quando este estiver presente no ambiente de trabalho.

Palavras-chave: Estresse. Trabalho. Industriários.

¹ Artigo de pesquisa apresentado ao Curso de Psicologia das Faculdades Integradas de Taquara, como requisito parcial para aprovação na disciplina Trabalho de Conclusão II.

² Acadêmica do curso de Psicologia das Faculdades Integradas de Taquara - Faccat - RS. kellynhamattos@gmail.com.

³ Bióloga (UFRGS), Mestre e Doutora em Neurociências (UFRGS), Pós Doutora em Fisiologia (USP) Professora das Faculdades Integradas de Taquara - Faccat – RS e Orientadora do Trabalho de Conclusão. cmarilei@faccat.br.