

ESTRESSE OCUPACIONAL NO CORPO DE BOMBEIROS MILITAR: INFLUÊNCIA NA QUALIDADE DE VIDA DO EFETIVO

Daliane da Rosa Daleaste¹

RESUMO

Este artigo teve como objetivo identificar, através de revisão bibliográfica, fatores que produzem estresse ocupacional no cotidiano de profissionais Bombeiros Militares de Florianópolis/SC bem como detalhar os modelos de Estresse Ocupacional e sugerir estratégias de intervenção no sentido de melhorar a qualidade de vida destes profissionais. Concluiu-se que o estresse é uma realidade presente na vida profissional de um bombeiro, pois toda situação de emergência, resgate de pessoas presas às ferragens, atendimento a vítimas de acidentes e o cotidiano em geral, produzirá tensão e estresse.

Palavras Chave: Estresse Ocupacional. Bombeiros Militares. Qualidade de Vida.

1 INTRODUÇÃO

O estresse ocupacional constitui-se numa preocupação da Organização Mundial de Saúde - OMS, considerando as suas consequências para a qualidade de vida do indivíduo, bem como para o seu desempenho profissional.

O ser humano está sujeito, em todos os momentos de sua vida, a situações e ambientes que possam ser considerados fontes de pressão desencadeadoras de estresse, não sendo excluído o seu ambiente de trabalho.

Atualmente, os estudos e as publicações sobre estresse e as suas consequências, abordam não só os sinais do estresse no corpo ou na mente, senão também, suas implicações para a Qualidade de Vida de um modo geral, incluindo o desempenho profissional.

¹

Aluna Soldado do CEBM – Centro de Ensino Bombeiro Militar de Santa Catarina. Graduada em Enfermagem.
E-mail: dalyyy@hotmail.com.

O Corpo de Bombeiros tem como missão básica a preservação da vida, do meio ambiente e do patrimônio e, por ser um órgão militar, além de exercer atividades que competem à Polícia Militar, como preservação da ordem pública, atua, também, na execução de atividades de defesa civil como: prevenção e extinção de incêndios, proteção e salvamento de vidas humanas, busca e salvamento em afogamentos, inundações, desabamentos, acidentes em geral, catástrofes e calamidades públicas. A partir daí, depreende-se que são trabalhadores com muitas atividades a desempenhar e um nível de exigência alto na sua execução, podendo desencadear situações estressantes.

A falta de habilidade dos indivíduos em lidar com o estresse fortalece ainda mais situações de vulnerabilidade, que podem acarretar em riscos para a própria saúde, tornando-se necessária orientação específica quanto às estratégias para gerenciá-lo.

Sendo assim, este artigo teve como objetivo identificar fatores que produzem estresse ocupacional no cotidiano de profissionais Bombeiros Militares de Florianópolis/SC bem como detalhar os modelos de Estresse Ocupacional e sugerir estratégias de intervenção no sentido de melhorar a qualidade de vida destes profissionais.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Estresse e Estresse Ocupacional

Vive-se em uma era de muita tensão causada pelo estresse, que é chamado a “doença do século” ou, ainda, “a doença do terceiro milênio”, que enfraquece o sistema imunológico, gerando inúmeras patologias que afligem as sociedades humanas. Trata-se de um sério problema social e econômico e uma preocupação de saúde pública, pois atinge pessoas ainda jovens, em idade produtiva e que geralmente ocupam cargos de responsabilidade. No Brasil, por ser um país jovem, com problemas de desemprego e instabilidade econômica, sua frequência é muito alta; uma em cada dez pessoas sofre com as consequências do estresse (MURTA; TROCCOLI, 2004 apud NASCIMENTO et al., 2007).

Lipp (2001, p. 20), afirma ainda que,

o estresse é definido como uma reação do organismo, com componentes físicos e/ou psicológicos, causada pelas alterações psicofisiológicas que ocorrem quando a

pessoa se confronta com uma situação que, de um modo ou de outro, a irrite, amedronte, excite ou confunda, ou mesmo que a faça imensamente feliz.

A Organização Internacional do Trabalho (OIT) define o estresse ocupacional como sendo um conjunto de fenômenos que se apresentam no organismo do trabalhador e que, por este motivo, pode afetar sua saúde. Os principais fatores geradores de estresse presentes no ambiente de trabalho envolvem os aspectos da organização, administração e sistema de trabalho e da qualidade das relações humanas (COSTA; LIMA; ALMEIDA, 2003 apud SCHMIDT, D. R. C., 2009).

A partir da conceituação do estresse ocupacional enfocada nos estressores organizacionais é que se diferenciam dois tipos de estudos relacionados ao estresse: os de estresse ocupacional e os de estresse geral, onde os primeiros enfatizam os estressores relacionados ao ambiente de trabalho e os últimos, estressores gerais na vida do indivíduo (SCHMIDT, 2009).

De acordo com Lipp (1996), o estresse é classificado em três fases:

- a) Fase de alerta – é quando a pessoa se confronta com o estressor e o organismo se prepara para a “luta ou fuga”;
- b) Fase de resistência – quando o estressor perdura ou é de uma intensidade excessiva, o organismo tenta estabelecer o equilíbrio interno;
- c) Fase de exaustão – o processo de estresse evolui, há exaustão psicológica e as doenças começam a aparecer.

As principais causas do estresse (CARVALHO, 1995) são:

- a) Baixa resistência à frustração - característica do indivíduo que se aborrece facilmente.
- b) Ameaças constantes – pessoas que se sentem intimidadas, gerando atitudes de recuo, de afastamento.
- c) Competitividade – pretender uma coisa simultaneamente com outra pessoa.
- d) Falta de tempo para si mesmo – trata-se do indivíduo que não consegue se organizar, se programar, para que seu tempo seja bem administrado.
- e) Ansiedade constante – quando o indivíduo apresenta um comportamento aflitivo ligado a uma sensação constante de perigo.
- f) Baixa estima – pessoas que não se gostam, não se valorizam.
- g) Estresse no final de carreira – ocorre, quando o indivíduo não se preparou psicologicamente para essa etapa da sua vida.

Segundo Mello Filho (1992) as doenças mais frequentes, e que têm em sua base o esforço de adaptação, ou seja, aparecem como reação ao estresse são: úlceras digestivas,

alterações da pressão arterial, crises hemorroidárias, doenças renais, manifestações alérgicas, artrites reumáticas, comprometimento do sistema imunológico, entre outras.

Do ponto de vista fisiológico, Ballone (2008, apud CREMASCO; CONSTANTINIDIS; SILVA 2008, p. 2), explica que

quando o corpo percebe um sinal de perigo, sendo ele verdadeiro ou não, ele se prepara para lutar ou fugir, já o bombeiro, vai em direção ao perigo, indo assim, contra o instinto natural. É necessário, então, que eles saibam gerenciar todas essas emoções. Com o tempo podem surgir problemas cardíacos, respiratórios, de pele, problemas intestinais, entre outros. Quanto a seu lado emocional, o profissional se torna mais incisivo e agressivo como uma forma de se defender, a partir daí os desgastes e doenças podem surgir.

Os bombeiros precisam estar sempre preparados para qualquer tipo de ocorrência. São percebidos pelo imaginário social como heróis que encarnam a síntese da coragem individual. Segundo Barcellos (2006) apud Cremasco e Constantinidis, Silva (2008, p. 2), o bombeiro representa para o social o ideal de potência total que é responsável pelo desenvolvimento da crença na figura do profissional salvador supercompetente. Isto pode significar uma pressão maior do que esse profissional pode suportar uma forte pressão psicológica que pode afetar sua saúde.

2.2 Modelos de Estresse Ocupacional

Existem vários modelos que contribuem para entender o estresse ocupacional, citados por Santos Filho (2010, p. 39-51):

a - Modelo baseado nas demandas excessivas de trabalho

Demandas não gerenciáveis e pressões excessivas podem causar uma condição inadequada para o trabalho. Em consequência disso os trabalhadores podem não receber o suporte adequado para realização das suas tarefas, assim como podem não ter o controle do trabalho e das pressões associadas a elas.

b- Modelo baseado na demanda e controle

A tensão psicológica é resultado das demandas existentes nas situações de trabalho e do grau de liberdade para tomada de decisões do indivíduo. Estas demandas, conflitos e outros estressores, colocam o indivíduo em um estado de estresse motivante, instigando-o a uma reação.

c- Modelo baseado no equilíbrio indivíduo ambiente

A idéia central deste modelo é que o estresse ocupacional pode ocasionar reações de caráter comportamental, fisiológico ou psicológico. Exemplos de reações comportamentais, fisiológicas e psicológicas são, respectivamente, baixa performance no trabalho, problemas de hipertensão e insatisfação com o trabalho.

d- Modelo baseado na percepção do ambiente

O estresse ocupacional depende diretamente da percepção do indivíduo do ambiente de: trabalho doméstico, social e individual, o que pode gerar sintomas tanto individuais como organizacionais.

e- Modelo de Lazarus e Folkman

Estresse psicológico é uma relação entre o indivíduo e o ambiente. Os autores acrescentam que o estresse depende da avaliação do indivíduo, e que cabe a este determinar se existe uma sobrecarga que excede os seus recursos e compromete o seu bem-estar.

f- Modelo baseado no esforço-recompensa

A função ocupacional representa para o indivíduo a forma de atuar, contribuir, fazer parte do grupo e ser recompensado com dinheiro, estima e condições de controle status. Fatores como a perda de função, desligamento e instabilidade no trabalho, baixos salários, falta de perspectiva de promoção e status ocupacional fazem o trabalho estressante.

g- Modelo da teoria do equilíbrio dinâmico

Este modelo é focado nos fatores que podem gerar tensão. Estes podem estar relacionados com traços da própria personalidade, comportamentos ou fatores organizacionais. O estresse é definido como um estado de desequilíbrio quando ocorre mudanças que afetam o nível natural de tensão psicológica do indivíduo e o seu bem-estar.

h- Modelo estressor-resposta

Neste modelo, os estressores ocupacionais estão presentes nos aspectos ambientais e as respostas que cada indivíduo dá a estes aspectos estão relacionadas com os

aspectos da natureza humana. O estresse ocupacional está relacionado com o tempo de duração dos estressores e com as características e experiências do indivíduo.

i- Modelo de adaptação indivíduo- ambiente

O foco deste modelo está no bem-estar do indivíduo e na sua relação com as características de trabalho e pessoais. O estresse é produzido em duas situações. A primeira, quando os recursos do ambiente não satisfazem às necessidades do indivíduo. A segunda, quando o indivíduo não tem habilidade para enfrentar determinadas demandas do ambiente.

j- Modelo ecológico de estresse ocupacional

O estresse pode ser provocado por desajustes entre as oportunidades e demandas do ambiente e as expectativas de cada indivíduo. A ocorrência de desajustes ou esforço excessivo pode provocar a manifestação de reações cognitivas, afetivas e fisiológicas.

k- Modelo NIOSH

O modelo proposto considera que as condições de trabalho têm papel principal como causa de estresse ocupacional, não desconsiderando, no entanto, os fatores individuais. As condições estressoras de trabalho podem afetar a segurança e a saúde do trabalhador.

l- Modelo de Ferreira e Assmar

O surgimento das diversas reações de estresse no indivíduo está relacionado com fatores intrínsecos ao trabalho, papéis desempenhados na organização, relações interpessoais no trabalho, interfaces trabalho/família, desenvolvimento de carreira e fatores ligados a organização.

3 METODOLOGIA

A pesquisa bibliográfica foi operacionalizada mediante consulta em livros e busca eletrônica de artigos, teses e monografias indexadas em base de dados, entre elas o Instituto Brasileiro de Informação em Ciência e Tecnologia - IbiCT e Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde- Lilacs, a partir de palavras-chave relacionadas ao estresse ocupacional e à qualidade de vida.

Foram recuperados artigos, teses e monografias originais na íntegra e feita a leitura integral de cada estudo, a identificação das ideias-chave, a hierarquização dos principais achados e a síntese dos resultados.

As informações obtidas foram analisadas, considerando alguns aspectos relevantes do estresse ocupacional, como por exemplo, os principais desencadeantes e fatores de risco, as estratégias de intervenção que apontam resultados positivos, as condições de trabalho, entre outros.

4 A CARACTERIZAÇÃO DO AMBIENTE PESQUISADO

4.1 Histórico do Corpo de Bombeiros Militar de Santa Catarina

Em 16 de setembro de 1919, foi sancionada pelo então Governador do Estado de Santa Catarina, Doutor Hercílio Luz, a Lei Estadual nº 1.288, que criava a Seção de Bombeiros, constituída de integrantes da então Força Pública.

Somente em 26 de setembro de 1926, foi inaugurada a Seção de Bombeiros da Força Pública, hoje Corpo de Bombeiros Militar de Santa Catarina - CBMSC, com a presença do Governador do Estado, Secretário do Interior e Justiça, Presidente do Congresso Representativo e do Superior Tribunal de Justiça, Chefe de Polícia e outras autoridades, além de muitas pessoas do povo.

Segundo a EC 033 em seu art.08, que altera o art.108 da constituição do estado de Santa Catarina, que passa a ter a seguinte redação:

Art. 108. O Corpo de Bombeiros Militar, órgão permanente, força auxiliar, reserva do Exército, organizado com base na hierarquia e disciplina, subordinado ao Governador do Estado, cabe, nos limites de sua competência, além de outras atribuições estabelecidas em Lei:

I – realizar os serviços de prevenção de sinistros ou catástrofes, de combate a incêndio e de busca e salvamento de pessoas e bens e o atendimento pré-hospitalar;

II – estabelecer normas relativas à segurança das pessoas e de seus bens contra incêndio, catástrofe ou produtos perigosos;

III – analisar, previamente, os projetos de segurança contra incêndio em edificações, contra sinistros em áreas de risco e de armazenagem, manipulação e transporte de produtos perigosos, acompanhar e fiscalizar sua execução, e impor sanções administrativas estabelecidas em Lei;

IV – realizar perícias de incêndio e de áreas sinistradas no limite de sua competência;

V – colaborar com os órgãos da defesa civil;

VI – exercer a polícia judiciária militar, nos termos de lei federal;

VII – estabelecer a prevenção balneária por salva-vidas; e

VIII – prevenir acidentes e incêndios na orla marítima e fluvial (SANTA CATARINA, 1997).

O grande momento da corporação aconteceu nos tempos pós modernos mais precisamente com a emenda constitucional 033 de 13 julho de 2003 que em suas linhas declara o Corpo de Bombeiros emancipado da Polícia Militar, compondo assim mais uma força militar do estado. Segundo a EC 033 em seu art.01 que altera o art.31 da constituição do estado de Santa Catarina passa a ter a seguinte redação:

Art. 31. São militares estaduais os integrantes dos quadros efetivos da Polícia Militar e do Corpo de Bombeiros Militar, que terão as mesmas garantias, deveres e obrigações – estatuto, lei de remuneração, lei de promoção de oficiais e praças e regulamento disciplinar único.”(13/06/03)

Não se pode deixar de salientar que tanto o Corpo de Bombeiros Militar quanto a Polícia Militar de Santa Catarina são instituições criadas com base na disciplina e hierarquia sendo forças auxiliares e reserva do exército brasileiro.

O comandante geral do Corpo de Bombeiros Militar do Estado é o Sr Coronel BM José Luiz Masnik. A corporação atende 95 cidades (atualização em 17 de junho de 2010) com 13 batalhões no Estado, sendo o de Florianópolis o 1º Batalhão.

5 A INFLUÊNCIA DO ESTRESSE OCUPACIONAL NA QUALIDADE DE VIDA DO EFETIVO DO CBMSC

Os Bombeiros Militares são submetidos a várias situações desgastantes e atuam em ambiente carregado de fatores estressantes. Suas atividades diárias, lazer, convivência familiar, sono e repouso são prejudicadas pelo esquema de trabalho detalhados pelos turnos alternados e longas jornadas. Além de viverem sob constante alerta, sofrem cobranças e são continuamente avaliados no cumprimento de suas funções, sendo que um dos que mais avaliam é a própria comunidade.

No levantamento bibliográfico realizado no presente artigo destacaram-se algumas situações geradoras de estresse por parte do efetivo do CBMSC, entre elas podemos citar a pesquisa de Nascimento et al. (2007, p. 13-16):

O toque da sirene, o deslocamento para as ocorrências e o estado de prontidão são fontes provocadoras de tensão e estresse. Quando é acionada a sirene a adrenalina sobe, em alguns casos mais que em outros, dependendo do tipo de ocorrência.

Também, a medida que vão recebendo as informações em relação à ocorrência, os níveis de ansiedade podem aumentar, dependendo do tipo de acidente. De acordo com Ramírez (2002), o estresse presente na atividade de socorrismo remete às próprias situações

de emergência, onde os profissionais precisam codificar e decodificar uma quantidade importante de informações, o que redundará em uma organização e ação contra o tempo.

A violência nos locais das ocorrências dos casos atendidos, envolvendo as vítimas, crianças, idosos e familiares também aparecem nos conteúdos como fatores estressantes.

Quando chegam no hospital, os profissionais que ali atuam recusam o atendimento, alegando superlotação e falta de profissionais qualificados para atendimento de especialidades. Isso é mais um motivo de geração de estresse ocupacional.

Outro elemento que se observa, como sendo mais um elemento a considerar, é o trânsito. Seja no caso de chegar ao local do evento, quanto no traslado da vítima para atendimento em algum hospital da região, o trânsito pode se tornar uma outra fonte de tensão, muitas vezes pela dificuldade de acesso ou circulação, fundamentalmente em determinadas vias e horários, e outras por que o tipo de acidente requer em relação à vítima um certo cuidado no traslado, ou seja, uma velocidade adequada que não movimente demasiado a pessoa e possa vir a prejudicar o quadro geral da vítima (RAMÍREZ 2002, p. 56).

Constatou-se que devido a muitas ocorrências, a carga horária, a obrigação de terem habilidades e serem rápidos, a hierarquia e a busca do perfeccionismo os bombeiros vivem em um nível de alto estresse. Além disso, o clima organizacional e o ambiente de trabalho levantam aspectos em relação a influência negativa da rigidez da hierarquia e das normas organizacionais.

6 CONCLUSÃO

Por meio da análise foi possível compreender que, devido aos Bombeiros Militares conviverem cotidianamente com o risco, com situações de acidente e morte, a maioria demonstrou que a atividade profissional interfere em sua qualidade de vida e em seu modo de agir.

O estresse é uma realidade presente na vida profissional de um bombeiro, pois toda situação de emergência, resgate de pessoas presa às ferragens, atendimento a vítimas de acidentes, necessariamente, produzirá tensão e estresse. Atualmente pesquisas abordam não só os sinais do estresse no corpo ou na mente, como também, as influências para a Qualidade de Vida de um modo geral, incluindo o desempenho profissional. A qualidade de vida envolve a satisfação e as expectativas tanto humanas quanto técnicas por parte do trabalhador, e, portanto, melhorá-la não é algo que se resolva em um só trabalho, mas é um

processo infindável, que necessita do comprometimento do indivíduo com um estilo de vida e uma forma de trabalho.

O alto risco de estresse que os profissionais Bombeiros Militares estão expostos demonstra que fazem parte de um grupo ocupacional que necessita de programas de manejo de stress ocupacional. Cabe ressaltar o quanto é importante a existência de psicólogos em espaços como esse, buscando auxiliar na saúde desses trabalhadores, que tem uma função tão importante e valorizada na sociedade, mas que, por outro lado, passa por situações estressantes, inclusive de risco de vida iminente no seu dia a dia, e, por isso, pode estar mais propenso a adoecer.

Frente aos fatores desencadeantes de estresse, pode-se sugerir a inclusão de práticas, como o esporte, a criação de locais adequados para alongamentos e encontros educativos, descanso e lazer, a disponibilidade de materiais e equipamentos necessários para a realização do trabalho com menos riscos e mais qualificação, contribuindo assim para a melhoria da qualidade de vida no trabalho.

REFERÊNCIAS

CARVALHO, A. V. **Administração de recursos humanos**. São Paulo: Pioneira, 1995. v. 2.

CREMASCO, L.; CONSTANTINIDIS, T. C.; SILVA, V. A. da. A farda que é um fardo: o estresse profissional na visão de Militares do Corpo de Bombeiros. **Cadernos de Terapia Ocupacional da UFSCar**, São Carlos, v. 16, n. 2, p. 83-90, jul./dez. 2008,

LIPP, M. E. N. **Como Enfrentar o Stress**. Campinas: Icone, 2001.

LIPP, M.E.N. **Pesquisas sobre stress no Brasil**: saúde, ocupações e grupos de risco. Campinas: Papirus, 1996.

MELLO FILHO, J. et al. **Psicossomática hoje**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1992.

NASCIMENTO, K. C. et al. Percepções acerca do estresse no trabalho de uma equipe de atendimento pré-hospitalar. Florianópolis, 2007. **Revista Baiana de Enfermagem**, Salvador, v. 21, n. 2/3, p. 9-17 maio/dez. 2007.

RAMÍREZ, Henry Darío Cunha. **Estresse no cotidiano de trabalho de bombeiros de Santa Catarina: entre as Atividades Profissionais e as Exigências da Organização**. 2002. 85 f. Dissertação (Mestrado em Engenharia) – Programa de Pós-Graduação da Universidade Federal de Santa Catarina, Santa Catarina, 2002.

SANTA CATARINA. **Constituição do Estado de Santa Catarina**. 3. ed. Florianópolis: Insular, 1997.

SANTOS FILHO, Bento da Silva. **Percepção dos empregados sobre os estressores ocupacionais no Modelo de Gerenciamento de Projetos: um estudo de caso na organização X**. 2010. 97 f. Dissertação (Mestrado em Administração) – Núcleo de Pós-Graduação em Administração, Escola de Administração, Universidade Federal da Bahia, Bahia, 2010.

SCHMIDT, Denise Rodrigues Costa. **Qualidade de vida no trabalho e sua associação com o estresse ocupacional, a saúde física e mental e o senso de coerência entre profissionais de enfermagem do bloco cirúrgico**. 2009. 243 f. Tese (Doutorado em Enfermagem) – Programa de Pós- Graduação em Enfermagem Fundamental, Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo, São Paulo, 2009.