



PESQUISA

PERCEPTION OF OCCUPATIONAL STRESS BY MILITARY FIREFIGHTERS FROM A CITY IN THE
COUNTRYSIDE OF MINAS GERAIS
PERCEPÇÃO DO ESTRESSE OCUPACIONAL POR BOMBEIROS MILITARES DE UMA CIDADE DO INTERIOR
DE MINAS GERAIS
PERCEPCIÓN DEL ESTRÉS OCUPACIONAL POR BOMBEROS MILITARES DE UNA CIUDAD DEL INTERIOR DE
MINAS GERAIS

Natália Gomes Vicente¹, Lúcia Aparecida Ferreira², Marina Pereira Rezende³, Ricardo Jader Cardoso⁴,
Fernanda Bonato Zuffi⁵

ABSTRACT

Objective: to identify the factors those predispose the military fireman to develop occupational stress. **Method:** this was a descriptive study, with quantitative and qualitative approach. 32 interviews were conducted using a semi-structured questionnaire and an interview recorded with guiding questions. The data were analyzed using the SPSS 16.0 version and for the interviews was used content analysis. **Results:** Seven categories namely: understanding stress, stress in daily work; factors stressors and emotional damage due to stress. **Conclusion:** It was noticed in this study the difficulty of theoretical science on this subject. Moreover, we can infer that concern firefighters, feel and express stress in different ways and thus to realize when they are under job stress. **Descriptors:** Professional Exhaustion, Workers' Health, Nursing.

RESUMO

Objetivo: Identificar fatores que predispõe o bombeiro militar a desenvolver estresse ocupacional. **Método:** Trata-se de um estudo descritivo, com abordagem quanti-qualitativa. Foram realizadas 32 entrevistas sendo utilizado um questionário semi-estruturado e uma entrevista gravada com as perguntas norteadoras. Os dados foram analisados utilizando o programa SPSS versão 16.0 e para as entrevistas utilizou-se análise de conteúdo. **Resultados:** emergiram sete categorias: entendimento de estresse; estresse no cotidiano de trabalho; relacionamento interpessoal; fatores estressores; significado do sofrimento alheio; dano emocional e conflitos. **Conclusão:** Percebeu-se neste estudo a dificuldade de encontrar referencial teórico científico a respeito da referida temática. Ademais, pode-se inferir que os bombeiros militares referem, sentem e manifestam o estresse de diferentes maneiras e, portanto, conseguem perceber quando estão sob estresse ocupacional. **Descritores:** Esgotamento Profissional, Saúde do trabalhador, Enfermagem.

RESUMEN

Objetivo: identificar los factores que predisponen el bombero militar a desarrollar estrés ocupacional. **Método:** Se trata de un estudio descriptivo, con abordaje cuanti-calitativa. Fueron realizadas 32 entrevistas siendo utilizado un cuestionario seme-estructurado y una entrevista grabada con las preguntas nuerteadoras. Los datos fueron analizados utilizando el programa SPSS versión 16.0 y para las entrevistas se utilizó analice de contenido. **Resultados:** emergieron siete categorías: entendimiento de estrés; estrés en el cotidiano de trabajo; relacionamiento interpersonal; factores estresores; significado del sufrimiento ajeno; daño emocional y conflictos. **Conclusión:** se percibió en este estudio dificultades de identificar referencial teórico científico a respecto de la referida temática. Además, se puede inferir que los bomberos militares refieren, sienten y manifiestan el estrés de diferentes modos y, por lo tanto, consiguen percibir cuando están bajo estrés ocupacional. **Descriptor:** Agotamiento Profesional, Salud Laboral, Enfermería.

¹Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal do Triângulo Mineiro. E-mail: natalia_gomesvicente@hotmail.com. Endereço: Av. Volveno Marega, 169 - Costa Telles II, Uberaba, MG. Tel: (34) 33132377/ (34) 9992-8850. ²Professora Doutora em Enfermagem - Docente da Universidade Federal do Triângulo Mineiro. E-mail: lap2ferreira@yahoo.com.br. ³Professora Doutora em Enfermagem - Docente da Universidade Federal do Triângulo Mineiro. E-mail: marina@enfermagem.uftm.edu.br. ⁴Professor Doutor em Enfermagem - Docente da Universidade Federal do Triângulo Mineiro. E-mail: jader10@uol.com.br. ⁵Professora Mestre em Enfermagem - Docente da Universidade Federal do Triângulo Mineiro. E-mail: fbzuffi@yahoo.com.br.

INTRODUÇÃO

A Lei Orgânica de 8080/90 definiu saúde do trabalhador como um conjunto de práticas que buscam a promoção e manutenção da saúde, prevenção de acidentes e agravos advindos da atividade laboral, recuperação e reabilitação dos trabalhadores, por meio de ações de vigilância epidemiológica e sanitária¹. A partir dela é que houve um maior desenvolvimento da enfermagem do trabalho. O enfermeiro do trabalho deve preocupar-se com o bem estar físico e mental do empregado, estando atento aos fatores predisponentes ao adoecimento.

Um importante servidor público é o profissional Bombeiro Militar. Em sua atividade profissional coloca em risco sua vida para salvar e defender a vida de outros, bem como patrimônios públicos ou privados da sociedade. Segundo o Art. 9, da Emenda 39 à Constituição do Estado, o inciso II diz que compete:

[...] ao Corpo de Bombeiros Militar, a coordenação e a execução de ações de defesa civil, a prevenção e combate a incêndio, perícias de incêndio, busca e salvamento e estabelecimento de normas relativas à segurança das pessoas e de seus bens contra incêndio ou qualquer tipo de catástrofe;².

É ainda, de competência dos Bombeiros Militares, bem como de outros serviços, desde que habilitados por instituições ligadas ao Sistema Único de Saúde (SUS), a prestação de socorro e atendimento pré-hospitalar, tomando medidas de preservação da vida, por meio de técnicas não invasivas e utilização de materiais e equipamentos especializados.³

Devido ao excelente desempenho nas atividades laborais, segundo pesquisa, a corporação dos Bombeiros Militares é a segunda instituição de maior confiabilidade da população, estando atrás somente da família.⁴ Assim sendo, faz parte de seu cotidiano lidar com situações de risco, com o público em geral, e está suscetível às J. res.: fundam. care. online 2013. jul./set. 5(3):75-84

pressões internas, advindas da carreira militar, e externas, como a expectativa que se cria durante a resolução das atividades laborais. Dessa forma, o profissional Bombeiro Militar está exposto não somente aos riscos físicos da profissão, mas também aos danos emocionais e mentais relacionados ao estresse ocupacional.

Segundo a literatura, não existe um conceito específico para estresse. O termo foi utilizado pela primeira vez em 1956, por Hans Selye. Desde então sua constante veiculação a outras pesquisas, bem como, em meios de comunicação, permitiu diferentes interpretações de seu significado.⁵ O estresse ocupacional, assim como o estresse em si, não tem seu conceito bem definido. Diz-se que este está relacionado às atividades profissionais diárias, porém, não foi encontrado na literatura um conceito definitivo.⁶

No entanto, há relatos na literatura que estresse ocupacional pode gerar sentimentos negativos como solidão, irritabilidade e cansaço.⁷ E relacionam ainda à exaustão emocional e a síndrome de Bournout.⁵

Baseado nessa informação e conhecendo a importância do trabalho dos Bombeiros Militares, este estudo tem como objetivo identificar fatores que predispõe esse profissional a desenvolver o estresse ocupacional, o que possibilitará propor ações em saúde visando maior qualidade de vida no ambiente de trabalho, que conseqüentemente será refletido na melhora dos atendimentos realizados pelos bombeiros. Além disso, este estudo colabora com a literatura para melhor entendimento a cerca do estresse ocupacional e suas conseqüências.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo exploratório, descritivo, com abordagem quanti-qualitativa. O estudo foi realizado com 34 militares do Corpo de Bombeiros de uma cidade do interior de Minas

Vicente NG, Ferreira LA, Rezende MP *et al.*

Perception of occupational stress...

Gerais. Os voluntários eram esclarecidos quanto aos objetivos da pesquisa e posteriormente liam e assinavam o termo de consentimento livre e esclarecido.

Após a assinatura deste, iniciou-se a entrevista que foi dividida em duas partes. Primeiramente fez-se o preenchimento de um questionário com as variáveis de caracterização sócio-demográfica da amostra e a segunda, contendo questões referentes à temática estresse, onde utilizou-se o gravador com a finalidade de não se perder nenhuma informação.

Após as entrevistas, as falas foram transcritas na íntegra. Durante este processo houve perda de duas entrevistas, devido as falhas mecânicas do gravador, as quais foram automaticamente excluídas da pesquisa, perfazendo um total de 32 entrevistas. Os dados obtidos foram analisados através do programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versão 16.0 e segundo análise de conteúdo.⁸

Esta pesquisa teve aprovação do comitê de ética em pesquisa da Universidade Federal do Triângulo Mineiro sob o protocolo número 1899.

RESULTADOS E DISCUSSÃO DOS DADOS

Inicialmente passaremos a apresentar os resultados referentes à primeira parte da coleta de dados, isto é, as questões fechadas que descrevem o perfil sócio-econômico da amostra.

Conhecendo os sujeitos

Dos 32 bombeiros entrevistados observou-se que: 25 (78,1%) eram do sexo masculino e 7 (21,9%) eram do sexo feminino. Quanto ao estado civil, 17 (53,1%) dos entrevistados se declararam casados, 10 (31,2%) solteiros, 2 (6,3%) amasiados, 2 (6,3%) união estável e 1 (3,1%) divorciado. Quanto aos filhos, 18 (56,2%) relataram ter filhos e 14 (43,8%) não terem. Dos que possuíam filhos, a maioria, 1 a 2 filhos, 88,8%.

Com relação à religião, 24 (75%) relataram seguir uma religião, enquanto que 1 (3,1%) relatou J. res.: fundam. care. online 2013. jul./set. 5(3):75-84

não ter uma definida, 6 (18,8%) não seguem nenhuma e 1 (3,1%) ignorou a pergunta. A religião de maior incidência foi a católica com 15 (46,9%) das respostas, seguida por evangélica 5 (15,6%) e espírita 4 (12,5%).

No que se refere à escolaridade, 15 (46,9%) possuem ensino médio completo, 14 (43,8%) ensino superior completo e 3 (9,3%) referiram ter outro grau de instrução. A renda salarial variou de quatro a mais de seis salários mínimos, sendo que 18 (56,25%) dos entrevistados referiram ter uma renda de até quatro, 3 (18,75%) de até 6 e 8 (25%) de mais de seis salários mínimos. Destacamos aqui que o salário mínimo vigente no nosso país no ano de 2011 era de R\$ 545,00.

O mesmo ocorreu com a renda familiar, apresentando a maioria com mais de seis salários, com 18 (56,3%) dos entrevistados. Com relação à contribuição para esta renda, 21 (65,6%) disseram que duas pessoas contribuíam; 8 (25%) responderam serem os únicos responsáveis pela renda e 3 (9,4%) relataram que 3 pessoas contribuíam. O número de pessoas que dependem da renda variou de 1 a 5 pessoas ou mais, sendo que 8 (25%) responderam que uma pessoa depende da renda; 5 (15,6%) que duas pessoas são dependentes; 9 (28,1%) possuem três; 8 (25%) possuem quatro e 2 (6,3%) possuem cinco ou mais.

A partir das unidades de análise extraídas das entrevistas realizadas com os bombeiros, surgiram como resultado do agrupamento, sete categorias, a saber: 1. Entendimento de estresse; 2. Estresse no cotidiano de trabalho; 3. Relacionamento interpessoal; 4. Fatores estressores; 5. Significado do sofrimento alheio; 6. Danos emocionais e 7. Conflitos.

Categoria: entendimento de estresse

Esta categoria engloba as unidades de análise que destacam alguns sinais e sintomas que identificam o estresse: É cansaço físico, mental, muitas das vezes [...] gerados por fatores externos [...].(E4)

Estresse eu diria que é uma dificuldade de lidar com os sentimentos que você tem normalmente no seu dia-a-dia, [...] totalmente psicológico. (E19)

Ah estresse é tudo aquilo que acontece durante o dia e influencia no modo, no comportamento, é até na saúde também [...].(E23)

O estresse [...] é quando uma pessoa está numa situação em que ela não tem o controle mais [...] do seu emocional. (E34)

O estresse pode ser entendido e conceituado de acordo com o contexto em que o indivíduo está inserido. Assim, pode significar um estímulo, um sentimento ou um sintoma de adoecimento físico e/ou mental.

Para alguns autores o conceito de estresse ainda é uma incógnita, associam à sua sintomatologia ou ainda como algo inerente a relação do indivíduo e do meio em que está inserido. O primeiro a descrever sobre o tema foi Hans Selye que depois veio a escrever teoria da síndrome geral de adaptação geral, que discorreu sobre os efeitos e a exposição ao estresse a longo prazo.⁹ Desde então sua popularização permitiu diferentes interpretações com relação ao seu significado⁵. Portanto, é difícil dizer se um conceito dado ao estresse é certo ou errado, uma vez que as definições não apresentam um consenso.

O estresse pode ser identificado como precursor de doenças físicas e mentais. Dessa forma, pode ser associado ao aparecimento de disfunção temporomandibular¹⁰ e a síndrome de Burnout.⁵

O que se percebe é que existem vários modos de interpretação o estresse e as consequências deste. Observa-se nos relatos que o estresse pode ser definido como um sintoma de doença ou o contrário, como agente causador da doença. Estes pontos de vista podem ser aceitos, uma vez que não há uma definição simples e bem definida de estresse construída pela literatura científica.

Categoria: estresse no cotidiano de trabalho

Esta categoria compreende as unidades de análise que denotam particularidades do serviço de bombeiro, que podem levar ao estresse, através das expressões do tipo:

O serviço de 24h, ele já é por si só um serviço estressado. (E3)

[...] às vezes não tem um horário específico, [...] você trabalha a noite, [...] você tem acúmulo de ocorrências em algum dia [...].(E14)

É carga excessiva de trabalho [...].(E31)

Ao indagarmos sobre os acontecimentos do cotidiano de trabalho que causavam estresse, os bombeiros apontaram que a relação entre horas trabalhadas e o excesso de trabalho constituía um ponto importante na causa de estresse. Os militares apontam que a carga horária de 24 horas de trabalho para 48 horas de descanso é muito extensa, e que eles são exigidos em muitas tarefas durante o turno de trabalho, o que causa exaustão.

Os resultados vão de encontro ao de outros estudos com outra categoria de militares apontam como exaustiva a escala de turnos adotada na corporação dos militares.¹¹⁻¹² Por outro lado uma pesquisa realizada em São Leopoldo - RS, não corrobora com este dado, uma vez que em seus resultados traz como positiva a escala de trabalho adotada.¹³

Em relação ao turno e escala de trabalho encontrou-se nesta pesquisa que o regime de 24 horas de trabalho para 48 horas de folga constituiu-se como algo estressante no cotidiano de trabalho desses bombeiros.

Para estes trabalhadores, a carga horária é extensa e exaustiva, pois exige esforço físico e mental. Em contrapartida, o tempo de descanso é curto, pois quando retornam a rotina de trabalho ainda sentem cansaço do último turno.

Diferenças individuais podem ocasionar melhor adaptação à rotina de turnos, as quais são

Vicente NG, Ferreira LA, Rezende MP *et al.*

influenciadas por fatores internos (idade, personalidade, estado de saúde, entre outras) e externos ao indivíduo (habitação, sistema familiar, atividades desenvolvidas nas folgas, etc.).¹⁴

Categoria: relacionamento interpessoal.

Esta categoria considera que o sistema militar é um fator que leva ao estresse no cotidiano de trabalho.

O relacionamento interpessoal é outro fator que contribui para o surgimento de estresse ocupacional. Os discursos apresentados acerca das rotinas do trabalho, a falta de companheirismo e o militarismo, mostram que estes fatores dificultam as ações em equipe, gerando transtorno no desenvolvimento das atividades cotidianas e desgastes emocionais.

Segundo o Art. 8º da lei 5301 da Constituição do Estado de Minas Gerais, a “hierarquia militar é a ordem e a subordinação dos diversos postos e graduações que constituem carreira militar”. Portanto, a organização dos serviços militares é regida pelo oficialato.¹⁵ No entanto, obedecer a uma hierarquia ditada pelo poder das patentes pode prejudicar o relacionamento interpessoal, principalmente, por não haver momentos de integração para que ocorram sugestões, discussões, e até mesmo questionamentos.

Estudos mostram ainda que o sistema ditado pelo militarismo, onde predominam a hierarquização, o poder e a autoridade são pontos negativos do trabalho do bombeiro, uma vez que priva o indivíduo de sua personalidade e da relação de igualdade entre os colegas de trabalho.¹¹ Os dados obtidos vão de encontro com a literatura, pois como se observa nas falas, o militarismo é visto como um fato cotidiano causador de estresse o que vem ratificar em nossos achados.

No geral, aqui a gente tem um agravante que é o fato de ser militar e que as vezes você tem que ter uma postura diferenciada e saber lidar com isso e isso pode

J. res.: fundam. care. online 2013. jul./set. 5(3):75-84

Perception of occupational stress...

proporcionar algum desentendimento que gera o estresse. (E18)

[...] o próprio militarismo me deixa estressado, que é você vê que alguma coisa tá errada, mas por você ser subordinado a essa pessoa, você tem que acatar a ordem do militar mais antigo ou do seu superior [...]. (E29)

Percebe-se que o bom relacionamento interpessoal ainda é um ponto dificultador, o que contradiz outro estudo encontrado na literatura. Os sujeitos de uma pesquisa realizada em São Leopoldo, Rio Grande do Sul, consideram sua equipe de trabalho unida e o comando é acessível.¹³

A equipe se mostra desunida e há falta de companheirismo, podendo ser advindos do sistema militarista. O trabalho baseado em um sistema que não permite grandes mudanças no quadro geral de cargos pode levar a questionamentos, acerca dos comandos e da organização da instituição como um todo. Percebe-se que os sujeitos da pesquisa reconhecem os prejuízos decorrentes da desunião entre as equipes.

Categoria: fatores estressores

Esta categoria encampa as falas que dizem respeito à jornada de trabalho, como também, a atenção voltada para o espaço físico.

Um fator elencado como ponto de partida para o estresse é a relação entre jornada de trabalho e hora de descanso. Nos relatos apresentados, as horas para descanso são insuficientes, pois, a sobrecarga de trabalho demanda esforço físico e mental, ocasionando esgotamento, apresentado nas falas, a saber:

A gente vive aqui 24h, mas são 24h de tensão. São 24h que você não tem um tempo de relaxar igual parece que está tudo bem, mas a gente não consegue dormir direito, [...] a qualquer hora pode ser chamado, a qualquer hora pode acontecer alguma coisa [...], a gente está num estado de alerta [...] tem que ficar ligado o tempo todo[...].(E5)

A própria atividade. As 24 horas de trabalho,[...] acredito que a folga até pequena pra compensar as 24 horas de

trabalho. Já volta no dia seguinte trabalhando já cansado. (E26)

O estresse quando a gente é submetido à carga excessiva, algum trabalho excessivo, muitas horas. Mesmo quando agente fica no trabalho sem descanso, às vezes, até sem alimentação, e tem que passar por isso. É excesso de esforço físico, igual tem prejuízo do sono, de descanso, por ser 24h de serviço. (E31)

No tocante a realidade do serviço do bombeiro, um estudo realizado em 2006 em Porto Alegre aponta que cerca de 74 a 81% dos atendimentos pré-hospitalares às vítimas de acidentes registrados são feitos por Bombeiros Militares, o que corresponde a uma grande demanda da prestação de seus serviços.¹⁶ Somado a isso, existe ainda as ações de organização e supervisão das equipes, bem como a rotina de 24 horas de trabalho para 48 horas de descanso.

Pontuam ainda que, durante o serviço possuem uma qualidade de sono prejudicada. Semelhante aos dados encontrados em outros estudos com Bombeiros Militares, onde o sono interrompido constitui um fator estressante que pode diminuir a qualidade de vida no trabalho.¹¹⁻¹³

Comparando com equipes de enfermagem, observa-se que o estresse está relacionado à capacidade de adaptação a rotina de turnos e ao tempo de serviço. Outros fatores que também contribuem para o aparecimento do estresse é a rotina de trabalho, quantidade de efetivo e cargos de gerência e supervisão.¹⁷

Percebe-se que a demanda de trabalho exigida nas 24 horas de trabalho é vista pelos entrevistados como pesada e exaustiva, pois demanda esforço físico e mental na organização e no desenvolvimento das atividades. Tal fato pode predispor ao estresse, uma vez que coloca os profissionais em situações de estresse iminente.

Categoria: significado do sofrimento alheio.

Esta categoria corresponde às respostas mentais, psicológicas e sociais no desempenho desses profissionais nas atividades cotidianas, que

abarcou as unidades de análise, das quais destacaremos a seguir:

Bom, o que chega a mexer comigo, a deixar meu psicológico um pouco abalado, é, às vezes, pegar um acidente onde eu encontre alguma criança morta, ou gravemente ferida, aí chega a abalar um pouco, [...] a gente sente um aperto no coração, então é algo que faz a gente pensar se o que a gente ta fazendo é legal ou não, apesar de eu concordar que seja legal. (E13)

[...] lidar com a pressão de mexer com vítimas machucadas, gente em perigo, gente pedindo socorro sempre, isso pra mim pode ser um fator de estresse. (E19)

[...] lidar diretamente com a dor do ser humano ou um evento de maior vulnerabilidade, na maioria das vezes. (E25)

Tais ocorrências levam a um sentimento de grande responsabilidade para/com a vida do outro. Um estudo realizado em São Carlos - SP aponta que fazer atendimentos em ocorrências que exigem preparo psicológico sem o tê-lo, pode levar a traumas que conseqüentemente, serão refletidos no cotidiano.¹¹ Outro estudo aponta ainda que a profissão do bombeiro exige preparo físico, emocional, psicológico e social para o convívio com o sofrimento humano em detrimento ao amor a profissão.¹³

Há ainda as situações de morte. Na literatura, encontrou-se um estudo de revisão bibliográfica, realizado com discentes do curso de enfermagem, em que, analisa-se o relacionamento dos sujeitos com a questão da morte e morrer. A pesquisa aponta que muitos consideram que é seu dever lutar contra a morte, e que o morrer é sinônimo de fracasso. Além disso, em certos casos é necessário lidar com os sentimentos dos familiares, bem como os próprios sentimentos em relação a esta situação.¹⁸ Isso também foi observado durante a realização deste trabalho.

O sentimento de responsabilidade com a vida do outro se sobrepõe ao profissionalismo durante situações que trazem risco de morte a outros seres humanos. Essas situações necessitam

Vicente NG, Ferreira LA, Rezende MP *et al.*

Perception of occupational stress...

de preparo emocional, pois é necessário sim prestar atendimento com racionalidade às vítimas, porém, não se pode esquecer que quem veste a farda também é um ser humano, dotado de sentimentos.

[...] outros são ocorrências que você vai e alguma pessoa morre, te deixa abalado. (E10)

Senti de perder pessoas queridas, já estando trabalhando eu já presenciei em serviço, amigo que morreu, colega de serviço que morreu, é pessoas que as vezes [...] a gente se identifica com a pessoa e não esquece.” (E19)

A gente é... lida com perda. Perdas diárias ou não, perdas de vidas mesmo, [...] é uma sensação de impotência, [...] de a missão não ter sido cumprida com tempo, mesmo sabendo que nem sempre ela estava em nossas mãos. É dar continuidade a vida de uma pessoa e garantir que ela viva. (E25)

Categoria: dano emocional

Esta categoria corresponde às falas que exprimem resultados referentes aos danos emocionais advindos do estresse, conforme as falas abaixo.

[...] tem vários momentos que a gente fica mais debilitado, fica mais introspectivo ou, diria assim, acreditando menos na gente. (E3)

[...] sinais de tristeza, você não consegue dormir direito, você não sente vontade de retornar para o seu ambiente de trabalho, às vezes, quando você chega, seu humor não é o humor que você gostaria de estar apresentando. (E6)

Principalmente perder o sono. Eu perco muito o sono. (E8)

Todo dia a gente sofre né, às vezes a gente nem sabe porque, mas a gente sempre sofre um pouco. (E17)

Nervoso, o dano que eu tenho é que eu fico nervoso. (E20)

Relatou-se a insônia, relacionada à tristeza e nervosismo como sendo um dos danos emocionais decorrentes do estresse. Os militares referem que, quando se sentem estressados tendem a dormir irregularmente.

O estresse pode ser o causador de insônia, em auxiliares de enfermagem, ocasionalmente ou J. res.: fundam. care. online 2013. jul./set. 5(3):75-84

frequentemente quando passam por situações de eventos da vida, produtores de estresse¹⁹. Isso na realidade do serviço de Bombeiro Militar pode ser vivenciado a todo instante, pois em suas atividades, muitas vezes, colocam sua vida em risco para proteção dos bens e patrimônios da sociedade, além da responsabilidade com a vida de outra pessoa.

A dificuldade para dormir ou ter um sono de qualidade, foi referida como sintoma de estresse por 47,62% dos entrevistados de uma pesquisa com trabalhadores da enfermagem²⁰. Fato este descrito nesta pesquisa, os sujeitos acreditam que a insônia é ocasionada pelo estresse e não o contrário.

Pode se estabelecer uma relação entre o estresse, a dificuldade para dormir e a má qualidade do sono e que esta é percebida e sentida por quem com ela convive. Além disso, sabe-se que tais problemas podem trazer prejuízos graves à saúde física e mental do indivíduo.

Categoria: conflitos

Estas unidades de análise descrevem as mudanças que a profissão causa nos seus membros nas relações interpessoais e sociais.

A influência do trabalho nas relações familiares foi outro dano emocional mencionado pelos bombeiros. O estresse sofrido durante o dia é transportado para o ambiente familiar, o que pode trazer consequências desastrosas para as relações familiares. Muitas vezes é difícil separar os sentimentos vividos no ambiente profissional e no ambiente familiar e social.

Um estudo realizado com trabalhadores de todas as categorias em Portugal aponta que é possível ter uma boa gestão entre aspectos profissionais e familiares. Segundo a pesquisa, quando perguntados sobre o equilíbrio família-trabalho, 46% dos entrevistados referiram ser “bom” e 18% “muito bom”.²¹ No entanto, os dados obtidos nesta pesquisa apontam que o estresse ocupacional acaba interferindo na vida pessoal e

Vicente NG, Ferreira LA, Rezende MP *et al.*

Perception of occupational stress...

familiar dos bombeiros sendo mencionado como um dano emocional.

Foi porque meu noivo também é militar, nosso relacionamento aqui é muito complicado [...].(E5)

A gente lida diretamente com a dor do ser humano e precisa naquele momento é se distanciar desse sentimento de dor, de perda, pra conseguir executar o nosso trabalho, [...] a gente não pode se emocionar com certas situações na hora da atividade, [...] tem que negar mesmo a nossa condição de humano, que tem sentimento mesmo, pra poder atender a uma pessoa que está necessitando do nosso atendimento, porque ali a vida da pessoa ta... pode se dizer... nas mãos dos militares [...].(E25)

[...] perde um pouco a sua sensibilidade com a pessoa, que você tá vendo desastres todo dia, todo momento, [...] acaba virando uma coisa rotineira, até mesmo com meu filho, eu, antes se eu o visse machucando [...] ficava doido, sentia aquela emoção, aquela angústia no coração. Hoje, já é mais tranquilo assim, [...] você já está acostumado a ver [...].(E28)

Uma frieza, [...] frieza emocional. Aqui nós trabalhamos com situação de conflito o tempo todo. Então nós temos que ser bem frios. Aí, às vezes, a gente acaba levando isso pra dentro de casa. Então isso aí é o que eu observo, dentro dessa minha carga.(E34)

A literatura traz que a família participa na formação da identidade do indivíduo. A aprovação de escolhas por alguém que se estima, é algo extremamente positivo.²² Portanto, existe uma relação família-trabalho que acaba ocasionando problemas de relacionamento e até mesmo separações “[...] eu fui casada e me divorciei aí, esse período foi estressante, bastante estressante.”

Assim, os conflitos da vida familiar podem ser relacionados ao estresse no ambiente de trabalho. Ambos estão interligados pelo próprio indivíduo que atua nos dois ambientes. Percebe-se dificuldade em separar os meios e as influências destes, na personalidade do indivíduo.

Como visto, alguns militares referiram impossibilidade emocional, sentimento esse,

adquirido após a convivência com o sofrimento humano que decorre da imposição de ser imparcial e racional durante uma ocorrência. Um estudo aponta que, na percepção de um grupo de bombeiros, cuidar da vida e dos bens da sociedade é seu maior dever, ultrapassando os limites do “apagar fogo”.²²

Existe ainda o peso de ser militar e muitas vezes a consideração de “herói” perante a sociedade. Aquele que não se queixa, não sente e está sempre pronto para salvar vidas.¹³ Ao longo do tempo, eles sentem que isso influencia em seu comportamento familiar, mas o que sobrepõe é o trabalho deixando de lado os aspectos emocionais que permeiam sua vida nos acontecimentos, o que pode ser observado no relato de um entrevistado “[...] Então nós temos que ser bem frios, [...] às vezes a gente acaba levando isso pra dentro de casa.”

O que torna a atividade desgastante, às vezes, é a necessidade de camuflar sentimentos e demonstrar força e coragem sempre. Estar em um ambiente, onde demonstrar sentimentos de compaixão é visto como fraqueza, pode gerar sofrimento mental, conforme afirma um entrevistado:

[...] a gente não pode se emocionar com certas situações na hora da atividade, [...] tem que negar mesmo a nossa condição de humano, que tem sentimento mesmo, pra poder atender a uma pessoa que está necessitando do nosso atendimento [...].

CONCLUSÃO

Constatou-se no presente estudo que 78,1% eram do sexo masculino e 21,9% do sexo feminino. Quanto ao estado civil, a maioria dos entrevistados eram casados 53,1%. Com relação a filhos, 56,2% relataram ter filhos e destes 88,8% possui de 1 a 2 filhos. Referente à religião 75% relataram seguir uma religião, sendo a mais prevalente a religião católica 46,9% dos entrevistados. Quanto à escolaridade, 46,9%

Vicente NG, Ferreira LA, Rezende MP *et al.*

Perception of occupational stress...

possuem ensino médio completo e 43,8% possuem ensino superior completo. Com relação a renda, 56,25% dos entrevistados referiram ter uma renda de até quatro salários mínimos e a renda familiar com mais de seis salários, com 56,3% dos entrevistados.

É relevante destacar que há um consenso geral que ser um profissional bombeiro militar predispõe ao estresse. No que concerne ao relacionamento, este estudo permitiu afirmar que a mudança de comportamento desses profissionais, ocorre em virtude da adaptação do mesmo ao regime de trabalho desta categoria.

Outro aspecto que nos chamou atenção abarca o comportamento destes profissionais frente à situação de morte, quando demonstram uma fragilidade em lidar com o lado emocional X lado humano, que se reflete no ambiente familiar.

Muitos profissionais que participaram deste estudo referiram ter algum tipo de dano emocional, advindos do estresse, no desempenho de suas atividades laborais. Sugerimos ao término desta pesquisa, propor ações e estratégias, tais como apoio psicológico, prática esportiva e atividades lúdicas, a fim de minimizar os efeitos colaterais causados diariamente pelo trabalho que podem comprometer a vida psíquica, social e profissional do militar bombeiro.

Importante ressaltar que há uma escassez de referencial teórico-científico. O estresse ocupacional ainda é pouco explorado no meio acadêmico, ficando as pesquisas restritas, muitas vezes, aos profissionais da área da saúde. Além disso, esta pesquisa, assim como outras, aponta que, qualquer profissional pode estar sujeito ao estresse laboral. Os Bombeiros Militares expressam, sentem e manifestam o estresse de diferentes maneiras, e percebem quando estão com estresse ocupacional. São necessárias outras investigações sobre o tema, visando práticas na promoção da qualidade de vida destes

profissionais e ainda para se propor ações de saúde efetivas que minimizem o estresse.

REFERÊNCIAS

1. Brasil. Constituição (1988). Constituição da República Federativa do Brasil. Brasília, DF: Senado Federal; 1988 Lei n°. 8.080 de 19 de setembro de 1990. Dispõe. 1990 [acesso em 05 de jan 2011]. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Leis/L8080.htm>.
2. Minas Gerais. [Constituição (1989)]. Constituição do Estado de Minas Gerais. [Artigo 9, inciso 2]. 14. ed. Belo Horizonte : Assembleia Legislativa do Estado de Minas Gerais, 2011. p 181. [acesso em 30 mar. 2012]. Disponível em: <<http://www.almg.gov.br/opencms/export/sites/default/consulte/legislacao/Downloads/pdfs/ConstituicaoEstadual.pdf>>.
3. Conselho Federal de Medicina. Resolução 1.671, de 09 de julho de 2003. Dispõe sobre a regulamentação do atendimento pré-hospitalar e dá outras providências. Diário Oficial da União 29 Jul 2003; Seção I: 75-8. [acesso em 02 fev 2011]. Disponível em: <http://www.saude.mg.gov.br/atos_normativos/legislacaosanitaria/estabelecimentos-de-saude/transporte-de-pacientes/Res_1671.pdf>.
4. IBOPE. Nova pesquisa do IBOPE Inteligência mostra a credibilidade das instituições brasileiras. Brasil, 2009. [acesso em 18 jan 2011]. Disponível em: <http://www.ibope.com.br/calandraWeb/servlet/CalandraRedirect?temp=6&proj=PortalIBOPE&pub=T&db=caldb&comp=pesquisa_leitura&docid=A518AE36007849548325767A004C951B>.
5. Murofuse NT, Abranches SS, Napoleão AA. Reflexões sobre estresse e Burnout e a relação com a enfermagem. Revista Latino-Americana de Enfermagem [online]. 2005; 13(2): 255-61 [acesso em 13 abr 2012]. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/S0104-11692005000200019>>.
6. Andrade Filho A, Santos Júnior EA. Aparelho Cardiovascular. In. Mendes R. Patologia do Trabalho. 1ª Rio de Janeiro: Atheneu, 1995, p 324.
7. Fernandes SMBA, Medeiros SM, Ribeiro LM. Estresse ocupacional e o mundo do trabalho atual: repercussões na vida cotidiana das enfermeiras. Revista Eletrônica de Enfermagem 2008; 2(10): 414-27.

8. Minayo MCS. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 7. ed. São Paulo: Hucitec; Rio de Janeiro: Abrasco, 2004. 269 p.
9. Selye H. The general adaptation syndrome and the diseases of adaptation. *Journal of Clinical Endocrinology* 6: 117-231, 1946. In: *Citation Classics* 13:313, March 28, 1977 [acesso em: 09 jul 2012]. Disponível em: <http://garfield.library.upenn.edu/classics1977/A1977DM03500001.pdf>
10. Martins RJ, Garcia AR, Garbin CAS, Sundefeld MLMM. Associação entre classe econômica e estresse na ocorrência da disfunção temporomandibular. *Rev. bras. epidemiol.* 2007; 10(2): 215-22.
11. Cremasco L, Constantinidis TC, Silva VA. A farda que é um fardo: o estresse profissional na visão de militares do corpo de bombeiros. *Revista Brasileira de Cadernos de Terapia Ocupacional da Ufscar, São Carlos* 2008; 16(2): 83-90.
12. Oliveira KL, Santos LM. Percepção da saúde mental em policiais militares da força tática e de rua. *Sociologias, Porto Alegre* 2010; (25): 224-50.
13. Monteiro JK, Maus D, Machado FR, Pesenti C, Bottega D, Carniel LB. Bombeiros: um olhar sobre a qualidade de vida no trabalho. *Psicologia, ciência e profissão* 2007; 27(3): 554-65.
14. Fischer FM, Lieder RR, Drown FM. Trabalho em turnos e as relações com a saúde-doença. In: Mendes R. *Patologia do Trabalho*. 1ª Rio de Janeiro: Atheneu, 1995, p 550.
15. Minas Gerais (Estado). Polícia Militar. LEI Nº 5.301, de 16 de outubro de 1969. Contém o Estatuto dos Militares do Estado de Minas Gerais [acesso em 13 jan 2012]. Disponível em: http://www.ipism.mg.gov.br/arquivos/legislacoes/legislacao/leis/LEI_5.301.pdf.
16. Pereira WAP, Lima MADS. Atendimento pré-hospitalar: caracterização das ocorrências de acidente de trânsito. *Acta Paulista de Enfermagem* 2006;19(3):279-83.
17. Ferreira LRC, Martino MMF. Stress no cotidiano da equipe de enfermagem e sua correlação com o cronótipo. *Estud. psicol. Campinas* 2009; 26(1): 65-72.
18. Santos JL, Bueno SMV. Educação para a morte a docentes discentes de enfermagem: revisão documental da literatura científica. *Revista da Escola de Enfermagem da Usp, Ribeirão Preto* 2011; 1(45): 272-6.
19. Robaina JR, Lopes CS, Rotenberg L, Faerstein E, Fischer FM, Moreno CRC, et al. Eventos de vida produtores de estresse e queixas de insônia entre auxiliares de enfermagem. *Rev Bras Epidemiologia*, 2009; 12(3): 501-9
20. Farias SMC, Teixeira OLC, Moreira W, Oliveira MAF de, Pereira MO. Caracterização dos sintomas físicos de estresse na equipe de pronto atendimento. *Revista da escola de enfermagem da USP* 2011; 45(3): 722-9.
21. Pereira JP, Sousa DM de. Controle emocional, Satisfação no Trabalho e Qualidade de Vida. In: *Actas do VII Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia, Portugal*, p.1204-1218, 2010. [Acesso em 25 mar 2012]. Disponível em: <http://www.actassnip2010.com>.
22. Natividade MR da, Brasil V. A escolha profissional entre os bombeiros militares. *Revista brasileira de orientação profissional* 2006; 7(1): 37-43.

Recebido em: 01/08/2012

Revisões requeridas: Não

Aprovado em: 30/01/2013

Publicado em: 01/07/2013