

ESTRESSE OCUPACIONAL – UM OLHAR SOBRE A QUALIDADE DE VIDA DO TRABALHADOR DO PROFISSIONAL DE TECNOLOGIA DA INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO (TIC)

1 INTRODUÇÃO

Este resumo compreende o relato parcial de resultados do projeto de pesquisa do Centro Universitário SENAC, que objetiva investigar o estresse ocupacional presente no setor de Tecnologia da Informação e Comunicação e a promoção da QVT.

Destaca-se que a pesquisa é desenvolvida em parceria com o Núcleo Especializado de Tecnologia de Informação do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da USP.

2 PROBLEMA DE PESQUISA E OBJETIVO

Quais são os estressores presentes no contexto laboral de TIC que influenciam a QVT?

Como objetivos foram delineados ampliar a literatura a fim de promover novas políticas e práticas preventivas, promotoras da QVT e, o cumprimento da ODS 3 para a sustentabilidade empresarial.

3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O setor de TIC conforme Severino, Neiva e Campos (2013 apud SOFITEX, 2009) tornou-se fundamental para sociedade e emprega 540.000 profissionais (BR). Este é responsável pela comunicação, armazenamento e análise de dados e informações, organizacionais, gestão de projetos, criação e transformação de plataformas, softwares, aplicativos e ambientes como metaverso, entre outros (FOSTER, 2010).

Contexto, permeado por fatores que demandam cada vez mais, resiliência, velocidade e adaptações, constantes. Na contemporaneidade o acúmulo de tarefas e, conseqüentemente, as horas extras constantes, desorganização das atividades e lideranças mal preparadas, tornaram o ambiente laboral, com acentuados níveis de estresse ocupacional.

Registre-se que a ODS 3 prevê promover a saúde para todos, nesse sentido conforme o MPS (2023), o estresse ocupacional ocupa o 2.º entre os motivos de afastamentos e adoecimentos do trabalho no Brasil.

O estresse conforme Dos Santos, Zile e Aires (2018, p.222) pode ser positivo quando oriundo de adaptação e, por isso, gerador de bem-estar e realização pessoal. Já o distresse perfaz uma resposta do organismo à estímulos e tensões e, portanto, gerador de desequilíbrios físico, mental e social, além de causador de desgastes psíquicos e sentimentos como tristeza, angústia e ansiedade, como o estresse ocupacional.

Para Paschoal e Tamayo (2005), o estresse ocupacional provém de ambientes laborais que exigem de o trabalhador ultrapassar sua capacidade de enfrentamento das situações adversas. Este influencia a qualidade de vida no trabalho (QVT), pois diminui o equilíbrio biopsicossocial (PRADO, 2016).

Assim, prevenir o estresse ocupacional promove o bem-estar do trabalhador e, portanto, a QVT.

4 METODOLOGIA

Para elaboração do estudo foi utilizado o método misto, que conforme Johnson e Onwuegbuzie (2004) combina coleta e análise, qualitativa e quantitativa a fim de identificar, compreender e ponderar diferentes fenômenos.

Neste estudo, na 1.ª etapa foi realizada uma revisão bibliográfica e na 2.ª aplicados questionários ancorados na Teoria das Representações Sociais. Essa metodologia consiste em solicitar aos pesquisados que evoquem de 3 a 5 palavras, frente à apresentação de um termo. Para este estudo foram utilizados os termos, **estresse ocupacional e área de TIC** (nosso grifo).

Posterior essas palavras evocadas foram agrupadas de acordo com seus grupos semânticos, extraídas acentuações e inseridas no *software* livre *OpenEvoc*, que possibilita análises descritivas e gráficos (FERRARI, 2016). Para Rocha (2014) as representações sociais permeiam conceitos transformados em crenças e, por isso, são balizadores de ações.

Destaca-se que a coleta foi realizada em ambiente natural, no 1.º semestre de 2024 e 2.º semestre de 2023. Os pesquisados foram previamente informados dos objetivos da pesquisa e os dados coletados, mantiveram o anonimato dos respondentes.

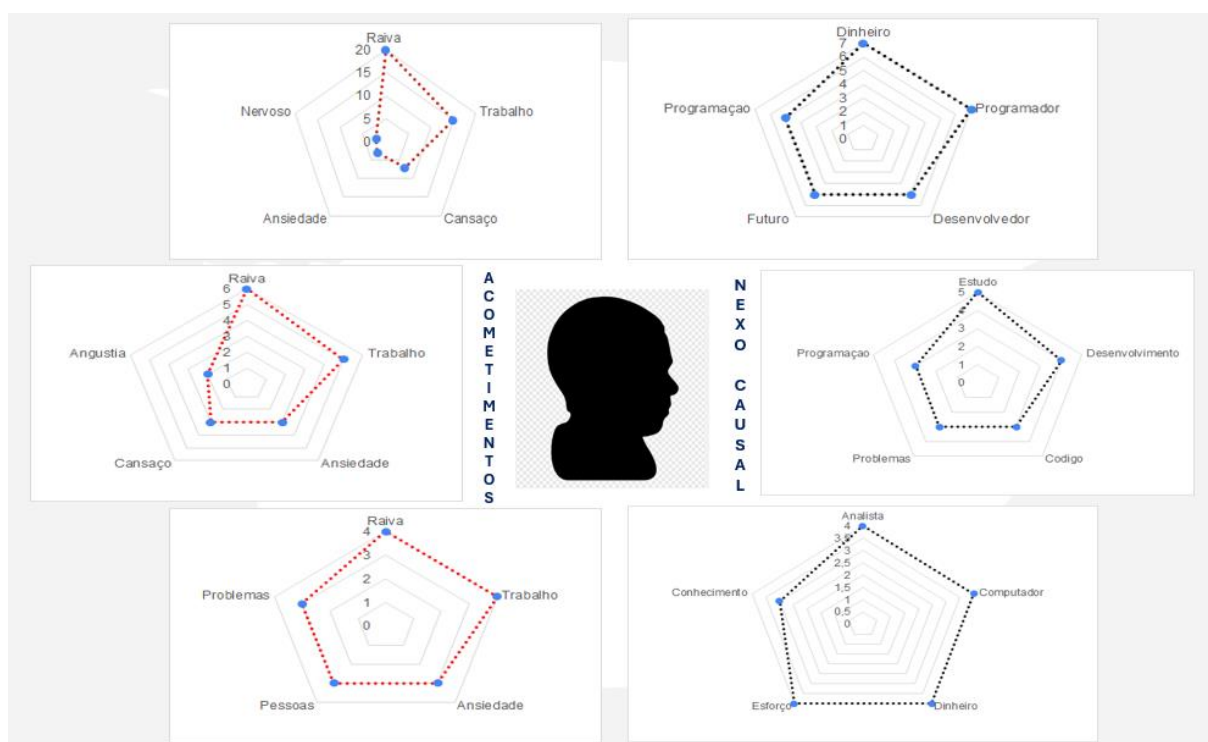
Foram pesquisados 85 homens e 15 mulheres, todos profissionais da área de TIC, de empresas paulistas.

Por último, os resultados, ou seja, os possíveis agentes estressores foram relacionados a literatura para discussões.

5 ANÁLISE DOS RESULTADOS

Os resultados evidenciaram como principais agentes estressores - sobrecarga de trabalho, atrasos nos prazos, desorganização nas atividades e liderança sem capacitação, corroborando com a literatura. Além disso, pode-se evidenciar que para os pesquisados o estresse ocupacional gera sentimentos como - sofrimento, tristeza, ansiedade, angústia e sintomas de cansaço, distúrbios do sono e o acometimento de doenças como depressão.

Figura 1 – Estresse ocupacional e acometimentos



Fonte: Autores (2024)

Em suma, pode-se compreender que os fatores aludidos impelem o cumprimento da ODS 3 e, portanto, a promoção da QVT e da sustentabilidade empresarial.

3 CONCLUSÃO

Assim, pode-se compreender que o estresse ocupacional diminui a QVT, devido ao desequilíbrio biopsicossocial e acomete os profissionais de TIC com doenças geradoras de

possíveis afastamentos e à empresa com o não alcance da ODS 3 / a diminuição da sustentabilidade.

Para Alves (2011 apud ALVES, 2018, p.87) “Uma das soluções para o problema de desgaste que afeta o indivíduo, familiares quanto empresa são programas de QVT pois assim ganha o colaborador e a empresa.”

REFERÊNCIAS

- ALVES, Ana Lecia Pereira; LIMA, Márcia Maria Leite. Estresse Ocupacional: Uma análise sobre causas, consequências e prevenções em uma clínica médica na cidade de Juazeiro do Norte-CE. **ID on line. Revista de psicologia**, v. 12, n. 42, p. 109-132, 2018.
- DOS SANTOS GOMES, Maristela; PEREIRA, Luciano Zille; DE LIMA, Pedro Favarini Aires. Estresse ocupacional: estudo em um hospital filantrópico no estado de Minas Gerais. **Revista Gestão & Tecnologia**, v. 18, n. 3, p. 204-225, 2018.
- FERRARI, Helio; LIMA, Luciano. O uso de representações sociais como metodologia para avaliações diagnósticas. In: **Anais dos Workshops do Congresso Brasileiro de Informática na Educação**. 2016.
- FORSTER, Daniella et al. Estresse Ocupacional: Influência das Mudanças Geradas na Área de Tecnologia Durante Implantação do SAP R/3. **Revista de Negócios**, v. 15, n. 2, p. 53-72, 2010.
- JOHNSON, R. B.; ONWUEGBUZIE, A. J. Mixed Methods Research: A Research Paradigm Whose Time Has Come, *Educational Researcher*, vol.33, 2004, pp.14-26, 2004.
- PASCHOAL, Tatiane; TAMAYO, Alvaro. Impacto dos valores laborais e da interferência família: trabalho no estresse ocupacional. **Psicologia: teoria e pesquisa**, v. 21, p. 173-180, 2005.
- PRADO, Claudia Eliza Papa do. Estresse ocupacional: causas e consequências. **Rev. bras. med. trab**, p. 285-289, 2016.
- ROCHA, Luis Fernando. Teoria das representações sociais: a ruptura de paradigmas das correntes clássicas das teorias psicológicas. **Psicologia: ciência e profissão**, v. 34, p. 46-65, 2014.
- Site oficial. Ministério da Previdência Social. Disponível em: <https://www.gov.br/previdencia/pt-br>. Acesso 17 Jul. 2024.
- SEVERINO, Sandro; NEIVA, Elaine Rabelo; CAMPOS, Rodrigo Pires de. Estresse ocupacional e estratégias de enfrentamento entre profissionais de tecnologia da informação. **Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia**, v. 6, n. 2.