

► RESUMO

Na atualidade os riscos psicossociais relacionados com o trabalho são um dos grandes desafios para a segurança e saúde no trabalho. Os motoristas profissionais pelas características do seu trabalho, estão expostos a riscos psicossociais gerados pelas condições laborais, fatores organizacionais e relacionais, com repercussões a nível do seu bem-estar. Este estudo tem como objetivo avaliar as condições psicossociais de motoristas de pesados de mercadorias e também perceber diferenças, entre os profissionais que praticam a sua atividade em território nacional e aqueles que se dedicam a rotas internacionais. Para o efeito aplicou-se o Questionário de Caracterização das Condições Psicossociais de Trabalho (Neto, 2013), que inclui escalas do COPSOQ. No caso dos motoristas que se dedicam a percursos nacionais os resultados sugerem um nível predominante de exposição baixo, por seu lado, os motoristas que se dedicam a rotas internacionais destacam-se as dimensões que representam incidência moderada. Os níveis elevados de exposição ao risco que merecem particular atenção e intervenção são as Exigências cognitivas e das Exigências emocionais.

► PALAVRAS-CHAVE

Palavras-chave: Riscos psicossociais, trabalho, motoristas, enfermagem do trabalho.

► ENQUADRAMENTO E OBJETIVOS

No exercício profissional dos motoristas de veículos pesados de mercadorias, o risco de acidentes rodoviários, não é o único risco a que estes profissionais estão expostos. Segundo a Autoridade para as Condições do Trabalho (2016), o ato de conduzir é uma tarefa extremamente desgastante e expõe os motoristas a inúmeros **riscos laborais**;

O presente estudo visa contribuir para a **compreensão das condições psicossociais no trabalho** de um grupo de motoristas de pesados de mercadorias, tentando também perceber as especificidades, entre os profissionais que praticam a sua atividade em território nacional e aqueles que se dedicam a rotas internacionais;

Pretende-se **promover a saúde mental** no contexto laboral e um ambiente de trabalho saudável, por outro lado, visa potenciar a **visibilidade dos fatores de risco psicossocial** e **fomentar a consciencialização da temática e a necessidade de ação**, por parte, dos trabalhadores, equipas de gestão, entidades reguladoras e população em geral.

► IMPLEMENTAÇÃO DO PROJETO

Questionário

- “Questionário de Caracterização das Condições Psicossociais de Trabalho” desenvolvido por Neto (2013).
- Contempla dois blocos de questões: o bloco A apura as dimensões de fatores de risco psicossocial, o bloco B contempla um conjunto de questões de natureza sociodemográfica, socioprofissional e de saúde.

Amostra

- Trabalhadores duas empresas que se dedicam em exclusivo ao transporte rodoviário de mercadorias, ambas sediadas na região do Baixo Vouga.
- 10 motoristas que praticam a sua atividade em território nacional;
- 10 profissionais que se dedicam a rotas internacionais.

Análise de dados

- Determinou-se os níveis de exposição aos fatores de risco psicossocial e caracterizou-se a amostra em termos sociodemográficos, utilizou-se:
 - Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versão 25;
 - Microsoft Excel.

Durante as várias etapas do processo de investigação, procedeu-se ao cumprimento de requisitos formais e éticos

► DISCUSSÃO DE RESULTADOS

Elevada exposição

Motoristas Nacionais 73,4% dos inquiridos identificam as Exigências cognitivas ($M=3,67$)
Motoristas Internacionais 56,7% dos inquiridos identificam as Exigências emocionais ($M=3,80$)

Moderada exposição

Destacam-se as dimensões Influência no trabalho e o Apoio social de colegas

Globalmente o cenário é positivo em relação aos motoristas:

Nacionais a exposição é tendencialmente baixa

Internacionais o nível de exposição por dimensão psicossocial é maioritariamente classificado como moderado



Intervenção da equipa de SST

► CONCLUSÃO

A condução profissional de veículos pesados de mercadorias comporta riscos psicossociais que devem ser equacionados e integrados nas políticas de SST.

Os serviços de SST, nomeadamente o **Enfermeiro do trabalho**, devem vigiar a saúde dos trabalhadores, procurar reduzir/eliminar os fatores de exposição ao risco ou identificar medidas de prevenção ou de proteção que controlem esses fatores.

O **Enfermeiro do trabalho** é o profissional de excelência para fomentar a mudança, pois é detentor de conhecimento científico e sensibilidade para intervir junto dos trabalhadores, estabelecendo a ponte com os restantes membros da equipa.

A **gestão dos riscos psicossociais**, trará com certeza inúmeros benefícios, que se traduzirão em maior bem-estar e satisfação no trabalho, obtendo-se assim mão-de-obra saudável, motivada e produtiva.

► INTERVENÇÕES SUGERIDAS

Criar condições para uma maior participação, controlo e influência dos colaboradores na tomada de decisão e sobre o modo como realizam o seu trabalho.

Conceber um sistema onde todos os colaboradores possam registar as suas sugestões e ideias.

Organizar de ações de formação que abordem temas relacionados com fatores de risco psicossocial e suas consequências, relações interpessoais, gestão de emoções e de stress, técnicas de relaxamento e estratégias de coping.

Reforçar o acompanhamento psicológico dos motoristas.

Proporcionar aos colaboradores condições laborais que lhes permitam gerir adequadamente as exigências profissionais, familiares e sociais, ou seja, uma cultura family-friendly.

Desenvolver e incentivar a prática de momentos de descontração e relacionamento social para que os motoristas se conheçam para além da dimensão profissional, reforçando o sentimento de pertença e de espírito de equipa.

Desenvolver o processo de avaliação de riscos psicossociais na empresa envolvendo todos os funcionários das empresas, a equipa de SST e os gestores de topo.

► BIBLIOGRAFIA

ACT (2016). Segurança e Saúde no Trabalho da Condução Automóvel Profissional: Riscos profissionais e medidas preventivas. Retirado de https://www.act.gov.pt/pt-PT/Campanhas/Campanhasrealizadas/SegurancaesSaudeNoTrabalhodaConducaoAutomovelProfissional/Documents/Programa%20Enquadrador_ConducaoAutomovelProfissional.pdf

► RESULTADOS

| Dimensões | Motoristas Nacionais | | | Motoristas Internacionais | | |
|-------------------------------------|----------------------|---------------|------------------------|---------------------------|---------------|------------------------|
| | Média | Desvio Padrão | Exposição Predominante | Média | Desvio Padrão | Exposição Predominante |
| Exigências quantitativas | 2,47 | 0,68 | Moderada | 2,93 | 0,46 | Moderada |
| Ritmo de trabalho | 2,50 | 0,00 | Moderada | 2,70 | 0,00 | Moderada |
| Exigências cognitivas | 3,67 | 0,70 | Elevada | 3,57 | 0,00 | Moderada |
| Exigências emocionais | 2,50 | 0,00 | Moderada | 3,80 | 0,00 | Elevada |
| Influências no trabalho | 3,25 | 1,04 | Moderada | 3,13 | 0,72 | Moderada |
| Possibilidade de desenvolvimento | 2,13 | 0,39 | Baixa | 2,13 | 0,41 | Baixa |
| Previsibilidade | 1,80 | 0,10 | Baixa | 2,65 | 0,15 | Moderada |
| Transparência do papel laboral | 1,30 | 0,29 | Baixa | 1,80 | 0,45 | Baixa |
| Recompensas | 1,33 | 0,19 | Baixa | 2,13 | 0,49 | Baixa |
| Conflitos laborais | 2,83 | 0,33 | Moderada | 3,03 | 0,21 | Moderada |
| Apoio social de colegas | 3,23 | 0,21 | Moderada | 3,47 | 0,21 | Moderada |
| Apoio social de superiores | 2,53 | 0,31 | Moderada | 3,50 | 0,22 | Moderada |
| Comunidade social no trabalho | 1,90 | 0,36 | Baixa | 2,07 | 0,17 | Baixa |
| Qualidade de liderança | 1,65 | 0,15 | Baixa | 2,65 | 0,35 | Moderada |
| Confiança horizontal | 3,03 | 0,17 | Moderada | 3,27 | 0,21 | Moderada |
| Confiança vertical | 1,70 | 0,43 | Baixa | 2,60 | 0,59 | Moderada |
| Justiça e respeito | 1,97 | 0,39 | Baixa | 2,83 | 0,21 | Moderada |
| Autoeficácia | 1,60 | 0,10 | Baixa | 1,80 | 0,00 | Baixa |
| Significado do trabalho | 1,23 | 0,12 | Baixa | 1,37 | 0,25 | Baixa |
| Compromisso com o local de trabalho | 2,35 | 0,45 | Moderada | 2,30 | 0,20 | Baixa |
| Satisfação no trabalho | 1,53 | 0,18 | Baixa | 2,20 | 0,22 | Baixa |
| Insegurança laboral | 2,90 | 0,00 | Moderada | 2,10 | 0,00 | Baixa |
| Saúde geral | 2,40 | 0,00 | Moderada | 2,80 | 0,00 | Moderada |
| Conflito trabalho-família | 2,30 | 0,29 | Baixa | 3,40 | 0,00 | Moderada |
| Problemas em dormir | 1,95 | 0,25 | Baixa | 2,85 | 0,15 | Moderada |
| Burnout (Exaustão) | 2,30 | 0,10 | Baixa | 2,70 | 0,00 | Moderada |
| Stress | 2,05 | 0,25 | Baixa | 2,85 | 0,15 | Moderada |
| Sintomas depressivos | 1,75 | 0,05 | Baixa | 2,35 | 0,15 | Moderada |
| Comportamentos bfensivos | 1,55 | 0,21 | Baixa | 1,20 | 0,12 | Baixa |