

▶ **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.

▶ **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 ofensivos	1,55	0,21	Baixa	1,20	0,12	Baixa

▶ **METODOLOGIA**

Estudo quantitativo, exploratório e descritivo, com recurso a amostra não probabilística. Aplicação de inquérito por questionário a dois grupos de motoristas de veículos pesados de mercadorias, complementada com análise documental de revisão da literatura.

▶ **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 profissional, 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 a 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/SegurancaeSaudeTrabalhodaConducaoAutomovelProfissional/Documents/Programa%20Enquadrador_ConducaoAutomoveIProfissional.pdf](https://www.act.gov.pt/(pt-PT)/Campanhas/Campanhasrealizadas/SegurancaeSaudeTrabalhodaConducaoAutomovelProfissional/Documents/Programa%20Enquadrador_ConducaoAutomoveIProfissional.pdf)