



PIBIC-CNPq

ESTRESSE OCUPACIONAL EM DESASTRES: A INFLUÊNCIA DO APOIO PSICOSSOCIAL

FPTDES

Autores: Fernanda Bitencourt Prigol, Profª Dra. Magda Macedo Madalozzo

INTRODUÇÃO / OBJETIVO

- O aumento da frequência e intensidade de desastres tem exigido respostas mais qualificadas dos profissionais atuantes.
- Profissionais que atuam na linha de frente enfrentam condições adversas e emocionalmente desgastantes durante esses cenários.
- A exposição constante a situações extremas, a sobrecarga de trabalho e o contato direto com o sofrimento aumentam o risco de estresse ocupacional e transtornos mentais, como ansiedade, depressão, burnout e TEPT.
- Objetivou-se investigar de que forma o apoio psicossocial pode contribuir para a redução do estresse ocupacional em trabalhadores de contextos de desastres.

MATERIAL E MÉTODOS

- Esse estudo é um recorte da pesquisa “Fatores Psicossociais em Contextos de Desastres”, de caráter descritivo e exploratório, que analisou os fatores psicossociais relacionados à saúde mental de profissionais e voluntários atuantes nas enchentes de maio de 2024 no Rio Grande do Sul.
- A coleta de dados foi realizada online, por meio de um questionário eletrônico com três instrumentos validados: COPSOQ II-Br, DASS-21 e Escala de Coping Ocupacional.
- A análise dos dados foi feita em duas etapas (descritiva e inferencial) utilizando Modelagem por Equações Estruturais, análise de moderação e regressão quadrática.
- A amostra foi composta por 200 participantes, majoritariamente mulheres (68%), com idade entre 25 e 49 anos (72%) e formação superior (60%).
- A maioria atuou como voluntária (85%), em contato direto com as vítimas (65%) e por seis dias ou mais (74%).
- Neste estudo, serão explorados os resultados obtidos referentes à variável “apoio psicossocial”.

RESULTADOS

- A média da variável “apoio psicossocial”, mensurada pelo COPSOQ II-Br, foi de 3,8 (DP = 0,9).
- Isso indica que a maioria dos participantes percebeu um nível adequado de suporte social no contexto de atuação durante o desastre.
- A análise correlacional revelou uma associação negativa significativa entre apoio psicossocial e estresse ($r = -0,45$; $p < 0,01$).
- Essa associação sugere que níveis mais altos de suporte social estão associados a menores níveis de estresse entre os trabalhadores.**
- Esses dados reforçam a hipótese de que o apoio psicossocial funciona como um fator de proteção, reduzindo os impactos adversos das demandas ocupacionais intensas vivenciadas pelos profissionais.**

RESULTADOS

- A Modelagem por Equações Estruturais (MEE) demonstrou que o apoio social exerce um efeito moderador significativo ($\beta = -0,34$; $p < 0,01$) na relação entre demandas de trabalho e estresse, confirmando sua função protetiva.
- Mesmo sob alta carga de trabalho, o suporte adequado favorece a resiliência e o bem-estar dos profissionais.
- Relações interpessoais de qualidade são fontes essenciais de apoio e podem ser formais (institucionais) ou informais (entre colegas).
- Os resultados reforçam a importância do fortalecimento de redes de apoio intersetoriais em contextos de calamidade.
- Recomenda-se a implementação de programas estruturados de apoio psicossocial antes, durante e após os desastres.
- Intervenções devem incluir ações de capacitação, estratégias de enfrentamento e fortalecimento dos vínculos coletivos.
- Tais medidas contribuem para uma atuação mais segura, ética e humanizada, protegendo a saúde mental dos trabalhadores.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

- O estudo confirmou que o apoio psicossocial funciona como um fator de proteção relevante contra o estresse ocupacional em contextos de desastre.
- Esse apoio favorece uma atuação mais segura, ética e humanizada por parte de profissionais e voluntários.
- Assim, a pesquisa oferece evidências que reforçam a importância de fortalecer redes de suporte, tanto formais quanto informais, como estratégia de prevenção e enfrentamento em cenários de emergência.
- Recomenda-se que estudos futuros explorem o impacto de programas específicos de apoio psicossocial em diferentes tipos de desastre e contextos culturais, além de investigar os mecanismos pelos quais o suporte atua na proteção à saúde mental.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARAÚJO, T. M. de; GRAÇA, C. C.; ARAÚJO, E. Estresse ocupacional e saúde: contribuições do Modelo Demanda-Control. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 8, n. 4, p. 991–1003, 2003. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232003000400021>.
CROCIARI, G. M.; DOMINGOS, N. A. M. Intervenções de saúde mental e apoio psicossocial em resposta a desastres: Revisão sistemática. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, v. 20, e20240460, 2024. DOI: <https://doi.org/10.5935/1808-567.20240460>.
MARCON, S. R. A.; PORTO, J. B.; SANDALL, H. (Orgs.). *Preparação, resiliência e resposta: guia prático para trabalhadores e voluntários em emergências, desastres e catástrofes* [recurso eletrônico]. 1. ed. Caxias do Sul, RS: Educus, 2024. 141 p. Disponível em: https://www.sbpot.org.br/informativo/view?TIPO=2&ID_INFORMATIVO=49. Acesso em: 02 jun. 2025.
PRADO, C. E. P. do. Estresse ocupacional: causas e consequências / Occupational stress: causes and consequences. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, v. 14, n. 3, p. 285–289, set.–dez. 2016. DOI: <https://doi.org/10.5327/Z1679-443520163515>.
SILVA, D. de P. da; SILVA, M. de N. R. M. de O. O trabalhador com estresse e intervenções para o cuidado em saúde. *Trabalho, Educação e Saúde*, v. 13, p. 201–214, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sjp00032>.
SOUSA, V. F. da S.; ARAÚJO, T. C. C. F. de. Estresse ocupacional e resiliência entre profissionais de saúde. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 35, n. 3, p. 900–915, 2015. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-370300452014>.