



IDENTIFICAÇÃO DE FATORES PSICOSSOCIAIS EXTERNOS AO TRABALHO

Heloísa Evaldt Bombana (BIC-UCS), Silvana Regina Ampessan Marcon (Orientador(a))

Os riscos psicossociais são compreendidos como fatores que podem contribuir ou desencadear estresse e adoecimento físico e mental nos trabalhadores (Pereira, Souza, Lucca & Igutti, 2020). Embora a produção científica sobre fatores psicossociais relacionados ao trabalho tenha aumentado nos últimos anos, Sanchez e Marquez (2018) defendem que esses fenômenos também se desenvolvem em contextos externos ao trabalho, podendo impactar a saúde, o bem-estar e o desempenho laboral. Dessa forma, torna-se relevante investigar fatores psicossociais externos ao contexto de trabalho. Este estudo teve como objetivo analisar a produção científica acerca desses fatores, identificando quais têm sido investigados e descritos na literatura como influenciadores das experiências laborais. O método utilizado foi a revisão integrativa da literatura na base de dados Scopus, utilizando o descritor “non-work factors” em publicações na língua inglesa. Foram encontrados 66 artigos e, após análise dos resumos, 24 foram selecionados. Os resultados foram categorizados em relações familiares, suporte social e institucional, manutenção e esgotamento de recursos internos e contextos socioeconômicos. Os estudos indicam que a interferência entre vida privada e trabalho afeta homens e mulheres de formas distintas, sendo que mulheres relatam níveis mais elevados de estresse decorrente de múltiplos papéis. Atividades como cuidar de terceiros ou cumprir obrigações escolares reduzem o bem-estar, enquanto lazer e socialização favorecem afetos positivos. Características de personalidade podem influenciar processos de adoecimento mental relacionados ao trabalho. Trabalhadores que adotam estratégias proativas no ambiente doméstico apresentam menor risco de burnout do que aqueles que recorrem a estratégias reativas. O suporte de amigos e familiares mostrou-se mais eficaz para o descanso e distanciamento das pressões laborais do que o suporte de colegas ou supervisores. Além disso, confiança social e institucional contribui para a satisfação no trabalho. Longos deslocamentos reduzem a disposição para comportamentos inovadores. Trabalhadores migrantes enfrentam barreiras culturais, linguísticas e socioeconômicas que geram estresse e impactam suas experiências laborais. Os resultados evidenciam que fatores psicossociais externos ao trabalho exercem influência significativa sobre a saúde, o bem-estar e as experiências laborais dos trabalhadores.

Palavras-chave: fatores psicossociais, fatores extralaborais, bem-estar no trabalho

Apoio: UCS