

Stress no trabalho



'stress' é uma invenção dos médicos e dos psicólogos». Mas existe. «O óptimo é inimigo do bom.»

Frases que ouvi com alguma frequência no decurso dos anos em que tenho vindo a exercer Medicina do Trabalho e que normalmente escutava de quadros das empresas (mais frequentemente com formação em Engenharia) e que traduzia claramente uma forma aberta, prática e objectiva de analisar alguns problemas que se colocavam às empresas onde exercia a minha actividade profissional.

Eram obviamente pronunciadas em diferentes contextos, pretendendo a primeira significar que «o 'stress'», ou «pressão», poderia ser ultrapassado ou controlado sem que acarretasse prejuízos de maior para a saúde dos trabalhadores nem se repercutisse negativamente na vida e

Tem-se assistido desde meados da década de 1990 a um aumento dos problemas de saúde no trabalho, nomeadamente os relacionados com as lesões músculo-esqueléticas, bem como dos problemas da área psicossocial, de entre os quais o 'stress'.

nos objectivos da empresa.

A segunda frase era normal e inevitavelmente invocada quando se estava perante qualquer situação cuja solução, embora sendo boa, não preenchia todas as condições para a tornar óptima e inquestionável.

Assim foram passando as décadas de 1980/90, considerando que de um modo geral ao alcançarmos uma diminuição objectiva de muitos perigos inerentes às actividades laborais se estava a diminuir a penosidade do trabalho e, desta forma, contribuindo para minorar o 'stress'.

No entanto, tem-se assistido ultimamente – desde meados da década de 1990, a um aumento dos problemas de saúde no trabalho, nomeadamente os relacionados com as lesões músculo-esqueléticas (LME), bem como dos problemas da área psicossocial, de entre os quais o 'stress'.

«A actual organização do trabalho caracteriza-se por uma corrida à optimização e por uma acumulação de queixas.» – Philippe Askenazy,

investigadora do CNRS de França.

Suponho pois oportuno analisar alguns dos aspectos de um problema que obviamente sendo multifactorial, se me afigura como contribuindo para ele de forma não negligenciável.

Sendo um problema que atinge com mais frequência os quadros, não deixa contudo de afectar todos os restantes trabalhadores de forma mais ou menos intensa.

São múltiplos os factores que podem originar 'stress', entre os quais:

- introdução de novas técnicas (mal dominadas pelos trabalhadores);
- exigências de produtividade;
- limites de tempo;
- sobre-responsabilização do trabalhador;
- agressividade dos clientes;
- deficiente organização da empresa (conflitos de funções, falta de comunicação, falta de perspectivas de carreira, tarefas pouco participadas, responsabilidade das tarefas quando envolvem terceiros – médicos, enfermeiros, motoristas, etc – tarefas repetitivas);
- más condições ambientais (ruído, fumos, sobrelocação dos locais de trabalho).

Embora muito enfatizado, o problema do 'stress' não tem tido

uma análise tão objectiva, como seria desejável, nas empresas, nem nas estruturas sindicais, para o que me parece contribuírem alguns aspectos, de entre os quais o facto de se subestimar os custos directos e indirectos do 'stress', os quais são em grande parte suportados pela sociedade, não ganhando a sua verdadeira visibilidade para o empregador, sendo no entanto inquestionável que ao originarem doenças nos trabalhadores (por vezes graves) vão aumentar o absentismo, repercutindo-se negativamente na produtividade.

Centrando as suas preocupações mais sobre as questões salariais e o emprego, também as estruturas sindicais não têm dado a devida ênfase a esta problemática.

Sendo certo que o aumento da penosidade do trabalho leva ao aumento do 'stress' e este por sua vez ao aparecimento de doenças de maior ou menor gravidade, as actuais intervenções estão centradas praticamente apenas na reparação, que na maior parte das vezes conduz à



Ângelo Ferreira
Médico Trabalho - Sagies
geral@sagies.pt



antecipação das reformas.

Surge pois com muita clareza, face ao exposto, que se impõe actuar na esfera preventiva, para poder minimizar os efeitos negativos do 'stress'. A consciencialização, para esta problemática, dos empregadores, das estruturas sindicais, das hierarquias, das organizações de saúde e prevenção no trabalho, das entidades governamentais, levando a um estudo aprofundado da situação e a uma discussão das soluções propostas, parece-me indispensável para solucionar a situação.

A análise e o conhecimento desta problemática deverão levar a uma reflexão e ao diálogo entre todas as partes envolvidas, com vista à procura de soluções que permitam superar um problema que a todos afecta, directa ou indirectamente. Foi nesta perspectiva que elaborei esta curta reflexão, a qual espero seja um ponto de partida para abordagem da temática. ■

Bibliografia

- «Stress au Travail: Fausse Maladie au Vrai Syntômes?», Réalité Prévention INRS ;
- «Stress», NIOSH, U. S. Department of Health and Human Services;
- «Framework Agreement on Work Related Stress» (Acordo-quadro Europeu contra o Stress, de 08 de Outubro de 2004).