

MOTIVAÇÃO NO TRABALHO, STRESS, ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM MAQUINISTAS DA FERROVIA PORTUGUESA

Sérgio Fonseca^{1,2} & Cristina Queirós^{1,2}

¹ Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade do Porto, Portugal
² Laboratório de Reabilitação Psicossocial (FPCEUP/ESS-P.Porto), Porto, Portugal

1. Enquadramento teórico

up201306558@fpce.up.pt cqueiros@fpce.up.pt

No seu trabalho os maquinistas estão expostos a condições de trabalho específicas, tais como vibrações no corpo provocadas pelo comboio, ruídos, trabalho por turnos, repouso deficitário, acidentes na ferrovia (ex.: atropelamentos, suicídios), bem como a interações por vezes conflituosas com outros trabalhadores e passageiros (Kumar, Singh, & Kharwar, 2011; Ostan et al., 2011), o que pode afetar a sua motivação no trabalho e saúde ocupacional e desencadear stress, ansiedade e depressão (Fan & Smith, 2018; Fonseca, Queirós, Guimarães & Martins, 2018; Liu, Ye, & Guo, 2019; Yahaya et al., 2010). Assim, o risco psicossocial está presente numa empresa ferroviária sempre que as suas condições laborais e práticas relacionais apresentam um potencial patogénico. Atualmente a questão fulcral já não consiste, apenas, em determinar a influência das circunstâncias pessoais de cada trabalhador na produtividade, mas sim tomar consciência das consequências existentes ou previstas da tarefa e sua workload na saúde mental, física e social do indivíduo.

Este estudo pretende identificar os níveis de motivação no trabalho, stress, depressão e ansiedade em maquinistas da ferrovia portuguesa e sua intercorrelação..

2. Metodologia

Participantes: sendo 98% homens, 67% com escolaridade até 12º ano, 81% com experiência de acidentes na ferrovia, tendo idade entre 29 e 63 anos (M=44,52 DP=6,05) e entre 1 e 42 anos de serviço (M= 17,70 DP=6,42).

Instrumentos: Foram aplicadas as versões portuguesas da *Utrecht Work Engagement Scale* (Sinval, Pasian, Queirós & Maroco, 2018), Escala de Ansiedade, Depressão e Stress (Pais-Ribeiro, Honrado & Leal, 2004), e *Cohen-Hoberman Inventory of Physical Symptoms* (Cohen & Hoberman,1983; Queirós et al., 2016).

Procedimento: Foi utilizado um questionário online criado no Google Forms, que demorava entre 10 a 15 minutos a preencher, em formato anónimo, com consentimento informado e sem contacto direto entre investigadores e participantes. O estudo foi realizado a nível nacional, tendo o link sido divulgado pelo método “bola-de-neve” com recurso a contactos prévios no âmbito de outros estudos da equipa na ferrovia (Fonseca et al., 2018; Queirós et al., 2016, 2017).

Análise dados: Utilizou-se o SPSS 25 para análise descritiva, comparativa, correlacional e de regressão.

3. Resultados

Encontraram-se (Tabela 1) valores moderados de motivação no trabalho, stress, ansiedade, depressão e sintomas físicos de stress. A experiência profissional correlaciona-se negativamente com o stress e depressão, e positivamente com a dedicação e absorção.

A análise comparativa encontrou apenas ansiedade e sintomas físicos de stress superiores nos maquinistas com experiência de acidentes (respetivamente p=0,013 e p=0,048), resultado já encontrado por Kim e colaboradores (2013).

Através da regressão linear múltipla (Tabela 2) verificou-se que a motivação no trabalho (*engagement*) é explicada em 32% pelo stress/ansiedade/depressão, mas não pelos sintomas de stress nem variáveis individuais/laborais, sugerindo a importância dos contextos de trabalho e seu impacto no estado psicológico do trabalhador (Hakanen et al., 2019; Schaufeli, 2018).

Tabela 1. Análise descritiva e correlacional das variáveis estudadas

Dimensões (escala Likert)	Alfa	Média	D.P.	Idade	Anos serviço	Stress	Ansiedade	Depressão	Sint. Fis. Stress
Stress (0-3)	0,91	1,058	0,663	-,098	-,150**				
Ansiedade	0,90	0,638	0,633	-,029	-,079				
Depressão	0,90	0,793	0,680	-,109	-,170**				
Sintomas Físicos Stress (0-4)	0,96	1,141	0,778	-,023	-,060	,660**	,740**	,653**	
Vigor (0-6)	0,83	2,755	1,433	,081	,098	-,415**	-,297**	-,490**	-,319**
Dedicação	0,81	2,806	1,395	,105	,111*	-,437**	-,306**	-,484**	-,343**
Absorção	0,77	3,164	1,322	,109	,130*	-,465**	-,420**	-,584**	-,384**

* $p \leq ,050$ ** $p \leq ,010$

Tabela 2. Análise de regressão (*Enter*) para a motivação no trabalho

Preditores	R Square	R Square change	F	p
Stress, ansiedade e depressão	,317	,317	49,552	,000***
Sintomas físicos de stress	,320	,003	1,529	,217
Variáveis individuais (idade, sexo)	,324	,004	,893	,411
Variáveis laborais (anos de serviço, acidentes)	,324	,000	,041	,960

*** $p \leq ,001$

4. Conclusões

Os dados encontrados alertam para a necessidade de se estudar a saúde ocupacional dos maquinistas pelas tarefas de responsabilidade elevada quanto aos passageiros/mercadorias, considerando o impacto dos acidentes no seu bem-estar psicológico e a forma como se adaptam à tarefa ao longo da sua vida profissional. Assim, as organizações deveriam reconhecer que o investimento em intervenções de gestão com o objetivo de aumentar a motivação dos maquinistas no desempenho da sua função constitui uma mais-valia, pois proporcionam um potencial aumento do vigor e dedicação no trabalho (Bakker, Demerouti & Sanz-Vergel, 2014). Além disso, disponibilizar apoio social organizacional e extra-organizacional que promova a saúde ocupacional e minimize estados emocionais negativos, pode atenuar os efeitos negativos do stress nos maquinistas (Kumar, et al., 2011).

5. Bibliografia

- Bakker, A.B., Demerouti, E., & Sanz-Vergel, A.I. (2014). Burnout and work engagement: the jd-r approach. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 1(1), 389-411.

- Cohen, S., & Hoberman, H. (1983). Positive events and social supports as buffers of life change stress. *Journal of Applied Social Psychology*, 13, 99-125.

- Fan, J. & Smith, A.P. (2018). A Preliminary Review of Fatigue Among Rail Staff. *Frontiers in Psychology*, 9(634). doi: 10.3389/fpsyg.2018.00634

- Fonseca, S., Queirós, C., Guimarães, F., & Martins, V. (2018). Risco de burnout e trauma em profissionais da ferrovia com e sem experiência em acidentes. *Territorium*, 25, 113-127.

- Hakanen, J.J., Ropponen, A., Schaufeli, W.B., & De Witte, H. (2019). Who is engaged at work? A large-scale study in 30 European countries. *American College of Occupational and Environmental Medicine*, 61(5), 373-381.

- Kim, H-R., Yim, H. W., Jo, S-J., Choi, B., Jeong, S. H., Lee, K. S., Park, J-I., & Chang, S. M. (2013). Major depressive disorder, panic disorder, and post-traumatic stress disorder in Korean subway drivers. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 86, 471-477

- Kumar D, Singh J. V., & Kharwar, P. S. (2011). Study of occupational stress among railway engine pilots. *Indian Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 15, 25-28.

- Liu, Y., Ye, L., & Guo, M. (2019). The influence of occupational calling on safety performance among train drivers: The role of work engagement and perceived organizational support. *Safety Science*, 120, 374-382.

- Ostan, I., Poljsak, B., & Axelsson, E.P. (2011). Occupational stress perception and healthy lifestyle in railroad workers. *Promet-Traffic and Transportation*, 23(3), 195-203.

- Pais-Ribeiro, J., Honrado, A. & Leal, I (2004). Contribuição para o Estudo da Adaptação Portuguesa das Escalas de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS) de 21 Itens de Lovibond e Lovibond. *Psicologia Saúde & Doenças*, 5(2), 229-239.

- Queirós, C., Fonseca, S., Guimarães, F., & Martins, V. (2016). *Relatório Técnico: Stress, motivação no trabalho e desgaste em profissionais que trabalham no sector ferroviário*. Porto: LabRP da FPCEUP/ESTSPIPP.

- Queirós, C., Fonseca, S., Guimarães, F. & Martins, V. (2017). A dimensão do fator humano na segurança ferroviária: estados emocionais do profissional. In L. Lourenço (Coord.). *Alcáface - 30 anos depois!* (pp.33-53). Coimbra: Imprensa Universitária de Coimbra.

- Schaufeli, W. B. (2018). Work engagement in Europe: Relations with national economy, governance and culture. *Organizational Dynamics*, 47, 99-106.

- Sinval, J., Pasian, S., Queirós, C. & Maroco, J. (2018). Brazil-Portugal Transcultural adaptation of the UWES-9: Internal consistency, dimensionality, and measurement invariance. *Frontiers in Psychology*, 9(353).

- Yahaya, N., Yahaya, A., Tamyas, F. A., Ismail, J., & Jaalam, S. (2010). The effect of various modes of occupational stress, job satisfaction, intention to leave and absenteeism companies commission of Malaysia. *Australian Journal Basic Applied Science*, 4(7), 1676-1684.

Cofinanciado por: