

## 1. Enquadramento Teórico

A gestão e prevenção do stress laboral tem preocupado a European Agency for Safety and Health at Work (2013, 2014) dado o impacto que tem na produtividade e na saúde do trabalhador. Existem poucos estudos sobre o sector ferroviário considerado o stress e até trauma a que estes profissionais estão expostos (Borges, 2012; Doroga & Baban, 2013; Lemos 2013; Mehnert et al., 2012). Pretendem-se conhecer os níveis de stress, ansiedade e depressão em trabalhadores do sector ferroviário e verificar se predizem o burnout.

## 2. Metodologia

**Participantes:** Inquiriram-se 206 trabalhadores do sector ferroviário, todos homens, 67% com 12º ano (24% com 9º ano e 9% com licenciatura ou frequência universitária), 82% casados, 88% com filhos e 71% a trabalhar na zona Norte.. A idade variou entre 27 e 58 anos (M=43,1) e a experiência na atual função entre 1 e 33 anos (M=18,1).

**Instrumentos:** Usou-se o MBI (Maslach et al., 1996; Marques Pinto & Picado, 2011) e a EADS (Lovibond & Lovibond, 1995; Pais-Ribeiro et al., 2004).

**Procedimento:** Após autorização e divulgação do estudo pelo Sindicato Ferroviário da Revisão Comercial Itinerante, os questionários impressos foram distribuídos, sendo preenchidos de forma anónima e confidencial, sendo posteriormente devolvidos á FPCEUP.

**Análise dados:** Utilizou-se o SPSS 21 para análise descritiva, comparativa e correlacional, e para a regressão linear.

## 3. Resultados

Encontraram-se valores baixos de ansiedade, stress e depressão (Tabela 1, Gráficos 1 e 2) mas valores moderados de exaustão e realização e valores baixos de despersonalização. Existem correlações positivas significativas entre burnout, stress, ansiedade e depressão. A ansiedade aumenta com a experiência de serviço e a despersonalização diminui com a idade. Pela análise de regressão verificou-se que as variáveis sociodemográficas não são preditores significativos, por oposição á EADS, que prediz 12% a 38% do burnout (Tabela 2). A depressão prediz 38% da exaustão e, negativamente, prediz 12% da realização, enquanto o stress prediz 33% da despersonalização (Tabela 3).

Gráfico 1. Média de stress, ansiedade e depressão

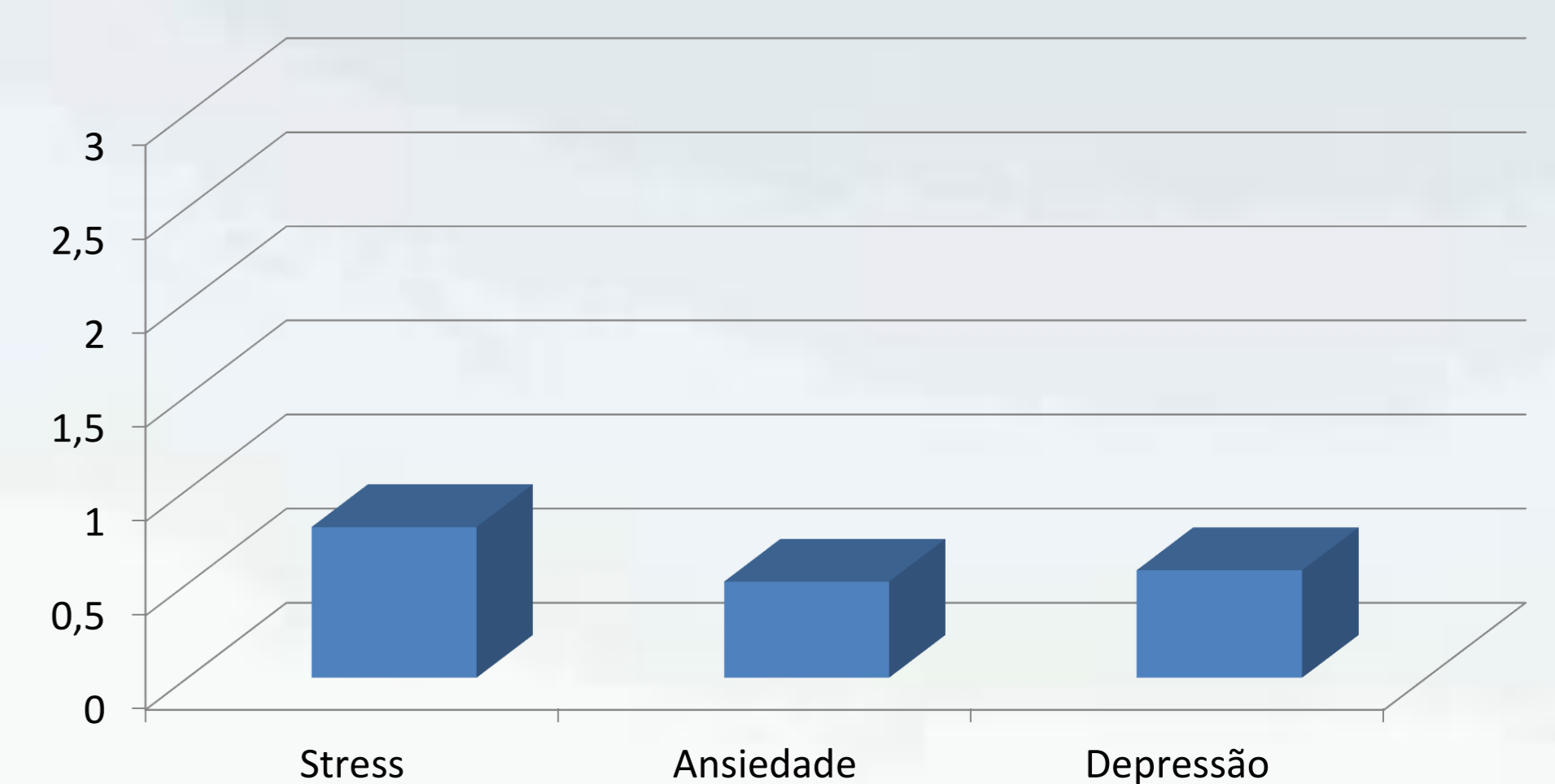


Gráfico 2. Média das dimensões do burnout

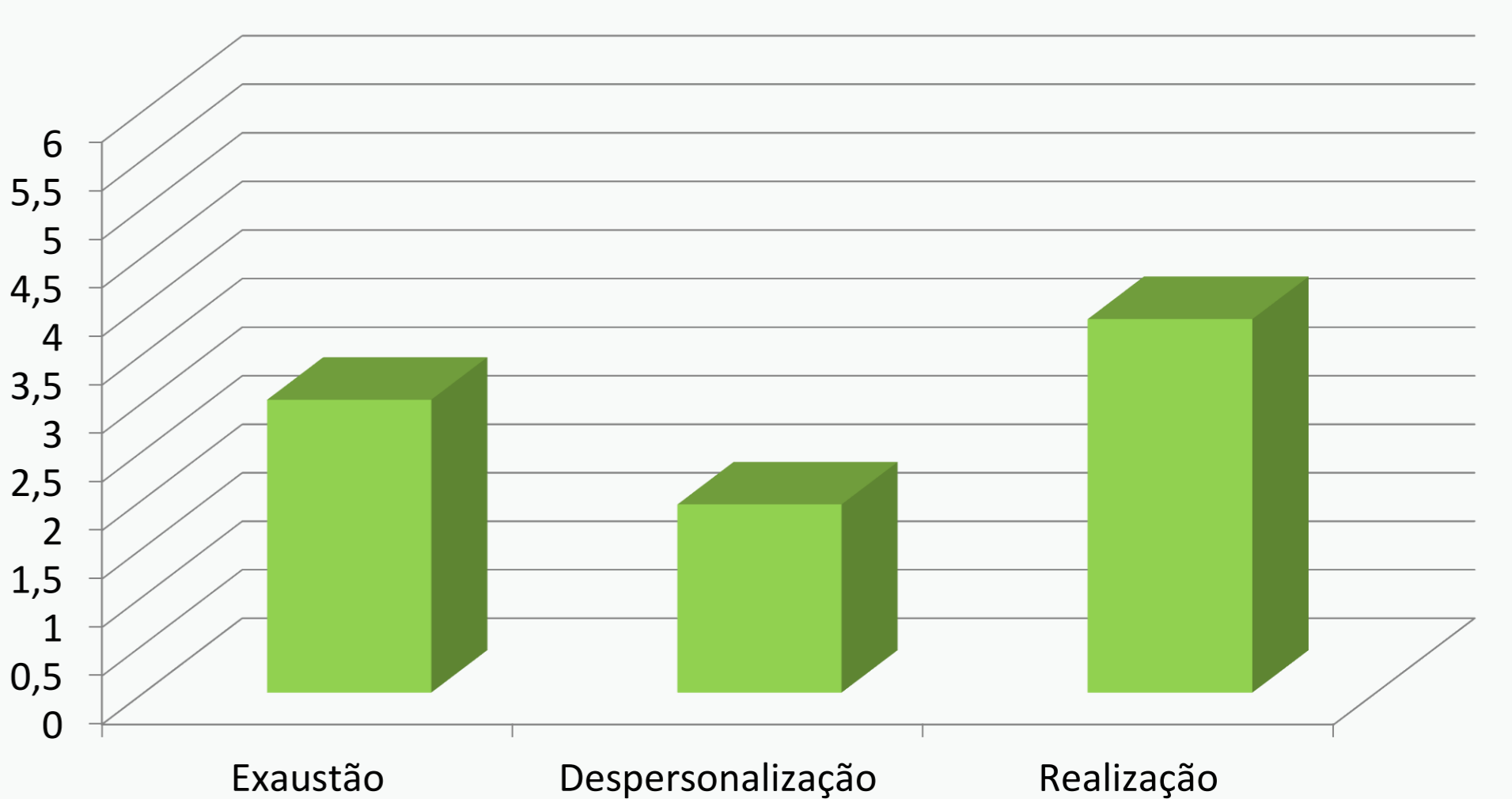


Tabela 1. Média, Desvio padrão e correlação entre Idade/anos serviço, EADS e Burnout

Dimensões	Média	Desvio padrão	Stress	Ansiedade	Depressão	Exaustão	Despersonalização	Realização
Idade	43,81	5,58	-,102	-,069	-,116	-,134	-,152*	,119
Anos na função	18,09	6,58	,090	,143*	,061	,003	,006	,063
Stress (0-3)	0,80	0,54		,766**	,833**	,605**	,574**	-,334**
Ansiedade (0-3)	0,51	0,53			,787**	,512**	,469**	-,283**
Depressão (0-3)	0,57	0,57				,615**	,550**	-,350**
Exaustão (0-6)	3,02	1,34					,630**	-,218**
Despersonalização (0-6)	1,94	1,23						-,320**
Realização (0-6)	3,85	1,16						

\*p<.050 \*\*p<.010

Tabela 2. Regressão (Enter) das variáveis sociodemográficas e EADS no burnout

Variável Dependente	Variáveis Predictoras	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> change	F(sig)
Exaustão	Sociodemográficas	,048	,048	1,632 (,140)
	Ansiedade, Depressão e Stress	,425	,377	41,941 (,000)
Despersonalização	Sociodemográficas	,057	,057	1,972 (,071)
	Ansiedade, Depressão e Stress	,358	,301	29,991 (,000)
Realização	Sociodemográficas	,053	,053	1,830 (,095)
	Ansiedade, Depressão e Stress	,173	,120	9,274 (,000)

Tabela 3. Regressão (Stepwise) da Ansiedade, Depressão e Stress no Burnout

Variável Dependente	Variáveis Predictoras	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> change	Beta	t (sig)	F (sig)
Exaustão	Depressão	,378	,378	,362	3,701 (,000)	69,535
	Stress	,407	,028	,304	3,110 (,001)	(,000)
Despersonalização	Depressão	,017	,017	,234	2,290 (,023)	53,752
	Stress	,346	,329	,378	3,686 (,000)	(,000)
Realização	Depressão	,123	,123	-,350	-5,342 (,000)	28,528 (,000)

## 4. Conclusões

Os resultados alertam para a necessidade de cuidar destes profissionais, nomeadamente o facto de o stress predizer 33% da despersonalização, o que pode ser problemático numa atividade que implica contato direto com passageiros. Assim, é importante prevenir o stress crónico, dada a responsabilidade das tarefas diárias destes profissionais no transporte de passageiros e na sua interação com estes, investigando este grupo de profissionais que só recentemente começa a ser alvo de estudos em Portugal.

## 5. Bibliografia

- Borges, M.J (2012). *Impacto emocional e fisiológico de cenas de acidentes com comboios*. Dissertação de Mestrado em Psicologia de Catástrofe e Trauma. Porto: FPCEUP.
- Doroga, C. & Baban, A. (2013). Traumatic exposure and posttraumatic symptoms for train drivers involved in railway incidents. *Clujul Medical*, 86(2), 144-149.
- European Agency for Safety and Health at Work (2013). *Managing stress and psychosocial risks at work*. Luxembourg: Publications Office of the European Union.
- European Agency for Safety and Health at Work (2014). *Priorities for occupational safety and health research in Europe for the years 2013–2020 Summary report – (updated Jan 2014)*. Luxembourg: Publications Office of the European Union.
- Lemos, I.C. (2013). *Acidente com comboios: Implicações no desenvolvimento da perturbação de stress pós-traumático nos maquinistas*. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica. Lisboa: ISPA, Instituto Universitário.
- Lovibond, P., & Lovibond, S. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the depression anxiety stress scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335-343.
- Marques Pinto, A. & Picado, L. (2011). *Adaptação e Bem-Estar nas Escolas Portuguesas: Dos Alunos aos Professores*. Lisboa: Coisas de Ler.
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1996). *The Maslach Burnout Inventory manual* (3a. ed.). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Mehnert, A., Nanninga, I., Fauth, M. & Schafer, I. (2012). Course and predictors of posttraumatic stress among male train drivers after the experience of 'person under the train' incidents. *Journal of Psychosomatic Research*, 73, 191-196.
- 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.