

Um estudo sobre o stress (excessivo) num comércio do interior do Rio de Janeiro.

Prof. Dr. Paulo Lourenço Domingues Junior (UFRRJ), Isabelle Machado Kaizer Ramos (UFRRJ), Antônio Camilo de Freitas Neto (UFRRJ), Emylli Beatrice Ribeiro Teixeira (UFRRJ)

O stress ocupacional pode ser definido como aquele inerente ao trabalho, que esteja relacionado à organização do trabalho, tais como metas excessivas, desempenho de múltiplas funções, etc. (MARRAS E VELOSO, 2012), (ROSSI, 2015). O stress ocupacional tem sido analisado em diferentes categorias de trabalhadores. Contudo, o stress excessivo vem sendo estudado no Brasil sempre em categorias cuja incidência de stress é bastante conhecida, tais como professores e profissionais da saúde (CARLOTTO E PALAZZO, 2008). Nesse sentido, realizamos uma pesquisa inovadora, que procurou mostrar como o stress excessivo pode estar presente em categorias de profissionais bastante tradicionais e conhecidas, mas que pecam pela falta de estudos. Da mesma forma, é sabido que as grandes cidades influenciam negativamente no nível de stress dos seus habitantes, repercutindo também no stress ocupacional. Nesse sentido, o estudo realizado procurou se diferenciar, sendo realizado em uma cidade de pequeno porte, mostrando evidências de que o trabalho em cidades menores também pode ser profundamente estressante. Assim, realizamos uma pesquisa exploratória em um comércio localizado na cidade de Três Rios, no interior do Estado do Rio de Janeiro, demonstrando o alto nível de stress na empresa estudada. A metodologia de pesquisa foi qualitativa, realizada através de entrevistas, e analisadas através da Análise de Conteúdo (BARDIN, 2011). Foram entrevistadas pessoas de ambos os sexos em diferentes cargos de trabalho. Os principais cargos analisados foram os atendentes comerciais, como também caixas, supervisores, assistentes financeiros e até mesmo cargos gerenciais. Um dos principais fatores de stress encontrados foram as metas excessivas a serem atingidas. Trata-se de metas que não são realistas, e boa parte das vezes não são alcançadas pela maioria. Outra fonte de stress são as múltiplas funções, executar mais funções do que aquelas para as quais foram contratados. Além disso, a carga de trabalho na empresa estudada, normalmente excede 8 horas por dia, diminuindo o tempo disponível para familiares e amigos. Destaca-se também que dois dos entrevistados fazem “bicos” para complementar a renda familiar, comprometendo ainda mais o tempo destinado à família ou ao lazer. Um dos entrevistados mencionou inclusive, ter finalizado um matrimônio por causa do stress ocupacional, mostrando o impacto do stress do trabalho sobre a família. Outro entrevistado atribuiu sua pressão alta ao stress no trabalho. Além disso, foi relatado um desmaio no ambiente de trabalho, que também foi atribuído ao excessivo stress ocupacional. Os dados da pesquisa de campo mostraram de modo contundente, que o stress excessivo também pode ocorrer em segmentos tradicionais da economia de cidades consideradas pequenas.

BARDIN, L. *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70, 2011.

CARLOTTO, M.S.; PALAZZO L.S. Análise da produção científica sobre a síndrome de burn-out no Brasil. *Psico-PUCRS*, V.39, 2008.

MARRAS, J. P; VELOSO, H.M. *Estresse Ocupacional*. Rio de Janeiro, Elsevier, 2012.

ROSSI, A.M; MEURS, J.A.; PERREWÉ, P.L. (orgs.). *Stress e Qualidade de Vida no Trabalho: Stress interpessoal e ocupacional*. São Paulo, Atlas, 2015