

PES045 - A INTERFERÊNCIA DA JORNADA DE TRABALHO NA QUALIDADE DE VIDA DE SERVIDORES

RAPHAELY CRISTINY SANCHES PROGENIO¹; SHAUMIN VASCONCELOS WU¹; JAMYLLÉ SILVA CAMPOS¹; ANGÉLICA HOMOBONO NOBRE²

raphaely_96@hotmail.com

¹Ensino Médio Completo, ²Doutorado

^{1,2,3}Universidade do Estado do Pará (UEPA), ⁴Universidade Federal do Pará

Introdução: Os trabalhadores estão expostos a eventos que necessitam de grande dedicação e esforço no seu desempenho, que aumentam a possibilidade de desgastes físicos, emocionais e psicológicos. Dessa forma, a grande carga de trabalho e estresse que é exposto no seu cotidiano influencia diretamente a sua qualidade de vida (QV) (MOREIRA, 2013). **Objetivos:** Analisar as alterações biopsicossociais em trabalhadores, geradas pelas jornadas de trabalho, que influenciam sua QV. **Métodos:** Foi aplicado o questionário WHOQOL-BREF em 14 servidores públicos que trabalham no Centro de Ciências e Planetário do Pará. Tal questionário é constituído por 26 questões que avaliam QV, dividido em quatro domínios: Físico, Psicológico, Ambiental e Relações Pessoais. Primeiramente foi realizada a análise geral dos questionários e posteriormente destacou-se uma questão de cada domínio, que possuíam relação com o sono, a satisfação pessoal, meio de transporte e satisfação com o apoio de amigos. **Resultados e Discussão:** Primeiramente, percebeu-se que os servidores estão com sua QV prejudicada, pois em todos os domínios obtiveram o conceito regular, dados que concordam com Andrade e Veiga (2012). Na análise dos domínios específicos, quanto ao sono, observou-se que cerca de 42% dos entrevistados demonstraram insatisfação e apenas 21% relataram estarem satisfeitos com seu sono, isso pode estar relacionado à carga horária de trabalho. No domínio psicológico, 57% relataram não estarem nem satisfeitos e nem insatisfeitos consigo mesmos e apenas 35% demonstraram satisfação. Nas relações sociais, no que se refere ao apoio que os entrevistados recebiam de amigos, 71% demonstraram não estarem nem satisfeitos e nem insatisfeitos com o apoio recebido, contra 21% que relataram satisfação. No domínio ambiental, em média, 42% relataram insatisfação com o meio de transporte, apenas 14% relataram satisfação, provavelmente por dependerem do transporte público e os demais que relataram satisfação devem usufruir de outros meios de transporte. **Conclusão:** Portanto, nota-se a necessidade de maior atenção à saúde do trabalhador, principalmente se for observado os domínios de sono, no que se refere a não qualidade do mesmo, e o psicológico, pois demonstram pouco contato consigo e com o estabelecimento de relações sociais, quando não puderam definir a satisfação ou insatisfação, esse fato pode influenciar o cotidiano, aumentando os desgastes físicos e emocionais, e assim diminuindo a QV desse indivíduo.

Referências Bibliográficas:

MOREIRA. Uso de técnicas de relaxamento para alívio do estresse ocupacional: uma revisão integrativa. 2013
ANDRADE ; VEIGA. Avaliação dos trabalhadores acerca de um programa de qualidade de vida no trabalho: validação de escala e análise qualitativa. 2012