



ANAIS DO
FÓRUM INTEGRADO DE
ENSINO, PESQUISA
E EXTENSÃO DA UnC



SISTEMA
ACAFE



Universidade
do Contestado

CONCÓRDIA - SC - 24 e 25/set de 2015

UNIVERSIDADE DO CONTESTADO - UnC

SOLANGE SALETE SPRANDEL DA SILVA
Reitora

CARLOS EDUARDO CARVALHO
Vice-Reitor

RAFAEL MÁRCIO CHAPIESKI
Pró-Reitor de Ensino

ITAIRA SUSKO
Pró-Reitora de Pesquisa, Pós-Graduação e Extensão

LUCIANO BENDLIN
Pró-Reitor de Administração e Planejamento

FUNDAÇÃO UNIVERSIDADE DO CONTESTADO - FUNC

ALDENY DE FREITAS ROCHA
Presidente

COMISSÃO ORGANIZADORA

Alexandre Trevisan Schneider
Camila Candeia Paz Fachi
Cassio Seffrin
Celi Teresinha Araldi Favassa
Claire Penso
Dulce De Oliveira Valério
Fabiana Nitschke Teo
Fernando Maciel Ramos
Flavia Tebaldi
Gabriel Bonetto Bampi
Gabriela Soares de C. M. R. Alves Bueno

Itaira Susko
Ivanir Salete Techio Da Silva
Jonatas Alves
Josiane Carine Spuldaro
Josiane Liebl Miranda
Lizandra Colussi
Marcio Machajewski
Marilene Terezinha Stroka
Neide Maria Favretto
Nicette Terezinha Sachett
Samantha Pedroski
Sayonara Bittencourt Pinto

Catologação na fonte – Biblioteca Universitária da Universidade do Contestado (UnC)

506.3
F745a

Fórum Integrado de Ensino, Pesquisa e Extensão da UnC (5. : 2015 :
Concórdia, SC)

Anais do V Fórum Integrado de Ensino, Pesquisa e Extensão da UnC :
[recurso eletrônico] / Alexandre Trevisan Schneider ... [et al.], organizador. –
Mafra, SC : UnC, 2015.

ISBN: 978-85-63671-18-9

1. Ciência – Congressos. 2. Pesquisa - Congressos. 3. Educação –
Congressos. 4. Extensão universitária - Congressos. I. Schneider, Alexandre
Trevisan (Org.). III. Universidade do Contestado.

Agência Brasileira do ISBN
ISBN 978-85-63671-18-9



9 788563 671189



ASPECTOS PSICOLÓGICOS ASSOCIADOS AO ESTRESSE EM BOMBEIROS MILITARES

*Karina Martins¹⁶³
Jeisa Benevenuti¹⁶⁴*

RESUMO

Introdução: Com base na proposta do estágio supervisionado I, do curso de Psicologia com ênfase em Prevenção e Promoção de Saúde, a saúde pode ser conceituada como dependente da interação entre o indivíduo e o meio. É um conceito que irá variar de cultura para cultura, sendo transmitido pela comunicação em massa. A Saúde então passa a ser entendida com base no modelo biopsicossocial e a psicologia da saúde começa a trabalhar aspectos da pessoa que está acometida por algum problema e não mais com a doença. A área da psicologia então vem crescendo com um leque de atuações em saúde, no qual o psicólogo não atua sozinho, e sim com outros profissionais para o atendimento que auxilie as pessoas em sua recuperação e/ou cura. Para isso, o profissional psicólogo deve ter uma base científica e estar munido de conhecimentos psicológicos. Neste sentido, não podemos separar a psicologia da saúde, mas sim unir ambas em prol de um conhecimento holista, visando benefícios para a comunidade. Baseado nesses conceitos de promoção em saúde, uma das propostas do Estágio Curricular Supervisionado Obrigatório do curso de Psicologia é desenvolver uma metodologia contemplando fundamentos teóricos estudados durante a formação acadêmica vinculando com a problemática do contexto de atuação. Deste modo o presente estágio buscou identificar os possíveis aspectos psicológicos relacionados ao estresse na profissão de socorristas do Corpo de Bombeiros de Guabiruba – SC, sendo que o estresse é uma grande preocupação nos dias atuais por ser reconhecido como um dos riscos mais sérios para o bem-estar psicossocial dos indivíduos. O ser humano está submetido, em qualquer momento de sua vida, a situações que podem desencadear fatores de estresse, não excluindo sua profissão. “A resposta ao estresse é resultado da interação entre as características da pessoa e as demandas do meio, ou seja, as discrepâncias entre o meio externo e a percepção do indivíduo quanto a sua capacidade de resposta” (MARGIS et al., 2003, p.65). O estresse é uma realidade da profissão de ser bombeiro, pois os atendimentos de emergências, acidentes, resgates e incêndios provavelmente irão produzir tensão e desgastes físicos. Esses profissionais, diariamente convivem com o sentimento de ansiedade e de dor, no qual em algumas situações as vítimas passam por procedimentos dolorosos e desconfortáveis. Esse desafio de sair para

¹⁶³Centro universitário de Brusque – UNIFEBE, Campus Santa Terezinha, Curso: Psicologia, E-mail: karina_martins1@hotmail.com

¹⁶⁴Dra. Em Psicologia pela UFSC – Processos Organizacionais de Trabalho e Aprendizagem com ênfase em Análise do Comportamento; Professora do Curso de Psicologia do Centro Universitário de Brusque – Unifebe.



enfrentar uma ocorrência pode ser considerado uma situação de estresse adaptativa para o corpo dos Bombeiros Militares, sendo na medida em que prepara o organismo para enfrentar as situações. O objetivo dessa resposta é a rápida mobilização de energias para os locais apropriados. Com isso, percebe-se um aumento na frequência cardíaca, pressão arterial e na frequência respiratória. Outras respostas como a analgesia e a melhor percepção e memória, facilitam respostas como lutar ou fugir. A intensidade da resposta irá depender da ameaça do evento estressor, tanto a intensidade como a sua duração e da capacidade comportamental do indivíduo em lidar com eventos de natureza estressora. Além das ocorrências, dentro do quartel os Bombeiros Militares convivem com outras pessoas e a relação interpessoal pode ser um fator desencadeador de estresse. Nos dias atuais, percebemos que cada vez mais a relação interpessoal vem ganhando espaço no clima organizacional. Ao trabalhar com outras pessoas trazemos em nossa bagagem outras experiências vivenciadas, divergências entre culturas, maneiras e costumes, diferenças religiosas, políticas, entre outros fatores; onde essas diferenças podem gerar dificuldades na convivência com os demais colegas de trabalho. Nas situações de trabalho, onde envolvem dois ou mais indivíduos, algumas atividades já são determinadas pela organização para que os colaboradores possam executar. Assim como os sentimentos que espera-se ser compartilhados, tais como: comunicação eficaz, cooperação, respeito ao próximo e a amizade. O Corpo de Bombeiros Militar, como o próprio nome já denomina, só existe por meio do trabalho em grupo. Vidas são salvas diariamente por esse trabalho em grupo, pessoas são resgatadas, há eliminação de incêndio, assim como o simples carregar de uma maca que não seria possível com apenas uma pessoa e sem a formação de um grupo. Outro aspecto importante é a relação entre o indivíduo e seu ambiente de trabalho podendo gerar o famoso “Estresse ocupacional”. Em relação aos eventos estressores organizacionais, podem ser originados pela natureza física ou psicossocial. A natureza física trata-se por exemplo da iluminação do local, da ventilação, dos ruídos e até mesmo das ferramentas do trabalho. Já a natureza psicossocial destaca-se os fatores estressores ligados aos papéis, nos fatores intrínsecos ao trabalho, na relação interpessoal, autonomia e controle de suas tarefas e ao desenvolvimento de sua carreira. **Objetivos:** Os objetivos do trabalho foram identificar os possíveis aspectos que geram estresse no cotidiano de profissionais Bombeiros Militares de Guabiruba – SC; apresentar quais os prejuízos que o estresse pode causar; sugerir estratégias visando melhorar a qualidade de vida desses profissionais por meio de oficinas e interação do grupo. **Metodologia:** Como instrumento inicial foi realizado uma entrevista semiestruturada, que abordou questões sobre a profissão de Bombeiro Militar e os possíveis aspectos relacionados ao estresse. Como apoio foi apresentado uma carta de apresentação, no qual foi entregue inicialmente com o Termo de Consentimento Livre ao participante. As oficinas foram em forma de dinâmicas que trabalharam a questão do estresse e das relações interpessoais dentro do grupo, tendo em vista que desenvolver as relações humanas com base nas dinâmicas de grupo proporcionará aos participantes um espaço psicossocial alternativo. Além das dinâmicas a acadêmica acompanhou ocorrências prestando acolhimento para as vítimas e/ou acompanhantes em situações de emergência, buscando compreender os procedimentos técnicos realizados pelos Militares e a tensão que as ocorrências podem gerar. As atividades



ocorreram no primeiro semestre de 2015, aos sábados e domingos com as três guarnições do quartel de Guabiruba, no qual além de Bombeiros Militares, também participaram das oficinas os Agentes da Defesa Civil e Bombeiros Comunitários. **Resultados obtidos:** Após o questionário aplicado e das observações realizadas, foi possível observar que os aspectos relacionados ao estresse não concentram-se apenas nas ocorrências, onde o ciclo de estresse é eliminado em pouco tempo. As dinâmicas auxiliaram a identificar que o principal aspecto relacionado ao estresse encontra-se na relação interpessoal dentro do quartel, onde a convivência diária e as diferenças pessoais geram diversos conflitos. Com o planejamento das oficinas, foram preparadas várias dinâmicas proporcionando ao grupo que trabalhassem questões como: importância da comunicação, autoconhecimento, empatia, relação interpessoal, trabalho em equipe, motivação, autoconfiança, sociabilidade e administração de conflitos. As dinâmicas atingiram os objetivos propostos que foram explanados no início do plano de ação, ao apontar quais os prejuízos causados pelo estresse nessas situações, sendo interno ou externo, gerando um desconforto emocional aos profissionais. Também foram discutidos em cada oficina estratégias para auxiliar os Militares com esses eventos considerados “estressores” pelas guarnições. Resultando em pontos positivos para a equipe, após as atividades realizadas, vários feedbacks foram dados pelos integrantes do grupo, enfatizando a importância desse olhar cuidadoso com a saúde mental no contexto Militar, pois esses profissionais Bombeiros estão facilmente expostos a situações de sofrimento, interferindo em sua qualidade de vida. Com a presença da estagiária do curso de Psicologia alguns Militares se sentiram à vontade em dividir suas frustrações e dificuldades, deixando visível a importância do acolhimento a esses profissionais e a escuta especializada objetivando a redução de tal sofrimento. **Considerações finais:** Bombeiros Militares, uma profissão no qual os profissionais precisam estar prontos a todo momento para qualquer situação demandada pela comunidade, porém pouco acolhida em relação a escuta e acolhimento dos próprios “heróis”. A psicologia nesse contexto pode auxiliar na qualidade de vida desses profissionais que prestam um importante serviço à comunidade, no qual passam por situações estressantes, arriscando suas vidas para salvar o próximo, conseqüentemente, por esses motivos podendo estar expostos ao adoecimento precoce. Neste sentido, o apoio psicológico é importante ao profissional Bombeiro para que possa criar estratégias para lidar com essas situações diárias. Cabe ressaltar que esses resultados não pretendem elaborar conclusões fechadas e inacabáveis, e sim fomentar a necessidade e possibilidade de novas pesquisas e intervenções nesse campo que abordem essa temática.

Palavras-chave: Estresse. Relação Interpessoal. Corpo de Bombeiros.

REFERÊNCIAS

MARGIS, Regina et al . Relação entre estressores, estresse e ansiedade. **Rev. psiquiatr.** Rio Gd. Sul, Porto Alegre, v. 25, supl. 1,Abril. 2003