

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/363609237>

Automonitorização do Stress e Burnout através da Plataforma SOMSII Innovation & Research-Flexsaúde

Poster · September 2022

DOI: 10.13140/RG.2.2.31403.72484

CITATIONS

0

READS

275

7 authors, including:



Simão Silva Oliveira

Faculty of Psychology and Education Sciences university of Porto (FPCEUP)

6 PUBLICATIONS 5 CITATIONS

SEE PROFILE



Rute Pereira

Faculty of Law University of Porto

17 PUBLICATIONS 2 CITATIONS

SEE PROFILE



Frédéric Oliveira

University of Porto

4 PUBLICATIONS 0 CITATIONS

SEE PROFILE



Danisio Calixto Cavalcante

University of Porto

8 PUBLICATIONS 4 CITATIONS

SEE PROFILE

1. Introdução e Objetivos

O stress no trabalho e o burnout têm vindo a aumentar, prejudicando a vida individual e profissional, bem como o desempenho laboral (Edu-Valsania et al., 2022; EU-OSHA, 2022). A pandemia da COVID-19 prejudicou a saúde mental de todos (WHO, 2022), alertando para a importância da prevenção, nomeadamente do burnout, que em 2019 foi considerado “fenómeno ocupacional” (WHO, 2019). Contudo, a pandemia alargou a possibilidade de interação digital e estimulou o autoconhecimento dos sintomas, nomeadamente através de plataformas/ferramentas digitais (Hagglund et al., 2022; WHO, 2021). Pretende-se apresentar a plataforma SOMSII Innovation & Research-Flexsaúde (desenvolvida desde 2019 numa parceria SOMS II Innovation & Research e FPCEUP para identificar o bem/mal-estar psicológico no âmbito da saúde ocupacional) e descrever resultados recolhidos em Portugal e no Brasil com profissionais variados.

2. Metodologia

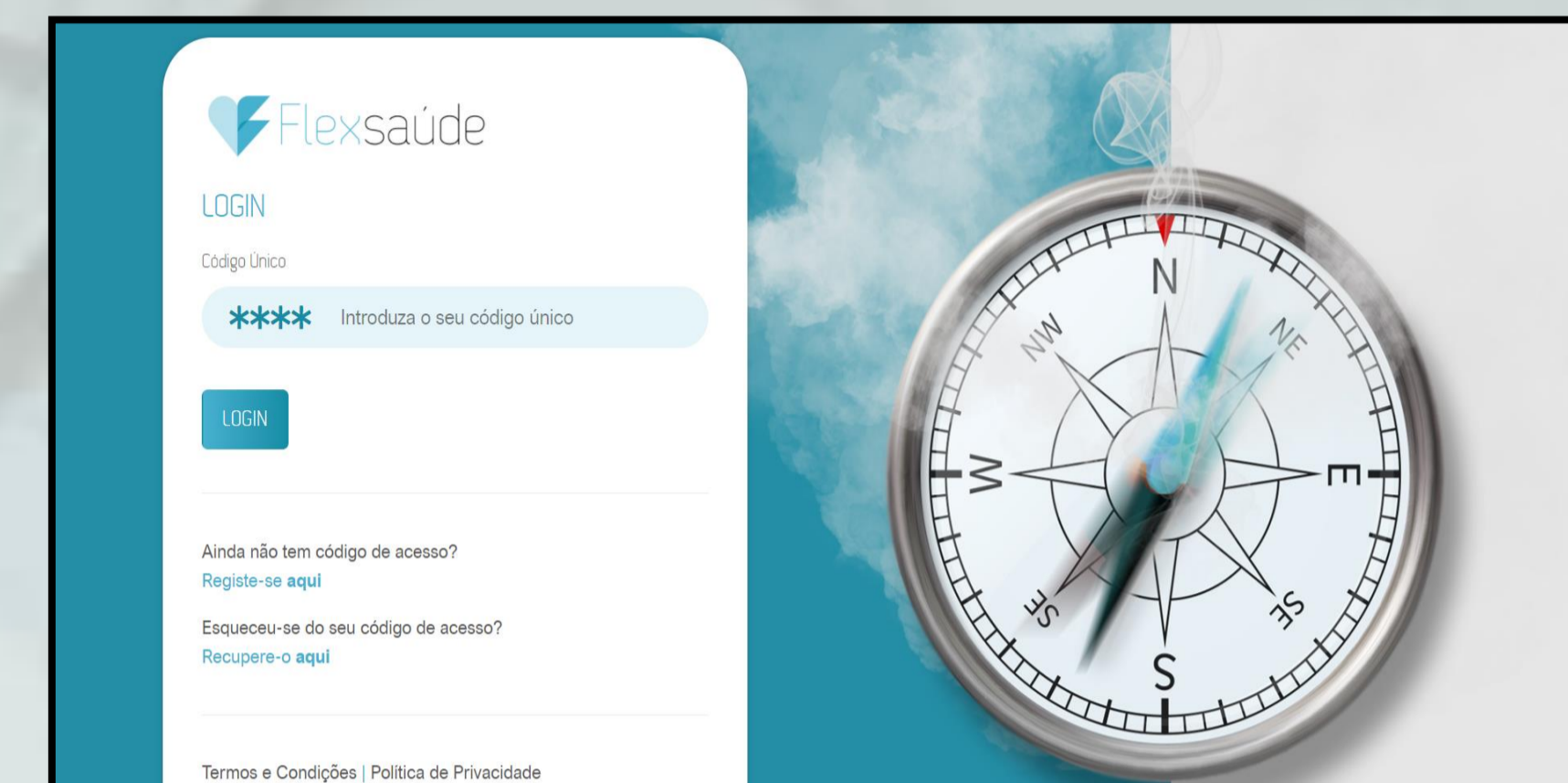
Participantes: dados recolhidos no âmbito de vários estudos, nomeadamente 1.802 elementos policiais da PSP/PMs/GNR (Pereira, 2021) e 210 bancários (Oliveira, 2022) portugueses, e 1.612 funcionários públicos brasileiros do INSS (Cavalcante 2022).

Instrumentos: questionário sociodemográfico/laboral e versões nacionais do *Burnout Assessment Tool* (BAT, Schaufeli et al., 2020), *Oldenburg Burnout Inventory* (Sinal et al., 2019) e do *Police Stress Questionnaire – operational stress* (McCreary et al., 2017; Queirós et al., 2020).

Procedimento: em 2021 e 2022 foi aplicado a nível nacional em Portugal e no Brasil (conforme os estudos) o questionário anónimo e confidencial, usando a plataforma *SOMSII Innovation & Research-Flexsaúde*, a qual, após registo e login (em <https://app.flexsaude.pt>, sendo necessário um código do estudo e da organização), permite a devolução imediata dos resultados com uma breve interpretação (Figura 1). A plataforma permite ao investigador inserir questões e codificar graficamente níveis como semáforo de cores com texto explicativo e relatório individual.

Análise dados: Utilizou-se o SPSS 27 para inserir os dados, cotar e realizar a análise descritiva por categorias.

Figura 1. Login na plataforma



3. Resultados

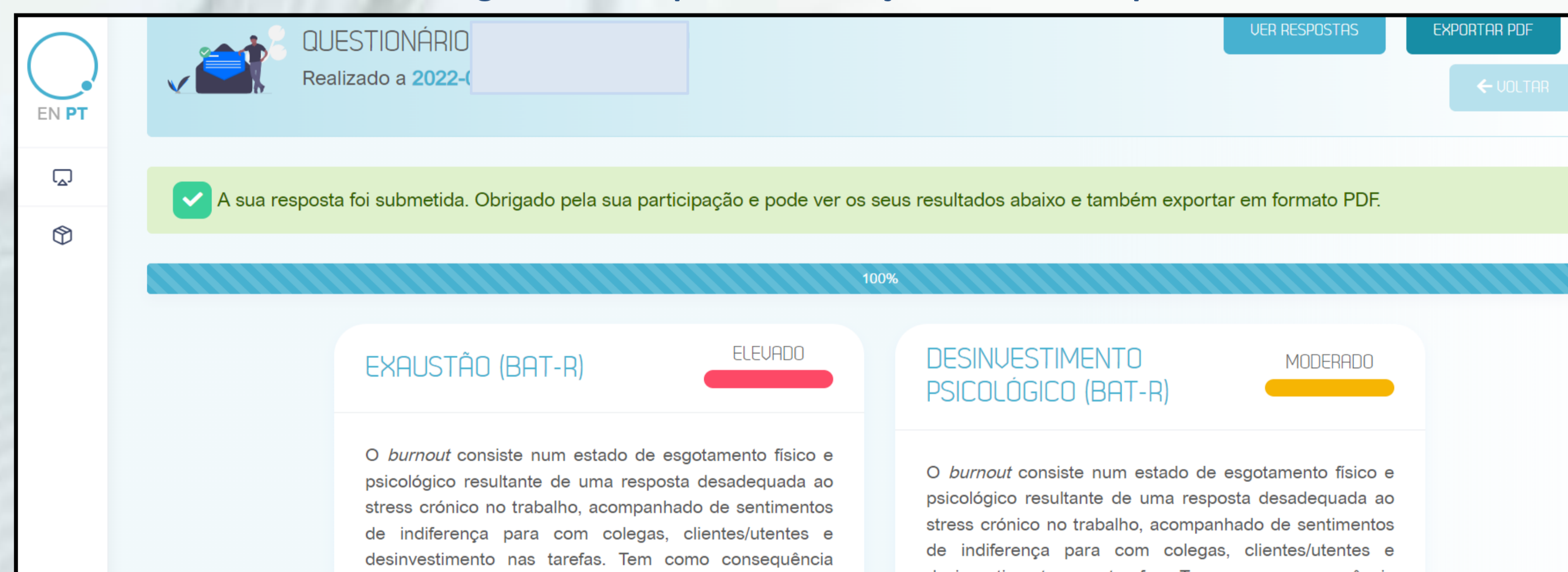
Considerando os pontos de corte definidos pelos autores de cada questionário, a plataforma permitiu identificar valores elevados de stress operacional e organizacional em polícias portuguesas (Gráfico 1), representando, respetivamente, 71,9% e 61,6% dos participantes, bem como identificar 56,4% em burnout, por oposição a 22,5% sem burnout.

Em bancários portugueses (Gráfico 2), encontraram-se 42,4% com burnout elevado, sendo quase semelhantes e mais elevadas as dimensões exaustão e desinvestimento psicológico, bem como os sintomas secundários (com 36,7% no nível elevado, resultantes de queixas psicológicas e queixas psicossomáticas).

Já em funcionários públicos do INSS - Brasil (Gráfico 3), os valores são semelhantes para o burnout e sintomas secundários (respetivamente com 41,5% e 37,2%), mas a exaustão e o desinvestimento representam apenas 34,7%.

É de salientar que através de uma questão aberta final foi possível obter dados qualitativos que expressam o enorme mal-estar destes grupos profissionais, que nunca pararam de trabalhar durante os confinamentos de 2020 e 2021, revelando aquando das recolhas de dados um grande cansaço e desmotivação no trabalho. Assim, estes resultados podem estar contaminados pelo “efeito do trabalhador saudável” (Chowdhury et al., 2017), estando abaixo da verdadeira dimensão do fenómeno. Contudo, foi possível verificar que para os participantes que aderiram aos estudos, foi valorizado o facto de a plataforma possibilitar a devolução imediata no formato de semáforo de níveis, fazendo-os tomar consciência do seu estado psicológico (Figura 2).

Figura 2. Exemplo de devolução imediata na plataforma



4. Discussão e Conclusões

No que se refere aos níveis de stress no trabalho e de burnout, os resultados são preocupantes pois revelam elevados níveis, indicando a pertinência da automonitorização como forma de prevenção do stress/burnout no paradigma da e-Health (WHO, 2021) e numa época em que a saúde mental reflete o impacto da pandemia (WHO, 2022), sobretudo em profissões vitais da sociedade e que agora revelam todo o desgaste acumulado que vivenciam desde o início da pandemia.

5. Bibliografia

- Cavalcante, D. (2022). *Burnout, depressão ocupacional, ansiedade e engagement nos diferentes regimes de trabalho dos servidores públicos brasileiros*. Dissertação de Mestrado em Temáticas de Psicologia, área de Reabilitação Psicossocial e Saúde Mental. Porto: FPCEUP.
- Chowdhury, R., Shah, D., & Payal, A. (2017). Healthy Worker Effect Phenomenon: Revisited with Emphasis on Statistical Methods - A Review. *Indian Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 21, 2. https://doi.org/10.4103/ijoom.IJOEM_53_16
- Edu-Valsania, S., Lagua, A., & Moriano, J. A. (2022). Burnout: A Review of Theory and Measurement. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1780. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031780>
- EU-OSHA (2022). *Third European Survey of Enterprises on New and Emerging Risks (ESENER 2019): Overview Report How European workplaces manage safety and health*. Luxembourg: Publications Office of the European Union.
- Hagglund, M., Cajander, A., Rexhepi, H., & Kane, B. (2022). Editorial: Personalized Digital Health and Patient-Centric Services. *Frontiers in Computer Science*, 4, 862358. <https://doi.org/10.3389/fcomp.2022.862358>
- McCreary, D. R., Fong, I., & Groll, D. L. (2017). Measuring policing stress meaningfully: Establishing norms and cut-off values for the Operational and Organizational Police Stress Questionnaires. *Police Practice & Research*, 18(6), 612-623.
- Oliveira, F. (2022). *Saúde mental dos bancários em Portugal: um estudo sobre burnout e depressão no trabalho*. Dissertação de Mestrado em Temáticas de Psicologia, área de Reabilitação Psicossocial e Saúde Mental. Porto: FPCEUP.
- Pereira, R. (2021). *Stress (operacional/organizacional) e Burnout como preditores da Ideação Suicida nas Forças Policiais*. Dissertação de Mestrado em Ciências Policiais. Lisboa: ISCP/SL.
- Queirós, C., Passos, F., Bárto, A., Marques, A. J., da Silva, C. F., & Pereira, A. (2020). Burnout and Stress Measurement in Police Officers: Literature Review and a Study with the Operational Police Stress Questionnaire. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00587>
- Schaufeli, W., Desart, S., & De Witte, H. (2020). Burnout Assessment Tool (BAT) - development, validity, and reliability. *International Journal of Environmental Research Public Health*, 17(24), 9495. <https://doi.org/10.3390/ijerph17249495>. Versão portuguesa em <https://burnoutassessmenttool.be/wp-content/uploads/2020/08/BAT-Portuguese.pdf>; versão brasileira em <https://burnoutassessmenttool.be/wp-content/uploads/2020/08/BAT-Brazil.pdf>
- Sinal, J., Queiros, C., Pasian, S., & Maroco, J. (2019). Transcultural Adaptation of the Oldenburg Burnout Inventory (OLBI) for Brazil and Portugal. *Frontiers in Psychology*, 10(338). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00338>.
- WHO, World Health Organization. (2019, Maio 28). *Burn-out an "occupational phenomenon"*. In <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>
- WHO, World Health Organization (2021). *Global strategy on digital health 2020-2025*. Geneva: World Health Organization.
- WHO, World Health Organization (2022). *Mental Health and COVID-19: Early evidence of the pandemic's impact: Scientific brief, 2 March 2022*. In https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-Sci_Brief-Mental_health-2022

Gráfico 1. Percentagem, em polícias, dos níveis de stress e de burnout (OLBI)

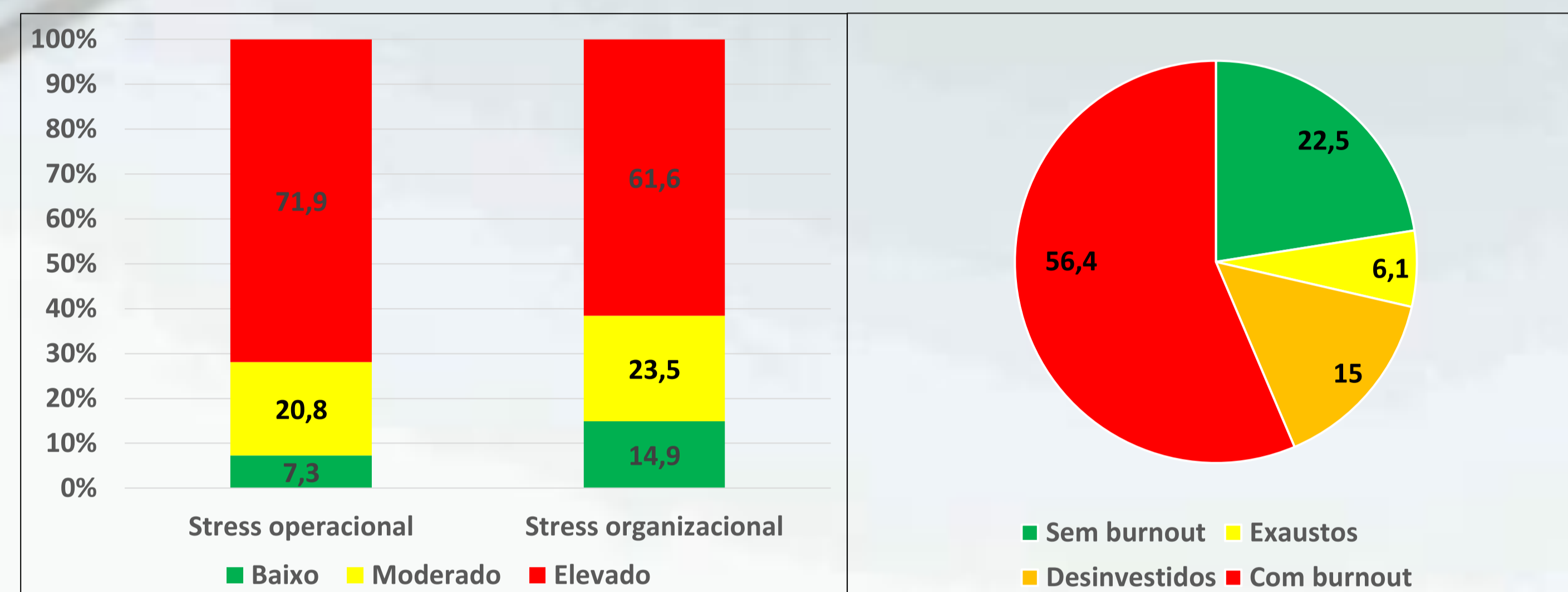


Gráfico 2. Percentagem, em bancários, dos níveis de burnout e suas dimensões (BAT)

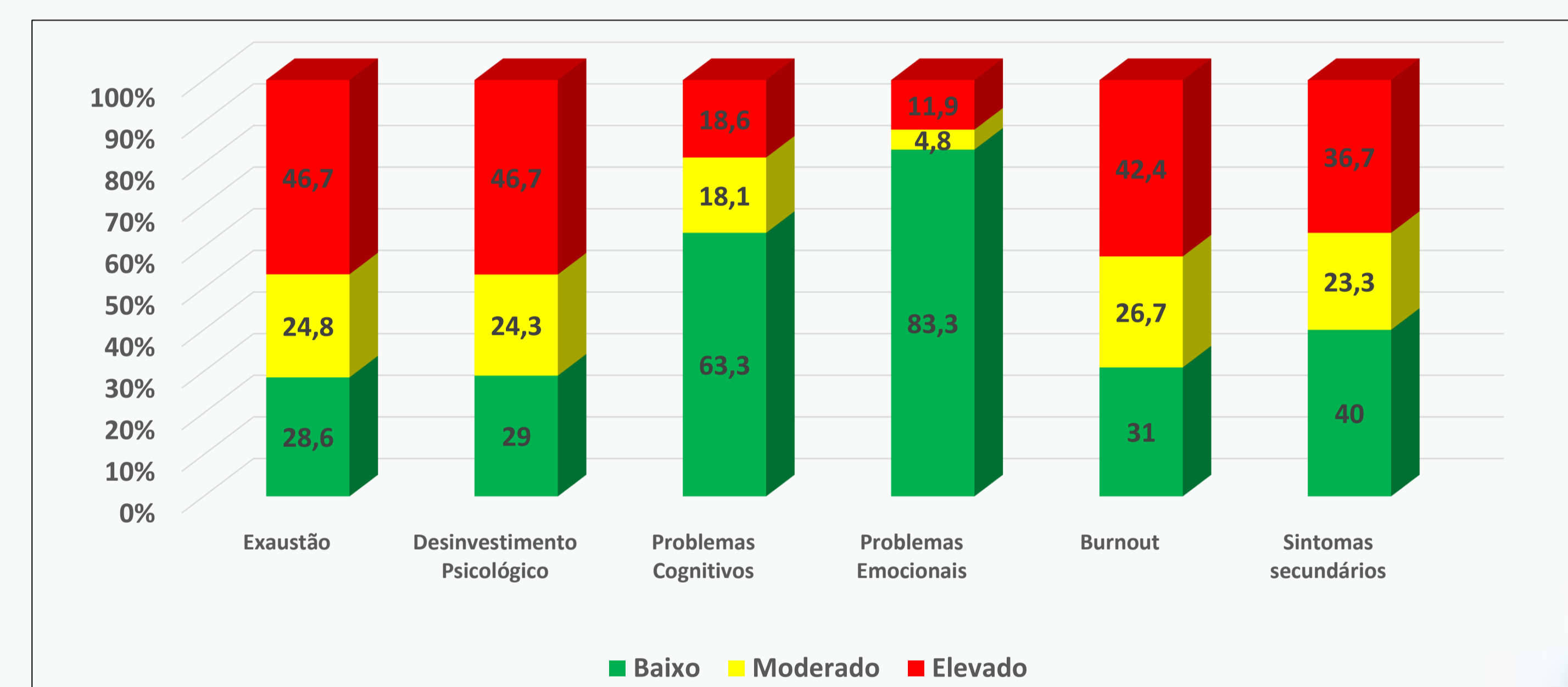
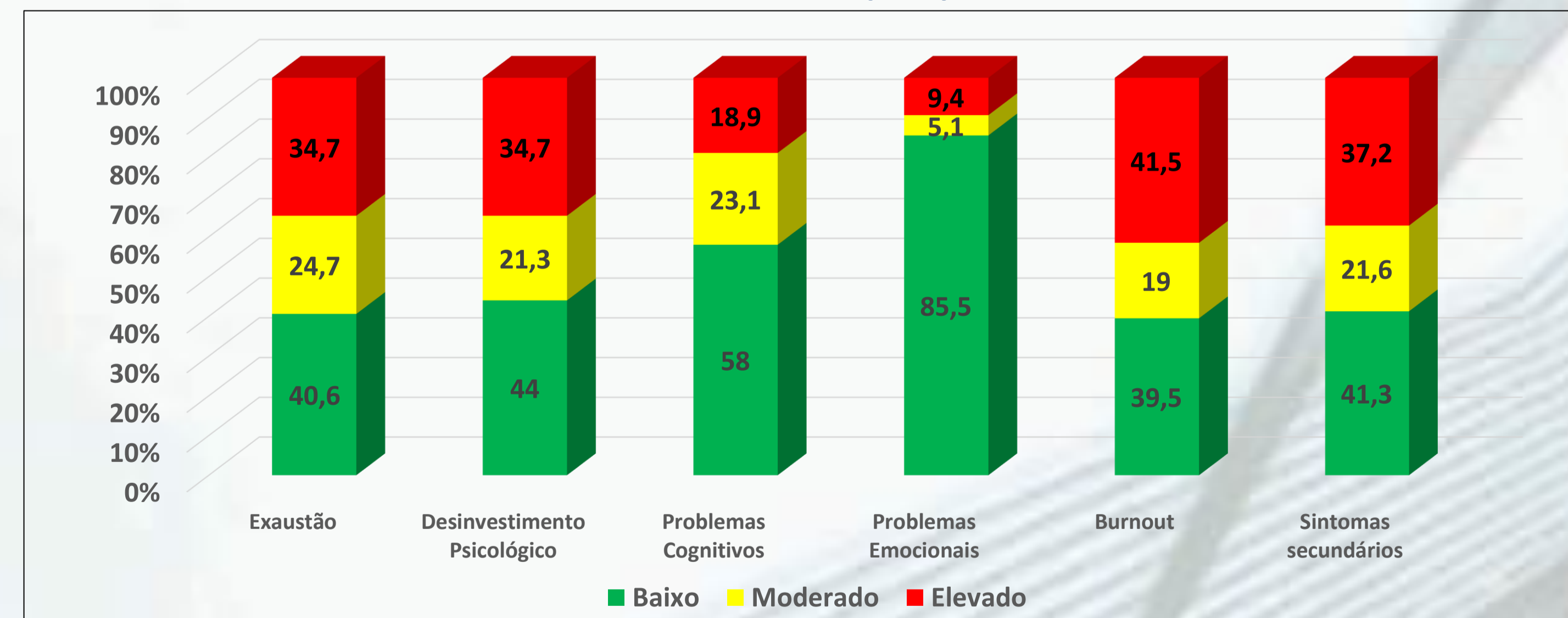


Gráfico 3. Percentagem, em funcionários públicos brasileiros, dos níveis de burnout e suas dimensões (BAT)



Estudo com o apoio de: