

1. Introdução

Eleito pela Agência Europeia para a Segurança e Saúde no Trabalho como tema para 2014, o stress, é algo sempre presente na atividade dos bombeiros, nomeadamente, lidar com circunstâncias físicas desagradáveis, vítimas problemáticas, pressão do tempo, expectativas dos outros e de si próprios. É esperado que os bombeiros realizem as tarefas e exerçam esforço físico e mental, mas também lhes é exigida a gestão das suas próprias emoções no contexto de trabalho. Assim, enquanto prestadores de cuidados/serviços se estes profissionais cumprirem com êxito a exigência para expressar e sentir emoções, isso vai ter efeitos positivos, contribuindo para o sentimento de autoeficácia ou realização pessoal (Zapf et al., 2001). Estudos salientam que as emoções interferem com a saúde mental, e, nomeadamente o stress laboral, a vulnerabilidade ao stress, a insatisfação com o trabalho, a fadiga crónica, a ansiedade e estratégias de *coping* pobres parecem acompanhar-se de um desconforto emocional significativo, contribuindo para o aumento da probabilidade dos profissionais desenvolverem problemas de comportamento (Martins, 2004). Torna-se, por isso, importante entender os riscos e os fatores de proteção no uso de estratégias de *coping* e emoções nas situações em que os bombeiros se expõem.

2. Objetivos

Compreender a influência das emoções expressas no trabalho sobre a satisfação e perceber se esta é mediada pelas estratégias de *coping*.

3. Método

Participantes: Foram inquiridos 505 bombeiros de diferentes zonas do país, sendo 87% homens, 53% profissionais (assalariados, sapadores, municipais) e 47% voluntários, tendo uma idade média de 33 anos e média de experiência profissional de 11,4 anos. As ocorrências com maior frequência de atuação englobam 71% incêndios florestais, 65% acidentes rodoviários, 77% pré-hospitalar e 68% transporte de doentes.

Instrumentos: Brief COPE (Carver et al, 1989; Pais-Ribeiro & Rodrigues, 2004); QST - Questionário de satisfação com o trabalho (Pais-Ribeiro, 2008) e FEWS - Frankfurt Emotion Work Scales (Zapf et al., 1999; versão traduzida por Vara & Queirós, 2012).

Procedimento: Distribuição de questionários através de interlocutores privilegiados no terreno, para recolha de amostra em "bola de neve". Questionário de autopreenchimento, de forma voluntária, anónima e confidencial.

4. Resultados

Encontraram-se (Tabela 1) valores elevados na expressão de emoções positivas, no *coping* focado no problema e em todas as dimensões da satisfação com o trabalho. Existem correlações positivas significativas entre o expressar emoções positivas e o *coping* focado no problema e todas as dimensões da satisfação, encontrando-se ainda uma correlação negativa entre o expressar emoções negativas e as dimensões da satisfação. Observaram-se também correlações positivas significativas entre as emoções negativas e as estratégias de *coping* focadas nas emoções e no evitamento, sendo também estas últimas as que apresentam mais correlações negativas com as dimensões da satisfação.

Tabela 1. Média, Desvio padrão e Correlações entre as dimensões da satisfação, as emoções expressas no trabalho e estratégias de *coping*

	Média	DP	1	2	3	4	5
1. Expressar Emoções Positivas	3,73	,66					
2. Expressar Emoções Negativas	1,70	,53					
3. Coping focado no problema	1,70	,67	,159**	,075			
4. Coping focado nas emoções	1,32	,75	,045	,109*			
5. Coping de evitamento	0,79	,60	,004	,333**			
6. Segurança c/ futuro da profissão	3,91	1,03	,176**	-,055	,108*	,038	,028
7. Apoio da hierarquia	4,15	1,12	,181**	-,100*	,067	-,013	,020
8. Reconhecimento pelos outros do trabalho realizado	4,41	,80	,208**	-,181**	,117*	-,009	-,123**
9. Condições físicas do trabalho	4,27	1,09	,124**	-,109*	,078	-,023	-,086
10. Relações com colegas	5,02	,82	,131**	-,341**	-,023	-,116*	-,316**
11. Satisfação com a profissão	3,75	,76	,201**	-,129**	,042	-,014	-,135**

Na análise de regressão linear pelo método *enter* verificou-se que as estratégias de *coping* não medeiam o impacto das emoções na satisfação no trabalho (Figuras 1 e 2) e que as emoções positivas são preditoras da satisfação no trabalho (5,2%) e do uso de estratégias de *coping* focadas no problema (2,5%). As emoções negativas são preditoras das estratégias de *coping* focado nas emoções e do *coping* de evitamento explicam 1,2% e 11%, respetivamente da baixa satisfação. As emoções negativas e o *coping* evitamento são preditores de uma baixa satisfação no trabalho (explicam 4% e 2% respetivamente).

5. Conclusões

Estes resultados alertam para, do ponto de vista prático, ter em consideração o papel das respostas afetivas na gestão de problemas e os efeitos do ambiente de trabalho no qual os bombeiros operam, e onde, especialmente as emoções podem surgir e influenciar a satisfação, o stress e o desempenho. Poderá ser importante incluir na formação dos bombeiros conteúdos sobre gestão do stress e regulação das emoções, bem como criar nos corpos de bombeiros equipas de suporte de pares (ex: modelo CISM) que previnam o trauma, a insatisfação com o trabalho e o stress.

6. Referências

- Carver, C. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: consider the brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 92-100.
- Martins, M.C. (2004). Factores de Risco Psicossociais para a Saúde Mental. *Millenium - Educação, Ciência e Tecnologia, Revista do ISPV*, 29, 255-268.
- Pais Ribeiro, J., & Rodrigues, A. (2004). Questões acerca do coping: A propósito do estudo de adaptação do Brief Cope. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 5(1), 3-15.
- Pais Ribeiro, J. (2008). *Questionário de satisfação com o trabalho*. Versão para investigação. Porto: FPCEUP.
- Zapf, D., Vogt, C., Seifert, C., Mertini, H., & Isic, A. (1999). Emotion work as a source of stress. The concept and the development of an instrument. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 8, 371-400.
- Zapf, D., Seifert, C., Schmutte, B., Mertini, H., & Holz, M. (2001). Emotion Work and Job Stressors and their effects on burnout. *Psychology and Health*, 16, 527-545.

Figura 1. Análise de regressão para os efeitos das emoções positivas sobre a satisfação no trabalho, com mediação das estratégias de *coping*

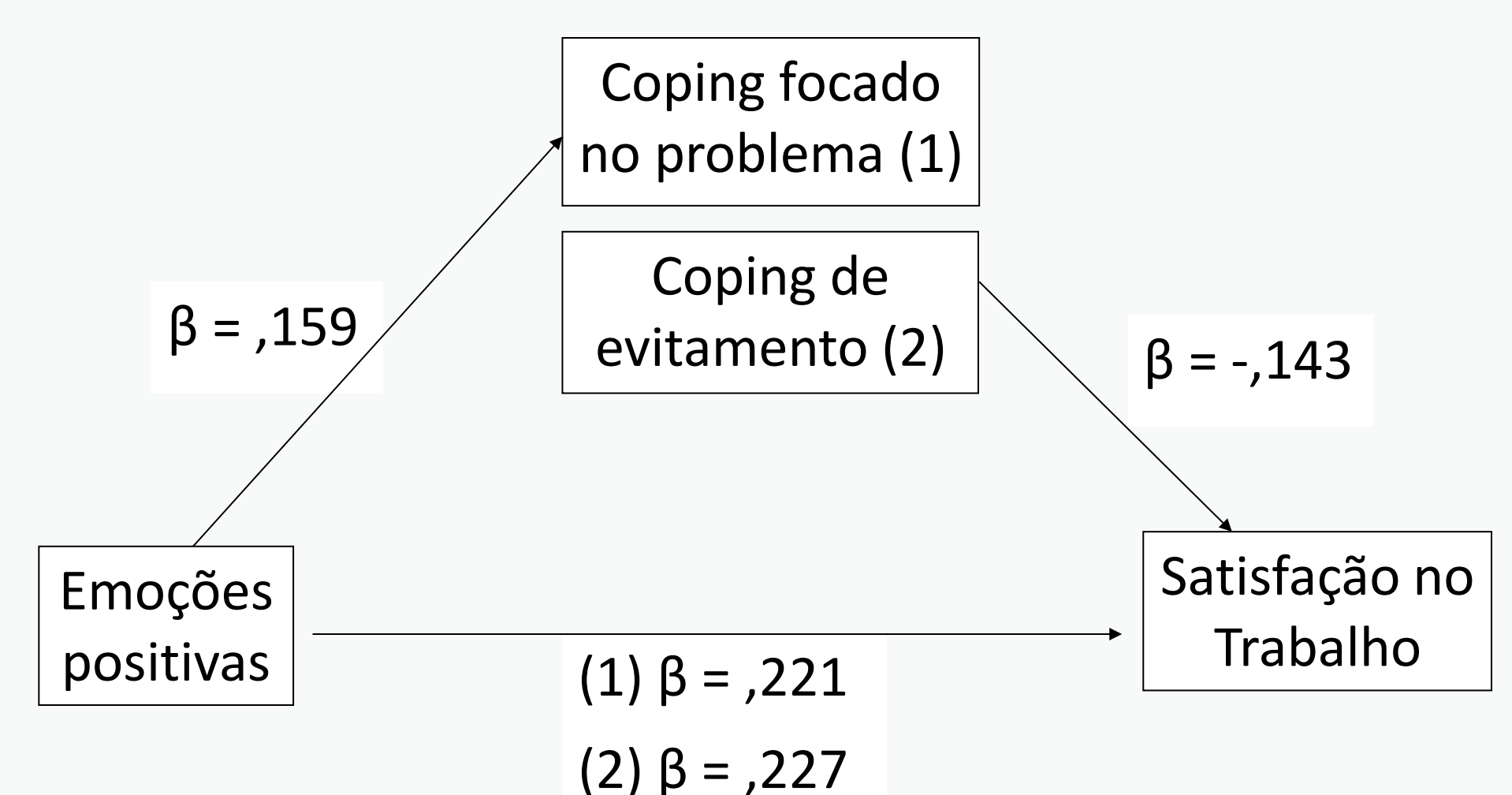


Figura 2. Análise de regressão para os efeitos das emoções negativas sobre a satisfação no trabalho, com mediação das estratégias de *coping*

