

PSICOLOGIA DA SAÚDE OCUPACIONAL

OCCUPATIONAL HEALTH PSYCHOLOGY

ENTREVISTADA



Dra. Mary Sandra Carlotto - Professora da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Coordenadora do Grupo de Pesquisa em Psicologia da Saúde Ocupacional. Membro da Equipe de Investigação UNIPSICO – Universidade de Valencia e da European Academy of Occupational Health Psychology.

ENTREVISTADOR



Dr. Marcos Ricardo Datti Micheletto - Psicólogo na Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, junto à Coordenadoria de Saúde e Segurança do Trabalhador e Sustentabilidade Ambiental - COSTSA.

Resumo: Dra. Mary Sandra Carlotto responde aos questionamentos relativos à Psicologia da Saúde Ocupacional, descreve seu envolvimento com o assunto, sua contribuição científica e dá referências sobre como esta especialidade vem se estabelecendo no Brasil, bem como, os desafios para sua expansão. Um dos desafios é aumentar o conhecimento dos gestores sobre onexo causal entre aspectos psicossociais do trabalho e adoecimento, e valorar aqueles aspectos do trabalho que são fontes evidentes de saúde.

Palavras-chave: Bem-Estar no Trabalho. Nexo de Causalidade; Risco Psicossocial Especialidade Emergente.

Abstract: PhD, Mary Sandra Carlotto responds to questions related to Occupational Health Psychology, describes his involvement with the subject, his scientific contribution and gives references about as this specialty has established itself in Brazil, as well as the challenges to its expansion. One of the challenges is to increase the knowledge of managers about the causal relationship between psychosocial factors at work and disease, and value those aspects of work that are obvious sources of health.

Keywords: Well Being in Job; Causation; Psychosocial Risk; Emerging Specialty.

ENTREVISTA

Marcos Micheletto – É com grande satisfação que registro as reflexões da psicóloga e professora Mary Sandra, que tem pesquisas extensas sobre *Burnout*, e que, a convite da Revista Laborativa, tratará do tema Psicologia da Saúde Ocupacional (PSO). Gostaria de nos dar seus apontamentos iniciais?

Mary Sandra Carlotto – Agradeço o convite da Revista Laborativa para discorrer sobre este tema, a Psicologia da Saúde Ocupacional (PSO), ao qual tenho dedicado grande parte da minha carreira acadêmica. Vejo

como uma oportunidade ímpar a possibilidade de divulgar este campo de conhecimento e o trabalho que temos desenvolvido no Grupo de Pesquisa em Psicologia da Saúde Ocupacional da Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação (PPG) da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS).

Marcos Micheletto - Professora Mary Sandra, alguns relatos mencionam que a PSO nasce de uma intersecção entre Psicologia Organizacional e Psicologia da Saúde. Existe mesmo esta relação? Ela é uma especialidade com objeto de estudo distinto dessas outras áreas ou é uma subespecialidade delas? Qual é o objeto de estudo da Psicologia da Saúde Ocupacional?

Mary Sandra Carlotto – A relação existe, mas é uma de suas possibilidades de intersecção, pois a PSO considera os modelos e variáveis organizacionais em um de seus níveis de estudo e de intervenção. A PSO dialoga com diferentes campos de conhecimento, dependendo do nível de análise dos fatores de risco ocupacional: Contexto externo, que abrange os aspectos econômicos, legais, ideológicos, políticos e demográficos; Contexto organizacional, que aborda as estruturas de gestão, políticas de supervisão, e métodos de produção; Contexto do trabalho, voltado para a análise das características do trabalho e seus aspectos relacionais; Nível individual, que abrange fatores de personalidade, diferenças individuais, estratégias de *coping*, motivação e características sociodemográficas.

A agenda da PSO volta-se para a pesquisa e intervenção em questões de segurança e saúde ocupacional, estresse e fatores de risco organizacionais, intervenções organizacionais, programas de assistência ao trabalhador e práticas em saúde pública (*National Institute for Occupational Safety and Health*, NIOSH, 2013).

Neste sentido, dialoga com diversos campos de conhecimento como Economia, Sociologia, Engenharia Industrial, Saúde Pública, entre outros. No campo específico da Psicologia, os estudos envolvem psicologia da personalidade, psicologia da saúde, a clínica e a ambiental, somente para citar algumas. A multidisciplinaridade do campo foi marcada no último evento internacional, a 11th Conference of the European Academy of Occupational Health Psychology, em 2014, *Looking at the past - planning for the future: Capitalizing on OHP multidisciplinary*.

A comunidade científica considera a PSO um ramo aplicado da Psicologia Social cujo objetivo é promover um ambiente de trabalho no qual as pessoas possam crescer, ser valorizadas em suas individualidades e potencialidades e, ao mesmo tempo, ser mais competentes, produtivas e sentir-se mais satisfeitas no trabalho. Busca implementar ações visando

à transformação dos processos de trabalho em seus diversos aspectos, na direção da eliminação de riscos que podem ocasionar agravos à saúde. Apresenta-se como um campo emergente que busca integrar investigação e prática com um foco voltado para os riscos psicossociais cada vez mais presentes nos diferentes contextos de trabalho. Pode-se afirmar que o estresse ocupacional e as patologias derivadas têm recebido especial destaque. Considero esta preocupação, alinhamento entre investigação e prática, um de seus principais diferenciais. Há uma forte preocupação nesse hiato entre a produção do conhecimento e sua aplicabilidade.

Marcos Micheletto – Qual é o histórico dos estudos e pesquisas sobre PSO? Como a pesquisadora e professora vê as publicações iniciais da área, ou mesmo o artigo de Sauter e Hurrell, em 1999, na *Professional Psychology*?

Mary Sandra Carlotto – Uma das primeiras e maiores contribuições foi dada em 1979, por Robert Karasek, devido a seus trabalhos sobre o papel das exigências do trabalho e a autonomia de decisão e a saúde psicológica dos trabalhadores. Logo a seguir, em 1981, o psicólogo Bertil Gardell e o médico Lennart Levi deram prosseguimento aos estudos no Instituto Karolinska, com enfoque multidisciplinar ao estresse ocupacional. Embora outros movimentos e publicações importantes tenham sido realizados, pode-se observar uma maior estruturação e busca de consolidação da PSO nos anos de 1990, quando a APA e o NIOSH realizaram a primeira conferência internacional sobre o trabalho e o bem-estar, o primeiro programa de pós-graduação em Psicologia da Saúde Ocupacional, a criação do *The Journal of Occupational Health Psychology (JOHS)* e a publicação da obra *Handbook of Occupational Health Psychology*, por James Campbell Quick.

No âmbito das pesquisas e publicações, destacam-se os trabalhos de Steve Sauter, Lawrence Murphy e Joseph Hurrell, autores de artigos como *Prevention of work-related psychological disorders: A national strategy proposed by the National Institute for Occupational Safety and Health*, de 1990 e a de Sauter e Hurrell, em 1999, *Occupational health psychology: origins, context, and direction*.

No primeiro, a relevância da publicação se dá pelo reconhecimento, por parte da NIOSH, dos distúrbios psicológicos como um importante problema de saúde ocupacional e pela tentativa de formar uma estratégia nacional para medidas de proteção e promoção de saúde envolvendo governo, empresa, trabalhador e academia. No segundo, pela chamada aos psicólogos para uma maior inserção neste novo campo de pesquisa e prática, a Psicologia da Saúde Ocupacional. Ambos enfatizam a necessidade de novos estudos e ações para um contexto de trabalho em

crescente mudança que necessita, portanto, de novos conhecimentos vinculados a ações voltadas para a melhoria das condições de trabalho e saúde dos trabalhadores.

Marcos Micheletto – “A Psicologia da Saúde Ocupacional é uma disciplina recente que tem a sua razão de ser no aumento crescente dos riscos psicossociais no trabalho. Na União Européia, o reconhecimento, a partir de 1989, do dever de prevenção dos riscos psicossociais no trabalho, leva à necessidade de definir com maior rigor qual o papel desta nova disciplina no âmbito da equipe multidisciplinar de Saúde Ocupacional. Desenvolver e aplicar metodologias e técnicas próprias de prevenção dos riscos psicossociais deve constituir a atividade central da respectiva atuação” (Coelho, 2008). Pode se perceber que na Europa a PSO avançou. O que aconteceu no Brasil?

Mary Sandra Carlotto – De um modo geral, penso que no Brasil um marco importante foi a criação, em 2002, da Rede Nacional de Atenção Integral à Saúde do Trabalhador, cujo objetivo foi o de disseminar ações de saúde do trabalhador por meio de ações assistenciais, de vigilância, prevenção e de promoção da saúde. A inserção dos aspectos de risco psicossociais pode avançar neste cenário. Tais questões têm sido trabalhadas por vários pesquisadores que atuam no campo da Saúde do Trabalhador, geralmente em programas de pós-graduação. No Brasil, ainda não há um claro reconhecimento em diversos cursos de formação em Psicologia sobre a PSO, o que tem dificultado uma maior inserção de profissionais nesta perspectiva, tanto em âmbito de pesquisa como de intervenção.

Marcos Micheletto – A PSO é uma área de especialização da Psicologia. No Brasil há oferta de cursos de especialização?

Mary Sandra Carlotto – A mesma situação ocorre nos cursos de especialização. Há diversos voltados para a Saúde do Trabalhador, mas poucos voltados para a Psicologia com o foco e o delineamento de estudo propostos pela PSO. EUA e Inglaterra já possuem cursos de especialização e eventos específicos para formação e qualificação de psicólogos. Por exemplo, a *British Psychological Society* já possui uma divisão específica (*Division of Occupational Psychology*) e, nos EUA, a formação e suporte são dados pela *Society for Occupational Health Psychology* (SOHP). É importante destacar que, mesmo nesses países, a formação e disseminação do campo ainda são recentes e encontram-se em processo de consolidação.

Marcos Micheletto – Aspectos preventivos relacionados ou não a acidentes do trabalho, a doenças ocupacionais ou a doenças que recebem algum contributivo do trabalho para se manifestar, aspectos clínicos, diagnósticos, processos terapêuticos e periciais entram no escopo da PSO? Ou aspectos terapêuticos não estão no escopo?

Mary Sandra Carlotto – Embora o foco seja a promoção da saúde e prevenção de riscos psicossociais, tais questões podem ser contempladas pelos profissionais que atuam neste campo. O profissional deve conhecer os recursos existentes para tais encaminhamentos. No Brasil, já podemos contar com serviços importantes, como é o caso dos Centros de Referência em Saúde do Trabalhador (CEREST) e de serviços municipais de atenção à saúde do trabalhador.

Marcos Micheletto – Presenteísmo, violência psicológica no trabalho, carga mental e emocional do trabalho e *Burnout* são assuntos pertinentes ao campo de trabalho de um psicólogo especialista em PSO? Seu grupo está pesquisando esses assuntos? Comente.

Mary Sandra Carlotto – Sim, são questões que envolvem um conhecimento especializado e aprofundado sobre todos os níveis de análise incluídos na avaliação de riscos psicossociais. Incluiria, também, outras questões recentes e que vêm demandando atenção, tais como a Adição ao Trabalho, o Tecnoestresse e a alta prevalência de Transtornos Mentais Comuns (ansiedade e depressão) em trabalhadores.

Marcos Micheletto – A diferenciação da depressão relacionada ao trabalho da depressão não relacionada é um desafio para a PSO?

Mary Sandra Carlotto – Sim, tal diferenciação tem sido persistentemente investigada no campo da PSO. Estudos longitudinais têm evidenciado determinados elementos do trabalho como fatores causais da depressão em trabalhadores.

Marcos Micheletto – Resumidamente, como se delineia uma avaliação em PSO? Existem instrumentos específicos da PSO? Estão acessíveis? E as pesquisas? O que tem sido alvo das pesquisas mais importante da área da PSO?

Mary Sandra Carlotto – A avaliação engloba todos os fatores de risco psicossociais, que podem ser as características do cargo (conteúdo e processo de execução), qualidade das relações interpessoais (colegas,

chefias, clientes) até clima, cultura e questões ambientais (tempo e qualidade do deslocamento). Uma questão que também tem sido bastante destacada pela PSO é a relação trabalho-família e uso do tempo livre e ações para recuperação do desgaste laboral. Existem diversos instrumentos de avaliação construídos no Brasil e outros adaptados para o nosso contexto. No entanto, ainda há distintos constructos considerados de risco de adoecimento que necessitam de instrumentos de avaliação, como a carga emocional do trabalho e estressores ocupacionais de acordo com especificidades ocupacionais.

Marcos Micheletto – O que seu grupo de pesquisa tem produzido?

Mary Sandra Carlotto – Atualmente, em nosso grupo de pesquisa, estamos desenvolvendo um estudo sobre *Burnout* em Psicólogos, categoria profissional de risco, mas ainda pouco contemplada na literatura nacional e internacional. Uma das questões avaliadas é a carga de trabalho emocional com vistas a adaptação da escala para nosso contexto. Também estamos trabalhando na eficácia de um modelo de intervenção de manejo de estresse e *Burnout* em professores, pais sociais e bombeiros. Uma investigação sobre Tecnoestresse e sua relação com a Adição ao Trabalho foi recentemente concluída. Projeto de pesquisa com professores universitários, um estudo comparativo entre docentes brasileiros e portugueses, está sendo delineado. Para atender a lacuna de estudos nacionais longitudinais, iniciaremos em 2015 a coleta de dados referente a projeto com professores que utilizará metodologia mista, avaliando *Burnout* em três cortes de tempo.

Marcos Micheletto – A proteção da saúde se dá pelas atitudes que se tem no ambiente de trabalho?

Mary Sandra Carlotto – A proteção e a promoção da saúde no trabalho refletem questões culturais que envolvem aspectos educacionais, sociais e de acesso a políticas públicas de saúde que se traduzem no cuidado de si e dos outros. O ambiente de trabalho é um microsistema que vai absorver essas atitudes e comportamentos. Cabe, no entanto, às organizações, em conjunto com os trabalhadores, desenvolver e aprimorar políticas internas voltadas para a manutenção ou conscientização sobre o cuidado em saúde em todas as suas dimensões. A PSO tem essa preocupação em identificar os fatores de risco psicossociais presentes nos processos, conteúdo e relações interpessoais presentes no contexto de trabalho. Em âmbito individual e grupal, busca desenvolver intervenções para qualificar os trabalhadores com conhecimentos e desenvolver habilidades para melhor lidar com os riscos presentes no ambiente de trabalho visando à preservação ou melhoria da saúde e bem-estar.

Marcos Micheletto – Gostaria de comentar algum elemento da área da PSO que apresenta contradições ou polêmicas?

Mary Sandra Carlotto – Penso que precisamos avançar no entendimento da responsabilização das medidas de promoção, prevenção e reabilitação em saúde ocupacional. Trata-se de uma tarefa conjunta entre trabalhadores, gestores e poder público. Outra questão que considero importante destacar é a “invisibilidade” dos riscos psicossociais, principalmente os decorrentes do estresse ocupacional. Há uma naturalização quanto à sua presença e dificuldades no estabelecimento do nexo causal entre estressores e adoecimento, assim, promovendo um maior agravamento das doenças ocupacionais que, não raras vezes, geram afastamentos de longo prazo ou incapacidade total para o trabalho em razão das suas comorbidades, sendo a depressão uma das mais marcantes.

Marcos Micheletto – Para finalizar, afirmo ter sido muito produtiva esta interação. Desde já lhe agradeço e faço a última pergunta: quais os desafios para o Brasil e América Latina?

Mary Sandra Carlotto – Muitos são os desafios para a consolidação da PSO. A começar pelo reconhecimento e pela valorização do campo por parte das agências formadoras em Psicologia. Logo após, aumentar o conhecimento, por parte dos trabalhadores, gestores, comunidade científica e profissional, sobre o nexo causal entre aspectos psicossociais do trabalho e adoecimento, suas consequências individuais, organizacionais e sociais. Por fim, penso ser importante que o conhecimento já adquirido, nacional e internacional, traduza-se em intervenções que modifiquem os diferentes cenários nos quais o trabalho é realizado, reconhecendo este como instância fundamental de vida e de saúde.

REFERÊNCIAS

COELHO, J. A. Psicólogo da Saúde Ocupacional: uma nova saída profissional. Porto: Edições Universidade Fernando Pessoa. 2014. ISBN: 9789896431167

COELHO, J. A. Uma Introdução à Psicologia da Saúde Ocupacional: prevenção dos riscos psicossociais no trabalho. Porto: Edições Universidade Fernando Pessoa. ISBN: 9789896430092

GARDELL, B. Technology, alienation and mental health. Summary of social psychological study of technology and worker. Stockholm: University of Stockholm, 1976.

CARLOTTO, M. S.; MICHELETTO, M. R. D. *Psicologia da Saúde Ocupacional*. R. Laborativa. v. 3, n. 2, p. 64-72, out./2014. <http://ojs.unesp.br/index.php/rlaborativa>.

KARASEK, R. A. Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications for job redesign. *Administrative Science Quarterly*, v. 24, 1979, p. 285-308.

LEVI, L. F.; & RAYMOND, D. Occupational stress: spice of life or kiss of death? *American Psychologist*, 1990, v. 45, nº 10, p. 1142-1145.

NATIONAL INSTITUTE FOR OCCUPATIONAL SAFETY AND HEALTH (2013). Workplace Safety & Health Topics. Disponível em: <http://www.cdc.gov/niosh/topics/> Acesso em 11 julho 2013

QUICK, J. C. Occupational health psychology: the convergence of health and clinical psychology with public health and preventive medicine in an organizational context. *Professional Psychology: Research and Practice*, v. 30, nº 2, 1999, 123-128.

QUICK, J. C.; & TETRICK, L. E. *Handbook of Occupational Health Psychology*. 2ª ed. Portland, OR: SciTech Book News. American Psychology Association. 2010. ISSN: 0196-6006. Disponível em: <http://go.galegroup.com/ps/i.do?id=GALE%7CA243379405&v=2.1&u=capes&it=r&p=AONE&sw=w&asid=ac8cf87b0a26ae648abb4614bc7b86e0> Acesso em 04 setembro 2014.

SAUTER, S. ; & HURRELL, J. Occupational Health Psychology: Origins, Content, and Direction. *Professional Psychology: Research and Practice*, v. 30, nº 2, 1999, p. 117-122.

Artigo apresentado em 14/09/2014

Aprovado em 20/09/2014

Versão final apresentada em 17/09/2014