



NÍVEL DE CANSAÇO E ESTRESSE PÓS- JORNADA DE TRABALHO EM FUNCIONÁRIOS DO SETOR DE LIMPEZA PREDIAL DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO SUPERIOR

TOLENTINO, Gabriela Silva¹; JAHN, Gabriela Finizia²; VEIGA, Alana Martins da¹;
PINHEIRO, Leonardo Mello²; STHIEL, Alesson¹; ²; STURMER, Giovani²

Esta pesquisa teve por objetivo avaliar o trabalhador pós jornada de trabalho quanto a sua condição física, sua condição mental e referente ao estresse. Trata-se de um estudo descritivo, qualitativo realizado através de um protocolo de avaliação, constituído por questões referente a saúde do trabalhador, e avaliado por alunos do Curso de Fisioterapia vinculados ao projeto de extensão em saúde do trabalhador da instituição. A pesquisa foi realizada com o setor de limpeza da Universidade de Cruz Alta que conta com 290 colaboradores. Participaram deste levantamento 20 funcionários que se alternam entre turnos das 8hrs às 22:30 hrs. Foram entrevistados 20 funcionários, 15 mulheres e 5 homens, apresentando idade média de 39,8 (\pm 10,3) anos. Destes, se apresentam os níveis fisicamente pouco cansados 35%, descansados 5%, cansados 30%, muito cansados 30%. Referentes ao nível de cansaço mental apresentam-se descansados 10%, pouco cansados 45%, cansados 35% e muito cansados 10%. Quanto ao nível de estresse desses funcionários 30% não se sentem estressados, pouco estressados 25%, moderado 30% e muito estressados 15%. Assim foi possível observar que os funcionários do setor de limpeza da instituição apresentaram ao final da sua jornada de trabalho com maior frequência a sensação física de pouco cansaço, assim como a mental, já o estresse houve um empate entre moderado e não estressado. É importante destacar que é necessário atenção e cuidados voltado para o momento pós-jornada de trabalho com ações específicas para prevenir problemas e melhorar a qualidade de vida e rendimento de trabalho.

Palavras chave: Saúde do trabalhador. Fadiga mental. Fadiga muscular. Avaliação.

¹ Acadêmicos de Fisioterapia da Universidade de Cruz Alta. Grupo de Pesquisa em Saúde Coletiva/ UNICRUZ. gabriela_silva_st@hotmail.com; alaanamartins@hotmail.com; alesson_stiehl@hotmail.com.

² Acadêmicos de Fisioterapia da Universidade de Cruz Alta. Bolsistas PIBEX-UNICRUZ. gabriela-jahn@hotmail.com; leomellop@hotmail.com.

³ Fisioterapeuta, professor adjunto da Universidade de Cruz Alta; Doutor em Ciências da Saúde. Grupo de Pesquisa em Saúde Coletiva/UNICRUZ. E-mail: gstr@outlook.com.