

Res., Soc. Dev. 2019; 8(9):e25891279
ISSN 2525-3409 | DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v8i9.1279>

Percepção do estresse entre bombeiros que atuam em um quartel do Vale do Taquari/RS

Perception of stress among firefighters operating in a barracks of Vale do Taquari/RS
Percepción del estrés entre bomberos que actuan en un cuartel del Valle del Taquari/RS

Recebido: 09/06/2019 | Revisado: 13/06/2019 | Aceito: 25/06/2019 | Publicado: 26/06/2019

Felipe André Corti

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2988-4925>

Universidades do Vale do Taquari – Univates, Brasil

E-mail: fcorti@universo.univates.br

Paula Michele Lohmann

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8429-915>

Universidades do Vale do Taquari – Univates, Brasil

E-mail: paulalohmann@univates.br

Arlete Eli Kunz da Costa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5655-3646>

Universidade do Vale do Taquari – Univates, Brasil

Email: arlete.costa@univates.br

Camila Marchese

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7132-4323>

Universidade do Vale do Taquari – Univates, Brasil

E-mail: camilamarchese@bol.com.br

Resumo

O objetivo foi identificar a incidência de estresse entre bombeiros que atuam em um quartel do Vale do Taquari/RS. Trata-se de uma pesquisa qualitativa de caráter exploratório e descritivo, realizada com nove bombeiros por meio de entrevista semi-estruturada contendo cinco perguntas. Para análise dos dados, utilizou-se a análise de conteúdo de Bardin. Os resultados demonstraram que a maioria dos profissionais consideram o seu trabalho como de atendimento de primeiros socorros; combate ao incêndio; ajudar as pessoas, dentre outras atividades. Os bombeiros expressam satisfação e orgulho quanto ao seu trabalho ao mesmo tempo que sentem tensão e ansiedade do que está por atender quando são acionados. Emergiu o desgaste físico, cansaço e o estresse propriamente dito dentre os relatos. Concluímos que a

maioria dos entrevistados demonstra sentimentos e emoções reprimidos ao longo dos anos de profissão; desta forma, é necessário um olhar atento para estes profissionais devido a carga emocional a qual estão expostos diariamente no ambiente de trabalho.

Palavras-chave: Bombeiros; Serviços de atendimento de emergência; Estresse.

Abstract

The objective was to identify the incidence of stress among firefighters operating in a barracks of Vale do Taquari/RS. It is a qualitative research of exploratory and descriptive character, carried out with nine firemen through a semi-structured interview containing five questions. For data analysis, the Bardin content analysis was used. The results showed that most professionals consider their work as first aid care; fire fighting; helping people, and other activities. Firefighters express satisfaction and pride about their work while feeling the tension and anxiety of what they are about to meet when they are fired. Physical exhaustion, fatigue and stress emerged per se among the reports. We conclude that the majority of the respondents show feelings and emotions repressed throughout the years of profession; in this way, it is necessary to keep an eye on these professionals because of the emotional load they are exposed daily in the work environment.

Keywords: Firefighters; Emergency response services; Stress.

Resumen

El objetivo fue identificar la incidencia de estrés entre bomberos que actúan en un cuartel del Valle del Taquari/RS. Se trata de una investigación cualitativa de carácter exploratorio y descriptivo, realizada con nueve bomberos por medio de una entrevista semiestructurada que contiene cinco preguntas. Para el análisis de los datos, se utilizó el análisis de contenido de Bardin. Los resultados demostraron que la mayoría de los profesionales consideran su trabajo como de atención de primeros auxilios; lucha contra el fuego; ayudar a las personas, entre otras actividades. Los bomberos expresan satisfacción y orgullo en cuanto a su trabajo al mismo tiempo que sienten tensión y ansiedad de lo que está por atender cuando se accionan. Se originó el desgaste físico, el cansancio y el estrés propiamente dicho entre los relatos. Concluimos que la mayoría de los entrevistados demuestra sentimientos y emociones reprimidos a lo largo de los años de profesión; de esta forma, es necesario una mirada atenta para estos profesionales debido a la carga emocional a la que están expuestos diariamente en el ambiente de trabajo.

Palabras clave: Bomberos; Servicios de atención de emergencia; El estrés.

1. Introdução

A palavra estresse tem origem na palavra inglesa stress, que significa pressão, tensão ou insistência. Pode-se definir estresse como um conjunto de reações fisiológicas necessárias para a adaptação a novas situações. Contudo, essas reações orgânicas e psíquicas podem provocar desequilíbrio no organismo se forem exageradas em intensidade ou duração (Ramírez, 2002).

No contexto do trabalho o tema vem sendo estudado e discutido por diversos autores nos últimos tempos, no que tange ao ambiente. Eles apresentam diversas alterações corporais em indivíduos relativamente estressados, e o principal fator de geração deste estresse está relacionado à rotina do ambiente de trabalho (Fernandes & Heck, 2004, Murofuse, Abranches, & Napoleão, 2005).

O estresse no ambiente de trabalho denota como respostas físicas e emocionais prejudiciais que ocorrem quando as exigências do trabalho não estão equilibradas com as capacidades, recursos e/ou necessidades do indivíduo (Baker & Karasek, 2000).

O organismo emite respostas fisiológicas involuntárias frente a um processo ansioso, como alterações nos batimentos cardíacos, na respiração, pressão arterial, podendo ser acompanhado de inquietação, tremores e sudorese, podendo ser caracterizada como aperto no peito ou na garganta, fraqueza, náusea, vômitos, dores abdominais. Mesmo se sabendo que todos esses sinais podem ser visíveis, o stress somente será considerado patológico quando for exagerado, desproporcional em relação ao estímulo ou qualitativamente diversa do que se observa como normal em determinada faixa etária (Videbeck, 2012, Gonçalves & Heldt, 2009).

Nos dias atuais, o termo ansiedade tem forte prevalência em decorrência do excesso de compromissos, responsabilidades e novas conquistas, associado a preocupações, contribuindo, assim, para sintomas ansiogênicos. Acreditamos que esses fatos geram um nível de estresse alto, diariamente, na maioria das pessoas, resultando em vários tipos de danos físicos e psicológicos que, por vezes, resultam em patologias que se mantêm por longos períodos em silêncio na sua sintomatologia (Farias, 2013).

O trabalho do Corpo de Bombeiros do Estado do Rio Grande do Sul apresenta em sua formação e atuação do exercício da profissão de Bombeiro Civil disposto em lei, habilitação para que exerça, em caráter habitual, função remunerada e exclusiva de prevenção e combate a incêndio, como empregado contratado diretamente por empresas privadas ou públicas,

sociedades de economia mista, ou empresas especializadas em prestação de serviços de prevenção e combate a incêndio bem como o atendimento de Suporte Básico de Vida e Pré-Hospitalar (Brasil, 2009).

A jornada do Bombeiro Civil é de 12 (doze) horas de trabalho por 36 (trinta e seis) horas de descanso, ou de 24 (vinte e quatro) horas de trabalho por 72 (setenta e duas) horas de descanso. É assegurado ao Bombeiro Civil, uniforme especial para combate a incêndio e uniforme para as atividades desempenhadas pela função (Brasil, 2009).

No turno de trabalho, bombeiros desenvolvem várias atividades, mesmo que essas não sejam diretamente voltadas às ocorrências. Eles devem verificar todo o material de trabalho ao assumir o seu plantão, acabam por ter de preparar a sua alimentação e, na maioria das unidades, desenvolvem durante o dia alguns tipos de treinamentos sobre possíveis ocorrências, realizam a manutenção e organização do seu aquartelamento para poderem conviver harmoniosamente no local onde passam várias horas do seu dia. Na parte do trabalho operacional é feito o atendimento para combate a incêndio em residências, matas e veículos, busca e salvamento a pessoas e animais, resgate de pessoas presas em ferragens ou perdidas em local de difícil acesso, que rotineiramente ocorrem durante os plantões de doze e vinte e quatro horas dos servidores do Corpo de Bombeiros Misto do Vale do Taquari/RS (AMBRAVAT, 2016).

A motivação para realização deste estudo partiu do cotidiano do pesquisador, por ser bombeiro e estudante de enfermagem, emergindo o problema de pesquisa investigado: a jornada de trabalho do bombeiro, associada às intercorrências dos atendimentos, levam a um alto índice de estresse no trabalho? Para respondê-lo, definiu-se como objetivo identificar a incidência de estresse entre bombeiros que atuam em um quartel de bombeiros no interior do estado do Rio Grande do Sul (RS).

2. Metodologia

Trata-se de uma pesquisa qualitativa de caráter exploratório e descritivo, empreendida por intermédio de coleta de dados em duas etapas: a primeira com a aplicação de questionário para caracterização dos participantes do estudo e, a segunda, com entrevistas semiestruturadas.

A pesquisa teve como campo de ação o quartel de bombeiros que atende a doze municípios do interior do estado do Rio Grande do Sul. O local de pesquisa é composto por duas viaturas auto bomba tanque, cinco bombeiros militares e nove bombeiros civis. Realiza

combate a incêndio, atendimento pré-hospitalar, retirada de vítimas presas em ferragens entre outras atividades de revitalização do material de trabalho e quartel.

As etapas da coleta de dados ocorreram de março a maio de 2019, sendo a amostra composta de nove bombeiros, que atuam no município estudado. Em relação ao perfil dos participantes, evidenciou-se que eram, em sua maioria, adultos jovens, do sexo masculino e bombeiros. O perfil completo é apresentado na Tabela 1.

Tabela 1 – Perfil dos participantes.

Características	N	%
Sexo		
Masculino	9	100%
Idade		
25 – 29	03	33%
30 – 39	03	33%
40 – 49	02	22%
>50	01	11%
Profissão		
Bombeiro	1	100%
Tempo de serviço (anos)		
2 - 5	03	33%
6 – 10	06	67%
Carga horária Semanal		
40 horas	02	32%
48 horas	04	68%

Fonte: Dados da pesquisa, 2019

O questionário foi composto por cinco questões de caracterização dos participantes e sete questões abertas. Realizou-se o convite a todos os trabalhadores e a amostra foi definida após a saturação dos dados. Foram realizadas entrevistas semiestruturadas e empregou-se a análise de conteúdo de Bardin (2016), seguindo as etapas: transcrição das entrevistas; leitura flutuante do corpus; análise temática; resultados e interpretação. Os entrevistados foram identificados pela letra “B” seguida pelo número da entrevista, conforme ordem cronológica.

Foram respeitadas todas as exigências éticas e científicas baseadas na Resolução do Conselho Nacional de Saúde, nº 466, de 2012 (Resolução n. 466, 2012), acerca das diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos.

3. Resultados e Discussão

Após as entrevistas, organizou-se o banco de dados, separando as falas em categorias de acordo com a entrevista semi-estruturada, observando-se o objetivo do estudo que era identificar a incidência de estresse entre bombeiros que atuam em um quartel do Vale do Taquari/RS. Desta forma a categorização, ocorreu de acordo com semelhanças semânticas resultando em três categorias e três subcategorias: Categoria 1: Atividades e Sentimentos de bombeiros, com as sub-categorias, Atividades desenvolvidas por bombeiros de um quartel e Sentimentos ao se deslocar para o trabalho; Categoria 2: Percepções sobre as atividades que desempenha, sub-categoria, Quando a sirene toca: sentimentos do bombeiro; Categoria 3: Percepção de estresse entre bombeiros de um quartel, sub-categoria Como ameniza os sentimentos oriundos do seu trabalho

3.1. Categoria 1 – Atividades e sentimentos de bombeiros

Atividades desenvolvidas por bombeiros de um quartel

Neste quesito houve similaridade de falas dentre os bombeiros, evidenciando consonância entre os relatos e as funções dos mesmos: como de atendimento de primeiros socorros; combate ao incêndio; ajudar as pessoas dentre outras atividades.

Realizo trabalhos de atendimento de primeiro socorros nas ocorrências em geral, desencarceramento veicular, combate a incêndio, busca e salvamento de pessoas e animais (B1).

Atendimento pré-hospitalar, resgate, e combate a incêndio (B2).

Desenvolvo a atividade de atendimento pré-hospitalar, salvamento, busca e resgate em diversas áreas, combate a incêndio, salvamento de pessoas e animais, prevenção a incêndio e motorista (B3) .

A cada ocorrência um tipo de trabalho. Mas seria ajudar pessoas e trabalhos de risco limpeza e prevenção, salvamento de pessoas e animais e procurar desaparecidos (B4).

Busca e resgate, combate a incêndio, defesa civil, atendimento clinico e conduzir viatura (B9).

O trabalho do Corpo de Bombeiros do Estado do Rio Grande do Sul apresenta em sua formação e atuação do exercício da profissão de Bombeiro Civil disposto em lei, habilitação para que exerça, em caráter habitual, função remunerada e exclusiva de prevenção e combate a incêndio, como empregado contratado diretamente por empresas privadas ou públicas, sociedades de economia mista, ou empresas especializadas em prestação de serviços de

prevenção e combate a incêndio bem como o atendimento de Suporte Básico de Vida e Pré-Hospitalar (Brasil, 2009).

Após a contratação, as atividades a serem desempenhadas são na função de Bombeiro Civil, nível básico, combatente direto ou não do fogo; Bombeiro Civil Líder, o formado como técnico em prevenção e combate a incêndio, em nível de ensino médio, comandante de guarnição em seu horário de trabalho; Bombeiro Civil Mestre, o formado em engenharia com especialização em prevenção e combate a incêndio, responsável pelo Departamento de Prevenção e Combate a Incêndio (Brasil, 2009).

Sentimentos ao se deslocar para o trabalho

Desde o século XVII que a relação saúde-trabalho-doença é objeto de estudo, onde Berdinado Ramazzini foi o precursor na temática. Na atualidade, encontramos estudos dedicados a esse campo em Gracino, Zitta, Mangili, e Massuda (2016), entre outros; entretanto, o trabalho e suas condições não degradantes no entendimento como um direito humano pode-se afirmar que foi algo duramente conquistado. Neste sentido, esta subcategoria apresenta os sentimentos do bombeiro com relação ao seu trabalho:

Penso quais tarefas irei realizar durante o dia no quartel entre o serviço administrativo e operacional. E algum treinamento de material, para manter a prática (B1).

Me sinto bem disposto e preparado para o qualquer tipo de ocorrência (B2).

Me sinto orgulhoso em exercer um trabalho que posso estar salvando vidas e patrimônios de pessoas, imaginando ao mesmo tempo o que poderá ocorrer neste meu dia de serviço, ansioso para chegar e cumprir da melhor forma possível o meu objetivo de trabalho (B3).

A cada vez penso que tudo certo, que não aconteça nada e se der que de força para fazer o melhor (B4).

Sinto que vai ser um dia tranquilo (B5).

Sinto que estou indo para o local que decidi para ser minha segunda casa, visto ter prazer em estar trabalhando nesta profissão (B6).

Sinto-me feliz, porém apreensivo devido a tensão do serviço (B8).

Sinto-me realizado, mas também confiante porque sei que me preparei muito para estar nessa profissão (B9).

O exercício profissional do bombeiro está atrelado a colocar a sua vida em risco para salvar a de terceiros e/ou para defender bens públicos e privados da sociedade. A situação de

risco é inerente a sua atividade profissional e, segundo o Estado Maior das Forças Armadas, “O exercício da atividade militar, por natureza, exige o comprometimento da própria vida” (Natividade, 2009).

Capitaneo, Ribeiro e Silva (2012) afirma que o bombeiro, para exercer suas atividades, depende de um esforço tanto físico quanto emocional, desta forma, se faz necessário que a escolha profissional seja realizada com bastante cuidado pois esta envolve uma responsabilidade consigo mesmo e, acima de tudo, com a vida e a sociedade.

Quanto ao corpo de bombeiros, Toassi, Stolf e Oliveira (2006) afirma que em relação aos procedimentos, a atenção que é necessária, a método de atendimento a ser aplicado, a forma de ação a ser empregada e seguida, denota a repressão de seus sentimentos, não sobrando lugar para a emoção emergir, desta forma, buscando outras maneiras para poder manifestar os sentimentos.

3.2. Categoria 2 – Percepção sobre as atividades que desempenha

Em relação à percepção sobre as atividades que desenvolvem diariamente, os bombeiros relataram gostar do seu trabalho, alguns colocaram a ansiedade estando presente e sentimento de orgulho, o risco da profissão de bombeiro é eminente a sua atividade, se supõe que os sujeitos acabam por se abituarem aos riscos da profissão. Com relação aos questionamentos sobre o que sentem a respeito do trabalho, os maiores índices foram “felicidade, satisfação e sentimento de dever cumprido” conforme relatos:

Me sinto feliz em realizar as demandas do serviço, quando irá uma tarefa, gosto de executar (B1).

Às vezes me sinto na pressão de realizar o trabalho rápido e com responsabilidade, pouco de medo, ansiedade, mais tudo dentro do controle (B2).

Me sinto feliz em poder fazer parte desse grupo de colegas, procurando fazer e realizar as minhas atividades cada vez melhor (B3).

Me sinto bem desde que tudo dê certo e que se consiga finalizar a ocorrência fazendo o melhor (B4).

Realizado! São minhas obrigações (B5).

Me sinto orgulhoso em saber que tenho o apoio da comunidade, amigos, e familiares. Ou seja, me sinto bem em realizar minhas atividades no quartel, mesmo as obrigatórias (B6).

Sinto-me satisfeito (B9).

Embora tenham citado itens positivos sobre as ações desenvolvidas durante o trabalho, o risco é eminente, muitas vezes sentido objetivamente e, em alguns casos, podem, segundo Itani (1998) representar situações limites para o sujeito. Silva (2000) afirma que as “profissões de risco”, o medo e as defesas sobre os conflitos existentes se centram pois os profissionais estão desenvolvendo um trabalho de risco.

Quando a sirene toca: sentimentos do bombeiro

Nesta subcategoria acerca dos sentimentos do bombeiro no momento em que a sirene toca, houve semelhança entre as falas dos bombeiros principalmente pela tensão e ansiedade do que está por atender:

Eu penso no planejamento o que irei fazer com determinada ocorrência, o cuidado com a segurança pessoal e da guarnição e de terceiros e a maneira correta de atendimento a vítima. Sinto uma atenção redobrada (B1).

Penso sempre no pior, porque não sei o que me espera e o coração vai a mil (B2).

Penso no que de diferente poderá acontecer nessa nova ocorrência, a adrenalina aumenta a cada momento que me aproximo do local (B3).

Sempre dá uma empolgação em chegar e poder resolver o problema. E vamos resolver! (B4).

Um pouco tenso (B5).

Eu sinto adrenalina emoção em estar deslocando de caminhão para uma ocorrência. E penso em resolver da melhor forma possível a ocorrência (B6).

Adrenalina aumenta, o coração bate mais forte e me preparo para o pior cenário possível (B8).

Sinto muita adrenalina, me preparo sempre para o pior cenário possível e procuro dar o meu melhor, para as vítimas que nos aguardam (B9).

Os sentimentos descritos pelos entrevistados pertencem a condição humana. Bromberg (2000) relata que isto é incontestável. Pois somos seres vivos mortais. Em relação a outros seres somos os únicos que possuímos consciência sobre a mortalidade e sobre a finalidade de sua existência. Com tudo quando falamos algo que deu errado, acontece o sentimento de frustração, por não ter conseguido salvar ou desenvolver a ocorrência assim fazendo com que eles, esquecem de todas outras que deram certo.

3.3. Categoria 3 – Percepção de estresse entre bombeiros de um quartel

Neste padrão houve uma variação relacionada à percepção dos bombeiros quanto ao

estresse, onde se percebeu a associação entre o desgaste físico, o cansaço e o estresse propriamente dito. Ficou evidente que nos discursos não houve relato de patologias associadas ao seu trabalho:

Fico com uma sensação de alerta na ocorrência. Dependendo a ocorrência, no final fico cansado (B1).

Quase sempre cansado e as vezes estressado (B2).

Dependendo do tipo de ocorrência, em que possa ser algo de grande porte ou de maior dificuldade me sinto ansioso até chegar ao local e planejar a melhor forma de agir (B3).

Sim fico triste quando não podemos salvar alguém pela gravidade, cansado após o esforço mas não do trabalho (B4).

Segundo Cremasco, Constantinidis e Silva (2008), no caso dos bombeiros, a ocorrência do desgaste físico pode ser facilmente reconhecida, enquanto o aspecto emocional, sem sintomas ou sinais aparentes no corpo, não pode ser exposto no local de trabalho, nem aceito no ambiente organizacional.

O estresse é um estado de humor vago, caracterizado por sintomas fisiológicos e psicológicos em relação ao futuro. Em nossa vida, o sentimento de ansiedade é imprescindível e inevitável, pois pode nos ajudar a desenvolver muitas funções positivas quando considerado normal. Porém, em outros momentos, é considerado patológico, quando acaba por exteriorizar seus sintomas, vindo a interferir na qualidade de vida do indivíduo. Esse sentimento pode ser um sentido subjetivo de inquietação, um conjunto de comportamentos ou um estímulo cerebral que acaba se refletindo em alterações fisiológicas (Gonçalves & Heldt, 2009, Farias, 2013, Videbeck, 2012).

Mesmo com um grande número de pesquisas sobre o tema estresse, ainda vemos a dificuldade para conceituá-la, sendo que muitos autores trazem conceitos diferentes sobre o tema. Percebemos que o medo e a ansiedade andam muito próximos e, com isso, acabam por se confundirem. Vemos que o medo é um sinal de alerta a algo conhecido e existente, onde o paciente saberá com qual problema estará lidando e, facilmente, saberá como enfrentá-lo. Contudo, vemos que a ansiedade se apresenta de maneira distinta, onde o agente ansiogênico é desconhecido, interno e vago, resultando em uma dificuldade para o diagnóstico (Gonçalves & Heldt, 2009, Farias, 2013, Videbeck, 2012).

Um estudo realizado por Capitaneo *et al.* (2012) constatou que os profissionais que desenvolvem atividades relacionadas ao cuidado da vida de outras pessoas, entre os quais se inclui o bombeiro, apresentam organismo em equilíbrio sob a pressão de agentes estressores

e, como forma de preservar a própria sobrevivência psicológica, desenvolvem estratégias para evitar a exposição das suas emoções.

Para Bock (2001) a vida das pessoas é constituída pelas emoções, por exemplo, a linguagem, onde são expressas percepções internas. Em respostas a fatores geralmente externos as sensações ocorrem, tendo força, porém, não permanentes, são transitórias, intensas. Isso nos leva a concluir que algo que emociona alguém hoje poderá amanhã não emocionar mais.

Os plantões de serviço de cada unidade de bombeiros ficam a critério do seu comandante, dependendo da necessidade de cada unidade. Em sua maioria, as unidades têm como regra a jornada de trabalho estipulada para os plantões de doze ou vinte e quatro horas de trabalho, com trinta e seis ou setenta e duas horas de descanso. Frente a essa observação, percebo que os indivíduos acabam por permanecer um grande período de tempo sob um aspecto de ansiedade frente ao seu inconsciente, pois todos sabem que devem estar totalmente preparados para desempenhar suas funções assim que o chamado for realizado (Brasil, 2009).

Estudos demonstram que o nível de stress profissional tem sofrido um aumento vertiginoso nos últimos anos, principalmente em virtude dos avanços tecnológicos, das inovações na metodologia de trabalho, da competição entre trabalhadores, da sobrecarga de tarefas, da pressão relativa ao tempo de execução das tarefas, além de os profissionais terem de se defrontar com problemas específicos de suas áreas de atuação. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), os locais de trabalho com um número considerável de estressores apresentam proporcionalmente um grande número de trabalhadores estressados, sendo 5% a 10% com problemas graves (Mendes, 1995).

Como amenizar os sentimentos oriundos do seu trabalho

A maioria dos bombeiros afirmaram que lidam com os sentimentos procurando se manter calmo e analisar a situação:

Me sinto bem de estar no quartel pelo fato de ter colegas parceiros e dedicados ao serviço de bombeiro (B1).

Procuo me manter calmo, relembro tudo o que eu aprendi durante o curso e realizo meu trabalho com cautela para não fazer nada que possa dar problemas futuros (B2).

O que me faz sentir essa ansiedade é a proporção do atendimento a ser realizado para me acalmar procuro imaginar a possível cena e dialogar com os colegas o que poderá ser feito no primeiro momento (B3).

A cada vez que se sai se aprende algo novo tanto com a ocorrência, tanto com as pessoas. Então penso em somar e cada vez ser melhor com o que faço como lido

com as situações. E a cada acontecimento penso que, acontece era para acontecer e que nosso dia a dia são de momentos ruins e bons (B4).

Não levar para o trabalho problemas de casa se dedicar ao máximo no que se faz (B5).

Conforme Baker e Karasek (2000), as respostas físicas e emocionais do trabalhador são vistas como prejudiciais com as exigências de trabalho que não são equilibradas com as capacidades, recursos e/ou necessidades de cada pessoa. A percepção pode ser desenvolvida lado a lado associada ao nível de estresse. Segundo Sternberg (2000) o que é classificado por a percepção do estresse como um conjunto pelos quais, organizamos e entendemos os fenômenos recebidos por estímulo externo.

Mesmo com uma carga de trabalho que ocasiona o estresse, não houve evidências de patologias entre o corpo de bombeiros. Para Fernandes e Heck (2004), o estresse se apresenta como uma tensão nervosa com uma descarga hormonal das suprarrenais que resultam com problemas corporais ou um estado de constância do organismo, e sim uma manifestação por uma síndrome específica das alterações produzidas no sistema biológico.

Conforme Potter e Perry (1999), o estresse é uma tensão ou ameaça ao equilíbrio de uma pessoa, ameaçando a levar esta mesma com sentimentos negativos ou danosos, ameaçando o bem-estar físico e emocional e como percebemos a realidade e os problemas.

Considerando que as respostas ao estresse devem ser estudadas, quanto aos seus aspectos físicos e psicológicos, pois suas relações hormonais têm reação com uma série de alterações físicas e emocionais que vão desde apatia, depressão, desânimo, ansiedade, irritabilidade, entre outras, podendo, em casos mais graves, levar a surtos psicóticos ou crises neuróticas (Ferreira, 2006).

Conforme Lipp (2000), os sintomas e sinais mais frequentes do estresse são o aumento da sudorese, dor de estômago, tensão muscular, taquicardia, hipertensão, ranger de dentes, hiperatividade, mãos e pés frios, náuseas. Os sinais e sintomas psicológicos são ansiedade, tensão, angústia insônia, alienação, dificuldades interpessoais, dúvidas de si próprio, preocupação excessiva, inabilidade de se concentrar em outros assuntos que não o relacionado ao estressor, dificuldade de relaxar, tédio, ira, depressão, hipersensibilidade emotiva e problemas alérgicos.

4. Considerações Finais

Este estudo permitiu desvelar as vivências dos bombeiros de um quartel localizado no

interior do estado do Rio Grande do Sul, identificando as atividades desenvolvidas por esse grupo em seus cotidianos. Evidenciou-se consonância entre os discursos na quase totalidade das categorias pesquisadas. Por meio de relações pessoais e profissionais, o bombeiro estabelece contato diário com as várias atividades, mesmo que essas não sejam diretamente voltadas às ocorrências.

Os resultados demonstraram que a maioria dos bombeiros considera o seu trabalho como de atendimento de primeiros socorros, combate ao incêndio e ajudar as pessoas, sendo que em seus relatos expressam satisfação e orgulho quanto às atividades que exercem, mesmo que em grande parte do tempo sintam tensão e ansiedade. O estresse, o desgaste físico e o cansaço estiveram em primazia dentre os relatos.

Por ser uma profissão em que as questões emocionais não devam se manifestar, os bombeiros não podem sofrer, sentir, precisar de ajuda, ao mesmo tempo em que suportam uma carga emocional diariamente no ambiente de trabalho, desta forma, se faz necessário um olhar atento para estes profissionais.

Concluimos que a maioria dos entrevistados demonstra sentimentos e emoções reprimidos ao longo dos anos de profissão, onde faz-se necessário um olhar atento para estes profissionais devido a carga emocional a qual estão expostos diariamente no ambiente de trabalho.

Referências

AMBRAVAT - Associação Mantenedora do Corpo de Bombeiros da Região Alta do Vale do Taquari (2016). *Edital nº 01/2016*. Encantado. Retirado em 13 de outubro de 2018, de <http://www.rocasales-rs.com.br/wp-content/uploads/2016/08/Edital-Ambrvat.pdf>

Baker, D. B., & Karasek, R. A. (2000). Stress. In: Levy, B. S., & Wegman, D. H. *Occupational health: recognizing and preventing work related disease and injury*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Bardin, L. (2016). *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70.

Bock, A. M. B. (2001). *Psicologias: uma introdução ao estudo de psicologia*. 13. ed. São Paulo: Saraiva.

Brasil (2009). *Lei nº 11.901, de 12 de janeiro de 2009*. Dispõe sobre a profissão de Bombeiro Civil e dá outras providências. Brasília, DF. Recuperado em 13 outubro 2018, de http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2007-2010/2009/Lei/L11901.htm

Bromberg, M. H. P. F. (2000). *A psicoterapia em situações de perdas e luto*. Campinas: Livro Pleno.

Capitaneo, D., Ribeiro, K., & Silva, J. C. (2012). O papel idealizado do bombeiro: e o ser humano por trás da farda? *Vittalle*, 24 (1), 53-68.

Cremasco, L., Constantinidis, T. C., & Silva, V. A. (2008). A farda que é um fardo: o estresse profissional na visão de militares do corpo de bombeiros. *Cad. de Terapia Ocupacional da UFSCar*, 16 (2), 83-90.

Farias, S. (2013). *Transtornos de ansiedade na infância e adolescência*. Monografia, Pós-Graduação em Saúde Mental, Universidade do Extremo Sul Catarinense, Criciúma, SC, Brasil.

Fernandes, D. H., & Heck, R. M. (2004). Reflexões acerca do estresse ocupacional: buscando aproximações na enfermagem. *Enfermagem hoje: coragem de experimentar muitos modos de ser*. 56. *Congresso Brasileiro de Enfermagem*, Gramado (RS), 24 a 29 de outubro.

Ferreira, L. R. C. (2006). *Stress no cotidiano da equipe de enfermagem e sua correlação com o cronótipo*. Dissertação de mestrado, Faculdade de Ciências Médicas, Universidade Estadual de Campinas - Unicamp, Campinas, SP, Brasil.

Gonçalves, D. H., & Heldt, E. (2009) Transtorno de ansiedade na infância como preditor de psicopatologia em adultos. *Rev Gaúcha Enferm*, 30 (3), 533-541.

Gracino, M. E., Zitta, A. L. L., Mangili, O. C., & Massuda, E. M. (2016). A saúde física e mental do profissional médico: uma revisão sistemática. *Saúde em Debate*, 40 (110), 244-263.

Itani, A. (1998). *Trabalho e saúde na aviação: a experiência entre o invisível e o risco*. São Paulo: Hucitec/FAPESP.

Lipp, M. E. N. (2000). *Inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp (ISSL)*. São Paulo: Casa do Psicólogo.

Mendes, E. G. (1995). *Deficiente mental: A construção científica de um conceito e a realidade educacional*. Tese de doutorado, Pós- Graduação em Psicologia Experimental, Universidade de São Paulo - USP, São Paulo, SP, Brasil.

Murofuse, N. T., Abranches, S. S., & Napoleão, A. A. (2005). Reflexões sobre estresse e Burnout e a relação com a enfermagem. *Rev Latino-am Enfermagem*, 13 (2), 255-261.

Natividade, M. R. D. (2009). Vidas em risco: a identidade profissional dos Bombeiros Militares. *Psicol Soc*, 21 (3), 411-420.

Potter, P., & Perry, A. G. (1999). *Grande tratado de enfermagem prática: clínica e prática hospitalar*. 3. ed. São Paulo: Santos.

Ramírez, H. D. C. (2002). *Estresse no cotidiano de trabalho de bombeiros de Santa Catarina: entre as atividades profissionais e as exigências da organização*. Dissertação de mestrado, Pós-graduação em Engenharia, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, SC, Brasil.

Resolução n. 466, de 12 de dezembro de 2012 (2012). Aprova as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília (DF), 2013 jun 13; Seção 1:59.

Silva, Y. C. (2000). O preparo para o trabalho de risco. *Psicol Cien Prof*, 20 (4), 2-15.

Sternberg, R. J. (2000). *Psicologia cognitiva*. Porto Alegre: Artmed.

Toassi, A. J., Stolf, M. C., & Oliveira, M. R. D. (2006). Inserção tecnológica no trabalho: etnografia das significações profissionais de bombeiros. *Psicol Ciênc Prof*, 26 (2), 280-293.

Videbeck, S. (2012). *Enfermagem em saúde mental e psiquiatria*. 5. ed. Porto Alegre:

Artmed.

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Felipe André Corti – 40%

Paula Michele Lohmann – 30%

Arlete Eli Kunz da Costa – 15%

Camila Marchese – 15%