

FACULDADE LABORO  
PÓS GRADUAÇÃO EM ENGENHARIA DE SEGURANÇA DO TRABALHO

**HUGO LEONARDO SILVA DE JESUS**

**QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO E ESTRESSORES OCUPACIONAIS EM  
MOTORISTAS: uma revisão de literatura**

São Luís  
2016

**HUGO LEONARDO SILVA DE JESUS**

**QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO E ESTRESSORES OCUPACIONAIS EM  
MOTORISTAS: uma revisão de literatura**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Pós Graduação em Engenharia de Segurança do Trabalho da Faculdade Laboro para obtenção do título de Especialista em Engenharia de Segurança do Trabalho.

Orientador(a): Prof<sup>a</sup>.Ms Ludmilla Leite

São Luís

2016

Jesus, Hugo Leonardo Silva de

Qualidade de vida no trabalho e estressores ocupacionais em motoristas: uma revisão de literatura / Hugo Leonardo Silva de Jesus -. São Luís, 2016.

Impresso por computador (fotocópia)

34 f.

Trabalho apresentado ao Curso de Especialização em Engenharia de Segurança do Trabalho da Faculdade LABORO como requisito para obtenção de Título de Especialista em Engenharia de Segurança do Trabalho. -. 2016.

Orientadora: Profa. Ms. Ludmilla Barros Leite Rodrigues

1. Qualidade de vida. 2. Estresse. 3. Motorista. I. Título.

CDU: 331.442

**HUGO LEONARDO SILVA DE JESUS**

**QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO E ESTRESSORES OCUPACIONAIS EM  
MOTORISTAS: uma revisão de literatura**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao  
Curso de Pós Graduação em Engenharia de  
Segurança do Trabalho da Faculdade Laboro para  
obtenção do título de Especialista em Engenharia  
de Segurança do Trabalho.

Orientador(a): Prof<sup>a</sup>.Ms Ludmilla Leite

Aprovado em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

**BANCA EXAMINADORA**

---

**Profa. Prof<sup>a</sup>.Ms Ludmilla Leite (Orientadora)**

---

**EXAMINADOR**

## AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por tudo que tem me proporcionado viver.

À São José de Ribamar, Meu Santo Padroeiro.

A minha família, pelo apoio incondicional que sempre tiveram durante a minha vida.

A meu pai, que nunca deixou de lutar para propiciar o melhor para mim, sempre sendo um modelo de dedicação.

A minha avó, Raimunda Nunes (*in memoriam*), que sempre me apoiou nos momentos mais difíceis, vivenciando toda a minha trajetória de vida.

A minha esposa Gledyanna, e meus adoráveis filhos João Vitor e Maria Beatriz, por serem pessoas maravilhosas que só trazem felicidades em minha vida.

Aos meus diretores, Márcio Vieira, Marcos Guedes, Andressa Pontes, Bem Henrique, Diego Leonardo, Giovani Eric, Everilson Bastos, Isabel Miranda, Nilmar Xavier, Rachid Maluf, Suzzy Nascimento, Misa Sousa por estarem me apoiando sempre, tanto em momentos difíceis quanto alegres.

A minha amiga fisioterapeuta Nilce Mara, por acreditar neste trabalho e conduzir as pesquisas para um excelente aprendizado.

Aos demais professores da Pós-Graduação em Engenharia e Segurança do Trabalho da LABORO, que incentivaram o meu aprendizado.

A todos aqueles que direta ou indiretamente contribuíram para o desenvolvimento deste trabalho.

## RESUMO

Abordagem da menor unidade produtiva dentro de uma organização e envolve a relação do trabalhador com o seu local de trabalho. Atualmente observa-se um crescente aumento da frota automobilística em todo o país. O trabalho do motorista de transporte urbano consiste em fazer contínuos deslocamentos levando e trazendo pessoas aos destinos pré-determinados. Nenhum outro profissional sofre tanto as pressões do ambiente viário quanto os motoristas, pois possui um “macro” local de trabalho que é o trânsito, e um “micro”, que é o ônibus. Neste contexto de risco ergonômico e psíquico, o objetivo deste trabalho é realizar uma pesquisa bibliográfica sobre a qualidade de vida no trabalho e estressores ocupacionais em motorista de ônibus. Foram considerados estudos de publicações nacionais e periódicos indexados, impressos e virtuais, específicas da área. Do total de 543 publicações encontradas, após leituras sucessivas, 20 foram fichadas para compor a revisão bibliográfica com foco na questão norteadora desta pesquisa. Através dos achados encontrados neste estudo, sugere-se que sejam realizadas ações empresariais e o planejamento de políticas públicas direcionadas ao bem estar, a promoção e proteção da saúde dos motoristas de ônibus urbano, como forma de expressão do reconhecimento da relevância de seu trabalho para a sociedade.

**Palavras-chave:** Qualidade de vida. Estresse. Motorista.

## **ABSTRACT**

The job is characterized as the least productive unit within an organization and involves a worker's relationship with their workplace. Currently there has been a growing increase in the automobile fleet across the country. The work of urban transport driver is to make continuous shifts taking and bringing people to pre-determined destinations. No other professional suffers both the road environment pressures and drivers, as has a "macro" workplace that is traffic, and a "micro", which is the bus. In this context of ergonomic and psychological risk, the objective of this study is to conduct a literature search on quality of life at work and occupational stressors in bus driver. They considered studies of national publications and indexed journals, printed and virtual, specific area. Of the total of 543 publications found, after repeated readings, 20 were fichadas to compose the literature review focused on the main question of this research. Through the findings of this study, it is suggested to be carried out business activities and the planning of public policies directed to the welfare, health promotion and protection of urban bus drivers, in recognition of the expression of the relevance of their work to the society.

**Key-words:** Quality of life. Stress. Driver.

## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Tabela 1	Artigos selecionados para compor a amostra .....	15
Tabela 2	Principais modelos e teorias de Estresse Ocupacional.....	26



## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>10</b>
<b>2</b>	<b>METODOLOGIA.....</b>	<b>12</b>
<b>2.1</b>	<b>Delineamento da Pesquisa.....</b>	<b>12</b>
<b>2.2</b>	<b>Seleção de Estudos.....</b>	<b>12</b>
<b>2.3</b>	<b>Crterios de Inclusão e Não Inclusão .....</b>	<b>12</b>
<b>2.4</b>	<b>Coleta de Dados .....</b>	<b>12</b>
<b>3</b>	<b>RESULTADOS E DISCUSSÃO .....</b>	<b>20</b>
<b>3.1</b>	<b>Qualidade de Vida X Trabalho.....</b>	<b>20</b>
<b>3.2</b>	<b>Estresse Ocupacional .....</b>	<b>23</b>
<b>3.3</b>	<b>A Profissão de Motorista .....</b>	<b>27</b>
<b>3.4</b>	<b>Principais Estressores que Afetam os Motoristas .....</b>	<b>29</b>
<b>4</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>31</b>
	<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>32</b>

## 1 INTRODUÇÃO

O posto de trabalho é caracterizado como a menor unidade produtiva dentro de uma organização e envolve a relação do trabalhador com o seu local de trabalho. Portanto para que o trabalhador possa realizar sua tarefa de forma saudável é importante que o posto funcione bem (IIDA, 1995).

Existe uma necessidade de comprometimentos com a saúde e a segurança dos trabalhadores, evidenciados pelo grande número de incidentes, acidentes e exposições a doenças, caracterizando os riscos profissionais.

De acordo com Concepción (2001) um incidente representa qualquer alteração nos procedimentos de rotina que provoquem perdas materiais e de produtos, quebras de equipamentos e instrumentos, vazamentos, contaminações e escapes de substâncias; um acidente caracteriza a ocorrência de lesão ao trabalhador; e uma exposição, a possibilidade de alterar a saúde de pessoas, levando a doenças ocupacionais.

Observa-se atualmente um crescente aumento da frota automobilística em todo o país, sendo que o transporte interno de produtos agrícolas, industrializados, matéria-prima e o transporte urbano de passageiros são realizados quase que em sua totalidade por meio de transportes rodoviários dirigidos por motoristas profissionais (MATOS; NEVES, 2015).

O trabalho do motorista de transporte urbano consiste em fazer contínuos deslocamentos levando e trazendo pessoas aos destinos pré-determinados. Nenhum outro profissional sofre tanto as pressões do ambiente viário quanto os motoristas, pois possui um “macro” local de trabalho que é o trânsito, e um “micro”, que é o ônibus (BATISTTON, 2006), ou seja, o comportamento destes é muito importante, pois se trata de atividade essencial à população e de significativa responsabilidade. Falhas no trabalho podem acarretar acidentes que colocam em risco a vida de dezenas de pessoas.

Para entendermos o perfil do adoecimento musculoesquelético associado ao trabalho, é fundamental explorar as condições laborais e abordar a dor no seus componentes sensoriais e emocionais. Essa abordagem é articulada à perspectiva de uma análise de risco ergonômico que parte do posto de trabalho (ASSUNÇÃO, 2009).

Dentre as principais contribuições à compreensão do tema, destacam-se os estudos da ergonomia, epidemiologia, psicodinâmica do trabalho, entre outros, explicitando-se a interdisciplinaridade e a transdisciplinaridade do assunto.

Portanto, as condições de trabalho e suas patologias estão vinculadas à organização do trabalho e ambas dependem das relações de trabalho vigentes naquele espaço social definido, refletindo valores e regras da sociedade. Nesse sentido, Almeida (2010) classifica os problemas mais comumente encontrados em “(...) problemas posturais e de movimentação; problemas relacionados ao custo energético do trabalho; problemas biomecânicos (forças musculares exigidas); problemas musculares por movimentos manipulativos ou repetitivos; problemas decorrentes de condições ambientais “.

Em relação as cargas psíquicas, elas podem ser agrupadas em dois grupos: o primeiro sendo as que abarcam tudo que acarreta uma sobrecarga psíquica, ou seja, situações de tensão prolongada e segundo as que se referem à subcarga, ou seja, à impossibilidade de desenvolver e fazer uso da capacidade psíquica. (ERNESTO, 2010)

Laurell apud Almeida (2010) ressalta ainda que as cargas psíquicas são essencialmente produzidas, não podendo ser compreendidas como riscos isolados.

Neste contexto de risco ergonômico e psíquico, o objetivo deste trabalho é realizar uma pesquisa bibliográfica sobre a qualidade de vida no trabalho e estressores ocupacionais em motorista de ônibus.

## **2 METODOLOGIA**

### **2.1 Delineamento da Pesquisa**

Como procedimento técnico adotou-se a pesquisa bibliográfica. Segundo Lakatos e Marconi (1987), a pesquisa bibliográfica é aquela feita através de informações levantadas em dados bibliográficos e documentos já publicados sobre determinado assunto.

### **2.2 Seleção dos Estudos**

Foram considerados estudos de publicações nacionais e periódicos indexados, impressos e virtuais, específicas da área (livros, monografias, dissertações e artigos), sendo utilizado as seguintes base de dados eletrônicas: Google Acadêmico; SCIELO (Scientific Electronic Library Online), Biblioteca Virtual do Ministério da Saúde e repositórios das universidades USP (Universidade de São Paulo) e UNICAMP (Universidade Estadual de Campinas).

### **2.3 Critérios de Inclusão e Não Inclusão**

Para escolha dos artigos definiram-se como critérios de inclusão, artigos originais publicados em periódicos, livros e monografias publicados nos últimos 8 anos (2016 – 2008) que abordassem a temática proposta (publicações nacionais e indexadas). Como critérios de não inclusão estavam os artigos sem texto completo e artigos repetidos. (TABELA 1)

### **2.4 Coleta de Dados**

Com os descritores “qualidade de vida”, “estresse” e “motorista” obtiveram-se 329 publicações indexadas ao SCIELO, 175 no repositório da UNICAMP e 39 no repositório da USP. Do total de 543 publicações encontradas, após leituras sucessivas, 20 foram fichadas para compor a revisão bibliográfica com foco na questão norteadora desta pesquisa.

Tabela 1: Artigos selecionados para compor a amostra

<b>AUTOR</b>	<b>ANO</b>	<b>TÍTULO</b>	<b>OBJETIVO</b>	<b>CONCLUSÃO</b>
Leite e Silva Junior	2010	Risco Ergonômico Para Ler/Dort Na Tarefa De Dirigir Ônibus Urbano	Trata-se de um estudo qualitativo transversal realizado em uma empresa de ônibus urbano de Juiz de Fora – MG.	As dores podem ter influência do posto de trabalho. Novas pesquisas são necessárias para melhor investigação do posto de trabalho.
Silva; Keller e Coelho	2013	Associação entre pressão arterial e estresse percebido em motoristas de ônibus.	Verificar a associação entre pressão arterial e estresse percebido em motoristas de ônibus.	Fazem-se necessárias novas pesquisas para averiguar qual fator está relacionado à hipertensão arterial para que se possa ter um controle maior sobre eles. Além disso, é possível que a percepção de estresse dos motoristas não seja condizente ao quanto estressado realmente eles estão. Uma sugestão é a utilização de mensurações de cortisol como uma medida psicofisiológica de estresse, evitando assim, as subjetividades.
Nascimento , Tatiane Silva do	2015	Perfil do estilo de vida dos motoristas de transportes públicos do município de Natal-RN.	Compreender e analisar os comportamentos de risco do perfil do estilo de vida de motoristas de transportes públicos que conduzem milhares de pessoas todos os dias do município de Natal-RN.	Com os resultados expostos firma-se a necessidade de que os motoristas de ônibus do município de Natal-RN, possui uma maior carência na área da nutrição e atividade física, e com base nisto há uma necessidade de aconselhamento e implementação a promoção a saúde, visando melhorar o estilo e qualidade de vida desta população, bem como incluir acompanhamento periódicos, tendo em vista resultados progressivos e positivos.

Pettengill	2010	Qualidade de vida no trabalho: a fala dos motoristas de ônibus urbano	Conhecer e compreender de que modo os motoristas de ônibus urbano percebem a sua qualidade de vida relacionada ao trabalho que exercem.	Ações empresariais e governamentais relacionadas aos aspectos identificados pelos motoristas como prejudiciais à sua qualidade de vida no trabalho, poderão contribuir para a proteção e promoção de sua saúde bem como para a obtenção de melhorias nos serviços prestados à população.
Pereira, Salles e Passos	2010	As Condições De Trabalho E Sua Relação Com A Saúde Dos Trabalhadores Condutores De Transporte Resumo	Discutir os fatores condicionantes relativos à saúde dos trabalhadores condutores de transporte.	Constatou-se que os condutores de transporte, quando submetidos aos fatores mencionados anteriormente, sofrem como conseqüências danos que podem ser irreparáveis ao estado emocional, como o estresse, a irritabilidade, a fadiga entre outros sinais e sintomas.
Carvalho	2015	Fatores de risco psicossocial do trabalho associados ao adoecimento psíquico dos motoristas de ônibus urbano	Verificar o nível de sintomas ansiosos e depressivos referidos e traçar o perfil de uso de álcool nos motoristas de ônibus urbano da região metropolitana de São Paulo, que buscavam atendimento médico; Identificar fatores de risco psicossocial do trabalho associados a este perfil.	A população estudada mostrou-se exposta à situação de risco intenso de adoecimento psíquico relacionado ao trabalho.
Ernesto	2010	Estresse e suporte social no trabalho: análise com motoristas de ônibus urbano	Avaliar o grau de estresse em motoristas de ônibus urbano e sua relação com o suporte social percebido	Considera-se que os dados fornecidos são úteis por que alerta sobre a importância de se investir mais no Suporte Social no trabalho, em todas as suas dimensões, para evitar que, cedo ou tarde, o estresse se instale.

Ulhôa	2011	Estressores ocupacionais, concentração de cortisol e saúde de motoristas de caminhão	Avaliar os estressores ocupacionais e a concentração do cortisol em motoristas de caminhão, bem como a saúde física e mental desses trabalhadores, segundo os turnos de trabalho.	Os motoristas apresentaram concentrações de cortisol mais elevadas no dia de trabalho em relação ao dia de folga. Os do turno irregular referiram piores condições de saúde e apresentaram concentrações de cortisol mais elevadas em relação aos motoristas do turno diurno, inclusive no dia de folga, sugerindo uma resposta mais prolongada ao estresse. Os valores do cortisol foram correlacionados com estressores no trabalho típicos desses profissionais de transporte, indicando a necessidade de melhorias para a categoria.
Ulhôa et al	2010	Distúrbios psíquicos menores e condições de trabalho em motoristas de caminhão	Estimar a prevalência de distúrbios psíquicos menores e identificar estressores associados entre motoristas de caminhão.	O trabalho em jornadas extensas foi associado à ocorrência de distúrbios psíquicos menores, tanto na análise das condições gerais de trabalho quanto como fator referido como estressor pelos motoristas. A regulamentação da jornada de trabalho com limitação de horas de trabalho diário é, portanto, uma medida necessária para a redução da chance de desenvolvimento de distúrbios psíquicos menores em motoristas.
Takeda	2008	Riscos ocupacionais, acidentes do trabalho e morbidade entre motoristas de uma central de ambulância do estado de São Paulo.	Investigar os riscos ocupacionais, os acidentes de trabalho e doenças que acometem motoristas de uma central de ambulância de Marília (São Paulo)	Pôde-se observar que se trata de profissionais que são expostos a outros riscos alheios a sua categoria, além daqueles próprios por executarem trabalho de atendimento aos pacientes, não específico daquele prescrito para a referida profissão. Estratégias foram propostas no sentido de minimizar os riscos ocupacionais, os acidentes de trabalho e as doenças encontradas entre estes trabalhadores.

Swerts	2013	Avaliação de distúrbios osteomusculares entre condutores de veículos de transporte de cargas	Avaliar a presença de distúrbios osteomusculares entre condutores de veículos de transporte de cargas.	Conclui-se que este estudo permitiu o avanço do conhecimento sobre as condições de trabalho e de saúde de condutores de veículos de cargas e sobre os riscos ocupacionais aos quais estão expostos diariamente durante suas atividades laborais, os quais podem contribuir para seu adoecimento no trabalho.
Lemos, L.C	2009	Prevalência de queixas de dores osteomusculares em motoristas de caminhão que trabalham em turnos irregulares	Estimar a prevalência de queixa de dores osteomusculares nos últimos 12 meses em motoristas de caminhão que trabalham em uma transportadora de cargas em horários irregulares e em motoristas que trabalham em horários fixo-diurno	O trabalho em horário irregular está relacionado à presença de queixas de dores osteomusculares. A associação das queixas de dores nos últimos 12 meses com a baixa qualidade de sono e o hábito de não cochilar, observada neste estudo, sugere que o sono de má qualidade contribui para a presença de dores nesta população.
Masson, Valéria Aparecida	2009	Fadiga e capacidade para o trabalho entre motoristas de caminhão do entreposto hortifrutigranjeiro e mercado de flores de Campinas –SP	Avaliar a fadiga e caracterizar o perfil sociodemográfico, estilo de vida e condições de saúde, relacionados com a capacidade para o trabalho	Os fatores relacionados com o trabalho que se associaram com a diminuição da capacidade para o trabalho foram: satisfação com o trabalho, interferência do trabalho com a vida pessoal e prejuízos do trabalho em relação à saúde. Estes resultados indicam a necessidade de promoção da saúde e implantação de políticas de prevenção de doenças e entre motoristas de caminhão.
Teixeira e Fischer	2008	Acidentes e doenças do trabalho notificadas, de motoristas profissionais do Estado de São Paulo	Descrever os acidentes do trabalho, segundo agrupamentos criados especificamente para os motoristas residentes no Estado de São Paulo, no período 1997-1999.	Uma das contribuições deste trabalho refere-se à elaboração dos indicadores de incidência, mortalidade e letalidade para uma área geográfica abrangente. A criação de agrupamentos específicos da ocupação motorista permitiu realizar análises mais precisas e detalhadas dos acidentes de trânsito e dos motoristas profissionais acidentados. Os dados aqui apresentados



				podem auxiliar nos programas de prevenção da ocorrência destes eventos, seja na formação de programas de treinamento que incluam informações de saúde para esta categoria profissional, seja na capacitação de equipes de emergência, tratamento e reabilitação deste importante grupo ocupacional.
Martins, Lopes e Farina	2012	Nível de estresse e principais estressores do motorista de transporte coletivo	Avaliar o nível de estresse e identificar os principais estressores do motorista de transporte coletivo.	Verifica-se que a maior parte da amostra encontra-se na fase de resistência e que há a prevalência de sintomas psicológicos. Nesta população, os estressores estão relacionados ao exercício da profissão, e às condições e organização do trabalho. Em função dos estressores não serem alterados, pode-se pensar que estes profissionais que apresentam sintomas de estresse, talvez não estejam utilizando as estratégias de <i>coping</i> adequadamente para enfrentar as situações do dia a dia no trabalho.
Almeida, n. d. v.	2010	Considerações Acerca Da Incidência Do Estresse Em Motoristas Profissionais	Incidência de estresse nos motoristas profissionais da região metropolitana do Recife.	Os resultados indicam predominância de sintomas da presença de estresse no comportamento emocional destes motoristas. Sugerem-se novos estudos para enriquecer aspectos teóricos e metodológicos das pesquisas sobre estresse, já que esses são discutidos de maneira diversa e fluida na literatura científica

Nascimento et al	2016	Estresse Ocupacional: Um Estudo De Caso Com Motoristas De Transporte Urbano Do Município Do Rio De Janeiro	Identificar os fatores que causam estresse ocupacional na atividade dos motoristas de transporte urbano da cidade do Rio de Janeiro.	A pesquisa apontou a necessidade de melhorar a gestão das empresas de transporte público devido às condições de trabalho, que levam os motoristas a apresentarem problemas físicos e nível de estresse considerável. Apesar das condições de trabalho insatisfatórias, observou-se que os motoristas apresentam um alto grau de satisfação com seu trabalho. O desgaste emocional é o sintoma mais expressivo, sendo necessária uma melhoria da qualidade de vida dos trabalhadores que atuam nesta atividade.
Matos e Neves	2015	Avaliação Do Estresse Dos Motoristas Da Empresa Viação Javaé De Gurupi/TO	Investigar os fatores que afetam o relacionamento homem trabalho, identificar a fase do estresse e sintomatologia, também identificar quais os problemas de saúde relacionados ao trabalho são mais comuns entre os motoristas das linhas de coletivo (semiurbana) da empresa Viação Javaé, Gurupi/TO.	Sabemos que é quase impossível evitar o estresse em nossas vidas, porém mudar as condições adversas no trabalho, bem como o estilo de vida são meios de enfrentá-lo de maneira mais apropriada e inteligente.
Matos ; Moraes e Pereira	2015	Análise do Estresse Ocupacional em Motoristas de Coletivo Urbano na Cidade de Belo Horizonte	Analisar o estresse ocupacional dos motoristas que atuam em empresas de transporte coletivo urbano na cidade de Belo Horizonte/MG.	Em relação às causas do estresse apontadas com maior frequência, por ordem de importância, foi o trânsito lento, grande número de veículos em circulação nas vias públicas, curto espaço de tempo para realização das viagens e, por fim, a relação conflituosa com os passageiros

Gallas et al	2015	Estado de saúde e nível de estresse dos motoristas de transporte coletivo: Estudo de caso da Companhia Carris Porto-Alegrense	Compreender as causas dos problemas de saúde e os principais fatores que influenciam na qualidade de vida dos profissionais do transporte coletivo, segundo a visão dos trabalhadores da empresa Cia Carris Porto-Alegrense.	Os resultados demonstraram que a atividade de dirigir é desgastante, causa fadiga, e está relacionada tanto a fatores internos quanto externos do trabalho, entre eles, o compartilhamento do espaço público com os demais integrantes do trânsito.
--------------	------	---	--	---

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

#### 3.1 Qualidade de Vida X Trabalho

O trabalho tem um sentido fundamental na estruturação da identidade pessoal, tendo em vista seus efeitos positivos no concernente à satisfação das necessidades básicas de subsistência, criação de vínculos e colaboração entre os trabalhadores.

Ao exercer esse papel, porém, o homem acaba por se expor constantemente aos riscos presentes no ambiente de trabalho, o que pode interferir diretamente na sua saúde física e psicológica (RODRIGUES et al, 2013).

Ao longo dos anos, o foco da saúde do trabalhador era a cura das doenças e das disfunções geradas pelo trabalho, pouca importância era dada ao bem-estar psicológico do trabalhador e à compreensão dos mecanismos que estes dispõem para enfrentar as dificuldades na sua interação com o trabalho. O processo de reestruturação produtiva, atualmente, tem modificado consideravelmente o perfil do trabalho, dos trabalhadores e, conseqüentemente, os determinantes do processo saúde-doença. (NASCIMENTO, 2015)

Ernesto (2010) corrobora:

Atualmente os trabalhadores estão submetidos a condições de trabalho que levam a manifestações de envelhecimento prematuro, aumento do adoecimento e morte por doenças cardiovasculares e outras doenças crônico-degenerativas como as osteomusculares, e, mais recentemente, temos registros de morte súbita por excesso de trabalho. Identificam-se, ainda, os sintomas psíquicos como a síndrome da fadiga crônica, o *Burnout* e outros distúrbios inespecíficos e ainda pouco conhecidos.

A Organização Mundial de Saúde (OMS, 2009) considera as doenças relacionadas ao trabalho como multifatoriais, implicando a multicausalidade com a inclusão de fatores físicos, organizacionais, individuais e socioculturais. Os denominados fatores psicossociais representam interações entre ambiente de trabalho, gestão e processo de trabalho e as variáveis de

natureza não-física relativas ao indivíduo, como personalidade, estilo de vida, apoio social, e, ainda, a vulnerabilidade e a resistência ao estresse.

Quando se trata de trabalho, é necessária também a preocupação com a qualidade de vida deste trabalhador. Mas o que se entende por qualidade de vida atualmente?

De acordo com a OMS (1995), a qualidade de vida foi definida como “percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”. Refere-se, portanto, à percepção que cada pessoa tem, fundamentada em sua história de vida, nos valores apreendidos socialmente, em sua subjetividade, a respeito do que seja imprescindível na trajetória de seu viver para desfrutar de bem-estar.

O tema qualidade de vida passou a ser tratado cientificamente a partir da década de 70, a princípio com um forte viés político. Durante esse período houve um aumento significativo da produção literária na área. (NASCIMENTO, 2015)

Na literatura não há um consenso sobre o conceito exato de qualidade de vida, mas existe concordância sobre alguns aspectos deste, tais como: a subjetividade, a multidimensionalidade e a bipolaridade.

Quanto à subjetividade, ainda que uma pessoa apresente, na opinião da família e dos amigos, uma vida feliz e satisfatória, esta percepção deve partir dela também, porque de acordo com estes aspectos, a percepção da própria pessoa de estar saudável e satisfeita com sua vida (e conforme suas expectativas), é que vai indicar sua qualidade de vida. A multidimensionalidade refere-se à percepção do indivíduo de sua condição na vida nas dimensões física, psicológica, nas relações sociais que estabelece e no meio ambiente do qual faz parte. A bipolaridade diz respeito aos aspectos positivos e negativos na vida da pessoa em termos de presença ou ausência de dor, de dependência medicamentosa ou afetiva, entre outros exemplos que demonstrem presença ou ausência de desconforto ou prejuízo para a pessoa em relação a qualquer aspecto de sua vida. (PETTENGILL, 2010)

Rodrigues et al (2013) comenta que a qualidade de vida muda para cada indivíduo ao longo da vida, mas está relacionada ao bem-estar, que resulta das condições de vida do ser humano e seus parâmetros individuais e socioambientais. Pettengill (2010) corrobora que este bem-estar é

proporcionado pela satisfação de condições objetivas (emprego, renda, objetos possuídos, qualidade de habitação) e de condições subjetivas (segurança, privacidade, reconhecimento, afeto).

A qualidade de vida no trabalho diz respeito a um conceito mais direcionado à percepção das pessoas acerca de aspectos relacionados à sua vida laboral. Tem como objeto de seus estudos questões como: “O que move o homem? O que o leva a envolver-se, comprometer-se, ou seja, que tipo de necessidades impulsiona sua participação no trabalho?” (FERNANDES apud PETTENGILL, 2010)

Com relação aos determinantes da satisfação no trabalho, a literatura atual considera influências exógenas (ambiente externo, como condições e organização do trabalho) e endógenas (provenientes do indivíduo).

Segundo Takeda (2008) grande parte das intervenções realizadas nas instituições de trabalho visando promover a qualidade de vida no trabalho, são comumente direcionadas à análise do posto de trabalho, por meio do reconhecimento e classificação das principais exigências do mesmo, para posteriormente se pensar nas devidas modificações para aliviar os males detectados.

Atualmente existem oito categorias conceituais que foram elaboradas ao longo dos anos, a respeito do que deve ser considerado importante para a promoção da qualidade de vida do trabalhador. (GALLAS et al, 2015)

- Compensação justa e adequada: refere-se à satisfação do trabalhador em relação à remuneração recebida por seu trabalho;
- Condições de trabalho: corresponde à jornada de trabalho e às condições físicas do ambiente em que se realiza as tarefas laborais, verificando questões de segurança e aspectos de insalubridade à saúde do trabalhador neste ambiente;
- Uso e desenvolvimento da capacidade humana: oportunidade oferecida pela empresa a fim de que o trabalhador possa exercer com o trabalho, sua autonomia, criatividade, capacidade imaginativa, seu “saber fazer” próprio, participação no planejamento, nas decisões, obtendo as

informações necessárias para o conhecimento abrangente de todo o processo de trabalho na organização.

- Oportunidades futuras para o crescimento contínuo e segurança: possibilidade de carreira, desenvolvimento e crescimento pessoal e profissional do trabalhador por meio de incentivos para investir em seu potencial, e a possibilidade de se conseguir estabilidade na empresa;
- Integração social na organização de trabalho: possibilidade de se estabelecer relações de igualdade em relação aos profissionais de mesmo nível hierárquico e respeito e acessibilidade junto às hierarquias mais elevadas, podendo o trabalhador, sentir que pode obter apoio do grupo para compartilhar sentimentos e idéias;
- Constitucionalismo: respeito às leis e direitos trabalhistas, à privacidade pessoal, à liberdade de expressão e a possibilidade de se ter acesso às normas e rotinas da organização, a fim de que possam ser facilmente compreendidas pelo trabalhador;
- O trabalho e o espaço total da vida: a possibilidade de se ter um equilíbrio entre a dedicação ao trabalho e a vida pessoal;
- Relevância social da vida no trabalho: o sentimento de orgulho do trabalhador em trabalhar na empresa; sua percepção de que a empresa é respeitada na sociedade em virtude de seus valores e práticas; diz respeito ao compromisso social da instituição de trabalho percebida pelo trabalhador.

### **3.2 Estresse Ocupacional**

O enfoque mais comum para abordar as relações entre o ambiente psicológico laboral e a saúde dos trabalhadores tem sido através do conceito de estresse. De acordo com Sousa (2005) apud Lemos (2009) o termo estresse, de origem inglesa (*stress*), deriva do latim *stringere* e significa apertar, cerrar, comprimir. “Foi desenvolvido, inicialmente, no campo da física, no século XVII, e utilizado por Robert Hooke para designar uma pesada carga que afeta uma determinada estrutura física”.

Posteriormente foi incorporado pelo campo da biologia por Hans Selye, que em 1936, descreve a Síndrome Geral de Adaptação ou síndrome do estresse biológico e a diferencia em três estágios:

Inicialmente, ocorre a reação de alarme, quando o organismo se prepara para lutar ou fugir. A seguir, com a permanência do estressor, há um aumento da resistência, numa tentativa de adaptação. Na terceira fase, há uma diminuição da capacidade do organismo de se adaptar, dando margem a diversas doenças e até a morte por exaustão. (SELYE, 1973 apud LEMOS, 2009).

Selye também adverte que, agentes qualitativamente diferentes e potenciais estressores não produzem necessariamente a mesma síndrome nas pessoas, ou seja, o mesmo grau de estresse produzido pelo mesmo agente pode resultar em diferentes manifestações em pessoas diferentes. Os estressores, aqui entendidos como os fatores que produzem estresse, podem estar presentes materialmente ou não, e os efeitos irão depender da intensidade da exigência de trabalho adaptativo do corpo (Selye, 1973 apud Lemos, 2009).

Identificou-se diversas proposições conceituais sobre estresse. Destaca-se aqui a classificação proposta por Lazarus em 1977, e revista por Feuerstein, Labbé e Kuczmierz, Schmidt e por Mejias. Tais classificações compreendem três modelos principais com base nos seguintes aspectos: na resposta; no estímulo; na interação ou processo envolvendo o ambiente e o indivíduo e na relação processamento — informação. (TEIXEIRA; FISCHER, 2008)

O estresse ocupacional é um problema crescente com consideráveis custos para os empregados individualmente e para as organizações. Embora as mudanças no mundo do trabalho tenham trazido maior mobilidade e flexibilidade para alguns empregados, para outros têm trazido ameaças à segurança no emprego, aumento de demandas de trabalho e formas precárias de contratação. Além disso, novas tecnologias têm adicionado uma gama de informações, sobrecarregando e acelerando as demandas de trabalho (MARTINS, LOPES, FARINA, 2012)

Neste cenário de contínuas mudanças, as pressões no trabalho ganham espaço, com produção de altos níveis de estresse ocupacional. De



acordo com Murphy (1984) apud Swerts (2013) o estresse ocupacional pode ser entendido como “o resultado de relações complexas entre condições de trabalho, condições externas ao trabalho e características do trabalhador, nas quais a demanda do trabalho excede as habilidades do trabalhador para enfrentá-las”.

O termo estresse ocupacional tem sido aplicado a diversos estudos, porém com diferentes formas de mensuração e significados, evidenciando assim, pouco consenso teórico conceitual metodológico. De acordo com Tamayo e Paschoal (2004) apud Ulhôa (2011) as vertentes para as definições de estresse ocupacional são:

Estímulos estressores (referem-se aos estímulos do ambiente de trabalho ou estressores organizacionais que exigem respostas adaptativas do empregado e que excedem a sua habilidade de enfrentamento); respostas aos eventos estressores (referem-se às respostas fisiológicas, psicológicas e comportamentais dos empregados quando são expostos a fatores de trabalho que excedem a sua habilidade de enfrentamento) e estímulos estressores-respostas (referem-se ao processo geral em que demandas de trabalho têm impacto nos empregados).

Os estressores organizacionais compreendem dois grandes grupos: aqueles de natureza física (ruídos, poluição, ventilação, iluminação e outros) e os psicossociais que incluem os papéis, a autonomia/controle no trabalho, relacionamento interpessoal, fatores intrínsecos ao trabalho e fatores relacionados ao desenvolvimento da carreira. (GALLAS et al, 2015)

Diante dos diferentes estressores, o trabalhador pode desenvolver reações positivas ou negativas para ele e para a organização. As consequências negativas para a organização vão desde o absenteísmo, redução da produtividade até o adoecimento e aposentadoria prematura, cujas principais respostas psicológicas ao estresse ocupacional têm consistido na insatisfação no trabalho, ansiedade e depressão. (ALMEIDA, 2010)

Atualmente, existe uma tendência para buscar modelos teóricos mais abrangentes que articulem melhor todas as questões levantadas acerca do estresse ocupacional. Alguns autores organizaram diferentes abordagens e modelos teóricos, no intuito de compreender os mecanismos do estresse e

proporcionar fundamentação para intervenções nas organizações. A tabela a seguir (TABELA 2), apresenta os principais modelos:

Tabela 2: Principais modelos e teorias de Estresse Ocupacional

AUTORES	CONTRIBUIÇÕES E LIMITES DE TEORIA
Cox e Mackay (1978)	Estresse como o desequilíbrio entre as demandas ambientais percebidas e a habilidade percebida para lidar com estas demandas. A experiência das pessoas de seu ambiente é mediada pela avaliação cognitiva. Consideram o estresse como um processo descrito em 5 estágios.
Karasek (1979)	Modelo Demanda Controle (JDC). O <i>strain</i> resulta da interação das demandas de trabalho e controle do trabalhador sobre as decisões ( <i>Job demand / Job decision latitude</i> ). Delineia a interação entre grupos de estressores (diferentes tipos de exigências do trabalho e participação do trabalhador) mas não identifica estressores específicos do ambiente de trabalho que poderiam ser modificados para reduzir o estresse. Não tem foco na interação indivíduo / ambiente e não incorpora as diferenças individuais na percepção das exigências. Pouca ênfase no suporte social como moderador
French et al (1982)	Teoria de Ajuste Pessoa – ambiente. Uma inadequação entre características individuais (habilidades e objetivos) e seu ambiente de trabalho (demandas e clima organizacionais) pode resultar em <i>strain</i> psicológico, fisiológico e comportamental. Faz distinção entre realidade objetiva e percepções subjetivas e entre variáveis ambientais e variáveis pessoais.
Cooper (1983)	Considera que o estresse psíquico no trabalho depende do modo como o indivíduo percebe as esferas do trabalho, doméstica, social e individual, podendo, então, desencadear sintomas individuais e organizacionais.
Lazarus e Folkman (1984)	Teoria relacional cognitiva. O estresse é visto como um processo multivariado, enquanto representação interna de transações problemáticas e particulares entre a pessoa e seu ambiente. Considera aspectos de cognição e emoção. Enfatiza a mediação das estratégias de <i>coping</i> . Simplifica os focos das estratégias de <i>coping</i> (no problema ou na emoção).
Siegrist (1990)	Estresse como resultado da desigualdade entre esforço e recompensa. Estresse crônico = custos altos e baixas recompensas. Fontes de esforço – intrínsecas (motivações do trabalhador) e extrínsecas (demandas no trabalho). Recompensa – financeira, socioemocional (estima) e controle de <i>status</i> no trabalho (promoção ou mobilidade para baixo, fragmentações na carreira, instabilidade no trabalho). Prevê estratégias de <i>coping</i> .
Hart et al., (1994)	Teoria do equilíbrio dinâmico. O estresse resulta de um sistema amplo de variáveis que incluem personalidade, características ambientais, processos de <i>coping</i> , experiências positivas e negativas e vários índices de bem-estar psicológico.
Escola de Michigan (Edwards, Caplan & Harrison, 1998)	Estresse com resultado de desajustes – demandas do ambiente x habilidades pessoais, e necessidades pessoais x recursos oferecidos pelo ambiente. Diferencia representações objetivas e subjetivas da pessoa e do ambiente, mas não especifica o conteúdo destas duas dimensões. Relações pouco específicas entre estratégias de <i>coping</i> 7 e defesa 8 e <i>strain</i>
Levi (1998)	Modelo ecológico baseado em Kagan e Levi (1978). As reações de estresse são provocadas pela ação recíproca ou por desajustes entre as oportunidades e exigências inerentes ao meio e às necessidades e expectativas individuais. O trabalhador reage a estímulos psicossociais segundo certos padrões (programa psicobiológico) que podem ser modificados e sofrer interações com o apoio social e repertório de <i>coping</i> .

Fonte: Cooper, 1998; Cox, Griffiths & Gonzaléz, 2000; Fernandes, 1997; Hart e Cooper, 2001; Levi, 1998 apud Lemos, 2009.

### 3.3 A Profissão de Motorista

O modelo de desenvolvimento urbano no Brasil é caracterizado pelo crescimento desordenado das cidades, por ocupações irregulares do solo e por precárias regulamentações. Tal fato tem gerado sérias demandas nos transportes e, apesar do aumento do uso de automóveis nas últimas décadas, que aparecem como uma alternativa mais eficiente de transporte para as pessoas que têm melhores condições financeiras, ainda é grande a parcela da população que utiliza o transporte via ônibus nos centros urbanos brasileiros para o seu deslocamento e para a realização de atividades profissionais e sociais. (MASSON, 2009)

O transporte público e o trânsito são de responsabilidade do Estado, conforme definido na Constituição Brasileira. A definição de normas gerais referentes a estas áreas, bem como o planejamento dos sistemas de transporte e trânsito e a fiscalização dos serviços prestados por entidades privadas são atribuições próprias do Poder Público.

A Associação Nacional de Transportes Públicos (ANTP) assinala a presença de diversos problemas neste setor, como: congestionamentos crônicos, precarização das condições ambientais, altos índices de acidentes de trânsito e o prejuízo no desempenho dos ônibus urbanos em muitas cidades brasileiras. À medida que se tornou crescente o número de veículos circulando, agravaram-se continuamente as condições de trânsito nas cidades. (MATOS, MORAES e PEREIRA, 2015)

Entre os profissionais que trabalham diariamente nas vias públicas encontram-se os motoristas de ônibus urbano. Constituem uma classe profissional importante, principalmente nas sociedades mais urbanizadas, não só pelo fato de formarem um grupo numeroso de trabalhadores que estarão expostos a condições específicas de trabalho, sujeitos a fatores adversos e estressantes que os tornam mais susceptíveis às doenças ocupacionais, mas também pela responsabilidade coletiva de sua atividade, o transporte cotidiano de passageiros. (CARVALHO, 2015)

Estes profissionais têm um contato direto com o público e ficam expostos às variações imprevisíveis da via urbana, ou seja, estão expostos a

situações de trabalho peculiares, diferentes da maioria dos demais trabalhadores. A jornada de trabalho é, muitas vezes, prolongada por horas extras e as pausas para descanso são consideradas insuficientes. Além de serem diversos os conflitos existentes entre motoristas, cobradores e passageiros.

O trabalho do motorista de transporte coletivo urbano está diretamente relacionado ao ambiente no qual o mesmo é realizado. Diferente das pessoas que desempenham suas atividades profissionais em ambientes fechados como salas ou lojas, algumas vezes climatizados e relativamente confortáveis, esse profissional desempenha suas atividades num ambiente público, o trânsito. (BATTISTON, CRUZ E HOFFMANN, 2006 apud CARVALHO, 2015)

De acordo com Pereira, Salles e Passos (2010) muitos são os entraves que os motoristas de ônibus encontram no dia-a-dia, relata que: “deparam-se com condições de tráfego desfavoráveis, movimentos repetitivos, ruído, precárias condições operacionais do veículo e atendem, ainda, a demandas dos passageiros”.

Ulhôa et al (2010) corrobora que, motoristas e cobradores apresentam comportamentos que variam da postura mais maleável (descumprindo normas da empresa ou aceitando que estas sejam descumpridas pelos passageiros para facilitar a convivência) à postura de resistência contra as condições de trabalho, através de ações imprudentes no trânsito e até tratamento inadequado aos passageiros.

Tais condutas servem como “válvula de escape” e comprometem a imagem desta categoria junto à comunidade, além de incentivar a violência no transporte coletivo urbano (NASCIMENTO et al, 2016)

Martins, Lopes e Farina (2012) apontam diversos estudos que mostram os efeitos do trabalho do motorista de ônibus urbano sobre sua saúde:

Evans et al. (1987) destacam os altos níveis de pressão sanguínea; Mulders et al. (1982) e Carrère et al. (1991) ressaltam ter registrado altas taxas de adrenalina, noradrenalina e cortisol. Kompier (1996) e Pereira (2004) identificaram sensação de fadiga, tensão e sobrecarga mental.

Carvalho (2015) afirma que o 10º Congresso Nacional de Prevenção de Acidentes de Trabalho em 1971 é considerado um marco importante nas reivindicações dos sindicatos de motorista de ônibus urbano, quando foi

discutida pela primeira vez a questão da penosidade no trabalho com a formulação de um adicional aos salários a ser criado em lei.

### **3.4 Principais Estressores que Afetam os Motoristas**

Os fatores estressantes a que estão expostos podem ser classificados em externos e internos.

Por pressões externas identificam-se as exigências do trânsito em todo o seu conteúdo: legislação, congestionamento, acidentes, clima, estado de conservação das vias públicas, poluição sonora, altas temperaturas, exposição a poluentes atmosféricos e outros. Convém ressaltar as normas rígidas impostas pelas empresas e autoridades de trânsito: cumprimento de horários, tempo de percurso, conservação e cuidados com o veículo, fiscalização intensiva etc. (SWERTS, 2013)

Quanto às pressões internas, refere-se às condições ergonômicas do posto de trabalho, à inter-relação com os usuários (é possível citar a adversidade de comportamentos, reclamações, discussões), responsabilidade sobre as vidas dos passageiros e risco de assaltos. (MATOS; NEVES, 2015)

Uma pesquisa realizada por Cavalcante e citada por Silva, Keller e Coelho (2013), os fatores de trabalho considerados nocivos à saúde pelos próprios trabalhadores são: agentes físicos (principal: ruído); agentes ergonômicos (principal: bancos); agentes químicos (principal: poluição), e como fatores estressantes principais estão os passageiros.

No estudo de Silva (2002) relatado por Leite e Silva Júnior (2010) sobre o nível de exposição combinada entre ruído e vibração do corpo inteiro, comprovou-se que os motoristas de ônibus urbanos de São Paulo estão sujeitos a níveis de vibração acima dos limites de tolerância de acordo com a norma ISO 2631, causando lombalgias e outros problemas de coluna e efeitos sobre a audição.

Motoristas de ônibus urbano, nas atuais condições e organização de trabalho morrem mais jovens de doença cardiovascular, aposentam-se tipicamente mais cedo com incapacidade física e estão ausentes do trabalho

com as mais altas taxas de desordens gastrointestinais, musculoesqueléticas e nervosas, do que seus contemporâneos, em vários outros grupos funcionais (EVANS, 1994, SANTOS, 2003 apud CARVALHO, 2015).

Ao se falar sobre motoristas de ônibus, a situação da violência urbana merece destaque especial, já que os afeta diretamente. O transporte coletivo é um alvo fácil, devido à presença de trabalhadores que manipulam dinheiro, fazem deslocamentos, atuam sozinhos (ou em duplas), em turnos à noite e muitas vezes em áreas de grande criminalidade. (TEXEIRA; FISCHER, 2008)

Importante ressaltar que os ônibus, assim como outros meios de transporte urbano, podem ser roubados e, ao mesmo tempo, empregados como meio de fuga e que o espaço dos ônibus é perigoso, de difícil policiamento, uma vez que a ação da polícia pode colocar em risco a vida de todos que estão em seu interior.

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O tema “estresse” tem despertado interesse em diversas áreas de estudo, devido à consequências que este quadro ocasiona tanto na vida dos sujeitos quanto nas organizações e na sociedade em geral. Os trabalhos mais atuais têm procurado integrar a visão psicológica e a visão fisiológica do estresse, ficando mais clara a importância de fatores ambientais, sociais, culturais e psicológicos na interpretação ou apreensão pessoal dos estressores, buscando assim uma melhor qualidade de vida para esses profissionais.

Abre-se aqui um parêntese acerca dos motoristas de ônibus da cidade de São Luis, que atualmente vivem numa conjuntura de medo, por conta dos diversos ataques realizados por facções criminosas que existem na capital. Fazendo com que estes profissionais trabalhem sob uma pressão maior ainda no seu local de trabalho.

Através dos achados encontrados neste estudo, sugere-se que sejam realizadas ações empresariais e o planejamento de políticas públicas direcionadas ao bem estar, a promoção e proteção da saúde dos motoristas de ônibus urbano, como forma de expressão do reconhecimento da relevância de seu trabalho para a sociedade.

O reconhecimento percebido pelos trabalhadores poderá mobilizá-los à construção de estratégias criativas de enfrentamento dos desafios do seu trabalho e a conquista do bem estar, do prazer e da satisfação no trabalho, com consequências certamente positivas sobre a qualidade dos serviços prestados a população, uma vez que sentindo-se respeitado em sua subjetividade, poderá engajar-se aos interesses da coletividade.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, N. D. V. Considerações Acerca Da Incidência Do Estresse Em Motoristas Profissionais. **Revista de Psicologia**, Fortaleza, v. 1 n. 1, p. 75-84, jan./jun. 2010.

ASSUNÇÃO, A.A.; Lima, F.P.A. **Condições ergonômicas de uma fábrica de jóias**. Relatório de Pesquisa. UFMG. Laboratório de Ergonomia. 82p, 2000.

BATTISTON, M.; Cruz, R.M.; Hoffmann, M.H. **Condições de trabalho e saúde de motoristas de transporte coletivo urbano**. Estudos de Psicologia. 2006, 11(3), 333-343

CARVALHO, R. B. **Fatores de risco psicossocial do trabalho associados ao adoecimento psíquico dos motoristas de ônibus urbano**. (Tese de Doutorado). São Paulo. Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, 2015.

CONCEPCIÓN, Eduardo. Biossegurança do trabalho: programa de pós - graduação em engenharia de produção, 1º e 2º trimestres de 2001. **Mimeo**, 2001.

ERNESTO, M. V. **Estresse e suporte social no trabalho: análise com motoristas de ônibus urbano**. (Monografia). Centro de Ciências Biológicas e da Saúde. Universidade Estadual da Paraíba, 2010.

GALLAS, M. I. et al. **Estado De Saúde E Nível De Estresse Dos Motoristas De Transporte Coletivo: Estudo De Caso Da Companhia Carris Porto-Alegrense**. XII Rio de Transportes, Janeiro de 2015.

IIDA, Itiro. **Ergonomia - Projeto e produção**. São Paulo: Editora Edgard Blucher Ltda, 1992.

LAKATOS, E.M. e MARCONI, M.A. **Metodologia do Trabalho Científico**. 2.ed. São Paulo: Atlas, 1987.

LEITE, L. C; SILVA JÚNIOR, M. S. **Risco Ergonômico Para Ler/Dort Na Tarefa De Dirigir Ônibus Urbano**.(Monografia) Universidade Federal de Juiz de Fora, 2010.

LEMONS, L.C. **Prevalência de queixas de dores osteomusculares em motoristas de caminhão que trabalham em turnos irregulares**. (Dissertação de Mestrado). São Paulo: Faculdade de Saúde Pública da USP, 2009

MARTINS, F. F.; LOPES, R. M. F.; FARINA, M. Nível de estresse e principais estressores do motorista de transporte Coletivo. **Bol. Acad. Paulista de Psicologia**, São Paulo, Brasil - V. 34, no 87, p. 523-536, 2012



MASSON, V. A. **Fadiga e capacidade para o trabalho entre motoristas de caminhão do entreposto hortifrutigranjeiro e mercado de flores de Campinas – SP.** (Dissertação de Mestrado). Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Estadual de Campinas, 2009

MATOS, M. G.; MORAES, L. F. R.; PEREIRA, L. Z. Análise do Estresse Ocupacional em Motoristas de Coletivo Urbano na Cidade de Belo Horizonte **Revista Gestão & Tecnologia**, Pedro Leopoldo, v. 15, n. 1, p. 256-275, jan./abr. 2015.

MATOS, S. L.; NEVES, F. S. Avaliação Do Estresse Dos Motoristas da Empresa Viação Javaé de Gurupi/To. **Revista Interdisciplinar da Universidade Federal do Tocantins – V. 1 – n. 02.** p. 185-197, jan/jun. 2015.

NASCIMENTO, R. P et al. Estresse Ocupacional: Um Estudo de Caso Com Motoristas de Transporte Urbano Do Município do Rio De Janeiro. **Revista Raunp**, v.8, n.1, p. 19-30, Jun./Nov/2016.

NASCIMENTO, T. S. **Perfil do estilo de vida dos motoristas de transportes públicos do município de Natal-RN.** (Monografia) Universidade Federal do Rio Grande do Norte, 2015.

PEREIRA, C. A.; SALLES, G. C. S.; PASSOS, J. P. As Condições de Trabalho e Sua Relação com a Saúde dos Trabalhadores Condutores De Transporte. **R. pesq.: cuid. fundam. Online.** out/dez. 2(Ed. Supl.):904-907, 2010.

PETTENGILL, E. C. F. C. **Qualidade de vida no trabalho:** a fala dos motoristas de ônibus urbano. (Dissertação de Mestrado). Universidade Católica Dom Bosco, 2010

RODRIGUES, B. C. Limitações E Consequências Na Vida Do Trabalhador Ocasionadas Por Doenças Relacionadas Ao Trabalho. **Rev Rene.** 14 (2): 448-57, 2013.

SELYES, H. The evolution of the stress concept. **American Scientist**, v.61, p. 692-699, 1973.

SILVA, A. M. B.; KELLER, B.; COELHO, R. W. Associação entre pressão arterial e estresse percebido em motoristas de ônibus. **J Health Sci Inst.** ;31(1):75-8, 2013

SWERTS, O. S. D. **Avaliação de distúrbios osteomusculares entre condutores de veículos de transporte de cargas.** (Dissertação de Mestrado). Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto/USP, 2013.

TAKEDA, E. **Riscos ocupacionais, acidentes do trabalho e morbidade entre motoristas de uma central de ambulância do estado de São Paulo.** (Tese de Doutorado). Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto/USP, 2008.

TEIXEIRA, M. L. P.; FISCHER, F. M. Acidentes e doenças do trabalho notificadas, de motoristas profissionais do Estado de São Paulo. **São Paulo em Perspectiva**, v. 22, n. 1, p. 66-78, jan.- jun. 2008.

ULHÔA, M.A. **Estressores ocupacionais, concentração de cortisol e saúde de motoristas de caminhão**. (Tese de Doutorado). São Paulo: faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo, 2011.

ULHÔA, M. A. et al. Distúrbios psíquicos menores e condições de trabalho em motoristas de caminhão. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 44, n. 6, p. 1130-1136, 2010.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Physical status**: The use and interpretation of anthropometry. Geneva: WHO, 1995. (WHO technical Report Series, n. 854)

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Global Priorities for patient safety research**, 2009. [página na Internet]. [acessado 2016 set 20]. Disponível em: <http://www.who.int/patientsafety/research/priorities>