

Interface entre o Burnout e os colaboradores do transporte público: uma ação extensionista de conscientização e panfletagem sobre saúde mental nas integrações da RMR

Kelly Queiroz Thorpe Chalegre Sandes^{1*}, Anny Caroliny da Silva Barbalho¹, Jennifer Maria da Silva¹,
Maria Eduarda Vitória da Silva Arruda¹, Estefany Paloma Dias da Silva¹

¹Graduanda em Psicologia, Centro Universitário Brasileiro, Brasil.

Anais do Congresso de Psicologia da UNIBRA (Resumos)

RESUMO

A Síndrome de Burnout (SB) ou “esgotamento” é um fenômeno psicossocial ocasionado por estressores crônicos no meio laboral. Considerada uma experiência de caráter negativo, caracterizada por produzir respostas físicas e emocionais, por meio de sintomas como: exaustão emocional ou esvaziamento afetivo, despersonalização e sensação de ineficácia e falta de realização. A saúde mental dos agentes rodoviários do transporte público é um assunto que vem sendo cada vez mais discutido, especialmente por lidarem com alta pressão e estresse constante, enfrentando longas jornadas de trabalho, com múltiplas funções, atividades repetitivas, problemáticas no trânsito, exaustão física, conflitos com passageiros, superlotação dos ônibus, pressão para cumprir horários e exposição à violência urbana (1). O objetivo deste trabalho foi instruir os rodoviários a respeito da importância do cuidado da saúde mental e possíveis sintomas da síndrome de Burnout. A ação foi realizada por meio de panfletagem e conscientização acerca da síndrome de Burnout em 4 terminais integrados da cidade do Recife, nos quais foram instruídos 160 motoristas. Durante as ações percebeu-se grande interesse por parte do público-alvo, o que permitiu que o objetivo fosse atingido de maneira satisfatória. No entanto, nem todos aceitaram serem abordados devido ao curto tempo de descanso ou por se tratar de estar no próprio ambiente de trabalho, uma vez que precisaram ser abordados ainda dentro dos ônibus por ter havido impedimento da ação por parte de alguns fiscais das empresas rodoviárias. A saúde mental no ambiente de trabalho precisa ser tratada de forma prioritária, gestores e empresas têm a responsabilidade de promover melhores condições de trabalho e disponibilizar suporte psicológico adequado, sugerindo-se uma abordagem mais efetiva e estruturada para oferecer conscientização e um acompanhamento contínuo. Valorizar a saúde mental no ambiente de trabalho é fundamental para garantir a qualidade de vida dos rodoviários e a eficiência de suas funções.

Palavras-Chaves: Burnout; Motoristas; Saúde Mental.

Interface Between Burnout and Public Transportation Workers: An Extension Activity for Mental Health Awareness and Flyering in the Bus Terminals of the RMR

ABSTRACT

Burnout Syndrome (BS) or "exhaustion" is a psychosocial phenomenon caused by chronic stressors in the workplace. It is considered a negative experience characterized by physical and emotional responses, manifested through symptoms such as emotional exhaustion or affective depletion, depersonalization, and a sense of ineffectiveness and lack of achievement. The mental health of public transport bus drivers has become an increasingly discussed topic, especially due to their exposure to high pressure and constant stress. These workers face long working hours, multiple roles, repetitive tasks, traffic-related issues, physical exhaustion, conflicts with passengers, overcrowded buses, pressure to meet schedules, and exposure to urban violence (1). The objective of this study was to educate bus drivers about the importance of mental health care and the possible symptoms of Burnout Syndrome. The initiative involved distributing flyers and raising awareness about Burnout Syndrome in four bus terminals in the city of Recife, reaching a total of 160 drivers. During the activities, there was significant interest from the target audience, which allowed the goal to be achieved satisfactorily. However, not all workers accepted the approach due to their limited rest time or because they were in their workplace, as they had to be approached inside the buses due to restrictions imposed by some company supervisors. Mental health in the workplace needs to be treated as a priority. Managers and companies have the responsibility to promote better working conditions and provide adequate psychological support. A more effective and structured approach is suggested to ensure continuous awareness and follow-up. Valuing mental health in the workplace is essential to guarantee the quality of life of road workers and the efficiency of their functions.

Keywords: Burnout, Bus drivers, Mental Health.