



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA – UEPB
CAMPUS I - CAMPINA GRANDE
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA
CURSO DE PSICOLOGIA**

GABRIEL TOGNIN DE SOUZA

**QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DE CARTEIROS: UMA REVISÃO
SISTEMÁTICA**

**CAMPINA GRANDE – PB
2022**

GABRIEL TOGNIN DE SOUZA

**QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DE CARTEIROS: UMA REVISÃO
SISTEMÁTICA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Banca Examinadora do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

Área de Concentração: Psicologia Organizacional e do Trabalho

Orientador: Prof. Ms. Luann Glauber Rocha Medeiros.

**CAMPINA GRANDE – PB
2022**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S719q Souza, Gabriel Tognin de.
Qualidade de vida no trabalho de carteiros [manuscrito] :
uma revisão sistemática / Gabriel Tognin de Souza. - 2022.
15 p.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em
Psicologia) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de
Ciências Biológicas e da Saúde, 2022.

"Orientação : Prof. Me. Luann Glauber Rocha Medeiros ,
Coordenação do Curso de Psicologia - CCBS."

1. Carteiro. 2. Saúde do trabalhador. 3. Qualidade de vida
no trabalho. I. Título

21. ed. CDD 158.723

GABRIEL TOGNIN DE SOUZA

QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DE CARTEIROS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Banca Examinadora do Curso de Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Psicologia.

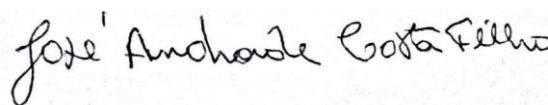
Área de Concentração: Psicologia Organizacional e do Trabalho

Aprovada em: 24/03/2022.

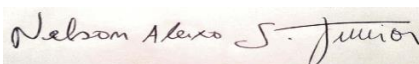
BANCA EXAMINADORA



Prof. Ms. Luann Glauber Rocha Medeiros
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Dr José Andrade Costa Filho
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Dr. Nelson Aleixo da Silva Júnior
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	5
2	PROBLEMATIZAÇÃO	5
2.1	Saúde Mental no Trabalho	5
2.2	Qualidade de Vida no Trabalho	6
3	METODOLOGIA	8
4	RESULTADOS	9
4.1	Síntese dos artigos selecionados	9
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS	12
	REFERÊNCIAS	14

QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO DE CARTEIROS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

RESUMO

A fim de acompanhar o curso científico de trabalhos destinados a área de psicologia organizacional e do trabalho, este estudo se trata de uma revisão sistemática de literatura, o qual aborda a temática qualidade de vida no trabalho e o ofício de carteiro. O objetivo deste trabalho foi realizar uma busca extensiva de ensaios acadêmicos num período de publicações entre 2011 a 2021 que abordassem a temática aliada a área da psicologia. Após referida busca, foram encontrados 912 artigos dentro da base acadêmica Google Acadêmico, os quais após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão reduziram-se a 4 artigos em específico sobre qualidade de vida no trabalho de carteiros. Os presentes estudos conseguiram alcançar os objetivos propostos, analisando os impactos na rotina de trabalho dos carteiros e como a qualidade de vida no trabalho é um fator essencial para a manutenção da saúde mental destes trabalhadores. Compreende-se também que apesar da escassez de trabalhos científicos em relação as palavras-chave desejadas, os mesmos trabalhos servem de suporte para possíveis continuações dentro da área, proporcionando maior visibilidade a uma classe trabalhadora presente em todo território brasileiro.

Palavras-chave: Qualidade de Vida no Trabalho. Carteiro. Revisão Sistemática.

ABSTRACT

In order to follow the scientific course of works aimed at the area of organizational and work psychology, this study is a systematic literature review which addresses the issue of quality of life at work and the postman's craft. The objective of this work was to carry out an extensive search for academic essays in a period of publications between 2011 and 2021 that addressed the theme allied to the area of psychology. After that search, 912 articles were found within the Google Scholar academic base, which, after applying the inclusion and exclusion criteria, were reduced to 4 articles specifically on quality of life at work for postmen. The present studies were able to achieve the proposed objectives, analyzing the impacts on the postmen's work routine and how the quality of life at work is an essential factor for the maintenance of the mental health of these workers. It is also understood that despite the scarcity of scientific works in relation to the desired keywords, the same works serve as support for possible continuations within the area, providing greater visibility to a working class present throughout Brazilian territory.

Keywords: Quality of Life at Work. Postman. Systematic review.

1. INTRODUÇÃO

A adoção de novas formas de produção frente ao desenvolvimento intenso da sociedade marcada pela presença da tecnologia, faz com que as organizações e seus colaboradores também adotem novas formas de organização de trabalho diante de tais mudanças. Assim, antigas perspectivas de produção dentro de grandes empresas tomam novos rumos, novas considerações são feitas a respeito da gestão de pessoas e da variável humana como sendo responsável por proporcionar produtos e serviços de qualidade.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2013), a definição de qualidade de vida é compreendida como a “percepção do indivíduo de sua inserção na vida, no contexto da cultura e sistemas de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”, assim, envolvendo características como bem-estar físico, mental, e de relações sociais diárias dentro de sua rotina.

Os desafios encontrados pela gestão de pessoas dentro das organizações vêm atualmente tomando novas faces diante da importância estabelecida ao fator Qualidade de Vida no Trabalho dentro dos ambientes organizacionais. Torna-se então uma ferramenta gerencial efetiva proporcionar ao sujeito melhores condições de vida no trabalho frente aos requisitos exigidos diante da economia atual. (VASCONCELOS, 2001)

Não suficiente, devido a ocorrência da pandemia do Covid19 certos profissionais foram afastados em detrimento das normas exigidas pela OMS em relação ao distanciamento social em prol da saúde coletiva, diminuindo a transmissão do Coronavírus (COVID-19). Em razão de tal circunstância, a presente pesquisa justifica-se como uma forma de visualizarmos uma determinada classe de trabalhadores de carteiros, a qual o serviço foi intensificado durante tal período e como os estudos a respeito da qualidade de vida no trabalho relacionada a este ofício denotam a importância e cuidado destes profissionais indispensáveis para o funcionamento da sociedade como um todo.

Como objetivo geral, esta revisão sistemática almeja ter em sua composição o curso científico de artigos nacionais referentes a Qualidade de Vida no Trabalho de Carteiros, para assim melhor compreender como essa classe de trabalhadores está sendo visualizada ao decorrer dos anos, e tendo também como objetivo específico, o esclarecimento dos estudos assim produzidos durante o período de 10 anos quanto a sua efetividade e aplicabilidade frente aos contextos atuais envolvendo a classe trabalhadora de carteiros.

2. PROBLEMATIZAÇÃO

2.1 Saúde Mental no Trabalho

Considera-se necessário entre os estudos de saúde mental e trabalho, analisarmos o nexo causal entre o trabalho propriamente exercido com a execução do diagnóstico de possíveis características de distúrbios psíquicos, o que por sua vez, assim como relatado por Glina et al (2001), podem ser mascarados por sintomas físicos relatados pelo indivíduo sujeito ao diagnóstico. Advinda de grande complexidade, este nexo causal é, senão, o objetivo de grande parte dos estudos envolvendo adoecimento de trabalhadores frente a execução dos cargos em ambiente de trabalho.

Sato e Bernardo (2005) propõem como ponto de partida sobre a execução eficiente do trabalho em saúde mental do trabalho, vale como iniciativa para os profissionais da saúde vivenciarem também o cotidiano daquele trabalhador, o de estar presente na experiência retida por aquele cotidiano do indivíduo, conhecendo e absorvendo toda informação possível disposta

no seu dia-a-dia de trabalho, sendo assim, uma maneira de estabelecer laços dessa sociabilidade. Ainda, além das relações tradicionalmente exercidas no ambiente de trabalho, o profissional da saúde há de vivenciar nessa troca de informações do cotidiano com o trabalho, explicações e relatos dos quais o aproximam ainda mais dos assuntos envolvendo saúde mental e trabalho.

Dentre os modelos de explicação de saúde mental e trabalho é possível estabelecer nessa inter-relação a psicodinâmica do trabalho, estudada por Christophe Dejours, psiquiatra e psicanalista atuante dentro da área da medicina do trabalho e definida por considerar o trabalho como fator central na vida dos trabalhadores, sendo este fator responsável tanto pela saúde quanto doença do indivíduo (GLINA et al., 2001, p.608). Ainda, além da psicodinâmica do trabalho, também é considerado a relação entre o estresse e o trabalho, sendo esta primeira característica ampla em termos de conceitos, uma vez que o estresse pode abranger e impactar diretamente não só o quadro psíquico do indivíduo, mas também prejudicar fisicamente a pessoa, a partir de dores musculares e outras reações físicas/químicas.

Não suficiente, é necessário levar em conta também a organização do trabalho a qual a empresa se orienta, uma vez que essa em sua estruturação impacta diretamente no modus operandi dos trabalhadores e, conseqüentemente, caso não estruturada de maneira efetiva, pode ocasionar no surgimento de sofrimento mental nos trabalhadores a qual abriga (GLINA et al., 2001). O ambiente de trabalho é, sobretudo, uma constante da saúde física e mental do indivíduo, a qual está exposta cotidianamente às mudanças ocorridas dentro da empresa, sendo essa responsável diretamente pela saúde mental no trabalho ali exercido.

Assim, a incidência de casos nos quais o quadro psíquico do sujeito é o fator relevante a ser destacado a sua vinda para um ambiente de saúde é, também, um dos pontos primordiais para a compreensão desta inter-relação saúde mental e trabalho, uma vez que a causa do mal-estar e do desgaste pode e está ligada diretamente com o trabalho exercido, sendo o motivo inicial para a sua ida a um profissional da saúde, requisitada pelo empregador ou por outro profissional da saúde, o qual atestou/observou sua condição mental frente a razões pelas quais o levaram até lá.

A relação saúde mental e trabalho também é estudada a partir de certas tarefas que por natureza envolvem a esfera psicoafetiva do sujeito, uma vez que tais atividades envolvem a própria vida do indivíduo, sua integridade física e mental, que conseqüentemente são resultantes do seu autocontrole emocional frente a situações de um estresse elevado, ou situações que implicam diretamente e indiretamente responsabilidade com outras vidas, ou com objetivos dos quais a empresa se constitui como fator de sua produção (SELIGMANN-SILVA, 1992).

Portanto, ao estudarmos os fatores pelos quais o trabalho exerce sua importância na esfera psíquica do sujeito, no caso, dos carteiros, também é levado em consideração como objeto de pergunta a ser respondido ao decorrer dessa revisão: Como estão sendo atendidas as demandas de Qualidade de Vida no Trabalho de Carteiros dentro do território nacional?

2.2 Qualidade de Vida no Trabalho (QVT)

As modificações do cenário organizacional nas últimas décadas vem sendo cada vez mais recorrente frente ao avanço da tecnologia, e a incorporação dentro das grandes empresas de modelos de produção e de gestão de pessoas os quais podem impactar positivamente a organização vem sendo cada vez mais adotados.

Assim, mediante a consideração de que a qualidade de vida das pessoas é fator crucial e impactante dentro do ambiente laboral ao qual elas presenciam diariamente, Walton (1974)

elabora 8 conceitos que considera essenciais referentes a Qualidade de Vida no Trabalho, sendo estes: compensação justa e adequada, condições de trabalho, uso ou desenvolvimento de capacidades, oportunidade de crescimento e segurança, integração social na organização, constitucionalismo, trabalho e vida, relevância social.

O destaque para estas 8 categorias, é, antes de tudo, uma forma de visualizar os impactos que cada aspecto singular pode vir a afetar o coletivo dentro do trabalho, impactando de maneira positiva ou negativamente os colaboradores, e respectivamente, a mão-de-obra exercida por esses. Em outras palavras, existe determinada dependência da organização em relação as pessoas que produzem seus bens, ou que atuam em nome dela, atendendo clientes e disponibilizando serviços que podem atuar de maneira regional e global, e que o cuidado direcionado para essas pessoas é uma forma de estabelecer uma relação saudável e recíproca entre colaborador e empresa. (CHIAVENATO, 2014)

Partindo da perspectiva de que é necessária uma relação saudável entre o trabalhador e o ambiente organizacional o qual está imerso, e de que a consideração de tais características faz com que a qualidade de vida das pessoas seja impactada positivamente dentro e fora do trabalho, a compensação justa e adequada é um dos primeiros fatores sugerido por Walton décadas passadas. A compreensão de que, as ofertas de emprego e a demanda pelo serviço devem ser adequadas às necessidades de uma determinada população é também considerar que a remuneração possa ser atribuída de maneira justa e igualitárias em cargos similares em diferentes ambientes organizacionais. (TIMOSSI ET AL., 2009)

Não suficiente, as condições de trabalho, também são aspectos demasiadamente importantes ao qual Walton (1974) dedica como segundo aspecto da QVT em seu estudo, o qual deve se adequar às capacidades dos trabalhadores, promovendo sua saúde e seu bem-estar. (CHIAVENATO, 2014). Assim, as jornadas de trabalho e o ambiente físico o qual engloba a mão-de-obra exercida pelo indivíduo devem ser elaborados e adequados mediante a necessidades dos colaboradores, proporcionando segurança e qualidade de vida dentro do ambiente de trabalho.

Ao que se refere a terceira característica do estudo, o uso e desenvolvimento das capacidades, devemos considerar que o trabalho possua espaço para o aproveitamento de das habilidades dos trabalhadores, e que também seja um espaço para o desenvolvimento de novas habilidade, a fim de que este colaborador possa se sentir apto a utilizar todo o seu conhecimento e também podendo estar consciente do produto ou serviço que está sendo realizado do início ao fim, desenvolvendo também a sua autonomia no trabalho. Caso contrário, os colaboradores que estão sujeitos a condições impróprias de trabalho, como jornadas prolongadas, ou exposição a ambientes insalubres, podem sentir dificuldades em realizar de maneira plena suas atividades, uma vez que características básicas inerentes ao ambiente laboral não estão sendo atendidas, o que pode levar conseqüentemente a um mal aproveitamento de suas competências. (STUM et al., 2009)

Quanto a quarta característica denominada oportunidade de crescimento e segurança, baseia-se na ideia de o sujeito ter a oportunidade de crescer e estabelecer uma carreira dentro da organização, e conseqüentemente ter a segurança de que tal crescimento possa se estabelecer a longo prazo, havendo assim uma possibilidade de carreira assim como de desenvolvimento pessoal do sujeito. (FERNANDES, 1996)

Como quinto aspecto, integração social na organização, Fernandes (1996, p.50) também coloca que esta categoria visa “medir o grau de interação social existente na instituição”, e aproveitando tal estudo elabora uma adaptação, adicionando como critérios o fator “igualdade de oportunidades”; “relacionamento” e “senso comunitário”, como sendo características que devem ser consideradas dentro de tal categoria.

O constitucionalismo vem como sexta característica dentro da QVT, a qual refere-se aos direitos do empregado se estes estão sendo devidamente cumpridos mediante a relação que

possui com a organização empregatícia. Partindo desta perspectiva, Chiavenato (2014) também comenta que o estabelecimento de um clima democrático dentro da empresa também deve estar associado a normas e regras da organização.

O trabalho e vida do sujeito, sétimo fator adotado por Walton, visa o equilíbrio entre a vida pessoal do trabalhador e a sua vida dentro do trabalho, e que aliado ao oitavo aspecto “relevância social da vida no trabalho” definida como sendo responsável pela adoção de que o trabalho deve denotar um aspecto de responsabilidade social de seus produtos e serviços prestados, se tornam um conjunto capaz de representar a administração como um todo da empresa e como essa prioriza pelo bem-estar dos seus empregados. (FERNANDES, 1996)

3. METODOLOGIA

Foi realizada uma revisão sistemática da literatura científica nacional, acerca dos estudos referentes a qualidade de vida do ofício de carteiro. Tal metodologia é, antes de tudo, utilizada como uma forma de acompanhar o curso científico de um tema pertinente ao qual é possível construir orientações práticas a partir dos dados coletados pela revisão. (GOMES; CAMINHA, 2014)

A revisão ocorreu com base nos bancos de dados científicos Google Acadêmico (Google Scholar), outras bases de dados foram utilizadas, tais como SciElo; Periódicos CAPES; MEDLINE; Cochrane, porém não houveram resultados. Os descritores utilizados para a busca dos trabalhos acadêmicos foram: “carteiro” combinado com “qualidade de vida”.

Ao realizar o início da pesquisa com as páginas em Português, foram encontrados 1320 resultados ao incluir as palavras “carteiro” e “qualidade de vida”, como critério de inclusão foi selecionado a opção de pesquisa avançada na plataforma a qual os descritores deveriam estar no título do artigo, resultando em 3 (três) artigos, não suficiente, os artigos encontrados deveriam estar dentro do período de 2011 a 2021, como resultado foi encontrado 1 (um) artigo, o qual os descritores estavam no título e sendo realizado dentro do período de 10 anos (2011-2021).

Não satisfeitos, os pesquisadores retornaram ao início da pesquisa, entrando novamente no site e utilizando os mesmos descritores “carteiro” e “qualidade de vida” encontrando novamente 1320 resultados, contudo, foi selecionada a opção de “pesquisa avançada”, dentro da qual a opção “encontrar com todas as palavras” continha os descritores acima mencionados e esses deveriam estar “em qualquer parte do artigo”, e com os artigos exibidos entre “2011 a 2021”, sendo encontrados 912 resultados referentes a tal busca.

Dentre estes 912 resultados encontrados, foi dado início a escolha dos artigos priorizando aqueles que continham os títulos mais convenientes ao tema, não suficiente, dentre os artigos selecionados desta amostra foi realizado a leitura do resumo destes e, caso não houvesse dados suficientes/referentes a qualidade de vida de carteiros, estes seriam excluídos da revisão, assim como trabalhos que fossem teses, dissertações e livros. A partir deste refinamento, foram selecionados ao todo 4 artigos que em sua composição tratavam do tema de qualidade de vida e carteiro.

Como critério de inclusão, os estudos selecionados deveriam: (1) apresentar inicialmente em seu título as palavras-chave, não suficiente, caso não encontradas, essas palavras deveriam estar em qualquer parte do artigo sendo condizentes com a temática desejada, (2) ser um trabalho realizado nos últimos 10 anos (2011-2021), (3) ser publicado em revistas/conjunto de obras nacionais com a temática desejada relacionada a saúde mental e sobre a classe de carteiros dentro do território brasileiro.

Como critério de exclusão, foram descartados estudos que: (1) são duplicados e sem possibilidade de acesso, (2) possuem amostra correspondente a outros países, (3) não são artigos incluídos em uma revista/conjunto de obras nacionais, (4) no resumo não abordam a temática

saúde mental, qualidade de vida no trabalho relacionada ao ofício de carteiro, (5) trabalhos sendo teses/dissertações/revisões.

A partir dos resultados obtidos foi realizada a leitura dos títulos desses artigos, seguido respectivamente pelo resumo dos mesmos, caso não suficientes, foi direcionado a leitura para a metodologia desses artigos a fim de verificar os objetivos das pesquisas e os métodos utilizados para alcançar o resultado almejado.

4. RESULTADOS

Ao realizar a busca pelos trabalhos, foram encontrados aproximadamente 912 resultados dentro do banco de dados Google Acadêmico com as páginas em Português, referentes aos descritores “carteiro” combinada com “qualidade de vida”, sendo estes descritores presentes em qualquer parte do texto acadêmico. Após refinamento da busca, destes resultados foram retirados os trabalhos que conforme os critérios de inclusão e exclusão não condiziam com o objetivo da revisão sistemática, restando 04 obras que mais se assemelhavam ao foco da presente revisão.

Tabela 1: Resultados gerais obtidos

Descritores	Base de dados	Artigos encontrados	Artigos após refinamento de busca
“Qualidade de vida” e “Carteiro”	Google Acadêmico	912 (100%)	04 (0,44%)

Fonte: Elaborado pelo autor, 2022

Tabela 2: Recorte temporal dos artigos selecionados

Ano	Quantidade
2012	1
2013	1
2015	2

Fonte: Elaborado pelo autor, 2022

4.1 Síntese dos artigos selecionados

A fim de melhor compreendermos os artigos selecionados por essa revisão, foi elaborado um quadro padronizado com características de cada artigo, e por conseguinte realizada a síntese escrita destes trabalhos.

Quadro 1: Informações gerais dos artigos revisados

Título do artigo	Autores	Revista de publicação	Local	Objetivo	Metodologia	Amostragem	Principais resultados/Conclusão
Qualidade de vida no trabalho: um estudo com os trabalhadores dos correios da Palhoça/S/C	(SILVA ; CRUZ, 2012)	Simpósio de Excelência em Gestão e Tecnologia (SEGET 2012)	Palhoça – Santa Catarina	Analisar a Qualidade de Vida no CDD de Palhoça, de acordo com a percepção de seus funcionários.	Pesquisa exploratória e descritiva, aplicação de questionário aos colaboradores	30	“Percebeu-se que os pontos de maior satisfação envolveram os fatores de relacionamento e cooperação e identidade e os que obtiveram pontos críticos foram, principalmente, os que envolveram os fatores de remuneração e treinamento, liderança e conflito e motivação e realização pessoal”

Desvendando as condições de saúde e segurança dos carteiros na agência de correios e telégrafos de Picos-PI	(MONT EIRO; LOPES ; PINHEIRO, 2013)	Vita et Sanitas	Picos - Piauí	Investigar as condições de trabalho dos carteiros nos correios de Picos - PI, identificar como as condições de trabalho oferecidas aos carteiros podem afetar a sua saúde	Questionário e Entrevista – Estudo de Caso	05	Referente as condições de saúde oferecidas pela agência verificaram-se que segundo os colaboradores estas estão satisfatórias apesar das dificuldades no uso do plano de saúde em relação ao município; referente às questões de segurança observou-se que os carteiros não sofrem com altos níveis de violência
Fatores de risco à saúde no trabalho dos carteiros: De João Pessoa e Campina Grande – PB	(BARBOSA; CAMPÊLO; SILVA; GAIÃO, 2015)	Ariús – Revista de Ciências Humanas e Artes	João Pessoa – PB Campina Grande - PB	Identificar os riscos laborais à saúde percebidos por carteiros de João Pessoa e de Campina Grande com base nas relações entre o contexto de trabalho, o custo humano, e os danos físicos e psicossociais provocados pelo trabalho	Aplicação de escalas: avaliação do Contexto de Trabalho, Custo Humano do Trabalho, Avaliação dos Danos Relacionados ao Trabalho, e uma Ficha Sociodemográfica.	192	“Os resultados indicam que no fator Custo Físico, os carteiros avaliam que as maiores exigências no trabalho são a necessidade de ‘usar as mãos de forma repetida’ e a necessidade de ‘fazer esforço físico’; no fator Custo Cognitivo, as maiores exigências são ‘usar a memória’ e ‘ter concentração mental’.
Condições de trabalho dos carteiros de Goiânia	(ARAÚJO; FLAUSINO; CAMPOS; VIANA, 2015)	Portal de Periódicos Científicos da PUC Goiás	Goiânia - GO	Investigar condições de trabalho dos carteiros de Goiânia	Pesquisa transversal em 12 Centros de Distribuição Domiciliares e 259 carteiros de Goiânia	259	“Observou-se que os pesquisados fazem carga horária de até 40 horas semanais e intervalos para descanso, cujo tempo também está incluído o horário para almoço. Porém estudos, Goiânia, v. 42, n. 4, p. 639-649, out/dez. 2015. 647 existe uma minoria expressiva que responderam não ter intervalo de descanso e sequer para o almoço. Quanto ao tempo do intervalo, a maioria respondeu ter apenas uma (01) hora diária.”

Em sua obra “Qualidade de vida no trabalho: um estudo com os trabalhadores dos correios da Palhoça/SC”, Silva e Cruz (2012) procuram analisar a qualidade de vida de carteiros

de um centro de distribuição local da cidade de Palhaço, interior de Santa Catarina. Através da ótica de gestão de pessoas e com o delineamento de assuntos envolvendo qualidade de vida dentro do ambiente organizacional, estresse, rotatividade e absenteísmo, os autores fazem uso de um questionário como instrumento metodológico para a extração dos resultados sobre os colaboradores dentro do ambiente organizacional selecionado.

Inicialmente, os autores estabelecem os perfis dos colaboradores, estimando a quanto tempo estes trabalhadores foram empregados, assim, visualizam que há uma variação dentro destes perfis, a qual por este fator podem diferenciar muito nas respostas dos colaboradores que já estão há um grande tempo dentro da empresa e comparação daqueles os quais são mais recentes.

Dentro dos resultados referentes a Qualidade de Vida no Trabalho (QVT), verificou-se que em relação “salário e benefícios”, “saúde no trabalho”, “retroação”, “oportunidade de crescimento”, “vida social no trabalho”, “integração no trabalho tendem a uma aprovação regular/satisfatória perante tais aspectos. Já em contrapartida, referente a “segurança no trabalho” e “significado da tarefa” foi abordado através das questões que grande parte dos carteiros se mostram poucos satisfeitos de acordo com as respostas obtidas.

Já no artigo de Monteiro, Lopes e Pinheiro (2013) intitulado “Desvendando as condições de saúde e segurança dos carteiros na agência de correios e telégrafos de Picos-PI”, os autores procuram abordar a saúde e segurança dos carteiros da região de Picos - PI, como também investigam as condições de trabalho dos carteiros e como essas podem afetar a sua saúde. A justificativa da pesquisa parte da compreensão de que o trabalho do carteiro é um ofício de grande impacto em termos de desgaste físico e também envolve graus de periculosidade uma vez que estes profissionais atuam grande do trabalho nas ruas, enfrentando fatores sociais, ambientais e climáticos.

Através de uma pesquisa qualitativa foram realizadas entrevistas e aplicação de questionários com roteiro previamente estruturado e elaborado para os carteiros selecionados. No que se refere a “saúde dos carteiros” foi obtido que o fator climático da cidade é o que mais interfere nas condições de trabalho e conseqüentemente na saúde dos trabalhadores, e que ao requisitarem a troca de horário das entregas para a empresa, esta por sua vez foi solícita e aprovou tal demanda para que não houvesse futuros prejuízos a saúde do trabalhador frente a tais condições climáticas. Ainda dentro deste segmento, foi realizado uma pergunta referente ao plano de saúde (Correio Saúde) e se a utilização do mesmo era válida, assim, verificou-se que apesar de ser um plano de saúde completo este não é satisfatório uma vez que poucas instituições de saúde aderem ao plano dentro da cidade de Picos, fazendo com que os carteiros precisassem se deslocar para Teresina mediante necessidade eventual ou emergência.

Com relação a “segurança dos carteiros” os entrevistados afirmaram a existência dos equipamentos de proteção (EPI's) disponibilizados pela empresa, mas que alguns deixam de usar alegando que as condições climáticas dificultam tal uso. E que em relação a segurança das encomendas de valores altos, os entrevistados relatam que há despreparo por parte da empresa no cuidado desses objetos, fazendo com que os entregadores possam ser alvos fáceis por parte do interesse dos criminosos frente a falta de segurança.

A fim de identificar os ricos laborais à saúde de carteiros de João Pessoa e Campina Grande, Barbosa et al. (2015) em “Fatores de risco à saúde no trabalho dos carteiros de João Pessoa e Campina Grande – PB” estabelecem inicialmente uma contextualização da ECT (Empresa Brasileira de Correios e Telégrafos) junto a atividade laboral dos carteiros. Definida pelos autores como uma pesquisa de campo descritiva e exploratória, foi utilizado como instrumento de coleta de dados uma ficha sociodemográfica e o Inventário sobre Trabalho e Riscos de Adoecimento – ITRA, o qual é composto por escalas, sendo essas: 1. Avaliação do Contexto de Trabalho (EACT), 2. Custo Humano do Trabalho (ECHT), 3. Escala de

Indicadores de Prazer-Sofrimento no Trabalho, 4. Avaliação dos Danos Relacionados ao Trabalho (EADRT).

No que tange aos resultados obtidos, verifica-se que ao avaliar a “Percepção dos Carteiros Sobre o Contexto de Trabalho” 20,3% dos carteiros apresenta modelo nível de desconforto referente as Relações Socioprofissionais, 25, % estão moderadamente insatisfeitos com as Condições de Trabalho. Quanto a “Percepção dos Carteiros Sobre o Custo Humano no Trabalho”, denota-se que 79,16% e 52,6% dos carteiros julgam como “moderado” ao que se refere respectivamente as exigências fisiológicas e cognitivas no trabalho. E sobre a “Percepção dos Carteiros Sobre Danos Relacionados ao Trabalho” analisa-se que a maioria das avaliações são moderadas referente a saúde psíquica e social, acreditando assim que a amostra está vulnerável quanto a qualidade da saúde mental.

De maneira geral, Barbosa et al. (2015) classifica que de acordo com os resultados do ITRA entende-se que não há fatores de alto risco a saúde dos carteiros dos dois municípios analisados, mas que tal fator não exclui a necessidade de a empresa continuar fortalecendo tais aspectos da saúde psíquica de seus colaboradores por meio de políticas de gestão. E, a fim de caracterizar a relevância de tal pesquisa, os autores ressaltam que tais resultados contribuem para o fortalecimento de discussões sobre tal temática, uma vez que essa encontra-se em escassez e que os resultados obtidos podem auxiliar em melhorias contínuas dentro da empresa.

No artigo intitulado Condições de trabalho dos carteiros de Goiânia, Araújo et al. (2015) investiga as condições de trabalho dos carteiros de Goiânia através de uma pesquisa do tipo transversal composta por 259 carteiros do município. Inicialmente realizam uma breve descrição sobre a Empresa de Correios e Telégrafos no Brasil e como o trabalho dos carteiros iniciam-se já dentro da empresa na preparação das cartas e pacotes separados em determinada ordem, para posterior entrega desses objetos. Os autores relatam a realidade do trabalho do carteiro como sendo intenso e desgastante, podendo ocasionar desgastes físicos e mentais, como o desenvolvimento de Doenças Osteomusculares Relacionadas ao Trabalho (DORTs), assim, declaram também que apesar das Empresas de Correios e Telégrafos terem o programa de qualidade de vida total, nem todas unidades aplicam tal medida.

No que tange a metodologia da pesquisa, os autores investigaram uma amostra de 259 carteiros, a qual inicialmente foram feitas reuniões gerais em salas dentro dos CDDs, a fim de informar os objetivos, riscos e benefícios da pesquisa, e também foram aplicados um questionário sobre dados sociodemográficos e logo em seguida um questionário referente às condições de trabalho deste carteiros, as quais eram referentes a carga horária semanal; forma de execução das atividades; intervalo e duração de descanso, tempo de trabalho na empresa.

Em suma, ao coletas os dados e realizar a discussão, Araújo et al (2015) verificam a necessidade de realização de novos concursos públicos provenientes para adesão à empresa, visto que a maioria dos investigados, apesar de serem adultos jovens, já trabalhavam dentro da instituição entre 6 a 10 anos de ofício, assim como da necessidade de revisão das condições de trabalho frente ao período de descanso destes profissionais que têm somente 1 hora de descanso por dia já incluído o almoço, e não suficiente, alguns dos entrevistados relataram eu sequer haviam este intervalo para almoço.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo permitiu identificar através das buscas e análises realizadas pela revisão sistemática sobre a qualidade de vida no trabalho dos carteiros em território nacional que apesar da existência de tais cuidados frente a qualidade de vida dos carteiros dentro das ECT, ainda há determinada escassez quanto a temática relacionada a saúde mental destes trabalhadores.

Apesar da baixa quantidade de publicações referente ao assunto, é importante ressaltarmos que os estudos encontrados conseguiram analisar efetivamente e de acordo com os objetos propostos em cada ensaio, podendo relevar os fatores pelos quais os carteiros lutam dia-a-dia durante o trabalho e como a qualidade de vida destes trabalhadores é um fator primordial para a execução plena de suas atividades.

Ao realizar a revisão sistemática de tais obras foi possível verificar que dentro da amostra selecionada, nenhuma destas eram recentes diante do contexto da pandemia do Covid19, e que tal fator é relevante para refletirmos que apesar do distanciamento ou desligamento temporário de certos ofícios, a profissão do carteiro em si foi ainda mais intensificada durante este período de pandemia, havendo afastamento por parte destes profissionais quando não possibilitados de exercerem suas funções frente aos cuidados pela saúde individual e coletiva dos mesmos.

Em suma, anuncia-se a relevância da produção de novos estudos científicos frente a esta temática aliada ao contexto de pandemia influenciada pelo Covid19 para estes profissionais, uma vez que não só o ofício de carteiro foi intensificado, mas também toda a classe de entregadores em geral, uma vez que os serviços executados a distância por estes profissionais foram cada vez mais requisitados por toda sociedade devido a distanciamento e normas exigidas para o cuidado da saúde.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, V. A. et al. **Condições de trabalho dos carteiros de Goiânia**. Portal de Periódicos Científicos da PUC Goiás. Estudos, Goiânia, v. 42, n. 4, p. 639-649, out/dez. 2015

BARBOSA, S. C. et al. **Fatores de risco à saúde no trabalho dos carteiros de João Pessoa e Campina Grande – PB**. Ariús, Campina Grande, v. 21, n.1, pp. 59-83, jan./jun. 2015

BVSMS. **Qualidade de vida em 5 passos**. 2013. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/dicas/260_qualidade_de_vida.html>. Acesso em: 29, novembro, 2021.

Chiavenato, Idalberto. **Gestão de pessoas: o novo papel dos recursos humanos nas organizações**. 4. ed. -- Barueri, SP : Manole, 2014

FERNANDES, Eda. **Qualidade de Vida no Trabalho: como medir para melhorar**. Salvador: Casa da Qualidade Editora Ltda, 1996

GLINA, D. M. R. ; ROCHA, L E ; BATISTA, M. L. ; MENDONÇA, M. G. V. . **Saúde mental e trabalho: uma reflexão sobre o nexos com o trabalho e o diagnóstico, com base na prática**. Cadernos de Saúde Pública (FIOCRUZ), v. 17, n.3, p. 607-616, 2001.

GOMES, I. S.; CAMINHA, I. O. **Guia para estudos de revisão sistemática: uma opção metodológica para as Ciências do Movimento Humano**. Movimento, Porto Alegre, v. 20, n. 01, p. 395-411, jan/mar de 2014.

MONTEIRO, F. F. S.; LOPES, G. M. F.; PINHEIRO, C. F. **Desvendando as condições de saúde e segurança dos carteiros na agência de correios e telégrafos de Picos – PI**. Vita et Sanitas, Trindade-Go, n.07, jan-dez./2013

SATO, L. ; BERNARDO, M. H. . **Saúde Mental e Trabalho: os problemas que persistem**. Ciência & Saúde Coletiva , Rio de Janeiro, v. 10, n.4, p. 869-878, 2005.

SELIGMANN-SILVA, E. **A inter-relação trabalho-saúde mental: um estudo de caso**. RAE-Revista de Administração de Empresas, vol. 32, n. 4, p.70-90, 1992

SILVA, J. C.; CRUZ, H. A. **Qualidade de Vida no Trabalho: Um Estudo com os Trabalhadores dos Correios da Palhaça/SC**. Simpósio de Excelência em Gestão e Tecnologia (SEGeT). 2012

STUMM, E.M.F. et al. **Qualidade de vida, estresse e repercussões na assistência: equipe de enfermagem de uma unidade de terapia intensiva**. Revista Textos & Contextos Porto Alegre v. 8 n.1 p. 140-155. jan./jun. 2009.

TIMOSSI, L.S. et al. **Adaptação do modelo de Walton para avaliação da qualidade de vida no trabalho**. R. da Educação Física/UEM. Maringá, v. 20, n. 3, p. 395-405, 3. trim. 2009

VASCONCELOS, A. F. **Qualidade de vida no trabalho: origem, evolução e perspectivas**. Caderno de Pesquisas em Administração, São Paulo, v. 08, nº1, janeiro/março, 2001.

WALTON, R. E.. **Improving the quality of work life**. Harvard Business Review, Boston, v. 12, no. 155, 1974

AGRADECIMENTOS

À Sibelle Maria Martins de Barros, coordenadora do curso de Psicologia, por seu empenho.

Ao professor Luann Glauber Rocha Medeiros pelas leituras sugeridas ao longo dessa orientação e pela dedicação.

À minha família, pelo apoio financeiro ao longo de todo o curso.

À minha companheira, namorada, amor de minha vida e melhor amiga, Maria Clebiana, por todo apoio, suporte e motivação ao decorrer de todos esses anos.

À minha melhor amiga Maria Luisa pelas risadas, aperreios e companheirismo, tornando minha vida acadêmica mais leve e engraçada.

