

Avaliação da percepção do stress em cuidadores formais: um programa de intervenção

Genésio, João¹; Galvão, Ana²; Gonçalves, Ana³

¹ joaogenesio@portugalmail.pt, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

² agalvao@ipb.pt, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

³ velosogoncalves@hotmail.com, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

Resumo

As alterações socioeconómicas colocam grandes desafios às Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS) e aos seus cuidadores formais.

Objetivou-se avaliar a vulnerabilidade ao stress em profissionais duma IPSS que cuidam de utentes portadores de alterações mentais e explorar associações possíveis entre o stress e algumas variáveis socioprofissionais e implementar um programa de intervenção em coaching psicológico.

Materiais e métodos: utilizou-se um questionário sociodemográfico, e o Questionário de Vulnerabilidade ao Stress (23-QVS).

A amostra integra 45 cuidadores formais, dos quais 33 (70.2%) do sexo feminino e média de idade de 37.87. Estudo de carácter quantitativo, descritivo e correlacional.

Foram consideradas variáveis socioprofissionais: género, idade, estado civil, tempo de serviço, trabalho por turnos, profissão e toma de medicação.

Resultados: Os participantes com menos de 6 meses de tempo de serviço demonstram níveis de Perfeccionismo e intolerância à frustração mais altos do que os colaboradores com mais de 6 meses de tempo de serviço e esta diferença é estatisticamente significativa ($p=.001$). Já no que diz respeito à Inibição e dependência funcional ($p=.008$), a Carência de apoio social ($p=.002$), as Condições de vida adversas ($p=.001$) e a Deprivação de afeto ($p=.004$), são os colaboradores com mais de 6 meses de tempo de serviço que apresentam níveis estatisticamente significativos superiores.

Conclusões: Este estudo confirma que os trabalhadores de instituições que cuidam de pessoas portadoras de deficiência mental apresentam níveis consideráveis de vulnerabilidade ao stress. Neste sentido um programa de intervenção em *coaching* psicológico para estes cuidadores constituirá uma mais valia.

Palavras-Chave: Cuidadores formais; stress laboral; saúde mental; *coaching*

Stress perception evaluation among formal caregivers: an intervention programme

Genésio, João¹; Galvão, Ana²; Gonçalves, Ana³

¹ joaogenesio@portugalmail.pt, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

² agalvao@ipb.pt, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

³ velosogoncalves@hotmail.com, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

Abstract

Socioeconomic changes pose major challenges to Private Social Solidarity Institutions (PSSI) and their formal caregivers.

The objective of this study was to evaluate the vulnerability to stress among PSSI professionals who care for users with mental disorders and to explore possible associations between stress and some socio-professional variables.

Materials and methods: a socio-demographic questionnaire and the Stress Vulnerability Questionnaire (23-QVS) were used.

The sample includes 45 formal caregivers of which 33 are female (70.2%). The study is quantitative, descriptive and correlational.

The Socio-professional variables taken into consideration were: gender, age, marital status, length of service, shift work, profession, and medication intake.

Results: The participants in this study with less than 6 months of service time demonstrated higher levels of frustration and frustration intolerance than those with more than 6 months of service, and this difference is statistically significant ($p=.001$). Regarding Inhibition and functional dependence ($p=.008$), Lack of social support ($p=.002$), Adverse living conditions ($p=.001$) and Affection deprivation ($p=.004$), the employees with more than 6 months of service are the ones that present statistically significant higher levels.

Conclusions: This study confirms that workers in mental health institutions have considerable levels of vulnerability to stress. Suggestion is to implement a psychological coaching programme for these formal caregivers.

Keywords: formal caregivers; workplace stress; mental health; coaching