

**MARIA INALDA GUALTIERI BERAQUET**

**QUALIDADE DE VIDA DE JORNALISTAS DA MACRO  
REGIÃO DE CAMPINAS/SP**

**UNIVERSIDADE CATÓLICA DOM BOSCO**

**CAMPO GRANDE/MS**

**2005**

# **Livros Grátis**

<http://www.livrosgratis.com.br>

Milhares de livros grátis para download.

**MARIA INALDA GUALTIERI BERAQUET**

**QUALIDADE DE VIDA DE JORNALISTAS DA MACRO  
REGIÃO DE CAMPINAS/SP**

Dissertação apresentada ao Programa de Mestrado em Psicologia da Universidade Católica Dom Bosco, como exigência parcial para obtenção do Título de Mestre em Psicologia. Área de concentração: Comportamento Social e Psicologia da Saúde, sob a orientação da Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Liliana Andolpho Magalhães Guimarães.

**UNIVERSIDADE CATÓLICA DOM BOSCO**

**CAMPO GRANDE/MS**

**2005**

## **BANCA EXAMINADORA**

---

**Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Liliana Andolpho Magalhães Guimarães (UCDB)–orientadora**

---

**Prof. Dr. Dorgival Caetano (UNICAMP)**

---

**Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Sonia Grubits (UCDB)**

**Dedico este trabalho a minha família:  
aos que estão e aos que foram ...**

*Guiomar, Benedito e Beto.  
Bárbara, João, Caio e Fernando.  
In memoriam: Edson e Dodô.*

## *Agradecimentos*

Sou grata por conhecer pessoas especiais, que nos momentos de sofrimento, fizeram-me enxergar que a dor pode ser também uma técnica de aprendizagem... e que a vida pode ser um eterno ciclo de vencer os desafios e enfrentar as dificuldades internas.

Sou profundamente grata à Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Maria Elenice Quelho Areias, amiga de longa caminhada, pessoa que admiro e que me deu apoio especial num momento “chave” de minha vida, me ensinando, me estimulando e oferecendo seu ombro amigo.

Sou grata a UCDB, ao mestrado em psicologia, aos professores, funcionários e aos amigos da classe que me acolheram como se eu fosse filha da terra (MS). Como disse o poeta Carlos Drummond, “de tudo fica um pouco...”, e assim, a saudade em mim, já mora.

Sou grata pela “companheirinha” de viagem, a Dani, que por sua amizade, “aquelas 15 horas de percurso”, foram mais rápidas e agradáveis.

Minha gratidão aos amigos do LSMT (Laboratório de Saúde Mental e Trabalho da Unicamp), um dos raros grupos que eu conheço, que sabe partilhar.

Também sou grata ao meu grupo de estudos filosóficos (Maria Inês, Nelson, Daniela, Fátima, Rodolfo e Olga) que me injetou ânimo, nos momentos de cansaço.

Minha profunda gratidão ao Sindicato dos Jornalistas da Macro Região de Campinas e aos 36 jornalistas que participaram da pesquisa, pois foi através desta disponibilidade, que eu pude entender melhor o universo do jornalismo.

Agradeço também os dois estatísticos Leonardo e José Marcos, que trabalharam com os dados coletados no estudo.

Agradeço a minha mãe Guiomar, a meu pai Benedito e aos meus filhos Bárbara, João Marcos, Caio Augusto e Fernando (filho do coração), seis jóias raras, com as quais eu tenho o privilégio de viver.

E finalmente minha profunda gratidão, admiração e amizade à minha querida orientadora Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Liliana Andolpho Magalhães Guimarães, que me ensinou muito, desde pesquisar até trabalhar com o computador e fez mais que isso, acolheu-me e ajudou-me entender que nunca é tarde para recomeçar.

**RESUMO**

---

**BERAQUET, Maria Inalda Gualtieri, Qualidade de Vida de Jornalistas da Macro região de Campinas/SP . Campo Grande/MS, 2005, 124 p. - Dissertação de Mestrado do programa de Mestrado em Psicologia da Universidade Católica Dom Bosco (UCDB).**

A profissão de jornalista tem sido considerada uma das mais estressantes no mundo contemporâneo. Entre os riscos ocupacionais inerentes à profissão destacam-se: o alto número de horas trabalhadas; os turnos alternados de trabalho, as coberturas jornalísticas que envolvem conteúdos emocionais desgastantes como: catástrofes, crimes; a recusa do entrevistado, a competitividade pela informação e a premência e urgência do tempo. Realizou-se um estudo exploratório-descritivo através de enquete *on line* em uma amostra composta por trinta e seis (n=36) jornalistas sindicalizados da Macro Região de Campinas/SP, objetivando-se a caracterização dos aspectos sócio demográficos da amostra, a avaliação da Qualidade de Vida (QV) e a comparação das médias de QV segundo o sexo, a idade, o estado civil, o tempo de serviço e o número de horas trabalhadas na semana e com outras categorias profissionais. Foram enviados por via *on line*: o WHOQOL-Bref (Questionário de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde-OMS) validado para o uso no Brasil por Fleck *et al* (1999), um questionário de dados sócio demográficos e o termo de consentimento livre e esclarecido. Os dados de campo foram coletados no mês de março de 2004. Os seguintes procedimentos estatísticos foram utilizados: análise de variância (ANOVA) e o teste *T* de Student. A ANOVA dos domínios do WHOQOL-Bref evidenciou que a média do domínio Físico (14,7) foi significativamente superior à média do domínio Relações Sociais (12,61) (p=0,0008) e Meio Ambiente (13,08) (p=0,0353) e que a média do domínio Psicológico (13,69) foi significativamente superior à média do domínio Relações Sociais (p=0,0353). Foram observadas diferenças significativas para a categoria “tempo de trabalho até 14 anos” e “mais que 14 anos” com relação aos domínios: Psicológico (p=0,016), Relações Sociais (p=0,014) e Meio Ambiente (p=0,004) e para o domínio Físico, não foram encontradas diferenças significativas (p=0,386). Também foram observadas diferenças significativas para as categorias “até 40 horas de trabalho” e “mais que 40 horas de trabalho” por semana. Observou-se uma percepção de QV superior para os jornalistas que trabalham “até 40 horas por semana” nos domínios: Psicológico (p=0,023), Relações Sociais (p=0,048) e Meio Ambiente (p=0,003) e para o domínio Físico não foi observada diferença significativa (p=0,649). Os jornalistas que trabalham mais que 40 horas por semana e que têm mais que 14 anos de

função apresentam uma pior percepção de QV nos domínios: Psicológico, Relações Sociais e Meio Ambiente, do que os jornalistas que trabalham até 40 horas semanais e atuam a menos de 14 anos na função.

**Palavras-chave:** Qualidade de Vida. Jornalistas. Saúde Mental. Estresse. Condições de trabalho.

**ABSTRACT**

---

**Beraquet, Maria Inalda Gualtieri- Journalists' Quality of Life in the Macro Region of Campinas/SP . Campo Grande/MS, 2005. 124 p. Dissertation submitted for Master's Degree in Psychology at Dom Bosco Catholic University (UCDB)**

Journalism is one of the most stressful professions in the contemporary world. This is due to the number of work hours, shift work, news coverage of emotional and stressing issues such as natural hazards, crimes, etc, coupled with refusal of interview, struggle for information, urgency and very short time to pick up, process and release the information. A descriptive and exploratory online survey was carried out on 36 journalists, registered with the trade union of the Metropolitan Area of Campinas, State of São Paulo. The survey aimed at describing the socio-demographic characteristics of the sample, measuring Quality of Life (QOL), and to compare QOL in relation to sex, age, civil status, time of work, and the number of hours worked weekly. Journalists' QOL was also compared with other professional categories. The WHOQOL-Bref Questionnaire (World Health Organization Quality of Life-Bref), translated and adapted to be used in Brazil by Fleck *et al.* (1999), was sent by e-mail in March 2004 to all the journalists on the e-mail list. Quantitative variables were compared by means of analysis of variance (ANOVA) and Student t-test, and qualitative ones by means of chi-squared test. ANOVA revealed that the Physical domain (14.7) was significantly superior to both the Social Relations domain (12.61) ( $p=0.0008$ ) and the Environment (13.08) ( $p=0.0353$ ); and that the Psychological domain (13.69) was significantly superior to the Social Relations ( $p=0.0353$ ). Significant differences also emerged for the number of years at work. Hence, those who had worked "up to 14 years", compared to those who had worked "more than 14 years", did better on the Psychological- ( $p=0.016$ ), Social Relations- ( $p=0.014$ ) and Environment domain ( $p=0.004$ ), while the Physical domain did not yield significant difference ( $p=0.386$ ). With regard to the categories "up to 40 working hours" and "more than 40 hours of work" per week, significant differences were found. The former showed a superior perception of QOL than the latter on the Psychological- ( $p=0.023$ ), Social Relations- ( $p=0.048$ ) and Environment domain ( $p=0.003$ ); whereas no significant difference was found for the Physical dominion ( $p=0.649$ ). Journalists working more than 40 hours a week and who having been working for more than 14 years, compared to those working

up to 40 hours weekly and who having been working less than 14 years, revealed worse perception of QOL as concerns the Psychological, Social Relations and Environment dimensions.

**Key words:** Quality of Life (QOL). Journalists. Mental Health. Stress. Work conditions..

## LISTA DE ABREVIATURAS

- **APA-** American Psychiatric Association
- **BDI-** Beck Depression Inventory
- **CID-10** Classificação Internacional de Doenças-10<sup>a</sup> Edição
- **CFJ-** Conselho Federal de Jornalismo
- **CFP-** Conselho Federal de Psicologia
- **CNS-** Conselho Nacional de Saúde
- **CONEP-** Comissão Nacional de Ética em Pesquisa
- **D/C-** Demanda/Controle
- **DORT** - Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho
- **DSM-III e IV-**Manual Estatístico sobre as Doenças e Problemas Relacionados a Saúde III e IV revisões.
- **ERI-** Effort reward-imbalance
- **IDH-** Índice de Desenvolvimento Humano
- **ICTs-** Tecnologias de Comunicação e Informação
- **ILO-** International Organization for Labour
- **MRC-** Macro Região de Campinas
- **NIOSH-** National Institute of Occupational and Safety Health
- **OIT-** Organização Internacional do Trabalho
- **OMS-** Organização Mundial da Saúde
- **OPAS-** Organização Pan-americana da Saúde
- **PTSD-** Post Traumatic Stress Disorder
- **QV-** Qualidade de Vida
- **QVT-** Qualidade de Vida no Trabalho
- **QVRS-** Qualidade de Vida relacionada à Saúde
- **RAIS-** Relação Anual de Informações Sociais
- **TEPT-** Transtorno por Estresse Pós-Traumático

- **TOC-** Transtorno Obsessivo-compulsivo
- **WHOQOL-100-** World Health Organization Quality of life Questionnaire-100
- **WHOQOL-*Bref***- World Health Organization Quality of life Questionnaire-*Bref*
- **WHOQOL GROUP-** World Health Organization Quality of Life Group

## LISTA DE TABELAS

	<b>pág.</b>
<b>Tabela 1</b> Distribuição de freqüências e porcentagens das variáveis sócio-demográficas da Amostra.....	66
<b>Tabela 2</b> Distribuição de freqüências e porcentagens das variáveis ocupacionais da amostra.....	67
<b>Tabela 3</b> Resultados dos domínios de QV segundo o Gênero.....	73
<b>Tabela 4</b> Resultado dos domínios de QV segundo o Tempo de trabalho na função.....	74
<b>Tabela 5</b> Resultados dos domínios de QV segundo a Idade .....	75
<b>Tabela 6</b> Resultados dos domínios de QV segundo o número de Horas trabalhadas.....	76
<b>Tabela 7</b> Distribuição do percentual dos escores por domínio.....	77
<b>Tabela 8</b> Correlação Linear de <i>Pearson</i> entre os domínios estudados.....	77
<b>Tabela 9</b> Quadro comparativo do resultado dos domínios WHOQOL- <i>Bref</i> entre a amostra e 3 Diferentes grupos ocupacionais.....	78
<b>Tabela 10</b> Distribuição por médias e resultados da ANOVA.....	79

## LISTA DE QUADROS

	<b>pág.</b>
<b>Quadro 1</b> Estágios do desenvolvimento do WHOQOL-100.....	14

## LISTA DE FIGURAS

	<b>pág.</b>
<b>Figura 1</b> “O círculo vicioso da pobreza e dos transtornos mentais”.....	23
<b>Figura 2</b> “Da máquina de escrever ao computador”.....	37
<b>Figura 3</b> “O jornalista em constante exposição a situações de risco”.....	46

## LISTA DE GRÁFICOS

	<b>pág.</b>
<b>Gráfico 1</b> Distribuição da mostra segundo a idade .....	68
<b>Gráfico 2</b> Distribuição da amostra segundo o gênero.....	69
<b>Gráfico 3</b> Distribuição da amostra segundo o número de horas trabalhadas.....	70
<b>Gráfico 4</b> Tempo de trabalho “até 14 anos” e “mais de 14 anos”.....	71
<b>Gráfico 5</b> Distribuição das médias por domínio de QV.....	72

## LISTA DE ANEXOS

	<b>pág.</b>
<b>Anexo 1</b> Questionário WHOQOL- <i>Bref</i> .....	108
<b>Anexo 2</b> Questionário sócio-demográfico .....	111
<b>Anexo 3</b> Termo de Consentimento Informado e Esclarecido.....	113
<b>Anexo 4</b> Entrevistas ilustrativas 1 e 2.....	114
<b>Anexo 5</b> Parecer do Comitê de Ética em Pesquisa sobre o Projeto.....	122

## **SUMÁRIO**

---

	<b>pág.</b>
I- INTRODUÇÃO .....	01
II- REFERENCIAL TEÓRICO .....	06
Capítulo 1- Qualidade de Vida .....	07
1.1. Breve Histórico .....	07
1.2. Conceito .....	10
1.3. Os Questionários WHOQOL .....	13
1.3.1. WHOQOL- 100 .....	13
1.3.2. WHOQOL- <i>Bref</i> e os critérios de validação .....	16
1.4. Qualidade de Vida no trabalho .....	18
Capítulo 2- Saúde Mental e Trabalho .....	21
2.1. Saúde Mental .....	21
2.2. Sobre o Trabalho .....	24
2.2.1. Breve histórico .....	24
2.2.2. O significado do trabalho .....	26
2.3. Saúde Mental e Trabalho .....	27
2.3.1. Diferentes abordagens .....	27
2.3.2. Fatores psicossociais de risco .....	31
2.3.2.1. Fatores psicossociais de risco do jornalista .....	34
2.3.2.2. Entrevistas ilustrativas .....	35
2.3.3. Transtorno por Estresse Pós Traumático (TEPT) .....	38
2.3.4. A importância do apoio social .....	41
Capítulo 3- O Jornalismo e os Jornalistas .....	43
3.1. O impacto das novas tecnologias e o “novo” jornalismo .....	43
3.1.1. Jornalistas de mídia impressa .....	47
3.1.2. Repercussões da revolução tecnológica no perfil e nas práticas do jornalista .....	48

3.2. O “novo” jornalista.....	50
III- A PESQUISA.....	58
1- O campo de investigação.....	59
2- Hipóteses.....	59
3- Objetivos.....	60
3.1 Objetivo Geral.....	60
3.2 Objetivos Específicos.....	60
IV- CASUÍSTICA E MÉTODO.....	61
1-Participantes.....	62
2-Recursos humanos e materiais.....	62
3-Instrumentos de Pesquisa.....	62
4-Procedimento e Aspectos Éticos da Pesquisa.....	63
5-Análise e Processamento dos dados.....	64
V- RESULTADOS.....	65
VI- DISCUSSÃO.....	80
VII- CONCLUSÕES E CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	88
REFERÊNCIAS.....	91
ANEXOS.....	107

# **I-INTRODUÇÃO**

---

A maior parte de minha vida profissional se concentrou na área da Saúde Mental do Trabalhador. Durante aproximadamente vinte anos desenvolvi consultoria e treinamento como psicóloga organizacional. Essa prática profissional me fez entender que dentro do universo do Trabalho existem inúmeros riscos que influenciam a saúde e a qualidade de vida do trabalhador, riscos esses ora extremamente visíveis, ora muito sutis.

Quando se entra numa fábrica e.g., cujo barulho das máquinas produz mais de 75 decibéis, fica evidente a possível influência deste fator junto à saúde do trabalhador. Porém, quando a exposição é determinada por características da função, da ocupação ou profissão, existe um mito de que o profissional “é imune” aos riscos psicossociais e até mesmo um “determinismo” de que não pode ser diferente, pois “tudo faz parte do descritivo funcional”. Embora os diferentes ofícios guardem especificidades, os trabalhadores estão expostos a diferentes fatores psicossociais de risco e também de proteção à sua saúde física e ou mental.

No caso dos jornalistas, sua rotina é permeada freqüentemente pela exposição a diferentes fatores de risco psicossocial, tais como, o convívio com situações de forte impacto emocional, premência do tempo, a pressão dos editores-chefe pelo “fechamento da pauta”, a intensa competição pelo “furo de reportagem” e pela primazia da notícia com seus concorrentes, entre outros. Acrescente-se o convívio constante com uma multiplicidade de novas tecnologias que implicam em novas formas de trabalho, trazendo como consequência uma significativa restrição de oportunidades junto ao mercado de trabalho.

Uma competição crescente tem forçado os jornalistas a correrem maiores riscos sendo que, os recém-formados constituem-se no principal grupo em exposição, pela inexistência de experiência prévia na profissão, bem como de treinamento especializado. Segundo Ghedini (2003) no Brasil “a categoria tem sofrido muito com as demissões e com a crise na mídia e deve ter a consciência de que lutar pela nossa regulamentação é a única maneira de se garantir o respeito e a dignidade que o profissional merece, em nome da qualidade e da ética na informação”. Acrescente-se que até o momento inexistente um Conselho Federal de Jornalismo (CFJ) no Brasil.

Alencar<sup>1</sup> (2003) aponta para o fato de que “a criação do Conselho assegura a representação dos jornalistas, bem como sua responsabilidade ética perante a sociedade”. No presente momento, ainda encontra-se tramitando junto ao poder legislativo, o antiprojeto sobre a criação do CFJ, o qual tem sido alvo de inúmeras críticas e questionamentos entre governo e jornalistas.

Weiss (2004, p. 47) baseado em dados da Organização Internacional do Trabalho- OIT, segundo os quais 13 milhões de europeus se consideram destratados no emprego e por isso apresentam problemas de saúde, diz que "essas situações criam danos físicos e emocionais ao trabalhador: **os jornalistas que o digam**".

Boye (1998) secretário da Federação Internacional de Imprensa refere que novas tecnologias de mídia influenciam de forma inequívoca, positiva e negativamente a forma de trabalhar dos jornalistas e acrescenta que são necessárias mais pesquisas quantitativas e qualitativas para um melhor entendimento de como estas mudanças estão afetando aos mesmos. O autor acrescenta ainda que a *Internet* deu aos jornalistas um acesso mais fácil e amplo aos recursos de comunicação, mas também os “inundou” de inúmeras informações, muitas vezes, contraditórias e não confiáveis.

Pesquisas da Organização Internacional do Trabalho (ILO, 2000) junto a sindicatos de jornalistas ao redor do mundo, demonstram uma tendência nada promissora para essa profissão devido a ocorrência de doenças insidiosas e, portanto, de difícil diagnóstico precoce, sendo que parte significativa desses profissionais, não alcança sequer a aposentadoria.

Segundo o *European Journalism Centre* (2003) é difícil saber exatamente quantos jornalistas são mortos a cada ano nas zonas de guerra e também quantos trabalham sob situações perigosas, humilhações, convívio com a possibilidade de sofrerem processo legais, entre outros. Segundo a mesma fonte, a intimidação ocorre diariamente e tem-se expandido, dado o número crescente de grupos que exercem atividades ilegais (traficantes, terroristas, etc...) e aos quais os jornalistas estão frequentemente expostos.

---

<sup>1</sup> José Alencar: Vice Presidente da República do Brasil - Governo Luís Inácio Lula da Silva - ano de 2003.

Em 2003, sob os auspícios da OIT, realizou-se em Genebra o *Symposium on Information Technologies in the Media and Entertainment Industries: Their Impact on Employment, Working Conditions and Labour-management Relations* que reuniu jornalistas, executivos de organizações de mídia, associações e membros de governos e que teve como objetivo determinar o impacto das novas tecnologias da comunicação no futuro das condições de trabalho dos jornalistas e da qualidade da mídia, da cultura e da indústria gráfica.

Pode-se supor então, que o jornalista está exposto a todos os tipos e níveis de estresse ocupacional, ameaças à sua integridade física e mental (às vezes até à morte), ao transtorno por estresse pós-traumático (TEPT), levando a importantes repercussões em sua qualidade de vida pessoal, profissional, familiar e social.

Levando-se em conta o acima exposto, a presente investigação apresenta justificativa relevante para sua realização. Delimitar o campo de estudos, no caso a caracterização da “QV dos Jornalistas da Macro-Região de Campinas/SP”, foi a forma por mim escolhida para um conhecimento mais sistematizado sobre o tema.

Em revisão bibliográfica nos seguintes Bancos de Dados: *Medline, Lilacs, Psycinfo, Eric* (Educational Resource Information Center) e *Psychology & Behavioral Sciences Collection*, objetivando a viabilização do presente estudo no período de 1995 a 2005, utilizou-se para busca os termos: *Journalist, Quality of life, Work e Post Traumatic Stress Disorder (PTSD)* e seus termos equivalentes em português, em todas as suas combinações. Verificou-se que em nosso meio existe somente um estudo, realizado por Heloani em 2003, abordando a qualidade de vida do jornalista com amostra, região, método e hipóteses e instrumentos distintos. Foi encontrado somente um (1) estudo internacional sobre o tema, realizado em 1993 pela *American Press Manning Editors Association*, embora o mesmo aborde a questão sob a ótica da satisfação no trabalho, utilizando, portanto outro referencial teórico-conceitual.

A primeira parte dessa dissertação contém uma introdução que contextualiza a importância da realização deste estudo. A segunda parte contém o referencial teórico que fundamentou o estudo e está dividida em 3 capítulos. O primeiro deles aborda a “Qualidade de Vida” (geral) seus aspectos históricos e conceituais, a construção dos Questionários WHOQOL: WHOQOL-100 e WHOQOL-*bref* pela Organização Mundial da Saúde e conclui com uma explanação sobre a Qualidade de Vida no Trabalho (QVT).

O segundo capítulo contém uma breve revisão histórico/conceitual sobre a Saúde Mental (SM), o Trabalho e seu significado, a Saúde Mental do Trabalhador (SMT), as diferentes abordagens em SMT, os fatores psicossociais de risco e apoio à SM e à QV do jornalista. Foram também incluídos dados de 2 entrevistas realizadas pela pesquisadora junto a jornalistas, com o objetivo de identificar os fatores que mais frequentemente ameaçam a Saúde Mental e a QV dos mesmos. O capítulo finaliza apontando para a importância do apoio social como fator protetor e ou neutralizador de fontes e eventos estressores.

O 3º capítulo denominado “O jornalismo e os jornalistas” aborda inicialmente o impacto das novas tecnologias e o nascimento de um “novo jornalismo” (sobretudo na atividade dos jornalistas de imprensa escrita). A seguir, faz-se uma análise detalhada sobre as repercussões da revolução tecnológica no perfil e nas práticas do jornalista, encerrando com uma descrição do perfil do “novo jornalista”.

A seção III traz a pesquisa de campo e o contexto onde foi realizada a investigação, as hipóteses de trabalho e os objetivos estabelecidos.

A seção IV apresenta a casuística e o método de investigação, descreve a amostra estudada, os recursos humanos e materiais utilizados, os instrumentos de pesquisa, os procedimentos, os aspectos éticos da pesquisa e a análise e o processamento dos dados coletados.

A seção V descreve os Resultados obtidos (através de tabelas e gráficos) evidenciando-se os achados estatisticamente significativos. A seção VI refere-se à Discussão dos resultados, comparando-os aos de alguns estudos semelhantes na literatura nacional e internacional. Finalmente, na seção VII são apresentadas as conclusões obtidas e as considerações finais, que incluem sugestões a serem feitas com vistas ao manejo e enfrentamento dos fatores psicossociais de risco (identificados em sua especificidade) junto ao exercício do ofício e das práticas dos jornalistas.

## **II - REFERENCIAL TEÓRICO**

## Capítulo 1 – Qualidade de Vida (QV)

A atenção dada atualmente ao conceito de Qualidade de Vida (QV) refere-se a um movimento dentro das ciências humanas e biológicas, no sentido de valorizar parâmetros mais amplos que o controle de sintomas, a diminuição da mortalidade ou o aumento da expectativa de vida (FLECK, 2001).

O estudo da QV de forma científica é imperativo, em função da profusão desgastada e até mesmo banalizada, com que o termo tem sido utilizado em diferentes áreas e segmentos sociais, e.g., nas clínicas de estética, nas escolas, nas empresas, no *marketing* de vendas, em hospitais, entre outros contextos.

Por outro lado, quando o estudo da QV é bem conduzido e estruturado através de bases teóricas consistentes, pode trazer reflexões importantes para as pessoas e para a sociedade, como prenúncio de um novo estilo de vida, novas formas de pensar e de agir.

Nesta direção, optou-se por estudar a Qualidade de Vida de uma amostra de jornalistas sindicalizados da macro-região de Campinas/SP, com a finalidade de descrever quais de seus domínios (psicológico, físico, relações sociais e meio ambiente) apresentariam maiores ou menores médias (intra-grupo) e também comparadas com as médias de 3 outros grupos ocupacionais (extra-grupo) avaliados pelo mesmo instrumento (WHOQOL-bref) em outros estudos realizados pelo mesmo grupo de pesquisa do qual faz parte a pesquisadora, permitindo assim a implantação de eventuais ações preventivas e interventivas.

### 1.1- Breve Histórico

Os primeiros a partilharem e a se interessarem por conceitos como “padrão de vida” ou “qualidade de vida” foram os cientistas sociais, os filósofos e os políticos. Posteriormente, em virtude do avanço tecnológico da medicina e ciências afins, a sobrevida aumentou e o movimento nas ciências humanas e biológicas foi mais além da preocupação com o controle de sintomas, a diminuição da mortalidade ou o aumento da expectativa de vida.

Segundo Stephanini (2003) durante muito tempo, buscando-se acrescentar “*anos à vida*” foi desprezada a importância de acrescentar “*vida aos anos*”.

Berlim e Fleck (2003) apontam para o fato de que desde os anos 70, a avaliação da QV cresceu de uma atividade relativamente restrita, para uma disciplina formal com uma estrutura teórica coesa, métodos consagrados e diversas aplicações. Nos últimos anos, a QV vem se tornando cada vez mais popular como uma variável útil para determinar o impacto global das doenças e dos tratamentos médicos a partir da perspectiva do paciente.

A expressão “Qualidade de vida” foi empregada pela primeira vez pelo presidente dos Estados Unidos, Lyndon Johnson em 1964, ao declarar que “os objetivos não podem ser medidos através do balanço dos bancos. Eles só podem ser medidos através da qualidade de vida que proporcionam às pessoas” (1964 *apud* THE WHOQOL GROUP, 1998, p.12).

Minayo, Harts e Buss (2000) referem que o patamar necessário e universal para se contemplar a QV diz respeito à satisfação das necessidades mais elementares da vida humana: alimentação, acesso à água potável, habitação, trabalho, educação, saúde e lazer. Também na atualidade, o desemprego, a exclusão social e a violência são reconhecidamente variáveis a afetar direta e negativamente a QV. Essa referência é assemelhada à conceituação do Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) ou aos conceitos de justiça social, os quais devem fazer parte do arcabouço teórico do construto de QV.

Porém compreender a QV exclusivamente em termos sociais seria mutilar o conceito, entendendo-o de forma reducionista. Há que se considerar, entre outras áreas, a área “Psi”, que compreende a psique humana como um grande complexo de forças e pulsões que se entrelaçam. Desta forma, o ser humano é um ser de desejos, aspirações, emoções e sentimentos, que carrega uma história individual e cujo olhar interno (subjetividade) interfere na sua percepção de QV.

Já para Ferrans e Powers (1990 *apud* KIMURA, 1999) a compreensão da QV deve basear-se na experiência de vida de cada um, que de acordo com seus valores e experiência poderá julgar o que é, e o que não é QV. Para as autoras em questão, a essência da QV estaria fundamentada na experiência de vida de cada pessoa e na percepção subjetiva de satisfação ou de insatisfação com as áreas da vida que são importantes para ela. A valoração do objeto e a percepção de satisfação ou insatisfação, portanto, são atreladas à experiência subjetiva.

Outros autores, tais como, Kagan e Kagan (1983) também colocam que a QV pode ser medida pela percepção que o indivíduo tem de sua satisfação com a vida e a consideram em quatro dimensões: profissional, sexual, social e emocional. Ramos (1995 *apud* CARDOSO, 1999, p. 74) a QV “é um conjunto harmonioso e equilibrado de realizações em todos os níveis, como: saúde, trabalho, lazer, sexo, família, desenvolvimento espiritual”.

O ser humano tem um leque de dimensões em sua vida: dimensão física, afetiva, profissional, espiritual, familiar, social e segundo a Organização Mundial da Saúde (1947, p.6) “a saúde não é o centro da qualidade de vida” portanto, para sua compreensão deve-se cotejar as diversas dimensões que a compõem.

Nesta direção, cabe acrescentar que no ocidente o modelo biomédico da doença é dominante e postula que a doença é gerada por agentes etiológicos específicos que conduzem às mudanças na estrutura e funcionamento do corpo. O modelo médico de doença é baseado na filosofia cartesiana, como se o corpo fosse uma máquina na qual, se uma peça funcionar mal, pode-se repará-la ou substituí-la. A doença é tratada, mas não sua experiência subjetiva. (GUIMARÃES, 2002). Segundo a mesma autora, no modelo social da saúde, diferentemente, os cientistas sociais distinguem entre o conceito médico da doença, e os sentimentos subjetivos e percepções sobre a enfermidade, os quais são rotulados frequentemente pelo senso-comum, como doença. A saúde e a doença são vistas como um *continuum*, ao longo do qual os indivíduos progridem e regridem.

O modelo social da saúde se expressa através da seguinte definição da OMS (1947, p.6): “a saúde não é meramente a ausência da doença, mas um estado de bem estar físico, psicológico e social completo”. Bowling (2001) coloca que essa definição é frequentemente criticada como utópica, mas é útil quanto à possibilidade de um modelo de trabalho mais amplo.

Os determinantes e condicionantes do processo saúde-doença são multifatoriais e complexos e segundo Bullinger (1993, p.23):

(...) o termo Qualidade de Vida inclui uma potencial variedade de condições que podem afetar a percepção do indivíduo, seus sentimentos e comportamentos relacionados ao seu funcionamento diário, incluindo, mas não se limitando à sua condição de saúde e às intervenções médicas.

Assim, esta mudança de paradigma sugere que saúde e doença configuram processos que passam a ser compreendidos (como um continuum) e relacionados aos aspectos econômicos, sócio-culturais e à experiência pessoal. Consoante com essa mudança de paradigma, a melhoria da QV passou a ser um dos resultados esperados, tanto das práticas assistenciais, quanto das políticas públicas para o setor, nos campos da promoção da saúde e da prevenção de doenças.

## 1.2- Conceito

Pesquisas que objetivam medir a QV deparam-se com vários desafios relativos à teoria e ao método. Percebe-se, no entanto, uma busca por sua robustez conceitual que vários pesquisadores e instituições, têm-se mobilizado de forma constante e consistente nesta direção, dado que, sem um sólido embasamento teórico para guiar a confecção de instrumentos confiáveis, torna-se difícil determiná-la e mensurá-la.

Devido a esta situação, em 1991 foi formado um grupo de investigadores de diferentes culturas e áreas do conhecimento, denominado “Grupo de Qualidade de Vida” reunido pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 1997) e embora não havendo um consenso a respeito do conceito de qualidade de vida, três aspectos fundamentais e consensuais referentes ao construto *qualidade de vida* foram obtidos:

1. subjetividade;
2. multidimensionalidade;
3. presença de dimensões positivas (e.g., vitalidade) e negativas (e.g., dor)

O grupo acima citado, a seguir desenvolve uma definição única (comum) e transcultural de QV (WHOQOL GROUP 1997 *apud* FLECK, 1999, p.20):

(...) QV é a percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistemas de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. Contém domínios que incluem a saúde física das pessoas, estado psicológico,

nível de independência, relações sociais e sua relação com características importantes do ambiente.

Ressalte-se que foi a primeira vez que uma definição de QV incorporou em sua base teórica o componente cultural de forma direta e formal ao invés do “simples” reconhecimento da influência cultural como uma variável. Bullinger (1993) acrescenta que alguns autores têm considerado a existência de um "universal cultural" de qualidade de vida que independe de nação, cultura ou época, ou seja, é importante que as pessoas se sintam bem psicologicamente, possuam boas condições físicas e sintam-se socialmente integradas e funcionalmente competentes.

A definição de QV proposta pelo WHOQOL GROUP (1996) por sua vez está baseada na definição de saúde da OMS, a qual está em consonância com o modelo social de saúde descrito acima.

Segundo Orley, Saxena e Herrman (1998) a ênfase da definição da OMS primeiramente é na natureza subjetiva da QV (que foi concebida como uma experiência interna influenciada por acontecimentos externos, mas que é afetada por experiências precoces em dado tema, pelo estado mental, personalidade e expectativas) e, em segundo lugar, na necessidade de explorar todos esses aspectos de vida considerados como tendo um impacto significativo na QV.

Em contrapartida, esta definição “subjetiva” acaba por trazer um grau de unidade para a avaliação, como se a mesma fosse puramente objetiva, sendo que a QV está composta possivelmente por uma ampla gama de possibilidades desconectadas entre si e itens não necessariamente relacionados. Finalmente, como a mesma contempla um grande número de facetas que provavelmente a influenciam, é improvável que ocorra uma demarcada mudança diária influenciada por uma mudança em uma única faceta, mas sim, por muitas outras facetas.

Além disso, é improvável que todas as doenças ou que todos os tratamentos afetem a QV em sentido amplo, até mesmo se efetivamente houver alívio sintomático ou melhora. (FLECK, 2001). A consequência é que a “sensibilidade à mudança”- uma propriedade psicométrica fundamental que avalia respostas clínicas- em instrumentos de QV (especialmente os genéricos) é criticada freqüentemente.

Neste sentido, com relação aos problemas de medida em QV, os mesmos podem ser assim resumidos (FLECK, 2001):

**1- Quanto à avaliação subjetiva (auto-avaliação) X Objetiva (avaliação clínica)-** O autor refere que seria inadequado pautar-se somente pela informação subjetiva do paciente ou pela percepção clínica, e maior atenção deveria ser dada a esta questão, sobretudo a depender do grau de discordância entre o médico ou outro profissional da saúde e o paciente;

**2- Quanto aos Instrumentos Genéricos X Instrumentos Específicos-** Os instrumentos genéricos tentam avaliar de forma global os aspectos mais importantes relacionados à QV do indivíduo: 1- físico, 2-psicológico, 3- econômico, 4- espiritual e 5- social. **Apresentam as seguintes vantagens:** necessidade de aplicação de um único instrumento; detectam diferenças sobre diferentes aspectos do estado de saúde e permitem a comparação entre doenças ou intervenções. **Apresentam as seguintes desvantagens:** podem não focalizar adequadamente a área de interesse e não serem sensíveis a mudanças. Em contrapartida, o instrumento específico será mais restrito, mas conterà mais detalhes de relevância para a área de interesse. Se o investigador estiver interessado em uma única doença ou condição, um indicador específico da doença seria apropriado, embora se o respondente tiver múltiplos problemas de saúde pode-se combinar uma medida genérica. Se a pesquisa cobrir mais do que uma doença, ou a saúde geral, então as medidas genéricas podem ser mais apropriadas. Cabe acrescentar que têm predominado os instrumentos específicos em QV, e.g., o EORTC-QLQ 30, para pacientes com neoplasias, desenvolvido pelo *European Organization for Research and Treatment of Cancer*, e o *Medical Outcomes Study-HIV*, para pessoas com HIV/AIDS. Garrat *et al* (1993) constataram que 46,0% dos trabalhos publicados que examinaram, versavam sobre medidas da QV para populações e agravos específicos, seguidos de 22,0% que trabalhavam com medidas genéricas da QV;

**3- Quanto ao Modelo médico X Modelo de mediação -** Atualmente, ainda há uma convicção comum que a QV é o resultado principal dos sintomas e efeitos colaterais de medicamentos (modelo médico). Porém, há um corpo crescente de evidências mostrando que dois pacientes podem ter diferentes níveis de QV apresentando a mesma severidade de doença e o mesmo nível de efeitos colaterais do tratamento. Características de pacientes podem **mediar** a QV e os sintomas/efeitos (modelo de mediação) e

**4- Quanto às escalas que refletem uma aproximação funcionalista-** A abordagem funcionalista postula que a doença só se torna um problema quando afeta o desempenho funcional de papéis (profissional, e.g.) considerando-se a QV como a habilidade e a capacidade dos indivíduos para a satisfação de suas necessidades.

A busca de um instrumento que avaliasse QV dentro de uma perspectiva genuinamente internacional fez com que a Organização Mundial da Saúde organizasse um projeto colaborativo multicêntrico. O resultado deste projeto foi a elaboração do WHOQOL-100, um questionário de avaliação de QV composto por 100 itens.

Como os resultados obtidos nesta investigação estão assentados em dados do Questionário WHOQOL-*Bref*, forma abreviada do WHOQOL-100, faz-se necessário o detalhamento de seu desenvolvimento e construção e de suas propriedades psicométricas, os quais serão descritos no próximo tópico e somente referidos de forma breve na sessão relativa a instrumentos.

### **1.3.- Os Questionários WHOQOL**

#### **1.3.1- WHOQOL-100**

O instrumento WHOQOL-100 passou por vários estágios, como mostra o quadro 1:

**Quadro 1- Estágios no desenvolvimento do WHOQOL-100**

<b>ESTÁGIO</b>	<b>MÉTODO</b>	<b>PRODUTO</b>	<b>OBJETIVOS</b>
1) Clarificação do conceito	Revisão por <i>experts</i> internacionais	- Definição de QV - Definição de um protocolo para estudo	Estabelecimento de um consenso par uma definição de QV e para uma abordagem internacional da avaliação de QV.
2) Estudo piloto qualitativo	Revisão por <i>experts</i> -grupos focais Painel escrito por <i>experts</i> e leigos	-Definição de domínio e sub-domínios -Elaboração de um conjunto de questões	Exploração do conceito de QV através das culturas e geração de questões
3) Desenvolvimento de um Piloto	Administração do WHOQOL piloto em 15 centros para 250 pacientes e 50 normais	-Padronização de um questionário de 300 questões	Refinamento da estrutura do WHOQOL. Redução do conjunto de questões.
4) Teste de campo	Aplicação em grupos homogêneos de pacientes	-Estrutura comum de domínio -Conjunto com 100 questões -Escala de respostas equivalentes nas diferentes línguas	Estabelecimento de propriedades psicométricas do WHOQOL.

**Fonte: WHOQOL GROUP (1996); FLECK (1999)**

O reconhecimento da multidimensionalidade do construto QV refletiu-se na estrutura do instrumento, baseada em 6 domínios:

1. físico,
2. psicológico,
3. nível de independência,
4. relações sociais,
5. ambiente e
6. espiritualidade / religião / crenças pessoais.

Cada um dos 6 domínios se compõe das seguintes facetas, descritas a seguir:

<b>I- Físico *</b>	1-dor, desconforto e fadiga
	2- energia
	3- sono e repouso.
<b>II- Psicológico*</b>	4- sentimentos positivos
	5- pensar, aprender, memória e concentração.
	6- auto-estima
	7- imagem corporal, aparência.
	8- sentimentos negativos
<b>III- Nível de Independência</b>	9- mobilidade
	10- atividade da vida cotidiana
	11- dependência de medicamentos ou de tratamento
	12- capacidade para o trabalho
<b>IV- Relações Sociais*</b>	13- relações pessoais
	14- suporte/apoio social
	15- atividade sexual
<b>V- Meio ambiente*</b>	16- segurança física e proteção
	17-ambiente no lar
	18- recursos financeiros
	19- cuidados de saúde e sociais: disponibilidade e qualidade
	20- oportunidade de adquirir novas informações e habilidades
	21-participação e oportunidades de recreação/lazer
	22- ambiente físico: poluição/ruído/ trânsito/clima
	23- transporte
<b>VI- Espiritualidade</b>	24- aspectos espirituais/religião/crenças pessoais

\* Domínios que permaneceram no WHOQOL-Bref

### 1.3.2- WHOQOL-*Bref* e os critérios de validação

Depois da elaboração e validação do instrumento WHOQOL-100, questionário auto-aplicável e composto de 100 questões, a necessidade de instrumentos breves que demandassem pouco tempo para seu preenchimento, mas com características psicométricas satisfatórias, fez com que o Grupo de Qualidade de Vida da OMS desenvolvesse uma versão abreviada do WHOQOL-100, o WHOQOL-*Bref* o qual foi utilizado neste estudo. (WHOQOL-*Bref*, 1996),

O critério de seleção das questões para comporem o WHOQOL-*Bref* foi tanto psicométrico quanto conceitual. No nível conceitual, o Grupo de Qualidade de Vida da OMS definiu que o caráter abrangente do instrumento deveria ser preservado. Assim, cada uma das 24 facetas que compõe o instrumento original, deveria ser representada por uma questão.

No nível psicométrico foi selecionada a questão que mais altamente se correlacionasse com o escore total, calculado pela média de todas as facetas. Depois, os itens selecionados foram examinados por um painel de *experts* para saber se representavam conceitualmente cada domínio de onde as facetas provinham. Dos 24 itens selecionados, seis foram substituídos por questões que definissem melhor a faceta correspondente. Três itens do domínio Meio-ambiente foram substituídos por serem muito correlacionados com o domínio Psicológico. Os três outros itens foram substituídos por explicarem melhor a faceta em questão. Portanto, o WHOQOL-*Bref* é uma versão abreviada, composta pelas 26 questões que obtiveram os melhores desempenhos psicométricos, extraídas da versão original.

O WHOQOL-*Bref* consta de 26 questões, sendo duas gerais e 24 que representam cada uma das 24 facetas que compõe o WHOQOL-100. Assim, diferente do instrumento original em que cada uma das 24 facetas é avaliada por 4 questões, na versão abreviada é avaliada por uma questão. Os dados do WHOQOL-*Bref* foram extraídos a partir de teste de campo realizado em 20 centros, em 18 países diferentes.

Fleck *et al* (1999) validaram a versão breve para o Brasil, e afirmam que: "Se compararmos os resultados do teste de campo com a versão longa brasileira (WHOQOL-100) observamos que as características psicométricas são semelhantes". A amostra foi constituída por 250 pacientes (50%) ambulatoriais e 125 (50%) pacientes internados. Os pacientes provinham das seguintes áreas básicas: clínica (94 pacientes), cirurgia (72 pacientes), ginecologia (30

pacientes), psiquiatria (54 pacientes). A amostra foi equilibrada quanto ao gênero, com idade média de 43,06 anos. Quando a escolaridade, a grande maioria, 45,4% com I grau, seguido de 31,4% do II grau, 22,1% do III grau e 1,3% de analfabetos.

Ainda segundo Fleck *et al* (1999) as características do WHOQOL-*Bref* preencheram os critérios de:

**1- A Consistência interna** foi medida pelo coeficiente Alfa de Cronbach, apresentou boa consistência interna, quer com as 26 questões, com os 4 domínios ou em cada um dos domínios;

**2- Validade discriminante** - é a capacidade de discriminar pacientes de indivíduos normais. A validade discriminante foi observada nos domínios I (físico), II (psicológico) e IV (ambiente) com um nível de significância limítrofe ( $\alpha=0,06$ ). O domínio III (relações sociais) não apresentou capacidade de discriminação entre pacientes e normais;

**3- Validade concorrente** - foi usado o Inventário de Depressão de Beck (BDI) e a Escala de Desesperança de Beck (BHS) como instrumentos de avaliação indireta de validade concorrente e apresentaram correlação significativa em todos os domínios. Tanto o BDI como o BHS apresentaram os maiores coeficientes de correlação com o domínio psicológico;

**4-Validade de conteúdo ou critério** - para a análise de validação de critério utilizou-se a regressão linear múltipla e todos os domínios apresentaram coeficientes de correlação significativos. Os coeficientes de correlação mais altos foram domínio físico e domínio psicológico;

**5-Confabilidade** - quando foi avaliada a fidedignidade teste-reteste, observou-se que não houve diferença significativa entre as médias nas duas medidas, sendo que todos os coeficientes de correlação das medidas teste-reteste foram significativos, superiores a 0,69.

A versão breve do WHOQOL apresenta os seguintes domínios: Físico, Psicológico, Relações Sociais e Meio Ambiente. O domínio “relações sociais” que apresenta validade discriminante na versão longa, não apresenta na versão breve. O domínio III (nível de

independência) não teve uma contribuição significativa para explicar a variância observada na faceta geral de QV na versão breve, tendo apresentado na versão original.

As características psicométricas do WHOQOL-*Bref* na sua versão em português apresentam resultados semelhantes aos que deram origem à versão abreviada (WHOQOL GROUP, 1998b).

No estudo em questão, optou-se pelo WHOQOL-*Bref* por suas propriedades psicométricas, levando-se em conta também uma das características principais da amostra: “viver sob pressão do tempo” o que viabilizaria a adesão dos jornalistas, pela rapidez de preenchimento (26 questões) via *on-line*.

#### **1.4- Qualidade de Vida no Trabalho (QVT)**

A proposta investigativa deste estudo é pesquisar a QV de jornalistas. É possível que grande parte dos eventuais problemas apresentados pelos mesmos, possam ser derivados do contexto do trabalho. Desta forma, o presente estudo situa-se no campo da Saúde Mental do trabalhador, do qual faz parte a QVT.

O estudo das inter-relações entre o homem, o trabalho e a organização iniciou-se em 1950 com os trabalhos de pesquisa de Eric Trist, que objetivando tornar a vida do trabalhador menos penosa, centrou seus estudos nestas inter-relações (homem, trabalho, organização) reestruturando as tarefas. (RODRIGUES, 1994; FERNANDES, 1996).

Chiavenato (1999) refere que o termo QVT foi cunhado por Louis Davis na década de 1970 e refletia a preocupação com o bem estar geral e a saúde dos indivíduos no desempenho de suas funções.

Segundo Rodrigues (1994) desde a década de 50 até os dias atuais, a QVT tomou vários caminhos, com diferentes abordagens enfatizando, ora a reação individual do trabalhador às experiências de trabalho, ora a melhoria das condições e ambientes de trabalho.

Guimarães *et al* (2004) referem que a temática da QVT assume maior relevância na década de 70, quando ocorre um esgotamento da organização do trabalho taylorista/fordista, ao qual relaciona-se um aumento de absenteísmo, da insatisfação no trabalho e da não aderência dos trabalhadores às metas definidas.

Muitos estudiosos apresentam propostas de modelos organizacionais visando superar essa problemática, ou seja, a busca de um equilíbrio entre os objetivos organizacionais e os objetivos do trabalhador, como Walton (1973) que indica oito categorias necessárias para contemplar a QVT:

1. remuneração justa e adequada
2. condições de trabalho
3. desenvolvimento de capacidades
4. oportunidade de crescimento
5. integração social
6. constitucionalismo (salvaguarda dos direitos trabalhistas)
7. equilíbrio entre vida e trabalho
8. relevância social do trabalho

Segundo o mesmo autor essas categorias funcionam como mediadores entre o exercício funcional e o bem estar do trabalhador podendo proporcionar uma melhor QVT, porém existe um limite principalmente relativo a carga de trabalho.

Oferecer “alguns privilégios” é tomar o bem mais precioso: o tempo. Esta troca é desumana e oculta o objetivo final que é a exagerada produtividade e o lucro. Antunes (1995) citando o modelo japonês de organização do trabalho pontua que o mesmo reduz a autonomia nas relações de trabalho e adquire um controle importante da vida extraprofissional, pela rigorosa utilização do tempo a serviço da empresa.

Para Sennett (2004) o fato das empresas americanas oferecerem um ambiente de trabalho mais humano na atualidade é meramente ilusório. O ambiente de trabalho moderno, com ênfase

nos trabalhos a curto prazo na execução de projetos e na flexibilidade, não permitem que as pessoas desenvolvam experiências ou construam uma narrativa coerente para suas vidas. Essa forma de trabalho impede a estabilidade necessária para uma adequada formação do caráter, pois seu desenvolvimento depende de virtudes tais como: lealdade, confiança, comprometimento e ajuda mútua. Sennett (2004, p.117) acrescenta que: “a flecha do tempo se partiu, não tem trajetória numa economia política continuamente replanejada, que detesta rotina, e de curto prazo: as pessoas sentem falta de relações humanas constantes e de objetivos duráveis”. O mesmo autor, referindo-se á ética do trabalho diz que:

(...) a ética do trabalho é a arena em que mais se contesta hoje a profundidade da experiência (...) a ética do trabalho, como a entendemos comumente, afirma o uso autodisciplinado de nosso tempo e o valor da satisfação adiada (SENNETT, 2004, p.118).

Ao longo da história, a noção de QVT passa por mudanças e inclusões. Diferentes autores apresentam categorias e fatores que devem ser contemplados, objetivando o bem estar daqueles que trabalham, provavelmente pautados por diferentes ideologias. Nadler e Lawler (1983) introduzem ao conceito de QVT a participação do trabalhador. Já Ciborra e Lanzara (1985) incorporam os fatores psicológicos ao conceito de QVT, e.g., o grau de criatividade, de autonomia, fatores organizativos e políticos, controle pessoal sobre o posto de trabalho e poder sobre o ambiente circundante. Rodrigues (1994) acrescenta ao conceito, a motivação e a satisfação do trabalhador, enquanto para Sato (1999) a QVT, além de resgatar noções como motivação, satisfação, contempla desta feita, saúde e segurança no trabalho envolvendo discussões mais recentes sobre novas formas de organização do trabalho e novas tecnologias.

Segundo Guimarães *et al.* (2004, p.214) as abordagens teóricas preferenciais nas quais estão centradas grande parte das investigações sobre QVT, que por sua vez subsidiam a operacionalização das práticas gestoras nas organizações, são encontradas nas Teorias da Administração, na Saúde Ocupacional, na Psicologia da Saúde, ou na Psicologia Organizacional. Prosseguem os autores: “é como se existissem efetivamente, várias Qualidades de Vida no

Trabalho, algumas possivelmente complementares e não excludentes, outras, muitas vezes inconciliáveis e contraditórias”.

## Capítulo 2 – Saúde Mental e Trabalho

### 2.1 Saúde Mental

É tarefa complexa definir Saúde Mental a partir de uma perspectiva transcultural, dadas as distintas definições elaboradas por diferentes pesquisadores. Os conceitos de Saúde Mental abrangem entre outros, o bem estar subjetivo, a auto-eficácia percebida, a autonomia, a competência, a dependência intergeracional e a auto-realização. (OMS/OPAS, 2001).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS/OPAS, 2001) a Saúde Mental é tão importante quanto à saúde física, embora estimativas apontem que os transtornos mentais e comportamentais correspondem a 12% das doenças do mundo e as verbas orçamentárias para a saúde mental na maioria dos países representam menos de 1% dos gastos totais em saúde. Isso significa que dos 450 milhões de pessoas que sofrem de transtornos mentais e comportamentais, apenas uma minoria está recebendo tratamento.

Os avanços na neurociência, na genética e na medicina do comportamento permitem compreender melhor o funcionamento cerebral, o funcionamento fisiológico e o funcionamento social do ser humano.

Os transtornos mentais e de comportamento resultam de uma complexa interação de fatores biológicos, psicológicos e sociais.

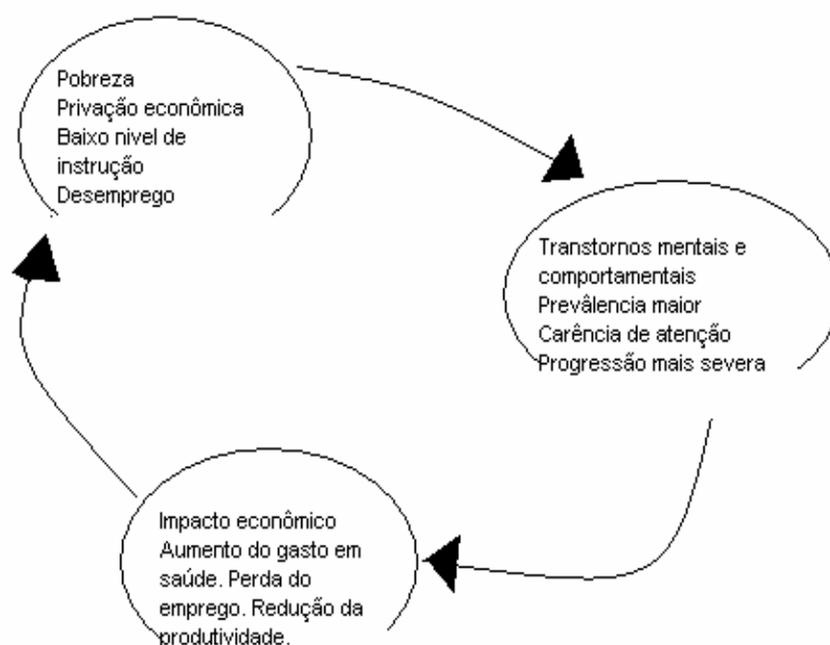
- **Quanto aos fatores biológicos** - Lewis e Lieberman (2000) demonstram a associação dos transtornos mentais e comportamentais com perturbações da comunicação neural no interior de circuitos específicos. Na esquizofrenia, anormalidades na maturação dos circuitos neurais podem produzir alterações detectáveis na patologia no nível das células e nos tecidos, as quais resultam no processamento incorreto ou mal adaptativo de informações. Os avanços na genética com estudos familiares longitudinais demonstram que os transtornos mentais e comportamentais graves comuns estão associados com um

significativo componente de risco genético. Os transtornos mentais e comportamentais devem-se predominantemente à interação de múltiplos genes de risco com fatores ambientais. Podem ser considerados como fatores ambientais: a exposição a substâncias psicoativas no estado fetal, até a desnutrição, infecção, perturbação no ambiente familiar, abandono, isolamento e trauma. (OMS/OPAS, 2001). Os estudos consideram também que a idade e o sexo estão associados aos transtornos mentais e comportamentais;

- **Fatores psicológicos** - a OMS (2001) aponta alguns “achados” importantes do ponto de vista psicológico individual, que ocorreram principalmente no século XX na compreensão da saúde/doença mental, e.g., os cuidados atenciosos, afetuosos e estáveis dos pais ou provedores na primeira infância que permitem ao lactente e à criança desenvolver normalmente funções como a linguagem, o intelecto e a regulação emocional. Os estudos foram realizados em instituições que acolhiam crianças órfãs. Embora as crianças recebessem alimentação adequada e atenção física, tinham grandes chances de apresentar graves prejuízos na interação com as outras, na expressividade emocional e na maneira de fazer face adaptativamente a ocorrências estressantes. Em alguns casos verificaram-se também déficits intelectuais. Outro “achado” chave é que o comportamento humano é configurado em parte através de interações com o meio natural ou social. As pessoas têm mais possibilidade de praticar comportamentos que são recompensados em seu meio do que os que são castigados ou ignorados. O processo de formação e aprendizagem pode facilitar a adaptação da pessoa e quando há transtornos mentais e comportamentais é possível alterar padrões mal adaptativos de pensamentos e comportamentos. A ciência psicológica mostra que certos tipos de transtornos como ansiedade e depressão, podem ocorrer em consequência da incapacidade em fazer face adaptativamente a uma ocorrência vital estressante.

- **Fatores sociais**- existe uma relação complexa e multidimensional entre a pobreza e a saúde mental. A OMS (2001) coloca como pobreza, as condições associadas a ela, como o desemprego, o baixo nível de instrução, a privação e o desabrigo. Os pobres e os

desfavorecidos apresentam uma prevalência maior de transtornos mentais e comportamentais, inclusive os transtornos do uso de substâncias. Propõe que os fatores sociais sugerem um círculo vicioso da pobreza e dos transtornos mentais, que pode ser visto a seguir:



**Figura 1 O círculo vicioso da pobreza e dos transtornos mentais (OMS/OPAS, 2001, p. 40)**

Uma parte significativa dos transtornos mentais e comportamentais está relacionada ao trabalho. Rocha e Glina (2000 *apud* FERREIRA JR., 2000) apontam um informe da OMS que refere que cerca de 5 a 10% de trabalhadores sofrem de problemas de saúde mental e que 30% sofrem de algum tipo de desconforto psicossocial.

## **2.2. Sobre o trabalho**

### **2.2.1. Breve Histórico**

Um dos livros mais antigos que se tem notícia, chamado “Gilgamesh, rei de Uruk” foi escrito em “cuneiforme” pelos sumérios, civilização desaparecida à milênios, que teria vivido no início do terceiro milênio antes de Cristo. Aos sumérios é atribuída a origem da escrita. Nas primeiras páginas já se menciona o trabalho. Tinham muitos deuses, como o deus do vento, do amor, da guerra, e esses deuses conviviam diretamente com os humanos. Cada divindade era senhora de sua própria cidade, suas terras, seus homens e do produto do trabalho. Era a divindade que organizava e controlava a produção dos agricultores e artesãos, que armazenava as riquezas no período de fartura para redistribuí-las nos momentos de escassez, que dirigia a vida das pessoas, monopolizava o saber e governava as cidades (TAMEN, 1992).

A Bíblia, provavelmente um dos livros mais lidos no mundo em Gênesis determina um castigo aos “pecadores” Adão e Eva, quanto ao gênero e quanto ao trabalho: “(...) Deus disse à mulher: farei com que, na gravidez, tenha grandes sofrimentos; é com dor que hás de gerar filhos. Teu desejo te impelirá para o teu homem, e este te dominará”. E Deus disse ao homem:

Por teres escutado a voz de tua mulher e ter comido da árvore da qual eu te havia formalmente prescrito não comer, o solo será maldito por sua causa. É com fadiga que te alimentarás dele todos os dias da tua vida; ele fará germinar para ti espinho e cardo, e tu comerás a erva do campo. No suor do teu rosto comerás o pão, até voltares ao solo, pois dele foste tirado. (GÊNESIS, cap.3, v. 16-19).

Pode-se observar no texto acima que o Trabalho é visto como punição para o pecado, originando-se desde há milênios o conceito de trabalho como fonte de sofrimento.

Para os gregos da antiguidade o trabalho embrutecia o espírito, então toda tarefa manual e pesada era realizada pelos escravos, enquanto o trabalho intelectual, era virtuoso e pertencente aos pensadores. Na história das civilizações, o trabalho passa por vários significados. Nos

grandes impérios da antiguidade, e.g., o egípcio, o grego e o inca, entre outros, destacam-se dois pontos importantes em relação ao trabalho: a escravidão e a separação social em castas.

Lafer (1990) traduziu um livro antigo, do pensador, escritor e poeta grego Hesíodo, que viveu aproximadamente em 700 a.C., que se intitula “Os trabalhos e os dias” que enaltece o trabalho e condena o ócio. Abaixo, passagem do livro que representa o posicionamento do autor:

Mas tu, lembrando sempre do nosso conselho,  
trabalha, ó Perses, divina progênie, para que a fome  
te deteste e que te queira bem a coroadada e veneranda  
Deméter, enchendo-te de alimentos o celeiro,  
pois a fome é sempre do ocioso companheira..  
O trabalho desonra nenhuma. O ócio desonra é.

(HESÍODO, VIII-VII aC, *apud* LAFER, 1990, p. 45)

Toffler (1980) faz uma divisão da civilização em três grandes ondas referentes ao trabalho: a primeira onda se refere ao aparecimento da agricultura e data de 8000 a.C. até aproximadamente 1750 d.C., um longo período de 10.000 anos, onde o homem passou a partir do desenvolvimento agrícola a construir o desenvolvimento social, formar aldeias, depois vilas e cidades.

A segunda onda se desenvolveu a partir de 1750 d.C. inicialmente na Europa, com a Revolução Industrial. Houve uma explosão do conhecimento tecnológico e científico de tal monta que mudou completamente a relação do homem com o trabalho, as relações políticas, sociais e a forma de viver. A industrialização multiplicou os meios de produção e também de rendimentos. As tentativas de se produzir objetos de consumo não encontrados na natureza, aceleraram o avanço e fortaleceram o capitalismo. Indistintamente, homens, mulheres e crianças são contratados para o trabalho infatigável das máquinas e também se tornam engrenagens, pois se antes o trabalho artesanal permitia ao trabalhador administrar seu tempo, controlar a sua produção e se integrar ao processo criativo, agora já não é mais possível. As máquinas é que determinam o tempo, a divisão de tarefas e o trabalho em série absorvem o processo criativo do todo, e não permitem ao trabalhador uma relação completa com aquilo que produz, não

possibilitando também, o desenvolvimento de novas habilidades. De acordo com a utilização do tempo a serviço da empresa, as relações pessoais, familiares e sociais podem ser prejudicadas.

A terceira onda surge basicamente do avanço científico, com a informática, a mecânica do *quantum*, a biologia molecular, as ciências espaciais, entre outras. As empresas começam a se modificar a partir de 1950, com esta nova tecnologia. O mundo se torna uma grande *aldeia global*, onde a informação e o conhecimento são vendidos por poderosos grupos econômicos. Se antes a natureza determinava o valor de uma safra de produtos pela ocorrência de catástrofes, chuvas e secas, hoje, a economia de mercado, a bolsa de valores, a ciranda econômica determinam-nas com igual ou maior força.

### **2.2.2 O significado do trabalho**

O trabalho tem um papel importante na vida da maioria das pessoas e vários significados: sustento, realização, reconhecimento, relações sociais entre outros. Possui também significados mais profundos, tais como, a identidade e a auto-afirmação, o sentimento de ser pertencente e útil à comunidade, de crescimento contínuo e amadurecimento emocional.

De acordo com Warr (1994) o trabalho pode ter uma repercussão substancial no bem estar afetivo dos trabalhadores, e por sua vez a qualidade do bem estar no trabalho influi no comportamento e transcende o “eu mesmo”, a vida familiar e social. É um componente que pode atuar como um fator de proteção à saúde, porém as condições de trabalho podem afetar seriamente a saúde dos trabalhadores. O trabalho, portanto, pode ter significados distintos:

**1. Positivo** - como fonte de satisfação e prazer, de facilitador da saúde, de reconhecimento, de auto-estima, de aquisição de bens e riquezas materiais, propiciador de vínculos afetivos e sociais. Na história da ciência e da arte, existem várias biografias em que o trabalho foi o sentido primeiro de vida, e.g., a vida do casal Marie e Pierre Curie cuja moradia era o galpão de trabalho em condições precárias, úmido, sem

assoalho e com o telhado cheio de goteiras. Não tinham dinheiro, não tinham laboratório, era como criar do nada. O trabalho era exaustivo, no entanto em suas notas Marie escreve “naquele miserável galpão, passamos os dias mais felizes de nossa vida, inteiramente dedicados ao trabalho”. (CHASSOT, 1994, p. 154).

Na valoração de muitas pessoas, o significado do trabalho vai além das condições de trabalho. Delgado (1994) considera a atividade laboral como um recurso fundamental que pode ser terapêutico para a reabilitação de doentes mentais, podendo ser visto como uma ferramenta para a readaptação social.

**2. Negativo** - como gerador de sofrimento, exploração, doença e até mesmo a morte. O trabalho pode contribuir para o aparecimento de perturbações que podem ser expressas em termos psicossociais, psicossomáticos ou psiquiátricos (AREIAS, 1999). São bastante comuns em nosso meio, as denúncias de trabalho infantil, de trabalho escravo ou de condições de trabalho degradantes. A ciranda econômica que produz miséria e desemprego leva a uma massa de pessoas a deixarem seus talentos de lado em busca de sua sobrevivência.

### **2.3.- Saúde Mental e Trabalho**

As relações entre Saúde Mental e Trabalho têm se estruturado como um novo campo de estudos complexo e interdisciplinar que tem assumido cada vez maior importância para os saberes e práticas dos profissionais das áreas da saúde e da produção, assim como para as organizações, que buscam condições mais saudáveis de trabalho para seus funcionários.

#### **2.3.1.- Diferentes abordagens**

Pesquisadores como Dejours (1992, p.133) buscam a compreensão da relação Saúde Mental e trabalho desde 1987. O autor propõe uma abordagem psicodinâmica do trabalho, apontando para o fato de que:

A organização do trabalho exerce sobre o homem uma ação específica, cujo impacto é o aparelho psíquico. Em certas condições, emerge um sofrimento que pode ser atribuído ao choque entre uma história individual, portadora de projetos, de esperanças e desejos, e uma organização do trabalho que os ignora. Esse sofrimento, de natureza mental, começa quando o homem no trabalho, já não pode fazer nenhuma modificação na sua tarefa, no sentido de torná-la mais conforme as suas necessidades fisiológicas e a seus desejos psicológicos – isso é, quando a relação homem-trabalho é bloqueada.

A outra importante abordagem teórica desta área do conhecimento é a denominada Estresse Ocupacional (*Work Stress*). Existem nessa concepção diversos modelos, que por sua vez, possibilitam diversos métodos de prevenção e intervenção. Para os propósitos desta investigação, somente serão descritos somente 4 modelos entre aqueles com maior utilização na literatura internacional:

- O modelo ERI – (*Effort-Reward Imbalance*) (SIEGRIST, 1990, 1996)- Postula que o desequilíbrio entre esforço e recompensa no trabalho é o principal fator de risco para a ocorrência do estresse ocupacional. (GUIMARÃES, SIEGRIST e MARTINS, 2004);
- O modelo proposto pelo NIOSH- *National Institute of Occupational and Safety Health* (SAUTER *et al.*, 1998). É um marco para a saúde pública e é considerado coerente para a intervenção preventiva, pois, ao mesmo tempo em que considera a importância das diferenças individuais, coloca os fatores estressantes como uma ameaça para as pessoas a maior parte do tempo. Propõe a redução ou a erradicação dos ambientes patogênicos ou a retirada do trabalhador a esta exposição. Postula ainda que, a enfermidade pode aparecer quando as exigências do trabalho não se ajustam às expectativas ou capacidades do trabalhador;
- O modelo Demanda-Controle (D/C) (KARASEK, 1998)- Define que a tensão no trabalho (*job strain*) ocorre quando a demanda é alta e a margem de tomada de decisão é baixa, expondo à conseqüências deletérias à saúde, tais como, hipertensão e outras doenças cardiovasculares. (SCHNALL, LANDERBERGIS e BAKER, 1994) e
- O modelo teórico ocupacional proposto por Frankenhauser (1996 *apud* SAMPAIO e GUIMARÃES, 2004) denominado *esforço-distréss* que fornece bases sólidas para o

entendimento de uma importante característica do trabalho do jornalista: a sobrecarga quantitativa de trabalho. O postulado central do modelo aponta para a integração de métodos e conceitos da psicologia biológica e social no estudo do estresse e de suas respostas fisiológicas, abordando o sistema neuroendócrino e as respostas cardiovasculares em sua relação com o ambiente psicossocial do trabalho.

Para Levi, Frankenhauser e Gardell (1986) a sobrecarga quantitativa refere-se a uma grande quantidade de trabalho em um período determinado. O conceito de carga de trabalho tem sido descrito como “o conjunto de requisitos psicofísicos a que o trabalhador é submetido ao longo de sua jornada de trabalho”. Quando a carga é excessiva aparece a fadiga, que é a diminuição da capacidade física e mental.

Para um melhor entendimento do processo que envolve o estresse, abaixo são descritas de forma resumida, informações que podem ser de utilidade para o público leigo e não versado no tema.

A palavra “estresse” é derivada do latim e segundo Spielberg (1979) foi utilizada pela primeira vez no sentido psicológico no século XVII, como expressão de adversidade, desconforto e opressão. Entretanto, foi Seyle (1965) quem definiu em 1936 o termo estresse como uma síndrome que ele chamou de Síndrome Geral de Adaptação (SGA) ou Síndrome do Estresse Biológico. Seyle era um médico endocrinologista e verificou que frente a agentes estressores a pessoa apresentava um conjunto de reações fisiológicas, as quais agrupou em três fases:

1. fase de alarme ou alerta;
2. fase de adaptação ou resistência;
3. fase de exaustão ou esgotamento.

A fase de alarme ou alerta, inicia-se quando a pessoa se defronta com um agente estressor e apresenta algumas reações como: taquicardia, respiração ofegante, sudorese, entre outros sintomas.

No momento em que o organismo se defronta com um agente estressor, ele se prepara para lutar ou fugir ocorrendo uma quebra da homeostase, uma ação exacerbada do sistema nervoso simpático e a desaceleração do sistema nervoso parassimpático. Essas reações

constituem-se em defesas naturais do organismo frente a situações que solicitam prontidão ou atuação com urgência.

Se a situação ou o agente estressor é de curta duração ou não tão intenso, ou ainda interpretado de uma forma mais branda, a adrenalina pode ser eliminada e ocorre novamente a restauração da homeostase, voltando a pessoa ao seu bem estar. Caso a prontidão fisiológica seja excessiva ou desnecessária e se o estressor perdurar, a pessoa pode entrar na fase de adaptação ou resistência que ocorre quando o organismo tenta se recuperar do desequilíbrio. Além disso, apresenta sinais de cansaço excessivo, esquecimento, e dúvidas quanto a si própria. A energia adaptativa de reserva é usada na tentativa do organismo se restabelecer, se recuperar. De acordo com sua reserva ela pode se recuperar através da adaptação ou então pode se tornar mais enfraquecida, inclusive mais vulnerável a doenças.

A fase mais perigosa é a terceira, que é a de exaustão ou esgotamento, quando não ocorre a adaptação do organismo, ou ainda quando o estressor é contínuo ou de longa duração, havendo um intenso esgotamento físico e psicológico que pode levar o organismo a doenças físicas e psicológicas, como a depressão.

Estudos multidisciplinares têm relacionado a Saúde Mental ao Trabalho. As investigações epidemiológicas realizadas em população ativa ainda não são numerosas, porém, o impacto econômico dos problemas ligados à Saúde Mental do trabalhador tem levado os empregadores a considerar tanto os agravos físicos como os mentais, de maneira nunca antes observada (GUIMARÃES *et al*, 1999; AREIAS, 1999).

O estresse ocupacional tem sido considerado uma das principais causas da incapacidade laboral na América do Norte e na Europa (*Northwestern National Life*, 1991) e segundo informe da Fundação Européia para Melhoria das Condições de Vida e do Trabalho (1992) a proporção de trabalhadores que se queixa de problemas organizacionais, os quais propiciam o aparecimento do estresse é superior a dos que se queixam de problemas físicos. Há que se considerar estas condições e suas repercussões na qualidade de vida do trabalhador.

Paoli (1992) realizou um estudo com trabalhadores de 12 países da União Européia entre os anos de 1991 e 1992 e observou que, neste período, 30% da força de trabalho considerava seu trabalho como um risco para sua saúde, sendo que 23 milhões de pessoas trabalhavam à noite, (mais de 25% das horas totais trabalhadas) que uma em cada três pessoas assinalava que seu

trabalho era repetitivo e monótono, que um em cada cinco homens e uma em cada seis mulheres trabalhavam sobre pressão constante de tempo, e que um em cada quatro trabalhadores suportava uma forte carga física ou trabalhava em postura forçada mais da metade de sua jornada de trabalho.

Para Bridges (1995) as mudanças ocorridas no mundo do trabalho têm sido intensas, sobretudo nos últimos 20 anos. São introduzido progressivamente processos cada vez mais sofisticados de controle de qualidade, minimização de custos e barateamento de produtos, alta tecnologia, ou tecnologia de ponta, desenvolvendo-se a robótica, a precisão, de tal forma que, robôs cirurgiões vão sendo instalados nos hospitais; máquinas que plantam, adubam e colhem, nas fazendas, e outros em todos os ramos, com o propósito de melhorar a qualidade de vida, produzir mais conforto, e obviamente permitir ao homem, uma vida com mais lazer e prazer, isto sendo verdade para poucos. CRONN *et al.* (2002) acrescenta que os empregados tendem a trabalhar muito mais do que é aconselhável e quando o fazem, nem sempre o esforço é proporcional à recompensa.

### **2.3.2 Fatores psicossociais de risco**

Villalobos (1999) fala que os fatores psicossociais de risco devem ser entendidos como “toda condição que a pessoa experimenta enquanto se relaciona com seu meio e com a sociedade que a rodeia, não se constituindo em risco até o momento em que se converta em algo nocivo para o bem estar e a saúde ou quando desequilibra a sua relação com o trabalho ou meio”.

Um relatório elaborado pela Agência Européia para a Segurança e Saúde no Trabalho, denominado *How to tackle psychosocial issues and reduce work-related stress* (2002) refere que na União Européia, mais de um em cada quatro trabalhadores é afetado por problemas de estresse no trabalho. Acrescenta que o estresse no trabalho e os demais riscos psicossociais foram o tema central da Semana Européia da Segurança e Saúde no Trabalho em 2002.

Sauter *et al.* (1998) colocam como principais fatores psicossociais de risco organizacionais e ambientais:

- sobrecarga quantitativa

- insuficiente carga qualitativa
- conflito de papéis
- falta de controle sobre a situação pessoal
- falta de apoio social
- estressores físicos e ambientais

Um informe da OIT/OMS (1998) define os fatores estressantes do trabalho como resultantes das interações entre o trabalho e o meio ambiente. Por um lado, situa a organização do trabalho e por outro, as capacidades do trabalhador, com suas necessidades, sua cultura e sua situação pessoal fora do trabalho, somada de suas percepções e experiências. Esses fatores em conjunto podem influir na saúde, no rendimento e na satisfação do trabalhador podendo ser definidos como:

Fatores psicossociais de risco, organizacionais e ambientais são condições de trabalho ou relacionadas ao ambiente ocupacional, que levam o ser humano a enfermidades, causam perda de produtividade, grande prejuízo econômico e conseqüentemente deterioração da qualidade de vida (SAUTER *et al.*, 1998, p.34.2).

De acordo com Schaufeli e Salanova (2002) um estímulo potencialmente estressante pode conduzir a diferentes respostas emocionais em diferentes indivíduos, dependendo de sua valoração cognitiva sobre a situação, e de seus recursos. Assim sendo, uma situação de risco pode ser interpretada diferentemente pelas pessoas que a experienciam. É importante salientar que os processos psicológicos podem mediar os efeitos dos estressores sobre o bem-estar. Assim, o estresse ocupacional pode ser considerado como um processo no qual intervêm estressores ou demandas de trabalho de diversas ordens, conseqüências do estresse ou da tensão, e também os recursos da pessoa e de seu trabalho.

Quando os trabalhadores de um setor são expostos a agentes patogênicos, e.g., o pó de sílica, alguns adoecem mais cedo, outros mais tarde, e alguns apresentam uma imunidade maior.

O mesmo acontece com os fatores psicossociais de risco e organizacionais do trabalho: alguns os enfrentam, outros têm apoio e outros adoecem, portanto, mesmo sabendo da intrincada rede de fatores que desencadeiam os transtornos mentais, não considerar os fatores de risco externos seria analisar a problemática, de forma parcial.

Kalimo (1988) também fala sobre fatores psicossociais de riscos e afirma que o conflito de papéis, a insatisfação com o trabalho, a responsabilidade e os ruídos no ambiente de trabalho podem estar relacionados com o estresse ocupacional.

Poveda (1997) e Peiró (1999) são autores que se aprofundaram no estudo dos fatores psicossociais de risco organizacionais e do ambiente e propõe modalidades de gestões preventivas a partir da:

- identificação dos riscos e dos trabalhadores a eles expostos
- valorização qualitativa e quantitativa dos riscos
- determinação da necessidade de controlar, reduzir ou eliminar os riscos

Villalobos (1999) entende que o fator psicossocial de risco depende da valoração dada pela pessoa ao fator ou situação, a vulnerabilidade ao fator, as características individuais e as estratégias de enfrentamento disponíveis no nível individual, grupal e organizacional. O mesmo autor argumenta que uma concepção mais operativa dos fatores psicossociais de risco conduz à quantificação e a considerar as seguintes dimensões:

- 1- especificidade do momento em que se desencadeia
- 2- duração
- 3- frequência e repetição e
- 4- intensidade

Uma observação atenta ao universo do trabalho encontrará fatores de risco psicossocial diversificados, tais como: regionais, climáticos, territoriais, culturais, religiosos e políticos. O presente estudo com jornalistas, no entanto, focaliza os principais fatores psicossociais de risco associados ao exercício da função. Vézima e Gingra (1996) observaram num estudo epidemiológico, realizado nos Estados Unidos, que “os riscos à Saúde Mental são maiores para alguns setores e para determinadas ocupações, do que para outras”, o que se acredita seja verdadeiro para o grupo ocupacional aqui estudado: jornalistas.

### **2.3.2.1- Fatores psicossociais de risco específicos da profissão de jornalista.**

A profissão de jornalista tem sido considerada como das mais estressantes no mundo contemporâneo. Cooper (1997) estudando 104 profissões selecionou as 20 mais expostas aos fatores psicossociais que expõe ao risco para o estresse. No estudo, foi elaborada uma escala de 0 a 10 para medir o **estresse ocupacional**. Em primeiro lugar entre as profissões mais estressantes está a de mineiro (8.3), a segunda de policial (7.7) e em **terceiro lugar** com 7.5 na escala, as seguintes profissões: agente penitenciário, piloto de avião e **jornalista**. Os fatores psicossociais de risco podem interferir na Qualidade de Vida dos jornalistas e conseqüentemente em sua Saúde Mental.

Bolton (2003) do *National Center for PTSD Fact Sheet* refere que as profissões de foto-jornalista e a de repórter atendem a uma rotina de eventos inesperados como homicídios, acidentes de carro, desastres naturais, fome e guerra e que a exposição a eventos traumáticos a que esses profissionais estão sujeitos no exercício de suas funções se assemelha à dos médicos de emergência e dos bombeiros.

Collins (2001) constata o risco de estresse na função de jornalista em que os principais fatores de risco observados são:

- viagens e deslocamentos constantes;
- reportagens de eventos em circunstâncias climáticas e sociais adversas e perigosas;
- tensão repetida;

- estresse psicológico associado com o “fechamento da edição”.

Finer, Tomson e Byorkman (1997) estudaram 110 jornalistas suecos que escreviam especificamente sobre medicina e concluíram que os fatores de risco mais importantes para esses profissionais eram: as demandas profissionais auto-impostas, o estresse relativo à rapidez exigida na seleção e contextualização do material da notícia, uma vez que as reportagens feitas eram especificamente do meio médico como por e.g., falar sobre medicamentos. Os autores apontaram para a carga de responsabilidade dos jornalistas, afirmando que “esses profissionais, representam um papel chave na disseminação das informações sobre a saúde, e na instrução sobre o risco/benefício para a comunidade em geral”.

Bolton (2003) entrevistando jornalistas descreve que esses profissionais, que muitas vezes cobrem eventos traumáticos, sobretudo os correspondentes de guerra, não reconheciam até algum tempo atrás que o fato de serem testemunhas de mortes e sofrimento humano poderia (a longo prazo) trazer conseqüências deletérias à saúde dos mesmos. Esses jornalistas acreditavam que eram invulneráveis ou imunes a esses impactos traumáticos, dado que essas circunstâncias, são inerentes ao exercício de sua função. Hoje, acrescenta a autora, já existe um reconhecimento da profissão como das mais estressantes e nos Estados Unidos e em outros países, já existem centros de apoio a esses profissionais.

### **2.3.2.2 Entrevistas ilustrativas**

Objetivando contato direto com jornalistas (face a face) e na busca de uma melhor compreensão da atividade desses profissionais em nosso meio foram realizadas duas entrevistas, abertas e meramente ilustrativas (não contempladas como instrumentos de avaliação no método utilizado nesta investigação, portanto, cujos resultados não serão utilizados na discussão e conclusões) as quais estão incluídas na sessão referente a anexos: a primeira com um dos jornalistas mais jovens da amostra de estudo (anexo 4) e a segunda com o mais velho (anexo 5).

Os nomes dos jornalistas entrevistados são fictícios com o objetivo de proteger sua identidade, bem como dados pessoais e profissionais que eventualmente permitissem sua

identificação. O mais jovem dos dois (30 anos) aponta como fatores de risco à profissão: o ritmo de trabalho acelerado, os inúmeros *e-mails* que recebe diariamente (cerca de 200) e a dificuldade de selecioná-los rapidamente; o despreparo psicológico do jovem que termina seu curso de jornalismo para enfrentar eventos traumáticos tais como, estupros, acidentes automobilísticos entre outros. Já o mais velho (51 anos) aponta como fatores de risco para o estresse: o volume de trabalho, a intensidade dos fatos e a impotência do controle desses, a desilusão e a descrença sobre a melhora da realidade, uma vez que os fatos se repetem, as mesmas injustiças, as mesmas promessas, a busca da mídia por assuntos anômalos que dissociam o jornalista do sentimento de humanidade.

Pode-se dizer que, os fatores ocupacionais de risco conhecidos para esta profissão, com base em dados empíricos e da literatura são: 1) extensa jornada de trabalho; 2) as coberturas jornalísticas que envolvem conteúdo emocional, por vezes desgastantes, tais como: morte, doenças, abuso sexual, catástrofes e guerras, entre outras; 3) a não aceitação dos entrevistados; 4) o risco de integridade física; 5) a competitividade pela informação; 6) a premência e urgência do tempo (ritmo de trabalho); 7) a busca pela veracidade dos fatos; 8) a rapidez e precisão na seleção e interpretação da fala do entrevistado e 9) os turnos alternados.

O *European Journalist Centre* (2003) descreve os seguintes aspectos quanto às situações de perigo enfrentadas pelos jornalistas:

### **1- Definindo uma situação perigosa**

Uma situação perigosa pode ser definida como qualquer situação na qual um jornalista tem sua saúde física ou mental ou de sua família colocada em risco. Situações perigosas também ocorrem quando a saúde financeira do jornalista ou da organização para a qual trabalha é colocada em risco.

### **2- Avaliando uma situação perigosa**

Avaliar se uma situação é perigosa de fato, não é tão simples como possa parecer. Os jornalistas, de forma geral, parecem utilizar mais o seu instinto e emoção, do que a razão, para tomarem decisões. Por outro lado, a avaliação de riscos é uma das ferramentas mais importantes para um jornalista decidir quando continuar ou parar uma investigação ou informação, fazer uma

pausa, mudar de ambiente ou transferir sua tarefa para outra pessoa. Este é um tópico que exige mais atenção e também é um importante campo de treinamento na formação do jornalista.

### 3- Definindo o jornalista em perigo

Da mesma maneira que não é uma tarefa fácil definir se uma tarefa é perigosa e avaliar o quanto de fato ela possa ser perigosa, é difícil definir quais áreas de cobertura jornalística podem ser perigosas. Há categorias óbvias, tais como o jornalismo investigativo, criminal ou de guerra, mas também, pode ocorrer que o jornalista local, fazendo uma reportagem rotineira se depare com uma “informação-bombástica”, não prevista e de conteúdo que envolva riscos e ameaças para o mesmo.

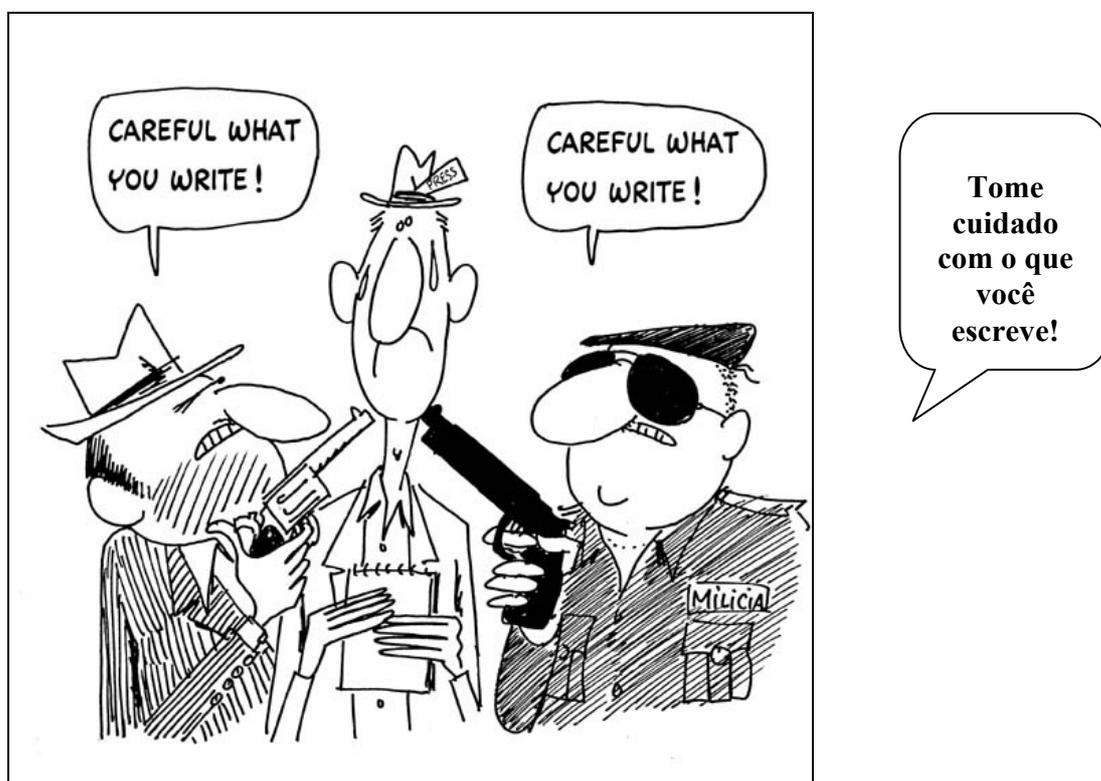


Figura 2- “O jornalista em constante exposição a situações de risco”

Dada a alta prevalência com que o jornalista está exposto ao risco de ocorrência do quadro de Transtorno por Estresse Pós-Traumático-TEPT (BOLTON, 2003), optou-se a seguir, por uma descrição de sua ocorrência, específica para grupo ocupacional.

### 2.3.3. O TEPT

O TEPT foi descrito pela primeira vez, segundo Braverman, (1998), na terceira edição do Manual de Diagnóstico e Estatística dos Transtornos Mentais (DSM-III) a partir de estudos realizados com ex-combatentes, em colaboração com a *American Psychiatric Association-APA* (1980). Este quadro afeta as pessoas que são expostas direta ou indiretamente a acidentes, desastres ou traumas, principalmente a situações repentinas e violentas, e pessoas que viveram situações de ameaça para sua vida e/ou para as pessoas do seu meio. Caracteriza-se por sintomas de retraimento psicológico e social, dificuldades para controlar as emoções, sobretudo a ira, e com recordações constantes e intrusivas da situação traumática.

O diagnóstico diferencial proposto pelo DSM-IV (1994) apresenta alguns critérios:

1. A pessoa deve ter sido exposta a um evento traumático que ocorreu nas seguintes circunstâncias:

- 1.1. Experimentou, presenciou ou enfrentou um acontecimento ameaçador para sua integridade física e/ou das pessoas de seu meio;
- 1.2. Respondeu a esse acontecimento com um medo intenso, impotência e horror.

2. O acontecimento traumático é experimentado persistentemente, da seguinte forma:

- 2.1. Reações psicológicas exageradas com as lembranças do acontecimento
- 2.2. Recordações angustiantes e intrusivas do acontecimento incluindo imagens, percepções e pensamentos
- 2.3. Sonhos angustiantes sobre o acontecimento
- 2.4. Condutas e sentimentos que aparecem como se o acontecimento estivesse se repetindo de novo
- 2.5. Mal estar psicológico intenso ao se ver em situações que simbolizam ou recordam os acontecimentos

3. Evita persistentemente os estímulos associados ao trauma e apresenta embotamento da capacidade geral de resposta (que não existia antes do acontecimento) por:

- 3.1. Esforços para evitar os pensamentos, sensações ou mesmo conversas associadas ao trauma
- 3.2. Esforço para evitar as atividades, lugares ou pessoas que despertam recordações do trauma
- 3.3. Incapacidade para recordar algum aspecto importante desse trauma
- 3.4. Diminuição de interesse em participar de atividades significativas
- 3.5. Sensação de distanciamento dos outros
- 3.6. Restrição de afetos (incapacidade de sentir amor)
- 3.7. Sensação de que seu futuro foi cortado, não fazendo mais planos

4. Sintomas que não existiam antes do trauma e se tornam persistentes:

- 4.1 Dificuldade para conciliar e manter o sono
- 4.2 Dificuldade de concentração
- 4.3 Hiper vigilância
- 4.4 Respostas de alarme exageradas

No diagnóstico de TEPT agudo a duração dos sintomas deve ser inferior a três meses, e no crônico deve ser igual ou superior a três meses ou de início tardio, quando os sintomas aparecem seis meses após o evento desencadeante.

Segundo a CID-10 (1992) o TEPT só deve ser diagnosticado se os sintomas surgiram no período de até seis meses após o evento traumático de muita gravidade.

Como podem ocorrer confusões diagnósticas quanto ao TEPT, o *National Center for PTSD* (2002) recomenda que se identifiquem três classes de sintomas:

1. que a pessoa reviva, re-experencie o evento traumático através de sonhos, de pensamentos ou lembranças com repetições de imagens intrusivas do evento traumático e de experiências dissociativas;

2. que haja um esforço intenso para evitar pensamentos, sentimentos ou situações relacionados com o evento traumático e também que haja sentimento de alienação, recusa ou inabilidade social e afetiva;

3. que fique em estado de alerta exagerado (e.g., o apito de uma fábrica “se torna” uma sirene do carro de bombeiro) que sofra com insônia ou distúrbios do sono, se irrite com facilidade e que apresente reações psicológicas exageradas, como explosões de raiva frente a situações do cotidiano ou mesmo na presença de lembranças do evento traumático.

Geralmente, a pessoa que é diagnosticada com TEPT, por todos os sintomas apresentados, acumula mais prejuízos ainda, tais como, como problemas conjugais e familiares, no trabalho e em todos os setores que compõe a sua vida. Também outros transtornos (co-morbidade) podem ser encontrados em pacientes com TEPT, tais como, transtorno obsessivo compulsivo (TOC), agorafobia, somatização e pânico. É importante um diagnóstico correto de TEPT, pois outros transtornos parecidos podem confundir o diagnóstico.

No ambiente de trabalho, os eventos traumáticos mais comuns de acordo com Braverman (1998) são: violência ou ameaça de violência, como assalto à mão armada, brigas entre os trabalhadores, acidentes de trabalho ou de trajeto graves com mortes, ou ainda problemas graves de saúde e morte repentina.

Freinkel, Koopman e Spiegel (1994) publicam um estudo com 18 jornalistas que presenciaram, como “testemunhas oculares” uma execução na câmara de gás ocorrida na

Califórnia, Estados Unidos. Os jornalistas tiveram preparação psicológica, ficaram em salas protegidas de qualquer risco físico e o evento foi sancionado socialmente. Enviou-se aos 18 jornalistas um questionário que media sintomas dissociativos e de estresse. Dos 18 jornalistas, 15 retornaram o instrumento, sendo 9 do sexo masculino e 6 do sexo feminino. A idade média dos jornalistas foi de 37,6 anos e a média de anos trabalhados na função, de 15,2. Apesar dos sintomas não terem perdurado por longo tempo, 50% deles experienciaram sintomas dissociativos do tipo “eu vi, ouvi ou senti, coisas que não estavam realmente lá” e ainda 60% se sentiram “estranhos e diferentes”.

Mcmahon (2001) estudou dois grupos de jornalistas: o primeiro grupo, nos últimos três anos, havia feito reportagens de eventos traumáticos como reportagens de guerra, homicídios, roubo a bancos, rebeliões e estupros. O segundo grupo não havia feito reportagens de eventos traumáticos no período. O estudo indicou que o primeiro grupo apresentou angústia, idéias intrusivas do evento e sintomas de depressão, sendo que, alguns deles relataram que os sintomas persistiram durante vários anos, enquanto o segundo grupo não apresentou tais sintomas.

Pyevich, Newman e Daleiden (2003) também examinaram o impacto causado aos jornalistas que cobriam eventos traumáticos e compararam com outros não expostos, concluindo que, quanto maior a exposição a tais eventos, maior a severidade dos sintomas. Os sintomas relacionados ao TEPT foram maiores no grupo exposto a eventos traumáticos do que no grupo não exposto. Na mesma linha de raciocínio, Feinstein, Owen e Blair (2002) compararam 140 jornalistas que haviam feito reportagens em pelo menos uma guerra e 107 jornalistas não expostos a tal evento. Os correspondentes de guerra evidenciaram um maior consumo semanal de álcool e mais sintomas de depressão e TEPT do que os não correspondentes de guerra. Além disso, os níveis de prevalência de depressão (21,4%) e de TEPT (28,6%) dos correspondentes de guerra excederam os encontrados na população geral.

#### **2.3.4- A importância do apoio social**

Existem fatores que podem atuar com protetores ou mesmo neutralizadores do impacto dos eventos estressantes. Neste estudo, será abordado aquele que tem merecido na atualidade grande atenção dos estudiosos da área, o apoio ou suporte social.

Foi na década de 70 que os profissionais da Saúde Pública e os epidemiólogos descobriram a importância do apoio social, ao estudar as relações causais entre estresse, mortalidade e morbidade (COBB, 1976). Nesta direção, Cassel (1976) observa que tanto as pessoas como os animais que experimentam estresse significativo em companhia de um semelhante parecem sofrer menos consequências adversas que os indivíduos e animais que estavam sós. O autor conclui que o apoio social pode atuar como elemento de proteção contra o estresse.

Cobb (1976) amplia esse conceito ao observar que a simples presença do outro não supõe um apoio social, é necessário um intercâmbio de “informação”, que compõe três categorias:

- Informação que induz a pessoa a sentir-se querida ou cuidada (apoio emocional);
- Informação que produz a sensação de ser estimado e valorizado (apoio de estima);
- Informação que fomenta o sentimento de pertencer a um sistema de intercomunicação e de obrigações recíprocas.

O apoio social, portanto, pode incrementar a capacidade de enfrentamento e facilitar a adaptação da pessoa ao seu meio.

Para Hirsh (1980) o apoio social é composto por cinco elementos: **1) apoio emocional:** cuidados, comodidade, amor, afeto e compreensão; **2) estímulo:** elogio, cumplicidade e esperança; **3) assessoramento:** informações úteis para resolução de problemas; **4) companhia:** passar o tempo em companhia das pessoas, ajuda a diminuir o sentimento de solidão; **5) instrumental:** recursos materiais, dinheiro para a realização de tarefas e recursos financeiros que aliviam as pessoas de suas cargas.

House (1981) utiliza outro marco de referência para a análise do apoio social no contexto do estresse relacionado ao trabalho, apontando os seguintes fatores como componentes do mesmo: **1) emocional:** empatia, amor, cuidados, confiança, estima e interesse; **2) evolutivo:** informações aplicáveis à auto evolução, retroinformação proporcionada por terceiros que facilitem a afirmação pessoal; **3) informativo:** sugestões e informações úteis para a resolução de problemas e **4) instrumental:** assistência direta através de dinheiro, tempo e trabalho. O autor

afirma que, de todos os itens, o apoio emocional é o mais importante e no ambiente ocupacional, o apoio dos supervisores é o fator principal, seguido pelo apoio dos companheiros.

Ostermann e Gutiérrez (1992) e Areias (1999) apontam para a seguinte tendência: a saúde mental aumenta conforme aumentam os fatores de apoio e conforme diminuem os fatores de estresse no trabalho, social e pessoal. Segundo os autores, o apoio social, no trabalho e na esfera pessoal pode funcionar como fator de proteção que minimiza ou até anula o risco de ocorrência do estresse. Por outro lado, sua ausência pode trazer repercussões deletérias à Saúde Mental.

Cohen e Syme (1985) postulam que o apoio social não é um fator definido e estático, pelo contrário é fluídico, e em alguns casos pode até exacerbar o evento estressor. Os autores alertam para a possibilidade de que um apoio social contínuo pode gerar um sentimento de dependência e até mesmo reduzir o nível de auto-estima.

Apesar do conceito de apoio social ser muito utilizado em psicologia clínica, seu estudo nos ambientes de trabalho é recente e carece de maior precisão quanto a aspectos teórico-conceituais.

## Capítulo 3 - O jornalismo e os jornalistas

### 3.1.-O impacto das novas tecnologias e o “novo” jornalismo

Segundo Pavlik (2000) a crescente capacidade de desempenho dos computadores pessoais, dos telefones celulares e de outros dispositivos das Tecnologias de Comunicação de Informações (ICTs), o desenvolvimento de satélites, cabos e outras redes, o aumento da potência das “bandas-largas”, têm gerado novas formas de funcionamento das mídias, dos produtos de entretenimento e de serviços disponíveis. Segundo o mesmo autor, a reestruturação da mídia e das indústrias de entretenimento apresenta uma tendência à formação de uma indústria integrada de informação, na qual o termo convergência tem sido amplamente utilizado.

Para Demers (1996) esta convergência está baseada em inovações tecnológicas nas áreas da microeletrônica, computação e telecomunicações. Por digitalização, todos os tipos de dados (independentemente de sua origem) podem ser manipulados e integrados em uma base comum de informação. Além disso, o desenvolvimento da fibra óptica e da tecnologia de satélites criou a possibilidade de transmissão rápida de quantidades crescentes de informação, por segundo. O desenvolvimento de circuitos integrados e a capacidade exponencialmente crescente dos *microchips* também foram cruciais para a comunicação de dados, integrando os diferentes tipos de comunicação eletrônica.

O computador e o *modem*, junto com muitos outros *hardwares* (equipamentos) das ICTs e inovações de *softwares* (programas) e serviços situam-nos em uma fase de desenvolvimento importante da história da comunicação humana chamada "a sociedade da informação" por Bardoel (1996), transformando a forma como na atualidade se trabalha na mídia e nas indústrias de entretenimento. As bases para uma informação globalizada foram estabelecidas anos atrás, contemplando um complexo sistema que inclui televisão, rádio, cabo, satélites e computadores que transmitem em rede, microondas, telegrafia digital sem fio, sistemas de telefonia, rádio celular e móvel, transmissão em rede e outros sistemas que passam informação, dados, materiais audiovisuais e comunicações (PAVLIK, 2000).

Para Trench e Quinn (2003) as pessoas diariamente recebem, armazenam, processam, exibem e enviam uma variedade de textos, sons e imagens, inclusive filmes, televisão e programas de rádio pelo país e ao redor do mundo. Na atualidade, o principal desafio que se apresenta é a integração destes diversos elementos discrepantes, em alta velocidade, de forma interativa, totalmente digital, utilizando banda larga e, assegurando seu alcance a todas as partes do mundo onde sejam necessários e colocados à disposição de tantas pessoas, quanto possível.

Nos países industrializados a transformação dos processos de trabalho trouxe importantes conseqüências para várias categorias tradicionais de trabalho, sobretudo para os jornalistas. (KATS, 2000). Em países em desenvolvimento como o Brasil, é possível que tais transformações estejam em fases anteriores e ocorrendo mais lentamente, embora com a velocidade do processo de informação, isso seja duvidoso. Cabe ressaltar, no entanto, que o conhecimento antecipado acerca das conseqüências destas transformações na vida e no trabalho dos jornalistas em nosso meio, poderá viabilizar planejamentos preventivos que permitam transições mais suportivas e menos traumáticas, evitando-se a estes profissionais, os mesmos prejuízos já conhecidos junto a seus pares de países desenvolvidos.

Schmid (1998) acrescenta que as novas tecnologias têm exigido que os jornalistas aprendam novas habilidades, tais como, procuras na *Web* (páginas na *Internet*) e realizar entrevistas através de *e-mails*, afetando a forma como os mesmos exercem seu trabalho, na medida em que também ocorre necessário redimensionamento dos limites entre trabalho e lazer, ou seja, os jornalistas agora podem trabalhar a qualquer hora, especialmente se tiverem acesso à *Internet* em casa.



**Figura 3- “Da máquina de escrever ao computador: impacto”.**

Segundo Gauntlett (2000) para a grande maioria dos jornalistas, as habilidades jornalísticas tradicionais ainda são consideradas importantes e devem ser mantidas: checar informações e fatos e, quando possível, entrar em contato direto com as fontes; perseguir os “furos de reportagem”; não aceitar uma primeira impressão indo ao “cerne” da informação, entre outras. O autor acrescenta que estas habilidades sempre foram fundamentais e valorizadas por estes profissionais desde os primórdios da profissão, e mesmo com toda a tecnologia atual, acreditam que as mesmas jamais poderão ser substituídas. Em concordância, White (1998) afirma que sempre haverá a necessidade da existência dos jornalistas, pontuando que a forma como é realizado o seu trabalho e que as ferramentas usadas para tal, podem mudar dramaticamente, dadas as novas tecnologias de comunicação. No entanto, o autor acrescenta que, sempre haverá a necessidade de alguém para checar, colecionar, organizar e escrever a informação.

Os novos processo de trabalho do jornalismo e as novas mídias levam a mudanças na forma como a imprensa tem sido recebida ou avaliada pelo público. Segundo estudo publicado na GFC. Net (1999) não está claro se a mídia de notícias *on-line* ganhou a confiança do público, adiantando que alguns sinais não têm se mostrado encorajadores. Power (1999) refere que a não intermediação permite aos usuários de *Internet* irem diretamente à fonte desejada. O autor refere não ser possível saber se este fato piorou ou melhorou a qualidade e a disponibilidade de

informação e da opinião. Se os meios de comunicação de massa anteriormente envolviam uma única via de comunicação, disseminando a visão mundial dos interesses que os controlavam, isto já não ocorre assim, e a comunicação pode ser agora mais interativa.

Black (1998) acrescenta que dado o novo quadro que se delineou com relação às novas formas de mídia, os governos têm um papel fundamental na promoção da liberdade de imprensa, na proteção da privacidade individual e no controle da publicação de certos conteúdos na mídia e.g., pornografia, propaganda, atividades criminais, propaganda antigovernamental, entre outras. Porém, o que ocorre é que, às vezes, também se reduz tal liberdade, nem sempre por motivos de segurança nacional. O autor acrescenta que os governos têm a responsabilidade de proteger a vida das pessoas e manter a lei e a ordem e isto deveria significar que os jornalistas e as organizações de mídia em geral, deveriam ser protegidos contra a violência, permitindo-lhes executar o seu trabalho sem restrições indevidas, enquanto que as indústrias de mídia deveriam agir responsabilmente e dentro de padrões éticos.

### **3.1.1. Jornalistas de mídia impressa**

Para Gauntlett (2000) a produção digital e o *workflow*<sup>2</sup> eletrônico são agora comuns nas redações. Enquanto os jornais têm sistemas regulares de captação e administração de notícias, a televisão e o rádio têm sistemas de produção de notícias eletrônicos. Na alimentação destes elementos digitais, são provedores constantes: os jornalistas, fotógrafos, os ilustradores, que são alimentados crescentemente através de serviços *on-line*, a saber: serviços eletrônicos de notícias, bancos de dados de biblioteca, imagens e *Internet*.

---

**2. *Workflow*: são os dados necessários ao fluxo de trabalho organizacional; *Workflows* interorganizacionais: são processos de negócio executados por múltiplas organizações que atuam cooperativamente para atingir um objetivo comum de negócio. Embora eles sejam uma extensão de *workflows* tradicionais, os agora chamados *workflows* intraorganizacionais, existem vários pontos específicos - conceituais e tecnológicos - que precisam ser tratados para o estabelecimento de uma infra-estrutura propícia para que a cooperação entre os envolvidos seja bem sucedida.**

A revista *Convergence* (2000) afirma que a maior e mais importante mudança ocorrida no desenvolvimento das Tecnologias de Comunicação e Informação (ICTs) que alcançou um desenvolvimento único em toda a mídia, foi o crescimento da *Internet* que revolucionou os processos de notícias e informação repercutindo em mudanças quanto à publicação, distribuição, produtos e serviços e formas de trabalho. Jornais, revistas e editoras têm aprendido muitas lições através da experiência e do estudo da atividade de concorrentes locais e ao redor do globo. Para O'Reilly (1997 *apud* ILO, 1999) a *Internet* precisa ser tratada como uma ferramenta completamente nova e se os jornais simplesmente pensarem-na como um jornal *on-line*, não estarão explorando adequadamente todo seu potencial.

O *The Digital Edge* (1999) acrescenta que o jornal impresso foi durante muito tempo o veículo exclusivo de propaganda de classificados no valor de bilhões de dólares, somente nos Estados Unidos, e está migrando rapidamente para a *Internet*, de forma que as companhias de mídia tiveram que agir rapidamente para se adequarem ao novo veículo e às novas demandas.

### **3. 1. 2. Repercussões da revolução tecnológica no perfil e nas práticas do jornalista**

A revolução *on-line* na mídia e nas indústrias de entretenimento está mudando a forma de trabalho dos jornalistas, alterando os padrões de emprego e também a distribuição de gênero destes profissionais nas empresas de mídia do mundo (WHITE, 1998). Um relatório da Organização Internacional do Trabalho (1994) revela os seguintes resultados sobre a mudança no ofício e no perfil do jornalista: nas redações, as Tecnologias de Comunicação e Informação estão nivelando a proporção de jornalistas contratados e *free-lancers* (independentes), trazendo oportunidades crescentes de carreira para as mulheres, que estão entre os principais beneficiários deste próspero "novo" mercado de trabalho.

No Reino Unido, o relatório acima citado aponta para o fato de que "existem mais mulheres jornalistas do que antes" e cita pesquisa de 1998 na qual "detectou-se que mulheres

com idade abaixo de 35 anos trabalhando em jornais, tiveram um salário de £32, 000, comparado com £25,000 para a contraparte masculina".

Dados apresentados pelo Grupo Zeta (1998) afirmam que na Espanha houve um declínio de 15% da força de trabalho em jornais diários entre 1992-94: enquanto a contratação de pessoal em editorial subiu de 37% para 46% a proporção de mulheres entre eles aumentou de 27% para 29.5% e também, as mulheres, que representavam menos que 20% dos jornalistas em Portugal durante a década de 80, agora compõem mais do que 30% da profissão, que quadruplicou na última década.

Woolf (2000a) afirma que o setor independente (*free-lancer*) do mercado de trabalho do jornalismo proporcionou às mulheres mais oportunidades, dada a maior flexibilidade das horas de trabalho, mas que a discriminação contra as mesmas, ainda permanece. Há uma preocupação de que a perda de emprego fixo em tempo integral em grandes companhias de radiodifusão teria um impacto negativo no futuro, quanto ao treinamento e qualificação de mulheres. No entanto, Woolf (2000b) acrescenta ainda que, devido à crescente familiaridade das mulheres com as novas tecnologias aplicadas à vida diária, e um maior encorajamento para que as meninas adquiriram habilidades de computação na escola, a clássica hegemonia do gênero masculino quanto às qualificações tecnológicas, poderá desaparecer em futuro próximo.

Segundo Hiscock (1998) a sobrecarga de informações parece se constituir em um importante fator psicossocial de risco para jornalistas que trabalham em período integral, com inúmeros *e-mails* contendo boletins de imprensa, boletins informativos eletrônicos, memorandos internos e respostas de leitores, dado que os ICTs permitem aos jornalistas, desta feita, trabalhar mais rapidamente, havendo conseqüentemente maiores expectativas dos empresários de mídia por um aumento de produtividade.

Na grande maioria dos países, os jornalistas agora têm acesso à *Internet*, um meio de comunicação que raramente existia há pouco mais de uma década. Nelson (1999) coloca que aproximadamente 80% dos jornalistas ligados à área financeira e de negócios, pelo menos uma vez por dia consultam a *Internet* para pesquisa e 80% deles têm seu trabalho publicado *on-line e off-line*.

Enquanto o crescimento da *Internet* e a proliferação global das Tecnologias de Comunicação e Informação (ICTs) eliminaram muitos postos de trabalho tradicionais da mídia e

alteraram a estrutura dos demais trabalhos, particularmente dos jornais diários, existe uma demanda crescente de emprego para jornalistas que possam contribuir criativamente com editoriais. (HOUSTON, 1999).

Apesar das muitas novas oportunidades, existe uma clara retração global de emprego na mídia impressa e para Schudson (1995) a tecnologia eliminou muitos postos de trabalho nos jornais durante os últimos 25 anos. A ILO (2000) acrescenta, no entanto, que os jornalistas não estão sendo substituídos pelos computadores, afirmando que o panorama do mercado de trabalho do jornalista se agrava, porque o jornalismo impresso tem competido seriamente com outras formas de mídia.

Miller Sand (1997) aponta para o fato que trabalhadores mais velhos em funções tradicionais (linotipistas e pessoal de colagem) parecem ter sofrido as maiores perdas de postos de trabalho, e as atuais descrições de cargo em jornalismo implicam na utilização de uma tecnologia que alterou as rotinas anteriormente estabelecidas. Neste sentido, relatório da ILO (2000) diz que o desafio principal enfrentado pelos trabalhadores em geral é a adaptação a novos equipamentos e novas formas de trabalho. Acrescenta ainda que, trabalhos tradicionais estão mudando devido à tecnologia e outros desenvolvimentos em mídia e entretenimento, dado que a mão-de-obra agora é fragmentada e novas formas de diálogo social, como a promoção de iniciativas voluntárias, incorporação de assuntos de gênero, e envolvimento de corporações transnacionais como sócios para o diálogo, serão necessários.

### **3.2. O “novo” jornalista**

Segundo Singer (1998) consideráveis mudanças na natureza e no mercado de trabalho de jornalismo, e.g., novas mídias, tais como, serviços de notícias *on-line* podem atrair ou manter os leitores e expectadores até certo ponto afastados dos jornais, rádio e televisão. Entretanto, é difícil separar os efeitos da nova mídia de outros fatores. Segundo o mesmo autor, pesquisa realizada em 1996 com usuários de computadores domésticos nos Estados Unidos revela que,

78% delas ficava mais tempo sem assistir televisão usando seu computador e também era provável, que seu interesse por jornais e revistas impressos houvesse diminuído, dado que a informação oferecida, ficou mais rapidamente disponível na *Internet*.

O crescimento da mídia *on-line* pode conduzir ao declínio de pelo menos algumas das mídias tradicionais, mas os jornais e as companhias de radiodifusão poderão empreender prósperos caminhos no *ciberespaço*, antes impossíveis, criando mais trabalho para os jornalistas. (BOUTIE, 1999; HAFRASH, 1999). Apesar de algumas previsões, a demanda por repórteres e editores continua, e não há razão para pensar que parte significativa de seu trabalho possa ser automatizada, ocasionando uma redução dos postos de trabalho. Enquanto isso, desenvolvimentos tecnológicos como a *Internet* estão ajudando melhor e mais eficazmente aos jornalistas na realização de seu trabalho. Porém, em presença da mudança tecnológica apresentam-se desafios e preocupações e todos os jornalistas devem permanecer atentos ao desenvolvimento das novas mídias, dado que a tecnologia muda a forma como as notícias são concentradas e distribuídas (FORRESTER RESEARCH INC., 1996).

Gray e Seeber (1996, p. 12) colocam que a tecnologia afetou positivamente o mercado de trabalho para os jornalistas e em outros pontos, permanece obscuro. Os autores prosseguem dizendo que:

(...) não há nenhuma dúvida que jornais diários foram perdendo leitores durante os últimos anos. (...) em 1967, aproximadamente 75% de adultos americanos liam jornais diários. Em 1998, esta cifra caiu para menos de 59% (...) o número de leitores dos jornais de domingo caiu menos rapidamente, mas também decresceu, porém esta tendência pode ser atribuída à TV e não à mídia *on-line*.

Projeções feitas por Miller Sand (1997) relativas ao emprego na mídia nos Estados Unidos, de 1996-2006 sugerem que as oportunidades de emprego são especialmente favoráveis para os jornalistas da imprensa escrita e também para os editores (com taxa de crescimento de 21%), enquanto que para jornalistas na área do rádio e TV, noticiaristas, repórteres e correspondentes permanecerão inalteradas. Para Outing (1999) novas mídias *on-line* estão criando novas oportunidades de emprego em muitos países industrializados (especialmente nos Estados Unidos, Reino Unido, Alemanha, Japão, Canadá, França, entre outros). Enquanto o

nível de emprego na mídia tradicional permaneceu o mesmo, as mídias *on-line* estão incorporando os novos jornalistas.

Muitos jovens jornalistas de mídia *on-line* consideram que o trabalho tradicional em jornalismo é "enfadonho" (MARKS, 1999). Por outro lado, jornalistas que trabalham para algumas das novas mídias enfrentaram desafios com seus pares de jornais de radiodifusão e tiveram que lutar muito para fazer a mídia *on-line* reconhecida. Relatam ter sido difícil obter credenciamento de imprensa e privilégios concedidos aos outros jornalistas, tais como, acesso à galeria de imprensa do congresso americano em Washington, Estados Unidos. (NOACK, 1998). Também, descrições de função nas novas mídias estão menos claras e estabelecidas e é preciso adaptar-se rapidamente; freqüentemente são os próprios que elaboram suas próprias descrições de cargo (ZOLLMAN, 1998).

Para a *European Commission for Labour* (1993) para os jornalistas em geral e particularmente para os trabalhadores *free-lancers* e empregados de publicações menores, a tecnologia mudou o modo de trabalhar. A maioria das mudanças foi para melhor, embora a tecnologia às vezes tenha efeitos colaterais não desejados podendo aumentar a pressão sobre o repórter, elevando as expectativas de seus superiores, podendo ainda levar à "informações contaminadas".

Black (1998) afirma, no entanto, que enquanto a sociedade de informação global está em pleno funcionamento em países industrializados, em alguns países em desenvolvimento, dada a pobreza, a escassez de habilidades e uma precária infra-estrutura, ocorre um significativo atraso na obtenção e divulgação de novas informações. O autor continua, afirmando que, dados da década de 90 revelam que o uso de *Internet* nesta década era de 1 entre 6 pessoas na Europa e Estados Unidos contra 1 entre 5.000 pessoas na África. Somavia (ILO, 2000) afirma que a disseminação da tecnologia pode aproximar países ricos e pobres e que melhorar o acesso à *Internet* provavelmente seria uma forma efetiva de disseminar os benefícios da globalização para países em desenvolvimento.

Denton (1999, p. 23) referindo-se ao impacto das novas tecnologias e suas repercussões no "novo jornalismo" e no "novo jornalista" descreve o posicionamento ambivalente da classe jornalística com relação às mesmas:

(...) Primeiro o advento do computador pessoal, depois o modem, e agora a *Internet*, aumentaram a velocidade do processo de escrever e de arquivar notícias. Quando o computador pessoal substituiu a máquina de escrever, eliminou alguns dos demorados passos de editoração. Muitos escritores criativos e alguns jornalistas se ressentem deste fato e outros acreditam que o processo de digitar dois ou mais modelos de artigo, lhes ajudou a melhorar sua escolha e aprimorar a qualidade de seus escritos. Outros colocam que os processadores de texto trouxeram muitas mudanças e tornaram as correções mais fáceis, assim são encorajados a produzirem mais e não menos. O tempo economizado é quase certamente um benefício opressivo, até mesmo, alguns repórteres acreditam que uma segunda idéia somente ocorre quando se redatilografa um texto, produzindo resultados melhores que editando apressadamente o texto na tela.

Brooks (1999) acrescenta que para os trabalhadores independentes, o recurso de processamento de textos significa maior produtividade. O tempo anteriormente gasto para redatilogar uma cópia final, agora pode ser dedicado ao próximo trabalho. Isto pode traduzir-se em maior renda, se houver trabalho disponível, mas é preciso dinheiro para comprar computador e outros equipamentos crescentemente necessários. O custo de tais equipamentos é um assunto para os editores e escolas de jornalismo, fator crítico para os países em desenvolvimento. Embora a nova tecnologia tenha introduzido alguns custos extras, trouxe também benefícios como retorno. Com o advento dos computadores portáteis (*lap-tops*), repórteres que trabalham longe do escritório central agora podem entregar rapidamente suas matérias, usando um simples e confiável *modem*, em lugar de os ditar a um datilógrafo ou reescrevê-las. A habilidade para submeter matérias comunicando-se eletronicamente com os editores, economiza tempo para a maioria dos jornalistas, particularmente para os trabalhadores independentes, que no passado freqüentemente entregavam seu trabalho de forma manuscrita. Agora, os mesmos podem trabalhar para publicações que ficam distantes de sua casa, sem se preocupar com o tempo e com os custos envolvidos até a entrega de seu trabalho. (ROBINS, 1999).

Nelson (2000) coloca, porém, que atualmente para a maioria dos repórteres e editores, o impacto dos computadores é coisa do passado. Agora o grande tema de discussão e interesse é sobre o potencial da *Internet*. Se o processador de textos e o *e-mail* ajudaram a acelerar e a simplificar a escrita e a edição, a promessa da *Internet* é, em grande parte, que a mesma auxilie os jornalistas a obter informação mais rápida, quando bem usada. O mesmo autor acrescenta que

levou muito tempo para que se eliminasse “um tipo de sistema de castas no jornalismo”, no qual os editores de jornais diários de médio e grande porte desfrutavam vantagens significativas negadas a seus colegas que trabalhavam em jornais diários menores e em periódicos especializados, bem como aos trabalhadores independentes.

Outras tecnologias também têm contribuído para um acesso cada vez mais amplo à informação. Pavlik (2000) diz que ficou cada vez mais comum as empresas jornalísticas utilizarem teleconferência com repórteres, discutirem resultados financeiros, anúncios de produto, fusões e aquisições, entre outros e que a teleconferência pode substituir as reuniões face-a-face, em jornalismo e outras áreas; estas alternativas podem aliviar a pressão do tempo que a maioria dos jornalistas enfrenta e permitindo aos trabalhadores independentes a oportunidade de trabalhar em publicações menores para as quais os empregadores teriam que cobrir despesas com viagens. Ainda segundo o autor, se no passado, fossem investidos tempo e dinheiro para enviar um repórter a qualquer distância, dado o investimento feito, “qualquer” história teria que ser publicada, para justificá-lo. Acrescenta que, cobrindo-se mais eventos em menor tempo e a um mais baixo custo, mais notícias fidedignas poderão ser obtidas e, também que é melhor perder-se tempo em uma teleconferência sobre algum fato que eventualmente não seja de interesse jornalístico, do que arcar com custos referentes à viagens.

Segundo a *European Commission for Labour* (1997) um relatório recente da Rede de Comunicação Financeira Global (GFC Net) confirma que o uso das ICTs por jornalistas que atuam na área financeira é crescente, dizendo que a *Internet* já está tendo um efeito significativo na forma de trabalhar dos jornalistas, e esta tendência parece estar aumentando e que com o aumento da competição por notícias, esses jornalistas que não usavam as ICsT passaram a usá-las e com isso, já as adquiriram, enfrentando uma pressão crescente para ficar à frente de seus concorrentes quanto aos “furos de reportagem”.

Para Former (1999) outro impacto das ICTs sobre os jornalistas nos últimos 20 anos foi que a tecnologia foi um dos assuntos mais populares para as publicações. Revistas dedicadas à computação e às telecomunicações proliferaram. Diariamente, jornais e revistas reforçaram sua cobertura sobre o desenvolvimento tecnológico. Jornalistas que adquiriram um pouco de conhecimento no assunto puderam trabalhar em um rico filão de oportunidades e de trabalho independente. A única preocupação é se este “boom”, já passado seu pico, continuará tão

popular, já não despertando interesse. Alguns acreditam que o impacto da tecnologia, logo deverá desaparecer.

Black (1998) refere que os jornalistas independentes podem evitar algumas das incertezas relacionadas ao futuro do mercado de trabalho em jornalismo, trabalhando em um contexto de transição, tanto com a nova mídia, como também com a tradicional. O autor acrescenta que:

(...) contanto que uma pessoa esteja aberta a mudanças, ela poderá tirar proveito das possibilidades atuais, aumentando as novas oportunidades *on-line*, dado que alguns velhos mercados diminuirão inevitavelmente, e os trabalhadores independentes, como a maioria dos trabalhadores na economia de hoje, terão que aprender a se adaptar (BLACK, 1998, p. 15).

Segundo informa o *German Institute for Economic Research* (2000) o monopólio que as instituições de mídia tradicionais (jornais, locução de rádio, correspondência de guerra e outros) tiveram na disseminação de informação foi corroído rapidamente através de redes digitais, não só porque qualquer pessoa com acesso a computador pode se tornar um *newshound*<sup>3</sup> ou um editor, mas também porque as instituições de mídia estão tendo que dialogar com seu público.

Warnken (2000) refere que a perda de exclusividade pelas notícias começou nos anos noventa, enfraquecendo o papel da mídia como árbitro de notícias, e o novo milênio trará mudanças adicionais à função profissional e social dos jornalistas. O autor acrescenta que:

(...) muitos na indústria jornalística não têm atentado para a magnitude das mudanças que a era digital tem forjado. (...) os jornalistas precisam de novas ferramentas (...) se os jornalistas não tiverem controle das novas ferramentas digitais, outros profissionais sem formação jornalística terão (WARNKEN, 2000, p.17).

Um estudo realizado pela *European Commission for Labour* no período de abril de 1997 a março de 1998 examinou o impacto da *Internet* no trabalho de jornalistas que trabalham

---

<sup>3</sup> **newshound**: repórter, “caçador de notícias”.

em jornais impressos, descrevendo sete (7) tipos de atitude destes profissionais com relação à *Internet*, na atualidade:

Quanto àqueles jornalistas que são usuários da *Internet*:

**1- “Os entusiasmados com a Internet, iniciados em computação”**- seriam sobretudo jovens jornalistas que cresceram em meio a uma cultura de ICTs. Normalmente trabalham em novas formas de mídia ou independentemente e acham a *Internet* uma ferramenta democrática. Os jornalistas das novas mídias geralmente não trabalham nos principais veículos de comunicação. Normalmente pesquisam e publicam seu trabalho via *on-line* e neste caso, não se pode falar em sobrecarga e custos derivados dos deslocamentos.

**2- “Os que vêm a Internet como um meio para economizar custos”**- tendem a trabalhar em pequenos jornais ou revistas que não possuem seu próprio banco de dados, ou são independentes, usando a *Internet* com destreza para obter informações. Possuem acesso à *Internet* em sua mesa de trabalho, norma da empresa. A maioria está no topo da profissão: os gerentes *seniores* e editores e vêm o uso da *Internet* como uma forma de economia. Como o primeiro grupo, eles são favoráveis às publicações via *Web* e mantêm-se atentos a novas tecnologias.

**3- “Os pragmáticos”** - são jornalistas mais tradicionais que incorporaram a *Internet* para uma ampla gama de situações. Eles não vêm este recurso como uma troca fundamental com a sociedade ou como forma de redução de custos, mas reconhecem efetivamente a conveniência de seu uso. A maioria dos pragmáticos é constituída por jornalistas nacionais e regionais com fácil acesso à *Internet*, e frente a cada notícia, decidem se devem pesquisar *on-line*, *off-line* ou combinando ambas as formas.

**4- “Os usuários (navegadores) eventuais”**- só usam a *Internet* quando outras fontes não contêm a informação que necessitam. Tal fato deve-se mais à falta de acesso à ferramenta ou conhecimento sobre a *Web* que a qualquer atitude de rejeição ou antipatia.

### Quanto aos não usuários da Internet:

5- “Os desinteressados”- não se interessam em saber as possibilidades da *Internet* sendo sua maioria composta por profissionais mais velhos (mais de 50 anos) ou estagiários mais jovens de jornalismo. Não apontam o fator “idade” como uma barreira ou não estímulo ao aprendizado. Porém, os mais jovens referem como razão principal para não aprenderem mais sobre a *Internet*, as pressões no trabalho.

6- “Os descrentes”- basicamente não acreditam na *Internet* alegando problemas quanto à autenticidade e a credibilidade das informações; este grupo usa a forma tradicional para trabalhar, pois acham-na mais segura.

7- “Os ressentidos”- consideram a *Internet* como uma ameaça ao seu acesso privilegiado à informação e não estão interessados em divulgá-la ou em democratizá-la. Mantêm suas fontes e posições sob constante vigilância e se irritam com a facilidade de acesso à *Web* a qualquer potencial. concorrente Estão particularmente preocupados com os jornais em formato eletrônico e a repercussão destes em seu trabalho.

Nas bases teóricas que embasam a presente investigação, foram cotejados, os fatores psicossociais de risco mais descritos e prevalentes da profissão de jornalista, e suas conseqüências na Saúde Mental e Qualidade de Vida. Buscou-se ainda estudar sobre as novas tecnologias, o novo jornalismo, sobretudo em países desenvolvidos, com a finalidade de antever os caminhos da profissão em países em desenvolvimento, como o Brasil.

### **III- A PESQUISA**

## **1-O campo de investigações**

O campo de investigações foi o Sindicato dos Jornalistas Profissionais do Estado de São Paulo, sub sede de Campinas/SP.

## **2-Hipóteses**

1. A média apresentada pela amostra nos domínios: Psicológico e Relações Sociais é inferior quando comparados à de outros 3 grupos ocupacionais.
- 2.A média de QV da amostra em todos os domínios estudados é inferior a comparada com a de 3 outras categorias profissionais
3. O número de horas trabalhadas interfere negativamente na média de QV da amostra.
4. O tempo de exercício funcional interfere negativamente na média de QV da amostra.

### **3- Objetivos**

#### **3.1. OBJETIVO GERAL**

- Avaliar a Qualidade de Vida (QV) de jornalistas sindicalizados da macro-região de Campinas, São Paulo.

#### **3.2.OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

1. Identificar e descrever as características sócio-demográficas da amostra de estudo;
2. Avaliar o grau de associação entre qualidade de vida e as variáveis sócio-demográficas
3. Comparar os resultados obtidos pela amostra no *WHOQOL-Bref* com os de outras 3 categorias profissionais avaliadas com o mesmo instrumento.

## **IV- CASUÍSTICA E MÉTODO**

## **1-Participantes**

Um total de 36 jornalistas voluntários constituiu a amostra de estudo. Do total de participantes, 24 eram do gênero feminino e 12 do masculino. A amostra de estudo (n=36) foi de conveniência e representou 7,53% da amostra total (478 jornalistas).

Critérios de inclusão: ser sindicalizado em seu órgão de classe da macro-região de Campinas; ser jornalista formado por instituição de ensino superior.

Critérios de exclusão: responder ao questionário via *on line* de forma incompleta.

## **2-Recursos Humanos e Materiais**

O presente estudo em sua fase de coleta de dados, foi conduzido integralmente pela pesquisadora. Foram utilizados: computador, folhas de papel sulfite e acesso rápido à *Internet* (banda-larga) para maior agilidade nas comunicações, envio e recepção dos instrumentos aplicados.

## **3-Instrumentos**

Foram aplicados 2 instrumentos:

**1- Questionário de dados sócio-demográficos** (parte integrante do *WHOQOL-Bref*) acrescentando-se no item aspectos ocupacionais, as categorias “até 14 anos de exercício funcional” e “mais de 14 anos de exercício funcional” para atender as especificidades da investigação.

## 2- Questionário WHOQOL-*Bref*- (já descrito no capítulo 1)

### 4-Procedimentos e Aspectos Éticos

Para a viabilização deste estudo foram seguidos todos os preceitos preconizados pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP) através da Resolução CFP 016/2000 de 20/12/2000 e pelo Conselho Nacional de Saúde para pesquisas junto a seres humanos e pela Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP) estabelecidos na Resolução 196/96, tratando-se de investigação não invasiva e que não envolveu qualquer tipo de manipulação que pudesse atentar contra a ética em pesquisa. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP). (anexo 6)

Foi realizado um estudo exploratório-descritivo através de enquete *on line*. Inicialmente, realizou-se um contato com a diretora do sindicato dos jornalistas da macro-região de Campinas à época (2004), ocasião em que foram apresentados os objetivos da pesquisa, obtendo-se consentimento para sua realização. A seguir, foi pedido à pesquisadora que elaborasse uma carta explicativa sobre a pesquisa, a qual foi enviada pelo próprio sindicato a seus associados. Àqueles que via *on line* demonstrassem interesse em participar da pesquisa, foi dado o *e-mail* da pesquisadora para contato.

Identificou-se um total de 506 associados do Sindicato dos Jornalistas da macro-região de Campinas, sendo 478 em atividade, e os demais aposentados. Aproximadamente 60% deles são mulheres e 40% homens. Os participantes voluntários e interessados em participar da pesquisa foram n=36 (7,54%) que responderam positivamente via *e-mail* à pesquisadora e a eles foram enviados: o Questionário de dados sócio-demográficos, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e o Questionário WHOQOL-*Bref* para preenchimento e reenvio em um prazo de até 15 dias. A assinatura do TCLE foi eletrônica.

Foi também comunicado que em caso de dúvida quanto ao preenchimento, acessassem a pesquisadora, o que não ocorreu. Assumiu-se o compromisso de fazer chegar ao sindicato e a

cada participante, os resultados do presente estudo. A coleta de dados ocorreu durante o mês de março de 2004.

## **5-Análise e Processamento dos dados**

O instrumento WHOQOL-*Bref* foi corrigido segundo a sintaxe SPSS proposta pelo WHOQOL-GROUP da Divisão de Saúde Mental da OMS<sup>4</sup>. Utilizou-se o *software* estatístico MINITAB para *Windows*, versão 13.32 para a análise exploratória dos dados obtidos (teste Qui-Quadrado e *t de Student*) e a análise de variância (ANOVA) através do teste de médias de *Tukey* para as análises comparativas.

---

<sup>4</sup> <http://www.ufrgs.br/psiq/whoqol86.html>

## **V- RESULTADOS**

---

## 1-Characterização da amostra

Tabela 1 –Distribuição de freqüências e porcentagens das variáveis sócio-demográficas da amostra (N=36)

VARIÁVEIS SÓCIO- DEMOGRÁFICAS	CATEGORIA	FREQÜÊNCIA	%
<b>GÊNERO</b>	Feminino	24	66,7
	Masculino	12	33,3
<b>ESTADO CIVIL</b>	Solteiro (a)	22	61,1
	Casado (a)	11	30,6
	Separado (a)	3	8,3
	Viúvo (a)	0	0,0
<b>ESCOLARIDADE</b>	Superior	34	94,5
	Pós Graduação	2	5,5
<b>DEPENDENTES</b>	Nenhum	22	61,1
	1 a 3	13	36,1
	4 a 6	1	2,8
	7 a 9	0	0,0
	Mais que 9	0	0,0
<b>IDADE</b>	Até 30 anos	17	47,2
	Mais de 30 anos	19	52,8

**Tabela 2 – Distribuição de frequências e porcentagens das variáveis ocupacionais da amostra (N=36)**

<b>VARIÁVEIS OCUPACIONAIS</b>	<b>CATEGORIA</b>	<b>FREQUENCIA</b>	<b>%</b>
<b>FUNÇÃO</b>	Assessor de imprensa	14	38,9
	Editor	8	22,2
	Diretor de redação	7	19,4
	Repórter	4	11,1
	Redator	3	8,3
<b>TEMPO DE TRABALHO</b>	Até 14 anos	25	69,4
	15 ou mais anos	11	30,6
<b>HORAS TRABALHADAS NA SEMANA</b>	30 horas	4	11,1
	40 horas	18	50,0
	50 horas	3	8,3
	60 horas	5	13,9
	Mais que 60 horas	6	16,7
<b>TURNOS</b>	Integral	25	69,4
	Vespertino	6	16,7
	Noturno	2	5,6
	Rotação de Turnos	3	8,3
<b>SALÁRIO (EM SALÁRIOS MÍNIMOS)</b>	1 a 6	6	16,7
	7 a 12	7	19,4
	13 a 18	11	30,5
	19 a 24	5	13,9
	25 a 30	6	16,7
	Maior que 30	1	2,8

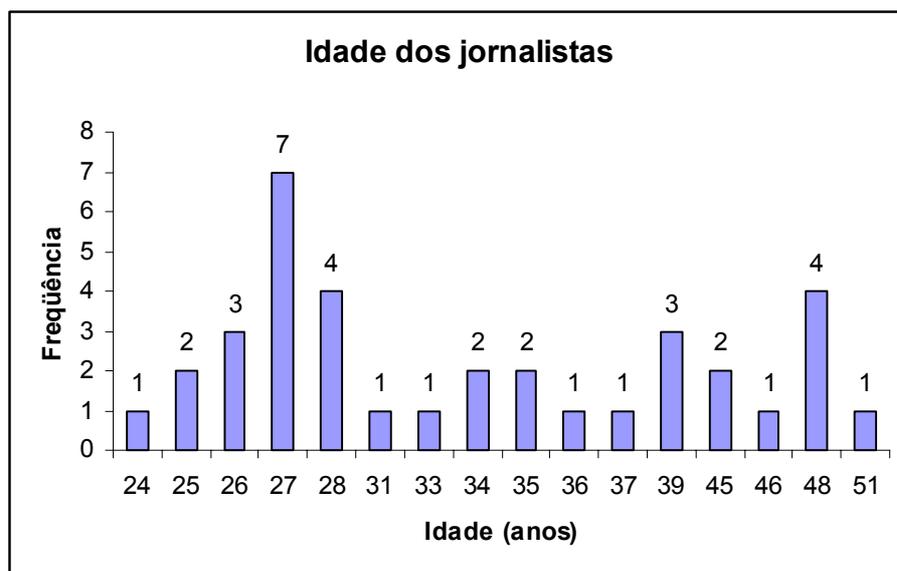
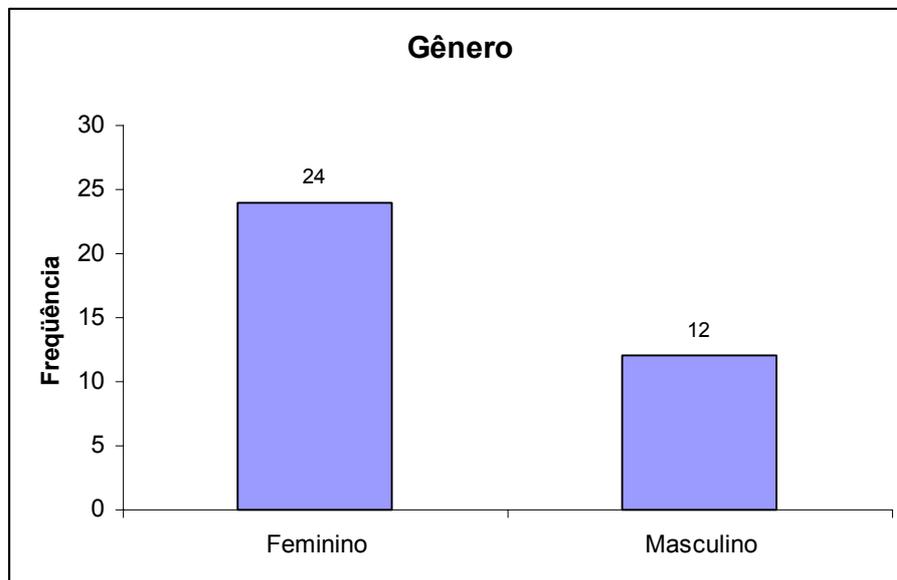


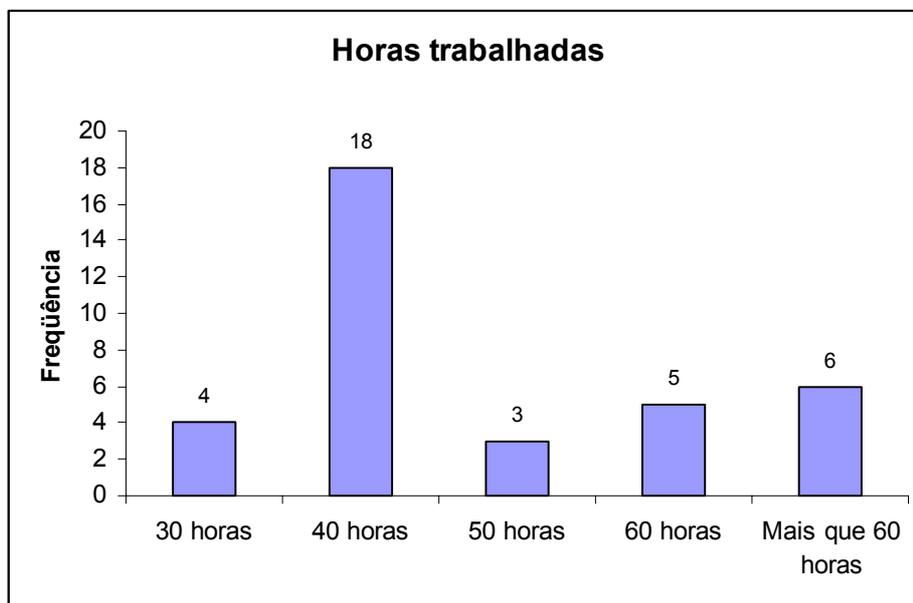
Gráfico 1–Distribuição da amostra segundo a Idade

A variável Idade foi categorizada em dois grupos, “até 30 anos” e “mais de 30 anos”. Não foram encontradas diferenças significativas entre as proporções de entrevistados segundo a Idade ( $p=0,618$ ), quando se aplicou o teste de uma proporção.



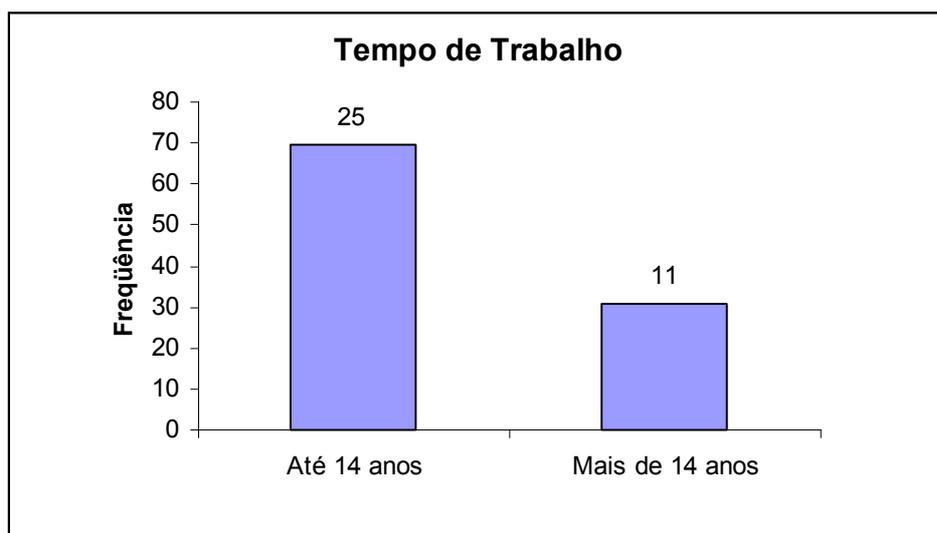
**Gráfico 2. Distribuição a amostra segundo o gênero**

A maior parte da amostra foi composta de jornalistas do gênero feminino (n=24).



**Gráfico 3 – Distribuição da amostra segundo o número de horas trabalhadas**

As horas trabalhadas semanais foram distribuídas em categorias “até 40 horas semanais trabalhadas” e “mais de 40 horas semanais trabalhadas até mais de 60 horas semanais trabalhadas”. Não foram encontradas diferenças significativas entre as proporções de entrevistados ( $p=0,243$ ), através do teste de uma proporção.



**Gráfico 4 – Tempo de trabalho “até 14 anos” e “mais de 14 anos”**

Quanto ao Tempo de Trabalho, a proporção de jornalistas na categoria “até 14 anos” foi significativamente superior à categoria “mais de 14 anos” ( $p=0,029$ ).

### 3.2 – Qualidade de Vida – WHOQOL-Bref

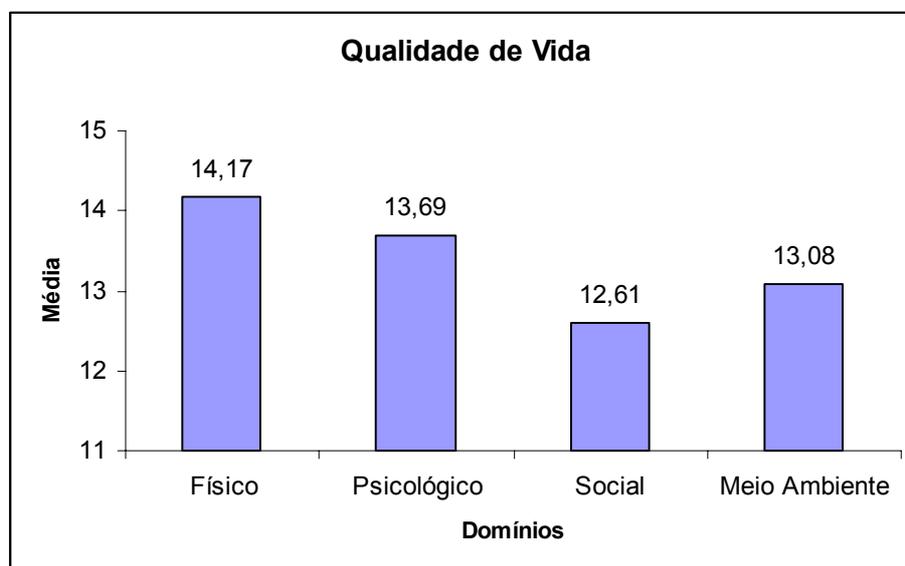


Gráfico 5 – Distribuição das médias por domínio de QV

Realizando a análise de variância (ANOVA) e posteriormente o teste de comparação múltipla de médias de *Tukey* ( $\alpha = 5\%$ ) observou-se que a média do domínio Físico foi significativamente superior às médias dos domínios: Relações Sociais ( $p=0,0008$ ) e Meio Ambiente ( $p=0,0353$ ) e que a média do domínio Psicológico foi significativamente superior com relação à média do domínio Relações Sociais ( $p=0,0353$ ).

**Tabela 3 – Resultados dos domínios de QV segundo o Gênero**

<b>DOMÍNIO</b>	<b>GÊNERO</b>	<b>MÉDIA</b>	<b>D. PADRÃO</b>	<b>p-VALOR</b>
<b>FÍSICO</b>	Feminino	14,0	2,41	0,577
	Masculino	14,5	2,54	
<b>PSICOLÓGICO</b>	Feminino	13,8	2,70	0,624
	Masculino	13,4	2,19	
<b>RELAÇÕES SOCIAIS</b>	Feminino	13,2	3,31	0,079
	Masculino	11,5	2,15	
<b>MEIO AMBIENTE</b>	Feminino	13,3	1,97	0,411
	Masculino	12,6	2,75	

(p=0,05)

Não foram observadas diferenças significativas entre as médias obtidas entre os Gêneros com relação aos quatro domínios: Físico (p= 0, 57), Psicológico (p= 0, 62) Relações Sociais (p=0,07) e Meio Ambiente (p= 0,41).

**Tabela 4 – Resultados dos Domínios de QV segundo o Tempo de trabalho na função**

<b>DOMÍNIO</b>	<b>TEMPO DE TRABALHO</b>	<b>MÉDIA</b>	<b>D. PADRÃO</b>	<b>p-VALOR</b>
<b>FÍSICO</b>	Até 14 anos	14,4	2,5	0,386
	Mais de 14 anos	13,6	2,3	
<b>PSICOLÓGICO</b>	Até 14 anos	14,4	2,3	0,016*
	Mais de 14 anos	12,1	2,4	
<b>RELAÇÕES</b>	Até 14 anos	13,4	3,0	0,014*
<b>SOCIAIS</b>	Mais de 14 anos	10,8	2,5	
<b>MEIO</b>	Até 14 anos	13,8	2,1	0,004*
<b>AMBIENTE</b>	Mais de 14 anos	11,6	1,8	

\* significativo ao nível de 95% de confiança (p=0,05)

Foram observadas diferenças significativas entre as médias obtidas para tempo de trabalho “*Até 14 anos*” e tempo de trabalho “*Mais que 14 anos*” com relação aos domínios psicológico (p= 0, 016) Relações sociais (p= 0,014) e Meio ambiente (p= 0,004). Nesses domínios observa-se uma média de qualidade de vida superior para os jornalistas que trabalham a até 14 anos. Para o domínio Físico, não foram observadas diferenças significativas entre os tempos de trabalho (p= 0,386).

**Tabela 5 – Resultados dos Domínios de QV segundo a idade**

<b>DOMÍNIO</b>	<b>IDADE</b>	<b>MÉDIA</b>	<b>D. PADRÃO</b>	<b>P-Valor</b>
<b>FÍSICO</b>	Até 30 anos	14,6	2,3	0,384
	Mais de 30 anos	13,9	2,6	
<b>PSICOLÓGICO</b>	Até 30 anos	14,6	1,6	0,050*
	Mais de 30 anos	13,0	2,9	
<b>RELAÇÕES SOCIAIS</b>	Até 30 anos	13,5	2,9	0,118
	Mais de 30 anos	11,9	3,0	
<b>MEIO AMBIENTE</b>	Até 30 anos	13,9	1,9	0,036*
	Mais de 30 anos	12,4	2,3	

\* significativo ao nível de 95% de confiança.

Foram observadas diferenças significativas entre as médias obtidas para a idade “até 30 anos” e idade “mais de 30 anos” com relação aos domínios: Psicológico ( $p=0,050$ ) e Meio ambiente ( $p=0,036$ ). Observa-se uma média de QV superior para os jornalistas com até 30 anos para esses domínios. Para os domínios: Físico ( $p=0,384$ ) e Social ( $p=0,118$ ), não foram observadas diferenças significativas entre os grupos de idade.

**Tabela 6 – Resultados dos domínios de QV segundo o número de horas semanais trabalhadas**

<b>DOMÍNIO</b>	<b>HORAS</b>		<b>MÉDIA</b>	<b>D. PADRÃO</b>	<b>p-VALOR</b>
	<b>TRABALHADAS</b>	<b>POR SEMANA</b>			
<b>FÍSICO</b>	Até 40 horas		14,3	2,4	0,649
	Mais de 40 horas		13,9	2,5	
<b>PSICOLÓGICO</b>	Até 40 horas		14,5	2,3	0,023*
	Mais de 40 horas		12,5	2,4	
<b>RELAÇÕES</b>	Até 40 horas		13,4	3,2	0,048*
	<b>SOCIAIS</b>	Mais de 40 horas	11,4	2,4	
<b>MEIO</b>	Até 40 horas		14,0	1,9	0,003*
	<b>AMBIENTE</b>	Mais de 40 horas	11,7	2,0	

\* significativo ao nível de 95% de confiança (p=0,05)

Foram observadas diferenças significativas entre as médias obtidas para horas trabalhadas por semana “até 40 horas” e “mais de 40 horas”, com relação aos domínios: Psicológico (p=0,023), Relações sociais (p=0,048) e Meio ambiente (p=0,003). Observa-se uma QV superior nesses domínios para os jornalistas que trabalham até 40 horas/semana. Para o domínio Físico (p=0,649) não foram observadas diferenças significativas entre as horas semanais trabalhadas.

**Tabela 7– Distribuição do percentual de escores por domínio.**

ESCORE	FÍSICO	PSICOLÓGICO	SOCIAL	MEIO AMBIENTE
1	11,9	1,7	2,8	4,2
2	19,0	12,2	24,1	20,5
3	31,3	36,1	33,3	35,4
4	26,6	40,0	30,6	30,9
5	11,1	10,0	9,3	9,0
<b>Total (%)</b>	100%	100%	100%	100%

Aplicando-se o teste *Qui-Quadrado*, não foi encontrada associação entre escore atribuído e domínio, com  $p=0,907$ , indicando que as porcentagens dos escores estão distribuídas de forma similar entre os domínios.

**Tabela 8 –Correlação linear de *Pearson* entre os domínios estudados.**

	FÍSICO	PSICOLÓGICO	REL. SOCIAIS	MEIO AMBIENTE
<b>FÍSICO</b>	1,000			
<b>PSICOLÓGICO</b>	0,639	1,000		
<b>REL. SOCIAIS</b>	0,487	0,760	1,000	
<b>MEIO AMBIENTE</b>	0,599	0,570	0,468	1,000

Na tabela 8, encontram-se os coeficientes de correlação linear de *Pearson* para verificar a existência de associação entre os domínios. Quanto mais próximo de 1 (um), significa uma associação linear mais forte entre os domínios. Por outro lado, um valor próximo a zero indica ausência de associação linear entre os domínios. Os domínios: social e psicológico foram os que apresentaram maior correlação linear (0,760).

**Tabela 9. Quadro comparativo do resultado dos domínios do WHOQOL-Bref entre a amostra e 3 diferentes grupos ocupacionais.**

<b>DOMÍNIOS</b>	<b>GRUPO</b>	<b>N</b>	<b>MÉDIA</b>	<b>D. PADRÃO</b>	<b>MÍNIMO</b>	<b>MÁXIMO</b>
<b>FÍSICO</b>	Jornalistas	36	14,2	2,4	8,0	14,0
	A	82	14,5	2,6	9,0	14,5
	B	36	14,6	2,7	9,0	15,0
	C	112	15,4	2,6	9,0	16,0
<b>PSICOLÓGICO</b>	Jornalistas	36	13,7	2,5	7,0	14,0
	A	82	14,2	2,8	5,0	15,0
	B	36	14,5	2,8	9,0	15,0
	C	112	14,6	2,8	6,0	15,0
<b>RELAÇÕES SOCIAIS</b>	Jornalistas	36	12,6	3,0	8,0	12,0
	A	82	14,6	3,2	7,0	15,0
	B	36	14,7	3,0	8,0	13,0
	C	112	14,5	3,1	7,0	15,0
<b>MEIO AMBIENTE</b>	Jornalistas	36	13,1	2,2	7,0	13,0
	A	82	12,4	2,3	7,0	12,0
	B	36	13,9	2,3	9,0	13,5
	C	112	13,4	2,6	6,0	14,0

**Legenda:**

**Grupo A: Trabalhadores de manutenção de aeronaves;**

**Grupo B: Técnicos-administrativos de universidade;**

**Grupo C: Trabalhadores de UTI\* (GUIMARÃES, MARTINS e BERAQUET, 2004).**

\* médicos, enfermeiros, técnicos enfermagem, fisioterapeutas e residentes.

**Tabela 10 – Distribuição por médias e resultados da Análise de Variância (ANOVA)**

<b>DOMÍNIOS</b>	<b>JORNALISTAS</b>	<b>GRUPO A</b>	<b>GRUPO B</b>	<b>GRUPO C</b>	<b>P-VALOR</b>
<b>FÍSICO</b>	14,2	14,5	14,6	15,4	0,025*
<b>PSICOLÓGICO</b>	13,7	14,2	14,5	14,6	0,337
<b>RELAÇÕES SOCIAIS</b>	12,6	14,6	14,7	14,5	0,008*
<b>MEIO AMBIENTE</b>	13,1	12,4	13,9	13,4	0,008*

\* nível de confiança de 95% (p=0,05)

Na Análise multi-variada e comparada, foram encontradas diferenças significativas entre os 4 grupos ocupacionais, nos domínios: Físico, Relações Sociais e Meio Ambiente.

No domínio Físico a média do grupo C foi superiores às médias da amostra de estudo e do grupo A, indicando que a média de QV para o grupo C é superior.

No domínio Psicológico não foram encontradas diferenças significativas entre as médias dos grupos.

No domínio Relações Sociais foram encontradas diferenças significativas entre os grupos A média da amostra de estudo foi inferior às médias dos grupos A, B e C, indicando que a média da QV dos jornalistas é inferior.

No domínio Meio Ambiente foram encontradas diferenças significativas entre os grupos, sendo que a média do grupo A foi inferior às médias da amostra e dos grupos B e C. indicando que a média de QV para os trabalhadores do grupo A é inferior.

## **VI- DISCUSSÃO**

**O gênero feminino** compõe a maior (66,7%) parte da amostra de jornalistas estudados. Em um estudo realizado por Heloani (2003) sobre qualidade de vida dos jornalistas, também o sexo feminino apresenta-se com maior frequência do que o masculino. Cabe ressaltar que ambas as amostras foram de conveniência. De acordo com o Jornal do Jornalista (2004) as mulheres já se constituem em maioria neste mercado de trabalho. Segundo dados da RAIS – Relação Anual de Informações Sociais do Ministério do Trabalho e Emprego (2004), de 2001 para 2002, o sexo feminino, que representava 46,95% dos profissionais empregados, passou a ser de 50,9%.

Pode-se observar também ao se comparar os resultados de QV entre Gêneros, que o feminino apresenta uma tendência de melhores escores de QV no domínio Relações Sociais ( $p=0,079$ ) do que o masculino e equivalência nos domínios Psicológico e Físico e Meio Ambiente. Miyata, Tanaka e Tsuji (1997) em pesquisa sobre os estresse ocupacional, referiram que a principal de doenças para homens foi o estresse ocupacional (56%) e para as mulheres, diferentemente, foram os fatores pessoais (42,4%).

É possível que o fato dos jornalistas do gênero feminino exercerem uma atividade/emprego, funcione como fator de proteção aos riscos psicossociais e benefícios quanto a seu bem estar e percepção de uma melhor QV nas Relações Sociais, que compreendem o suporte/apoio recebido, relações pessoais e sociais e atividade sexual satisfatórias. Nesta direção, Santana *et al.* (2001 *apud* GUIMARÃES, TEIXEIRA e AREIAS, 2004, p. 150) colocam que mulheres assalariadas relatam menos sintomas psicológicos, ansiedade, sintomas depressivos, angústia psicológica ou sintomas psicossomáticos quando comparadas a mulheres não assalariadas. As mesmas autoras observam ainda que mulheres envolvidas somente com o serviço doméstico podem sentir-se frustradas porque, geralmente, têm melhores habilidades que as frequentemente requeridas para este tipo de trabalho, o qual normalmente é executado em isolamento e conduz a sentimentos de solidão, como também baixa condição de prestígio e dependência de sustento familiar. No entanto o domínio mais comprometido de QV para a amostra como um todo foi o das Relações Sociais, seguido por Meio Ambiente, Psicológico e Físico.

Os achados acima corroboram dados da literatura (HELOANI, 2003) que referem que os jornalistas “não têm tempo para nada além do exercício funcional”, o que acarreta prejuízos significativos em sua vida extra-trabalho. Este achado demonstra que os jornalistas percebem não

haver uma Qualidade de Vida satisfatória quanto ao suporte/apoio recebido, relações pessoais e sociais insatisfatórias e comprometimento de sua atividade sexual. Também os aspectos de meio ambiente: segurança física e proteção, ambiente no lar, recursos financeiros, disponibilidade e qualidade dos cuidados de saúde e sociais, oportunidade de adquirir novas informações e habilidades, participação e oportunidades de recreação e lazer, ambiente físico: poluição/ruído/trânsito/clima, transporte são percebidos como contribuintes para uma Qualidade de Vida insatisfatória. O domínio Psicológico, embora apareça com escores superiores aos acima descritos, sofre os efeitos dos demais, contribuindo também para uma QV insatisfatória, com repercussões negativas quanto a: sentimentos positivos, pensar, aprender, memória e concentração, auto-estima imagem corporal, aparência e com o aparecimento de sentimentos negativos. De todos os domínios pesquisados, a amostra apresenta-se melhor Qualidade de Vida quanto ao domínio Físico, não tendo ainda sido afetada quanto aos aspectos: energia, dor, e desconforto, fadiga sono e repouso.

**A faixa etária** predominante variou entre 24 e 51 anos, com média de idade de 37, 5 anos. Não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas para esta variável ( $p=0,618$ ), agrupando-se as idades nas faixas de 24 a 30 anos e 31 a 51 anos.

No estudo de Heloani (2003) a média de **idade foi de 35, 2%**, sendo que a maior concentração esteve na faixa etária de 20 a 39 anos. Em comparação, pode-se dizer que a média de idade encontrada nos 2 estudos foi similar, e diferente quanto a predominância da faixa etária, isto é, no presente estudo existe uma distribuição homogênea de idades e no de Heloani há uma concentração maior na faixa de 20 a 39 anos. Estes achados talvez se expliquem pelo fato de, no presente estudo, o instrumento utilizado ter sido respondido via *on-line*, diferentemente do estudo em comparação, que aplicou os instrumentos face a face.

Pode-se considerar que o fato de a tarefa requerida pelo presente estudo implicar em menor resistência para participação, por não haver exposição e contato pessoal, e também por ser facilmente respondida por uma via de domínio da maior parte dos jornalistas (on-line) e que implicaria em mínimo gasto de tempo (5 minutos em média), incluiu uma amostra com distribuição etária equitativa, contemplando também os profissionais com mais idade, que provavelmente não se disporem a participar da pesquisa se houvesse uma maior exposição e necessidade de utilização do tempo maior incluindo contato face a face. Em contrapartida o

estudo de Heloani (2003) pode ter, pela exigência de o participante dedicar maior tempo para participação, tenha incluído predominantemente uma faixa etária mais jovem, com maior disponibilidade para participação que implicou em entrevistas, aplicação de testes face a face. Um outro dado interessante apresentado no estudo, vem da Organização Internacional do Trabalho -OIT (2000) que devido a doenças insidiosas e, de difícil diagnóstico como e.g. os Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT) e outras exposições, muitos desses profissionais não alcançam sequer a aposentadoria, com uma expectativa de vida de 54 anos.

Diferenças significativas foram observadas entre a comparação das médias obtidas para idade, nas categorias **até 30 anos de idade e, mais de 30 anos**, com relação aos domínios **Psicológico (p= 0. 05) e Meio Ambiente (p=0,036)**, não sendo observadas diferenças significativas para os domínios Físico (p=0,384) e Relações Sociais (p=0,118). Estes dados apontam para o fato de que jornalistas mais jovens ainda não atingiram um desgaste funcional acumulativo como os que exercem a mais tempo a função. É possível que, sendo a função de jornalista, das mais estressantes, que com o passar do tempo, o domínio Psicológico afetado dado o convívio continuado com o estresse e outras variáveis psicossociais de risco, que poderão levar ao *Burnout*. Desta forma, o Meio Ambiente pode ser sentido como deletério, afetando-os mais.

A amostra de estudo é composta em sua maioria por **participantes solteiros (61,1%)**. Estes dados corroboram o estudo de Heloani (2003) no qual a categoria de estado civil solteiro corresponde a 59% do total. É provável que o tipo de trabalho exercido pelo jornalista que implica em constantes viagens e deslocamentos, uma rotina diária de muitas horas trabalhadas, a competitividade pelas notícias, pelo “furo de reportagem”, a exposição a fatores psicossociais de risco, tais como, estresse ocupacional, transtorno por estresse pós-traumático, exposição a situações de risco físico e emocional, convívio constante com a urgência do tempo, entre outros, exposição a intensos conteúdos emocionais das matérias realizadas convivendo constantemente com a morte, acidentes, desastres, com o sofrimento humano, podem dificultar a constituição de vínculo conjugal estável. Este fato parece justificar também a grande frequência de participantes sem dependentes (51,1%). Ribeiro (2004), jornalista e diretor de base do sindicato de jornalistas de Piracicaba, analisando o estudo de Heloani (2003) na matéria “Sem tempo para a vida”, refere a máxima do jornalista “não tenho tempo para lazer, para a família e até para o amor. Alguns

jornalistas alegam que fora do ambiente de trabalho, fazem apenas o imprescindível, faltando tempo, até para namorar”.

Quanto à escolaridade, 34 (94,5%) **têm curso superior** completo de jornalismo e 2 (5,5%) cursaram pós-graduação *latu sensu*. No estudo de Heloani (2003) de 22 participantes, a maior parte (18) tem curso superior, sendo que 3 (%) cursaram pós-graduação *latu sensu* e um está cursando. Dados do mesmo autor apontam os motivos para a não realização da continuidade dos estudos, sendo que, a maior parte em ordem decrescente refere “não ter tido interesse”, “falta de tempo” e “falta de tempo e dinheiro”. Acredita-se que nesta profissão, a menos que o profissional tenha se voltado prioritariamente para a carreira acadêmica, não existem facilidades quanto à liberação do empregador para do jornalista continuar seus estudos, provavelmente sendo este, o mais importante fator para a não continuidade.

A maior parte da amostra 25 (69,4%) trabalha “**até 14 anos na função**” e 11 (30,6%) têm mais de 15 anos na função. Estudo realizado por Weaver e Wulhoit (1990) refere que tem ocorrido um aumento em progressão geométrica, do abandono da profissão de jornalista, visto que, em 1972, o percentual de profissionais foi de 7%, em 1982, de 11% e em 1992, de 21%. Os autores afirmam que, as variáveis mais apontadas para o abandono da profissão são, em ordem de importância: necessidade de mudança, busca por maiores salários, possibilidade limitada de ascensão profissional, insatisfação com o gerenciamento e o estresse ocupacional, excesso de responsabilidade, desejo de trabalhar em horários regulares, entre outros.

O tipo de trabalho realizado pode implicar em que, com o passar dos anos no exercício da função, geralmente entre 10 e 15 anos, ocorra um processo de desgaste no humor e ou desmotivação, que Freunderberg (1974) denominou “*Síndrome de Burnout*”. O Burnout é caracterizado por exagerado cansaço ou esgotamento emocional, por despersonalização caracterizada pelo desenvolvimento de atitudes cínicas frente a pessoas do meio, excessivo distanciamento social, silêncio, uso de atitudes despectivas, e tentativas de culpar aos outros pela própria frustração, e baixa realização pessoal.

Cooper (1997) aponta a profissão de jornalista como das mais estressantes no mundo contemporâneo. Essa profissão ocupa, juntamente com pilotos de avião, guardas de prisão e construtores, um terceiro lugar no *ranking* das profissões tidas como das mais estressantes. O fato

de a amostra de estudo ter menos profissionais com maior tempo de profissão, pode também ser um indicador da ocorrência das variáveis acima elencadas.

Quando foram comparadas as variáveis sócio-demográficas com os domínios de QV, observou-se que: jornalistas que trabalham há **até 14 anos na função** apresentam uma QV superior nos domínios Psicológico, ( $p= 0,016$ ) Relações Sociais ( $p=0,014$ ) e Meio Ambiente ( $p=0,004$ ) do que os que trabalham a mais de 14 anos na função. Estes dados corroboram os dados acima discutidos, ou seja, maior tempo na profissão, expõe o jornalista a uma pior QV nos domínios Psicológico, Relações Sociais e Meio Ambiente, sendo que o domínio Físico, parece ainda não estar afetado, da mesma forma como os demais. É provável que com o passar dos anos, sem que intervenções sejam feitas objetivando o manejo das variáveis psicossociais de risco ou seu adequado enfrentamento, por parte do jornalista ou da organização para a qual trabalhe, que o domínio físico, inclusive seja afetado. Em países desenvolvidos, tais como Estados Unidos e Austrália (*PTDS Center*) existem centros criados pelos empregadores e ou órgãos de classe, destinados a apoiar o jornalista, no enfrentamento de sua rotina funcional.

Quanto ao número **de horas semanais trabalhadas**, o estudo revelou que 4 (11,1%) dos jornalistas trabalham 30 horas semanais, 18 (50,0%) trabalham 40 horas, 3 (8,3%) 50 horas, 5 (13,9%) 60 horas e 6 (16,7%) mais de 60 horas semanais. Segundo Ribeiro (2004) a jornada diária legal do jornalista é de 5 horas, sendo permitidas até 2 horas extras por dia. No presente estudo, 61,1% dos jornalistas cumprem a jornada legal e 39,9% trabalham muito acima do permitido.

Também no estudo de Heloani (2003), dos 44 jornalistas que participaram da pesquisa, 17 (38,6%) trabalham de 41 a 60 horas semanais o que supera, e muito, as prescrições legais. A média/dia trabalhada é de 9,52% e supera em quase 100% a obrigatoriedade legal (RIBEIRO, 2004). É interessante lembrar, que *Karoshi* é uma palavra japonesa, que significa morte súbita por excesso de trabalho. Uehata (1989) utilizou a palavra *Karoshi* (um termo médico social) que compreende falecimentos por acidentes cérebro vasculares, infarto do miocárdio e insuficiência cardíaca aguda que podem ser produzidos quando o trabalhador é submetido a uma forte carga de trabalho, ou seja, mais de 60 horas semanais e/ou mais de 50 horas extras mensais.

Aqueles jornalistas que trabalham **até 40 horas semanais** apresentaram melhor percepção de QV nos domínios Psicológico ( $p=0,023$ ), Relações Sociais ( $p=0,048$ ) e Meio Ambiente

( $p=0,003$ ) do que os que trabalham mais de 40 horas semanais. O domínio Físico não apresentou diferenças significativas ( $p= 0,649$ ). Fica evidente que os domínios primeiramente mais afetados para os que trabalham mais de 40 horas semanais são: o Psicológico, Relações Sociais e Meio Ambiente, o que corrobora os dados acima descritos.

Todos os jornalistas do estudo são sindicalizados e a maior parte da amostra (30,5%) **percebe um salário mensal entre 13 a 18 salários** mínimos, que corresponde no ano de 2004 a R\$ 3.380,00 a R\$ 4.680,00. Dos participantes 6, recebem de 1 a 6 salários mínimos e apenas 1 acima de 30 salários mínimos/mês. É possível que o nível de renda de jornalistas não sindicalizados, se outro, não sendo objetivo deste trabalho aferir tal comparação, o que poderia ser pesquisado em próximos estudos. Frederico (2005), referindo-se a uma palestra do jornalista e diretor de redação da revista Exame, Nogueira (2004), aponta que as “*melhores oportunidades e os melhores salários, daqui para frente vão estar no mercado on line*” (FREDERICO, 2005, p.5) o que corrobora dados da literatura internacional.

Buscando-se associação entre os domínios de QV, obteve-se através da correlação linear de *Pearson* que os domínios Psicológico e Social foram os que apresentaram maior correlação, ou seja, melhorando-se um dos domínios, o outro melhorará, e ao contrário, se um dos domínios piorar, o outro seguirá esta tendência.

Realizou-se a Análise de Variância (ANOVA) e posteriormente o teste de comparação múltipla de médias de Tukey (Alfa= 5%), observando-se que a média do domínio **Físico** foi significativamente superior às médias dos domínios Relações Sociais e Meio Ambiente e que a média do domínio **Psicológico**, foi significativamente superior em relação à média do domínio **Relações Sociais**.

Pode-se observar que os jornalistas apresentam uma média inferior de QV no domínio das **Relações Sociais** quando comparada à média obtida por 3 outras profissões, avaliadas pelo mesmo instrumento: manutenção de aeronaves, trabalhadores de UTI e técnicos-administrativos (GUIMARÃES, MARTINS e BERAQUET, 2004).

É provável que os jornalistas estejam desenvolvendo seu trabalho de uma forma mais isolada, sem a possibilidade de contato interpessoal mais próximo com seus pares, incluindo-se também sua vida extra-trabalho junto a familiares e contexto social mais amplo. Para Heloani

(2003) o jornalista “não tem tempo para nada”, podendo-se dizer que eventualmente, nem para um possível estabelecimento de vínculos pessoais e sociais mais profundos e duradouros.

Estes dados corroboram a literatura internacional (Cooper, 1997) que refere que a profissão de jornalista está entre as mais estressantes e havendo comprometimento na esfera das Relações Sociais, haveria também uma insuficiência de apoio social, componente fundamental para uma melhor qualidade de vida. Este aspecto não os diferenciaria dos profissionais de saúde que trabalham em UTI, atividade considerada tão estressante quanto. O que se observa é que os trabalhadores de UTI e os jornalistas estão expostos igualmente à sobrecarga de trabalho, regime de turnos e plantões, contato com o sofrimento humano, doenças, alta carga de responsabilidade.

Diferentemente, os profissionais de saúde são preparados ao longo de sua formação para lidar com estas especificidades: acidentes, doenças, morte, entre outros, o que não ocorre, na formação do jornalista, sendo este um aspecto a ser considerado como um dos principais contribuições do presente estudo: a inserção de disciplinas junto à graduação em Jornalismo, que contemplem noções sobre Saúde Mental, Estresse, Transtorno por Estresse pós-traumático, fatores psicossociais ou profissionais de risco, noções sobre como desenvolver estratégias saudáveis de enfrentamento (coping) e a importância do apoio social.

## **VII - CONCLUSÕES E CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A maior parte da amostra foi composta por jornalistas solteiros, com curso superior completo em Jornalismo e recebe entre 13 a 18 salários mínimos.

A amostra de conveniência foi composta de forma homogênea entre os gêneros, com uma predominância, não significativa estatisticamente do gênero feminino.

O gênero feminino apresenta uma tendência a perceber sua QV no domínio Relações Sociais, de forma mais satisfatória que o masculino, embora este domínio seja o mais comprometido para a amostra como um todo, seguido pelo domínio Meio ambiente e Psicológico. O domínio Físico foi o mais preservado de todos, o que se constatou através da Análise de Variância, que indica também que o domínio Psicológico apresenta melhores resultados do que o de Relações Sociais.

A faixa etária predominante da amostra foi de 20 a 39 anos, sendo que aqueles com até 30 anos, apresentaram melhor QV nos domínios Psicológico e Meio Ambiente. Aqueles com até 14 anos de função, apresentaram também melhor percepção de QV nos domínios Psicológico, Meio Ambiente e também em Relações Sociais. Ressalte-se que 61 % da amostra trabalha até 40 horas semanais e 39,9% mais do que 40 horas semanais. Os que trabalham mais de 40 horas têm uma percepção significativamente pior de sua QV nos domínios Psicológico, Relações Sociais e Meio Ambiente. Em síntese, trabalhar a mais de 14 anos na função e mais de 40 horas semanais, é percebido como deletério para a QV nos domínios Psicológico, Relações Sociais e Meio Ambiente. Os domínios mais correlacionados foram o Psicológico e Relações Sociais. Esses achados confirmam as hipóteses de estudo: horas semanais trabalhadas, tempo de exercício funcional contribuem negativamente para QV da amostra estudada.

A comparação das médias de QV dos jornalistas da amostra com a de outras profissões (manutenção de aeronaves, trabalhadores de UTI e técnicos administrativos) aferida pelo mesmo instrumento (*WHOQOL-Bref*) revelou que os jornalistas apresentam uma pior percepção de sua QV no domínio das Relações Sociais. Este achado confirma uma das hipóteses de estudo que refere que a percepção da QV dos jornalistas no domínio Relações Sociais é pior do que a de outras categorias profissionais, o mesmo não se confirmando para o domínio Psicológico.

Embora os dados obtidos no estudo não possam ser generalizados, uma vez que a amostra de estudo corresponde a 7,53% da população de jornalistas sindicalizados da macro-região de Campinas/SP, são sinalizadores importantes e apontam para a necessidade de que haja a inclusão

na grade curricular do curso de Jornalismo de disciplinas que contemplem questões ligadas à Saúde Mental e os riscos ocupacionais envolvidos, bem como, os órgãos de classe e empregadores viabilizem a criação de centros de apoio psicossocial a esta categoria profissional e que haja uma fiscalização rigorosa quanto às horas semanais trabalhadas, objetivando-se o cumprimento das leis trabalhistas do país quanto às jornadas de trabalho.

## **REFERÊNCIAS**

---

AGÊNCIA EUROPÉIA PARA A SEGURANÇA E A SAÚDE NO TRABALHO **How to tackle psychosocial issues and reduce work-related stress**, 2002. Disponível em <http://www.europa.eu.int/agencies/enisa/index> . Acesso em 22 jan. 2005.

ANTUNES, R.C. **Adeus ao trabalho?** Ensaio Sobre as Metamorfoses e a Centralidade do Mundo do Trabalho. Campinas - SP: Ed Cortez UNICAMP, 1995.

AREIAS, M.E.Q. **Saúde Mental, Estresse e Trabalho dos Servidores de uma Universidade**, 1999, 187p. Tese (Doutorado) Faculdade de Ciências Médicas, Universidade Estadual de Campinas-UNICAMP.

BARDOEL, J. Beyond Journalism: a profession between information society and civil society. **Eur Jour of Commun**, v. 11, n. 3, p. 283-302, 1996.

BERLIN, M.T.; FLECK, M.P.A Quality of life: a brand new concept for research and practice in psychiatry. **Rev. Bras. Psiquiatr**, v. 25, n. 4, p. 249-252, 2003.

BIBLIA SAGRADA **Gênesis**, Edições Loyola, São Paulo, cap. 3, ver.16-19 , p.14, 1995.

BLACK, J. Journalism Nethics, **Convergence**, v. 4, n. 4, p. 10-17, 1998. Disponível em <http://www.convergence-com.org> . Acesso em: 22 jan. 2005.

BOLTON, E. PTSD in journalists, **National Center for PTSD Fact Sheet**, 2003. Disponível em <http://www.dartcenter.org> ou <http://www.newscoverage.org>. Acesso em: 25 ag. 2004.

BOUTIE, P. Will this kill that? **Communication World**, New York, 1 abr 1996, p.12.

BOWLING, A. Measuring Disease. A review of disease specific quality of life measurement, **Convergence**, New York, 1995, p32.

BRAVERMAN, M. Trastorno por estrés pos traumático y su relación con la salud laboral y la prevención de lesiones In: STELLMAN, J. M. (org.) **Enciclopedia de Salud y Seguridad en el Trabajo (OIT)**-Trabajo e Salud Mental, España: Ministerio de trabajo Y Asuntos Sociales, v. 1, p. 513 –517, 1998.

BRIDGES, W. **Um mundo sem emprego – jobshift** São Paulo, Makron Books do Brasil Editora Ltda, 1995.

BROOKS, L. So far, so feminised. **The Guardian**, London, G2 Europe, 18 out. 1999, p.10.

BULLINGER, M.. Indices versus Profiles- Advantages and disadvantages. In: WALKER, S.R. e ROSSEN, R.M. (org.) **Quality of Life assessment key issues in the 1990s**. Kluwer, Dordrecht, p. 209-220, 1993.

CASSEL, J. P. The contribution of the social environment to rots resistance **Am Journal Epidemiol**, v. 10, n. 4, p.107-123, 1976.

CARDOSO, W.L.D. Qualidade de Vida e Trabalho: Uma articulação possível In: GUIMARÃES, L. A M. e GRUBITS, S. (org.) **Série Saúde Mental e Trabalho**, Rio de Janeiro: Casa do Psicólogo, 1999, v. 1, p.74-79.

CHASSOT, A. **A Ciência através dos tempos**, São Paulo, Editora Moderna Ltda, 14<sup>a</sup> ed, 2002.

CHEVALIER, A. *et al.* Occupational factors of anxiety and depressive disorders in the French National Electricity and Gas Company. **J. Occup Envir Med**, v. 38, n. 11, p. 1098-1107, 1996.

CHIAVENATO, I. **Gestão de pessoas: O novo papel dos recursos humanos nas organizações**. Rio de Janeiro: Campus, 1999.

CIBORRA, C.; LANZARRA, G. F. **Progettazione delle tecnologie e Qualita Del Lavoro**. Milão: Franco Angeli Editore, 1985.

CÓDIGO INTERNACIONAL DAS DOENÇAS – CID-10- **Classificação de Transtornos Mentais e de Comportamento: descrições clínicas e diretrizes diagnósticas**. Tradução CAETANO, D., Porto Alegre; Artes Médicas, 1993.

COBB, S. Social Support as a mediator of life stress. **Psych Med**, n. 38, p. 300-314, 1976.

COHEN, S; SYME, SL **Social Support and Health**. New York, Academic Books, 1985.

COLLINS, J.L., Health issues in journalism and reporting. **Occup Med**, v. 16, n. 4, p. 583-594, 2001.

COOPER, C. **Research assessing 104 jobs** University of Manchester's Institute of Science and Technology, 1997. Disponível em : <http://www.lums.lancs.ac.uk/profiles/304/>-. Acesso em: 2 jan. 2005.

CROON, E. M *et al.* Job stress, fatigue and job dissatisfaction in Dutch lorry drivers: towards occupation specific model of job demands and control. **Occupational Environ. Med**, v. 59, 2002.

DEJOURS, C. **A loucura do trabalho: estudo de psicopatologia do trabalho**, São Paulo, Cortez-Oboré, 1992.

DELGADO, P .G. G. Perspectivas da psiquiatria pós-asilar no Brasil com apêndices sobre a questão dos crônicos. In: **Cidadania e loucura – políticas de saúde mental no Brasil** Petrópolis, Vozes, 1994.

DEMERS, F. Impacts des nouvelles technologies de l'information et communication: déstructuration (et restructuration?) du journalisme. **Technologies de l'Information et Société**, v. 8, n. 1, p.55-70, 1996.

DENTON, N. *Internet*. **Financial Time**, 2 mar 1999, p.23.

EUROPEAN COMMISSION FOR LABOUR **Growth, competitiveness, employment**, Brussels, 1997, Seção 6, p. 20.

EUROPEAN JOURNALISM CENTRE, 2003. Disponível em :<http://www.ejc.nl/26k>. Acesso em: 18 dez 2004.

FERNANDES, E.C. **Qualidade de vida no trabalho: como medir para melhorar**. Salvador: Casa da Qualidade, 1996.

FEINSTEIN, A.; OWEN, P.; BLAIR, A. A hazardous profession: War, Journalists and psychopathology. **Amer Jour Psych**, EUA, v. 9, n. 159, p.1570-1575, 2002.

FINER, D.; TOMSON, G.; BYORKMAN, N. Ally, advocate, analyst, agenda-setter? Positions and perceptions of Swedish medical journalists. **Patient Educ Couns**. Department of Public Health Sciences, Karolinska Institutet, Stockholm, Sweden, v. 30, n. 1, p. 71-81,1997.

FLECK, M. P. *et al*. Desenvolvimento e aplicação da versão em português do instrumento de avaliação de qualidade de vida da OMS (WHOQOL – 100). **Rev Bras Psiq**, v.19, n.1, p. 9-13, 1999.

FLECK, M. P. A. Avaliação da qualidade de vida. In: FRÁGUAS, R. e FIGUEIRÓ, J.A.B. (org.). **Depressões em Medicina interna e em outras condições médicas – depressões secundárias**. São Paulo, Atheneu, 2001, p. 33-43.

FORMER WACHOVIA PRESS RELEASES, 1999. Disponível em: [http://www.vachovia.com/inside/page/0..134\\_307\\_348\\_1271\\_1279,00.html](http://www.vachovia.com/inside/page/0..134_307_348_1271_1279,00.html). Acesso em: 25 jan. 2005.

FORRESTER Research Inc. **PC time and money**, New York, 1999.

FREDERICO, N. Desafios do jornalismo on line. **Jornal on line**, 2005. Disponível em: <http://www.planetajota.jor.br/index.htm>. Acesso em: 10 jan. 2005.

FREINKEL, A.; KOOPMAN, C.; SPIEGEL, D.. Dissociative symptoms in media eyewitnesses of an execution. **Am Jour Psych**, v. 9, n. 252, p.1335-1339, 1994.

FREUDENBERG, H. J. Staff Burnout **Journal of Social Issues**, v. 30, n. 1, p. 159-165, 1974.

FUNDACIÓN EUROPEA PARA LA MEJORA DE LAS CONDICIONES DE VIDA Y DE TRABAJO, **First European Survey On the Work Environment** 1991-1992, Luxemburgo: Oficina de Publicaciones Oficiales de la Comunidad Europea, 1992.

GARRAT, A.M. *et al.* The SF-36 health survey questionnaire: an outcome measure suitable for routine use within the NHS **BMJ**, n. 306, p.1440-1444, 1993.

GAUNTLETT, D. **Web.Studies: rewiring media studies for the digital age**. London: Arnold, 2000.

GERMAN INSTITUTE FOR ECONOMIC RESEARCH (DIW) Report **468**. Disponível em: <http://www.diw.de/deutsch/-19k->. Acesso em: 06 jan. 2005.

GFC NET: International study of journalists' attitudes toward using technology, **GFC Net**, 1999 New York. Disponível em: <http://www.gfcnet.com/2k>. Acesso em: 04 jan. 2005.

GHEDINI, F. Por um Jornalismo de Boa Qualidade, **Folha de São Paulo**, São Paulo 28 jul 2003, p.3.

GRAY, L; SEEBER, R. **Under the stars: Essays on labor relations in arts and entertainment**. Ithaca, New York, ILR Press, 1996, p.12.

GOLBERG, P. *et al* Work conditions and mental health among prison staff in France. In: **Scand. J. Work. Environ Health**, v.22, n.1, p. 45-54, 1996.

GRUPO ZETA Informe Anual de la Comunicación 1997-1998: estado y tendencias de los medios en España, Madrid, 1998 In: German Institute for Economic Research (DIW) **Report 468**, 2000.

GUIMARÃES, L.A.M, Saúde Mental e Trabalho, **I Congresso de Saúde Mental, Cultura e Sociedade**, Universidade Católica Dom Bosco (UCDB), Campo Grande, MS, 2002.

GUIMARÃES, L.A.M. *et al*. Prevalência de transtornos mentais nos locais de trabalho. In: GUIMARÃES, L.A.M. e GRUBITS, S. (org.) **Série Saúde Mental e Trabalho**, v. Rio de Janeiro: Casa do Psicólogo, 1999. p. 49-57.

GUIMARÃES, L.A.M; SIEGRIST, J.; MARTINS, D.A. Modelo Teórico de Estresse Ocupacional: Desequilíbrio entre Esforço-Recompensa no Trabalho (ERI) In: GUIMARÃES, L.A.M; GRUBITS, S (org.) **Série Saúde Mental e Trabalho** , v. 2, São Paulo, Casa do Psicólogo, 2004, p.69-83.

GUIMARÃES, L.A.M.; MARTINS, D.A.; BERAQUET, M.I.G., **XXII Jornada Sul Rio Grandense de Psiquiatria Dinâmica e II Encontro Ibero-Americano de Qualidade de Vida**, Centro de Eventos da AMRIGS, Porto Alegre, RS, 2004.

GUIMARÃES, L.A M *et al*. Atualizações em Qualidade de Vida no trabalho In GUIMARÃES, L.A. M. e GRUBITS, S., (org.) **Série Saúde Mental e Trabalho**, v. 3, São Paulo, Casa do Psicólogo, 2004, p.214-221.

GUIMARÃES, L.A.M., AREIAS, M.E.Q., TEIXEIRA, L., Gênero e estresse no trabalho In: GUIMARÃES, L.A M .; GRUBITS, S. (org.) **Série Saúde Mental e Trabalho**, v. 2, São Paulo, Casa do Psicólogo, 2004, p.149-156.

HELOANI, J. R. **Mudanças no mundo do trabalho e impactos na Qualidade de Vida do Jornalista**: Relatório de pesquisa do Núcleo de Pesquisas e Publicações/EAESP/FGV/NPP – São Paulo, 2003.

HOUSTON, F. What I Saw in the Digital Sea. **Columbia Journalism Review**, jul/ag. 1999.

HISCOCK, J. Earl of URL. **The Guardian**, New York, 9 out. 1998, p.26.

HAFRASH, H. Will the growing popularity of the *Internet* kill newspapers? **Saudi Gazette**, 17 jun. 1999, p.11.

HIRSH, B. J. Natural support systems and coping with major life changes. **Am Jour Comm Psych**, n. 8, p. 159-171, 1980.

HOUSE, J. Work Stress and Social Support. Reading, Massachusetts: **Addison Wesley**, 1981.

INTERNATIONAL LABOUR ORGANISATION - ILO **Terms and conditions of Employment part-time and temporary workers in the public service**, Joint Committee on the Public Service, Fifth Session, Report II, Geneva, 1994.

INTERNATIONAL LABOUR ORGANISATION–ILO “Symposium on Information Technologies in the Media and Entertainment Industries: the impact on Employment, Working Conditions and Labour-management Relations “, **Report for discussion**, Background Document 30, Geneva, 2000.

KAGAN, A. R.; KAGAN, J. D. The quality of which life? **Amer Jour Clin Oncol**, v. 6, n. 2, p. 117-118, 1983.

KALIMO, R. Los factores psicosociales y de salud de los trabajadores: panorama general In: KALIMO, R. **Los Factores psicosociales en el trabajo y su relación con la salud**. Ginebra, OMS, 1988.

KARASEK, R. *et al.* The Job Content Questionnaire (JCQ): an instrument for internationally comparative Assessments of psychosocial job characteristics. **Journ Occup Hea Psych**, v. 3, n. 4, p. 322-355, 1998.

KIMURA, M. **Tradução para o português e validação do Quality of life index** de FERRANS, C. E. e POWER, M. T., 1990, Tese de livre docência, Escola de Enfermagem, 1999, Universidade de São Paulo, USP.

KOBAYASHI, F.; TAKEUCHI, K. Stress management in European countries and USA. **Sangyo Eiseigaku Zasshi**, v. 44, n. 1, p. 1-5, 2002.

KARASEK, R - El modelo de demandas/control: enfoque social, emocional y fisiológico del riesgo de estrés y desarrollo de comportamientos activos In: **Enciclopedia de Salud y seguridad en el trabajo** - OIT, 1998.

KATZ, I. Newspapers and the *Internet*, 2000, **The Guardian**, New York, 21 ag. 2001, p.21.

KING, E. Redefining Relationships: interactivity between News Producers and Consumers. **Convergence**, v. 4, n. 4, p. 26-32, 1998.

LAFER, M.C.V. Tradução HESÍODO VIII-VII AC. **Os Trabalhos e os Dias**. São Paulo, Ed. Iluminuras Ltda, 1992.

LASCHINGER, H.K *et al.* Testing Karasek's demands-control model in restructured healthcare settings: effects of job strain on staff nurses' quality of work life. In: **Journ Nurs Adm**, v. 31, n. 5, p.233-243, 2003.

LEVI, L., Guía sobre el estrés relacionado: La “con el trabajo sal de la vida “o el “beso de la muerte?”. In: **Seguridad y salud en el trabajo**. Unidad D.6. Barcelona: Dirección General de Empleo y Asuntos Sociales de la Comisión Europea, 1999.

LEVI, L.; FRANKENHAUSER, M. ; GARDELL, B. The characteristics of the workplace and the nature of its social demands In: WOLF, S.; FINESTONE, A J.; LITTLETON, N., (org.) **Occup Stress and perform at work**, Massachussetts: PSG, 1986.

LEWIS, D. A.; LIEBERMAN, JA Fatores Biológicos In: **Relatório sobre a Saúde no Mundo 2001 (OPAS, OMS)**, Genebra, Suíça, impresso em: Gráfica Brasil, 2001.

MARKS, S. *Internet* redefines news business for many young journalists. **Christian Science Monitor**, 8 ag. 1999, p.15.

MARTINS, D. A; GUIMARÃES, L.A.M. O Modelo de Estresse Ocupacional Demanda/Controle (Job Strain Model) In: GUIMARÃES, LAM e GRUBITS, S (org.) **Série Saúde Mental e Trabalho**, v. 2, São Paulo, Casa do Psicólogo, 2004, p.55-68.

MCMAHON, C. Covering disaster: A pilot study into secondary trauma for print media journalists reporting on disaster, **Austr Journ of Emerg Manag**, n. 16, p.52-56, 2001.

MILLER SAND, J. U.S. "Weapons Hunters Find No Evidence Iraq Had Smallpox" In: Jackson, W.E. Jr. Miller's Latest Tale Questioned - When Will, 1997, sep 23, '**NY Times**' Get Her off WMD Trail?. Disponível em: <http://www.commondreams.org/views03/0923-14.htm>. Acesso em: 12 jan. 2005.

MINISTÉRIO DA PREVIDÊNCIA E ASSISTÊNCIA SOCIAL. **Atualização da Norma Técnica de Avaliação de Incapacidade para Fins de Benefícios Previdenciários**. 1998. Disponível em: <http://www.mpas.gov.br/16.a> ou <http://81.dataprev.gov.br/sislex/buscador.asp> . Acesso 15 jul. 2004.

MINAYO, M. C S.; HARTZ, Z M A; BUSS, P. M. **Qualidade de Vida e saúde: um debate necessário** In: Revista Ciência e Saúde, v. 7, n. 2, p. 12-23, 2000.

MIYATA, M., TANAKA, Y., TSUJI, S. Ocupacional stress as the cause of psychosomatic and mental disorders. **Sangyo Ika Daigaku Zasshi**, v.19, n. 4, p .297-305, 1997.

NADLER, D. A.; LAWLER, E. Quality of work life: perspectives and directions. **Organ Dyn.** v. 11, n. 3, p. 22-24, 1983.

NEWMAN, E.; SIMPSON, R. ; HANDSCHUH, D. Trauma exposure and post-traumatic stress disorder among photojournalists. **Vis Commun Quaterly**, v. 58, n. 1, p. 4-13, 2003.

NELSON, D. Journalism and new media technologies, **Apostila** desenvolvida para a ILO, 1999, não publicada.

NICHOLAS, F.; WILLIAMS, J. **Journalism and the Internet**. City University, London, 1998.

NOACK, A. **Bias against online news reporters: the second-class citizens of journalism**. Editor e Publisher. 18 jan. 1998, p. 13.

NOGUEIRA, P O futuro do jornalismo está na *Internet* (síntese da entrevista de Nogueira) **Jornal on line**. Disponível em: <http://www.planetajota.jor.br/index.htm>. Acesso em: 25 jan. 2005.

NORTHWESTERN NATIONAL LIFE. **Employee Burnout America`s newest epidemic**. Minneapolis, Minesotta, Northern National Life, 1991.

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO - **Enciclopedia de salud y seguridade em el trabajo**, v.1, Vinokur, a.D., 34.35,35. 36, España, 1998.

OLAV, B. Life-long learning In: S. GRUMIAU, S. **Trade Union World** (Brussels, ICFTU), n. 3, 2 mar 1998, p. 24.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS) e ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS) Saúde mental: nova concepção, nova esperança. In: **Relatório sobre a saúde no mundo**. Trad. Escritório Central da Oficina Pan-Americana de Saúde, v. Area Técnica de Saúde mental do Ministério da saúde mental do Brasil World Health Organization, Suíça, 2001.

ORLEY, J.; SAXENA, S.; HERRMAN, H. Quality of life and mental illness: reflections from the perspective of the WHOQOL. **Br J Psychiatry**, n. 172, p.291-293, 1998.

O'REILLY, P. The implications of multimedia convergence on future skill requirements. In: **ILO**, 1999. Comunicação pessoal.

OSTERMAN, R.F.; GUTIÉRREZ, R.E. The SWS-Survey: cross cultural assessment of positive/negative mental health and stress variables. In: **XXV Congress of Psychology**, Brussels, 1992.

OUTING, S. **Why online journalism is a great career choice**. Editor e Publisher, 1 maio 1999, p.49.

PAOLI, P. **First European Survey on The Work Environment, 1991/1992**. Dublin: Fundación Europea, 1992.

PAVLIK, J. The Impact of Technology on Journalism, **Journ Stud**, v. 1, n. 2, p.229-237, 2000.

PEIRÓ, J. M. **Desencadenantes del estrés laboral**. Madrid: Ed. Pirámide, 1999.

POVEDA, C. **Gestión preventiva: evaluación de riesgos, plan de prevención**. Valencia: Bérnia Edicions, 1997.

POWER, C. *Internet* grabs headlines from traditional media. **The Irish Times**, 22 out. 1999, p.12.

PYEVICH, C. M.; NEWMAN, E. ; DALEIDEN, E. The relationship among cognitive schemas, job-related traumatic exposure, and posttraumatic stress disorder in journalists, **Journ of Traum Stress**, v. 16, n. 4, p. 325-328, 2003.

RIBEIRO, V Sem tempo para a vida. **Jornal on line**. Disponível em: <http://www.planetajota.jor.br/index.htm> . Acesso em: 10 jan. 2005.

ROBIN, J. (1999 jul 27). How to create a website and get ahead in journalism. **The Independent**, London, 27 jul 1999, p.11.

RODRIGUES, M. V. C- **Qualidade de vida no trabalho: evolução e análise no nível gerencial**. 2a. edição Petrópolis, Vozes, 1994.

ROCHA, L. E.; GLINA, D. M. R. Distúrbios psíquicos relacionados ao trabalho In: FERREIRA JR., M. **Saúde no trabalho**. São Paulo: Editora Roca Ltda, 2000, p. 312-326.

SAMPAIO, A. L. P.; GUIMARÃES, L. A. M. Modelo Teórico Esforço-Distréss de Marianne Frankenhauser e o conceito de Carga de Trabalho In: GUIMARÃES, L. A. M. e GRUBITS, S. (org.) **Saúde Mental e Trabalho**, v. 2, São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004, p.85-99.

SATO, L. **Qualidade de Vida**, São Paulo, 1999. Mimeografado.

SAUTER, S. L. *et al* Factores psicosociales y de organización.. In: ORGANIZACIÓN INTERNACIONAL DEL TRABAJO (OIT) **Enciclopedia de Salud y Seguridad en el Trabajo**. Genebra: OIT, v. 2, p. 342-347, 1998.

SCHAUFELI, W. B.; SALANOVA, M. L. Como evaluar los riesgos psicosociales en el trabajo? **Prevención, trabajo y salud**, n. 20, p. 4-9, 2002.

SCHNALL, P. L.; LANDSBERGIS, P. A.; BACKER D. Job Strain and cardio-vascular disease. **Annu Rev Publ Health**. n. 15, p. 381-411, 1994.

SCHUDSON, M. **The Power of News**, Cambridge, MA: Harvard University Press, 1995.

SCHMIDT, R E. Journalism and the *Internet*: a new world of information, **Associated Press**, 12 jan. 1998, p.15.

SENNETT, R. **A corrosão do caráter – conseqüências pessoais do trabalho no novo capitalismo**. Rio de Janeiro e São Paulo, 8ª edição Editora Record, 2004.

SEYLE, H. **Stress a tensão da vida**, São Paulo, IBRASA, 1965

SIEGRIST, J. *et al.* Low status control, high effort at work and ischemic heart disease: prospective evidence from blue-collar men. **Soc Sci e Méd**, v. 31, n.10, p.1127-1134, 1990.

SIEGRIST, J. Adverse health effects of high-effort/low-reward conditions at work. **J Occup Health Psychol**, n.1, p.27-43, 1996.

SINGER, J. Online Journalists: foundations for research into their changing roles. **Journ of Comp-Med Comm**. Disponível em: <http://www.ascusc.org/jcmc/vol4/issue1/singer.html>, Acesso em 15 jan. 2005.

SPIILBERG, C. **Understanding stress and anxiety**, New York, Harper e Row, 1979.

STEPHANINI, I. C. **Qualidade de Vida dos profissionais de Saúde que trabalham com Portadores de HIV no Estado de Mato Grosso do Sul**, 2003. 144p. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Universidade Católica Dom Bosco-UCDB.

SOMAVIA, J. Crise Global, **Folha de São Paulo**, São Paulo, 24 jan. 2003, Caderno B3, p.21.

TAMEN, P **Gilgamesh, rei de Uruk (anônimo épico sumério)** trad. do texto em língua inglesa de SANDARS, N.K., São Paulo, Ars Poética Editora Ltda, 2 ed., 1992.

THE WHOQOL GROUP The World Health Organization. WHOQOL-*Bref* Quality of life Assessment, **Psychol Med**,, n.28, p.551-558, 1998.

THE WHOQOL GROUP The World Health Organization Quality of life (WHOQOL): position paper from the World Health Organization. **Soc. Sci. Med.**, n.41, p.1403-1442, 1995.

THE WHOQOL GROUP The World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL): development and general psychometric properties. **Soc Sci Med**, n.46, p.1569-1585, 1998.

TOFFLER, A. **A terceira onda – a morte do industrialismo e o nascimento de uma nova civilização.** Rio de Janeiro, Record, 1980.

TSUTSUMI A. *et al.* Association between job stress and depression among Japanese employees threatened by job loss in a comparison between two complementary job-stress models. In: **Scand Journal Work Environ Health**, v.27, n.2, p.146-153, 2001.

TRENCH, B. e QUINN, G. Online news and changing models of journalism. **Ir Comm Rev**, v.9, p.32-52, 2000.

UEHATA, T. A study of death from overwork (1) Considerations about 17 cases. **Sangyo Igaku, Jap J. Ind Health**, n.20, p-479-491, 1978.

VILLALOBOS, G. **Unión General de Trabajadores del País Valenciano**, 1999. Disponível em: <http://ugt-pv.org/docu/estrés/estres4.htm>. Acesso em 10 jan. 2005.

VÉZIMA, M e GINGRAS, S. – Work and Mental Health: risk groups In: **Can. J. Public Health**, Saval, 1996, v.87, n.2, p.135-140

WALTON, R. Quality of working life: Quit is it? **Sloan Management**, v.15 n. 1, p. 11-21, 1973.

WARR, P. B. Employee well being. In: WARR, P.B. (org.) **Psychology at Work**, London. Penguin, 1996, p. 34-39.

WALLACE, D. Use of online services in the newsroom. **City University Net Media Survey Report**, London, 1998.

WARNKEN, J. **Labour Education**, New York, 2000, p. 23-41

WHITE, A. Journalism. In ILO: **Encyclopaedia of Occupational Safety and Health**, v. 3, Geneva, 1998.

WEISS, P. Pelas Redações-Jornalismo de qualidade: debate divide empregados e patrões **Observatório da Imprensa**, 2004 Disponível em: <http://observatorio.ultimosegundo.ig.com.br/artigos/jd191220011.htm>. Acesso em: 12 jan. 2005.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO), **WHOQOL-Bref Introduction, Administration, Scoring and Generic Version of the assessment Field Trial Version**. Programmer on Mental Health, Geneva, December 1996.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO) **World Health Organization constitution**. Geneva: Informe, 1947, p.6.

WOOLF, M. **Women in arts and media professions: European comparisons**, 2000, p. 12

ZOLLMAN, P. New media hiring: Vets offer tips. **Editor e Publisher**, 21 mar 1998, p. 20

**ANEXOS**

---

## Anexo 1

### QUESTIONÁRIO WHOQOL-BREF

<b>Instruções</b>					
Este questionário é sobre como você se sente a respeito de sua qualidade de vida, saúde e outras áreas de sua vida. <b>Por favor responda a todas as questões.</b> Se você não tem certeza sobre que resposta dar em uma questão, por favor, escolha entre as alternativas a que lhe parece mais apropriada. Esta, muitas vezes, poderá ser sua primeira escolha.					
Por favor, tenha em mente seus valores, aspirações, prazeres e preocupações. Nós estamos perguntando o que você acha de sua vida, tomando como referência as <b>duas últimas semanas</b> . Por exemplo, pensando nas últimas duas semanas, uma questão poderia ser:					
	nada	Muito pouco	médio	muito	completamente
Você recebe dos outros o apoio de que necessita?	1	2	3	4	5

Você deve circular o número que melhor corresponde ao quanto você recebe dos outros o apoio de que necessita nestas últimas duas semanas.

Portanto, você deve circular o número 4 se você recebeu "muito" apoio como abaixo.

	nada	Muito pouco	médio	muito	completamente
Você recebe dos outros o apoio de que necessita?	1	2	3	4	5

Você deve circular o número 1 se você não recebeu "nada" de apoio.

**Por favor, leia cada questão, veja o que você acha e circule no número e lhe parece a melhor resposta.**

		muito ruim	Ruim	nem ruim nem boa	boa	muito boa
1	Como você avaliaria sua qualidade de vida?	1	2	3	4	5

		muito insatisfeito	Insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
2	Quão satisfeito(a) você está com a sua saúde?	1	2	3	4	5

As questões seguintes são sobre <b>o quanto</b> você tem sentido algumas coisas nas últimas duas semanas.						
		nada	muito	mais ou	bastante	extremamente

			pouco	menos		
3	Em que medida você acha que sua dor (física) impede você de fazer o que você precisa?	1	2	3	4	5
4	O quanto você precisa de algum tratamento médico para levar sua vida diária?	1	2	3	4	5
5	O quanto você aproveita a vida?	1	2	3	4	5
6	Em que medida você acha que a sua vida tem sentido?	1	2	3	4	5
7	O quanto você consegue se concentrar?	1	2	3	4	5
8	Quão seguro(a) você se sente em sua vida diária?	1	2	3	4	5
9	Quão saudável é o seu ambiente físico (clima, barulho, poluição, atrativos)?	1	2	3	4	5

As questões seguintes perguntam sobre **quão completamente** você tem sentido ou é capaz de fazer certas coisas nestas últimas duas semanas.

		nada	muito pouco	médio	muito	completamente
10	Você tem energia suficiente para seu dia-a-dia?	1	2	3	4	5
11	Você é capaz de aceitar sua aparência física?	1	2	3	4	5
12	Você tem dinheiro suficiente para satisfazer suas necessidades?	1	2	3	4	5
13	Quão disponíveis para você estão as informações que precisa no seu dia-a-dia?	1	2	3	4	5
14	Em que medida você tem oportunidades de atividade de lazer?	1	2	3	4	5

As questões seguintes perguntam sobre **quão bem ou satisfeito** você se sentiu a respeito de vários aspectos de sua vida nas últimas duas semanas.

		muito ruim	ruim	nem ruim nem bom	bom	muito bom

15	Quão bem você é capaz de se locomover?	1	2	3	4	5
		muito insatisfeito	Insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	Muito satisfeito
16	Quão satisfeito(a) você está com o seu sono?	1	2	3	4	5
17	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de desempenhar as atividades do seu dia-a-dia?	1	2	3	4	5
18	Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade para o trabalho?	1	2	3	4	5
19	Quão satisfeito(a) você está consigo mesmo?	1	2	3	4	5
20	Quão satisfeito(a) você está com suas relações pessoais (amigos, parentes, conhecidos, colegas)?	1	2	3	4	5
21	Quão satisfeito(a) você está com sua vida sexual?	1	2	3	4	5
22	Quão satisfeito(a) você está com o apoio que você recebe de seus amigos?	1	2	3	4	5
23	Quão satisfeito(a) você está com as condições do local onde mora?	1	2	3	4	5
24	Quão satisfeito(a) você está com o seu acesso aos serviços de saúde?	1	2	3	4	5
25	Quão satisfeito(a) você está com o seu meio de transporte?	1	2	3	4	5

As questões seguintes referem-se a **com que frequência** você sentiu ou experimentou certas coisas nas últimas duas semanas.

		nunca	Algumas vezes	frequentemente	muito frequentemente	sempre
26	Com que frequência você tem sentimentos negativos tais como mau humor, desespero, ansiedade, depressão?	1	2	3	4	5

Alguém lhe ajudou a preencher este questionário? .....

Quanto tempo você levou para preencher este questionário? .....

**Você tem algum comentário sobre o questionário? OBRIGADO PELA SUA COLABORAÇÃO**

## Anexo 2

### Questionário de dados Sócio Demográficos

Por favor, responda a todas as questões.

Agradecemos antecipadamente sua valiosa cooperação.

#### DADOS GERAIS

Nome.....

Cargo.....Função.....

Departamento.....Empresa.....

Favor marcar com um X as alternativas que (o) (a) descrevem

1. Meu sexo é (A) – Masculino (B) – Feminino

2-Minha idade é entre: (A) Até 29 anos (B) 30–39 (C) 40-49 (D) 50-59 (E) Mais de 60 anos

3-Sou: (A)- Solteiro (B)-Casado (a)-União livre (C)-Divorciado(a) (E)- Viúvo (a)

4- Meu trabalho é em:

1. Nível Básico: ocupações operacionais como: auxiliar de cozinheiro, de limpeza, auxiliar de manutenção, reparador geral, segurança, etc.

2. Nível Médio: ocupações administrativas e técnicas como: secretários (as), auxiliar administrativo, técnico em contabilidade, comprador a), soldador, etc.

3. Nível Superior e Supervisores de Seção: supervisor, psicólogo, biólogo, sociólogo, nutricionista, jornalista, químico, analista de sistema, etc.

4. Nível Gerencial: Técnicos em cargos comissionados tais como: assistentes técnicos, coordenadores, diretores, gerentes, etc..

**5-Escolaridade:**

**a- 1º grau completo**

**b- 1º grau incompleto**

**c- 2º grau completo**

**d- 2º grau incompleto**

**e- Superior completo**

**f- Superior incompleto**

**g- Pós-graduação**

**6-Dependentes (filhos, pais e outros) (A) nenhum (B) 1 a 3 (C) 4 a 6 (D) 7 a 9 (E) mais de 9**

**7-Meu turno de trabalho é: (A) matutino (B) vespertino. (C) noturno. (D) rotação de turnos (E) integral**

**8-Horas trabalhadas na semana: (A) 20h (B) 30h. (C) 40h. (D) 50h. (E) 60h. (F) mais de 60h**

**9-Tempo de trabalho no exercício da função: (A) até 14 anos (B) mais de 14 anos**

**10-Meu nível econômico é:**

**(A) muito baixo (B) baixo. (C) médio (D) médio alto (E) muito alto**

**11-Meu rendimento médio é (as faixas estão definidas em salários mínimos):**

**(A) 1 a 6 (B) 7 a 12 (C) 13 a 18 (D) 19 a 24 (E) 24 a 30 (F) maior que 30**

**12-Meu gasto médio familiar é (as faixas estão definidas em salários mínimos):**

**(A) 1 a 6 (B) 7 a 12 (C) 13 a 18 (D) 19 a 24 (E) 24 a 30 (F) maior que 30**

**13-Minha nacionalidade é .....**

### Anexo 3

#### Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

#### **Pesquisa: “Qualidade de Vida de Jornalistas da Macro Região de Campinas/SP”**

Com o objetivo de estudar a Qualidade de Vida da profissão de jornalista, solicitamos a sua colaboração no preenchimento de 2 (dois) questionários auto-aplicáveis: o questionário de dados sócio demográficos e o questionário WHOQOL-*Bref* de Qualidade de Vida.

As informações obtidas nos ajudarão a entender melhor a Qualidade de Vida desta categoria profissional. Os dados coletados poderão ser divulgados em eventos científicos e será garantido o sigilo de identificação pessoal. Será respeitada também a liberdade de desistência do participante em qualquer fase da pesquisa.

Os resultados obtidos na presente pesquisa serão entregues individual e pessoalmente, se for de interesse do participante.

Este projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP)- tel:(19) 37888936 e faz parte do estudo de mestrado em Psicologia de Maria Inalda Gualtieri Beraquet, tendo como orientadora a profa. dra. Liliana Andolpho Magalhães Guimarães, da Universidade Católica Dom Bosco (UCDB) Campo Grande MS Telefone:(67) 3123605.

Eu,..... estou respondendo de forma voluntária e espontânea aos questionários e autorizo a utilização dos dados para pesquisa científica.

Pesquisadora responsável:

Maria Inalda Gualtieri Beraquet

Tel: (19)3207-2401

E-mail: [inalda@sigmanet.com.br](mailto:inalda@sigmanet.com.br)

## Anexo 4

### Entrevista Ilustrativa 1

- Nome: Pedro
- Idade: 31 anos
- Estado civil: solteiro
- Escolaridade: superior Jornalismo com especialização em jornalismo científico, cursando mestrado como aluno especial.
- Atividade exercida: jornalista: atendimento a imprensa
- Não tem dependentes, trabalha no período vespertino, aproximadamente 50 horas por semana, tem um rendimento médio, na faixa de 13 a 18 salários mínimos e gasta entre 7 a 12 salários mínimos. É brasileiro, nasceu no estado de SP.

**P: Por gentileza, me fale de seu universo de jornalista, ou melhor, o que é para você ser jornalista?**

**R:** *A vida do jornalista é num ritmo acelerado. Acredito hoje, que quem não acompanha a tecnologia, não consegue trabalhar nessa função estamos num momento de transição. Eu uso muito as ferramentas da tecnologia, a grande maioria dos contatos é por e-mail, e as notícias vêm pela internet, às vezes no momento do acontecimento, do mundo inteiro. No meu trabalho existe um critério na seleção das notícias, apesar de que a gente no setor procura não privilegiar ninguém, mas os assuntos mais pedidos são economia, saúde e educação. E tem também as notícias de impacto, como por exemplo, quando o Diretor cedeu o espaço pra um show musical e morreu uma pessoa, uma tragédia que rendeu furo de reportagem e a atitude mais rápida do conselho foi : não empresta mais o ginásio pra nada. Por que precisa ter muito cuidado ao passar a noticia. Eu trabalho com os profissionais e a imprensa, as vezes há 20 midias esperando a mesma informação, quando eu acabo envio a todas elas sem privilegiar ninguém. E também tem as diferenças, tem profissional que é mais acessível, tem outros mais fechados, eu entendo isso, o sujeito fica a vida toda estudando aquele assunto, é profundo conhecedor, e não abre muito facilmente, é preciso ter certa sensibilidade, um feeling, pra lidar com essa situação. A faculdade hoje não prepara para esse impacto essa rapidez e as situações enfrentadas. Você se envolve e tem um acumulo de noticias muito grande e quando você percebe, já esta transformado, mais estressado, tanto que nós já usamos a expressão vai pescar hoje? Por que tem uma musica, acho que country, que fala que quando a pessoa esta estressada ela deve ir pescar, então cada um que passa e dá uma resposta ou mesmo um oi estranho, a gente fala vai pescar hoje? Eu mesmo, cheguei num ponto que*

*mudei meus hábitos. Faço esporte duas vezes por semana, procurei ajuda, um apoio, psicoterapia. Fui assistir à palestra da Susan Andrews, e chorei até...todo mundo chorou, eu não sei aonde nós vamos parar, com essa rapidez e esse acúmulo de trabalho. É tudo muito corrido.. alguns jornalistas se especializam em algum assunto e trabalham em suas casas como free lancer, mas não é meu caso, que precisa estar atento a vários assuntos e conhecer um pouco de cada, justamente pra sair a informação e tem que saber sincronizar.Bom, basicamente é isso.*

**P: Anotei algumas coisas sobre as quais preciso de mais informação pode ser?**

**R: Ok.**

**P: num ritmo acelerado, critério/mídia, impacto tecnologia, mudança de hábitos, palestra da Susan Andrews e feeling, sincronizar?**

**R: Ok...** *Eu recebo 200 (duzentos) e-mails por dia. 70% é descartado, por que senão num dia não dá pra ler 200 e-mails, muitas vezes com notícias longas, cheia de páginas... além de saber selecionar, você tem que “saber o que fazer com a notícia” (nem todos sabem). É delicado, quando você passa a informação você sempre fala por um terceiro, tem jornalista, que foi mandado embora do serviço, por que no transcrever a reportagem, não colocou “segundo o policial”.. não sei qual jornal que foi, mas aconteceu... Aí que eu falo que a gente tem que ter uma atenção absurda, com o volume de trabalho e também sensibilidade, feeling, porque muitas vezes meus colegas que vão entrevistar um profissional, falam que é chato, arrogante, etc.. e eu faço o meio de campo, dou dicas de como tratar, olhe.. vai com calma com esse, o outro é mais acessível, já aprendi a trabalhar com isso, eu sou filho da instituição, comecei a trabalhar com 14 anos e fui passando em várias funções, e depois que me formei hoje sou contratado como jornalista. Às vezes “vaza” uma notícia que não é pra vazar, e se sabe, os colegas nunca vão falar a fonte, por isso que também tem que ter muito feeling. Nós trabalhamos num lugar que é referencia nacional e até mundial, e tem que ter o respeito, pelos por todos, por que basicamente o que eu faço é o jornalismo científico, e nesses últimos anos aumentou muito a procura, antes eu fazia de 8 a 10 contatos por dia, hoje de 20 ou mais, depois se você conversar com o Paulo ele vai te falar que ele fez esse levantamento, parece que triplicou nos últimos anos e já faz pelo menos 8 anos que a equipe é a mesma, então trabalha-se muito mesmo. Agora quanto, as informações, já falei que nos não privilegiamos ninguém; a notícia é passada para todas as mídias sem exceção e ao mesmo tempo, no mesmo dia, a gente não tem muito tempo por que é tudo pra hoje e pra agora. A menos que seja uma reportagem para o Fantástico que tem mais tempo daí dá pra pesquisar melhor, rever O momento de transição que eu falei, você conhece o Ricardo Antunes da Unicamp?*

**P: Não pessoalmente, mas já li alguns livros dele.**

**R:** *Então... ele fala desse impacto tecnológico, da globalização. Você vê, tem só 10% da população mundial que utiliza computador, que fica antenado na internet, e seguramente se a gente levantar quantos tem acesso a essa tecnologia em casa é menor ainda o numero. E pra mim são 4 coisas que tem que trabalhar na profissão de jornalista, 1. a nossa classe profissional precisa ser mais forte, tenho participado de alguma coisa do sindicato de São Paulo, e é ainda muito pouco, o daqui de Campinas eu nem conheço.. Acho que precisa ter um Conselho até Federal, pra lutar mais pela classe e unir mais o interesse. Depois eu acho que a Universidade não prepara o profissional, não prepara nem pra agüentar o impacto de hoje, da vida moderna e também não prepara pra esse feeling que eu falei. Você aprende algumas técnicas só... Você vê quando o pessoal do RH pede indicação pros cursos de aperfeiçoamento, você vê de tudo, um quer curso de gramática, outro de redação e ninguém pede sobre saúde mental sobre estresse, e eu na ultima verificação pedi. Você me pediu pra falar sobre minha vida pessoal?*

**P: Fique a vontade...**

**R:** *Eu mudei muita coisa da minha vida pra poder agüentar... Eu estou jogando futebol 2 vezes por semana de quarta e de sábado e se não sabe o bem que está me fazendo, eu jogo depois quando tomo um banho, me sinto uma pessoa feliz, um grande prazer de deitar e dormir, eu também procurei um apoio de psicoterapia, mas o esporte me fez um bem ...e também agora eu vou almoçar fora do trabalho, pra poder me desligar um pouco, quanto tempo eu tenho para o almoço, 1 hora? Então vou usar esse meu direito, saio, sempre com uma colega, ou colega e almoço sempre no "T" e almoço devagar, as vezes no self service, ou então também tem prato individual, depois peço meu cafezinho, ou então capuccino com bastante creme e tomo bem devagar.. eu não tomo muito café, raramente de manhã, mas depois do almoço, é bom demais não dá pra fazer nada quase, essa semana, eu tive que cobrir eventos, ligo pra minha namorada e ela fala, o que você tem? Sua voz ta diferente... também, essa semana que passou, tenho um tempinho vou comprar um presente pra namorada com uma colega, depois já tem um monte de coisa pra resolver, chega em casa toma banho, já tá na hora de dormir, pra dia seguinte começar, eu não sei mas acho que estou ficando meio compulsivo com o sexo ou então, não sei se agora estou mais maduro, mas curto mais, vou buscar mais prazer.O que você acha?*

**P: É difícil responder estou conhecendo você agora, o que você acha?**

**R:** *É, acho que é meio maturidade, a gente vai buscando mais coisa de prazer, mais qualidade, passa a dar importância para os relacionamentos. O que você perguntou mesmo da Susan Andrews?*

**P: sobre a palestra que você assistiu, o tema...**

*R:- A ela falou sobre os Incas e os 7 passos que a humanidade passa para atingir uma evolução humana. Ela disse que nós estamos passando do terceiro para o quarto. Que a mudança, na forma de viver e pensar é agora, sobre a busca dos relacionamentos, da paz, de todos os outros valores que ninguém dá atenção.*

**P: O que te fez chorar?**

*R: É justamente isso, é esse pensar do que a gente faz com a vida, só trabalho, só trabalho, e depois ela fez um relaxamento no final, e mexeu com todo mundo, todos estavam com os olhos de lágrimas. É não é fácil o ritmo de trabalho...tem que buscar o equilíbrio e o pessoal não pensa muito nisso, onde eu trabalho tem assim 3 salas, uma do portal, outra do jornal e a nossa da assessoria e o pessoal fuma muito, lá no meu setor, tem gente que fuma um atrás do outro e isso também atrapalha um pouco..Os jornalistas que eu conheço fumam muito e também bebem...*

**P: Bebem?**

*R: bebem e muito, bebem “pra caramba”, e não é assim beber um chopinho, eu também gosto de um chopinho, um bom vinho, whisky raramente eu tomo, mas o pessoal toma cerveja com pinga, um copo de cerveja e outro de pinguinha do lado. Eu não consigo fazer isso, uma vez um me ofereceu e eu disse, não tomo pinga, mas se a senhora quiser conhecer mesmo os jornalistas, vai de sexta feira, no City Bar, no centro que eles ficam em bando, bebendo, e esperando o pescoção, ah a senhora não conhece, pescoção é quando na sexta feira vai fechar a edição de um jornal e eles ficam a disposição até nove, dez horas da noite, e então eles ficam esperando e bebendo... Que horas são, já passou uma hora?*

**P: Já passou**

*R: Preciso ir...*

**P: Só mais uma pergunta –Você disse que o jornalista fala por um terceiro, como é isso?**

*R: É, pelo menos no meu trabalho, você tem que entender o que o entrevistado está falando, pra condensar a informação e colocar de forma clara, senão vem pau...*

**P: É essa a responsabilidade maior da função?**

*R:- Eu não diria isso, é também, mas por tudo que eu falei, é uma grande responsabilidade saber o que fazer com a notícia, por isso que eu insisto que tem que ter sensibilidade, trato, feeling, Ok.*

**P: OK, obrigada, me ajudou muito.**

*R: Se você quiser eu falo com o Paulo pra agendar outra entrevista, mas acho que ele vai pedir pra você ir lá.*

**P.- Não tem problema, eu vou.**

## **Entrevista Ilustrativa 2**

- Nome: Paulo
- Profissão: Jornalista – coordenador de imprensa
- Escolaridade: Superior.
- Idade: 51 anos
- Estado Civil: casado com 2 filhos adulto, só tem uma dependente a esposa,
- Tempo de profissão: 33 anos,
- Renda familiar acima de 30 salários mínimos,
- Nascido em Minas Gerais.

### **P: Fale-me do Universo do jornalista? O que é ser jornalista?**

**R:** *Bom, vou contar um pouco a minha vida... Sempre fui tímido, e comecei a escrever, como um fator de desconpressão, fui para um colégio interno, e depois de formado, comecei a trabalhar numa empresa jornalística em SP. Porém sempre a pressão da redução de custos, de perder o emprego, (era uma multinacional) e em 1982 entrei para o serviço onde estou e fiquei mais aliviado. Porém a cada renovação dos mandatários você se vê obrigado a se adaptar, sem contar que sempre se enfrenta as turbulências políticas. A cada transição de mandatário inicia-se um acúmulo de estresse, então precisa de uma pilha nova. Não é um trabalho burocrático, são soluções específicas a cada momento e as energias são gastas de acordo com o tamanho do problema. Até 1980, antes dos 30 anos eu trabalhava sem defesas, me atirava.. tive uma crise de estresse com reflexos somáticos preocupantes. Tinha taquicardia, sudorese, pânico, daí a alternativa foi fazer análise e também optei por um exercício físico, a natação e então me equacionei. Fiz vários exames, não tinha nada entupido, tinha mesmo era uma intoxicação emocional. Fui remodelando minha cabeça, reagindo de forma fria aos acontecimentos e buscando uma eficiência operacional ao lidar com os fatos. Às emoções, deixo para a literatura.. eu escrevo, tenho livros publicados. Bom... em 2003 com a reforma da previdência tive outro estresse, com somatização, manchas no queixo...uma dermatose vitiligóide, mas agora dá pra administrar.Continuo escrevendo com a sobra do dia e mais quando eu for me aposentar. Porque agora, o principal capital que nós temos é o tempo e nos foi roubado. Não há alternativa, conheço um monte de gente que vive em perpétuo sofrimento pelo trabalho, um passou a sofrer dos rins, outro caiu metade do bigode. Na verdade eu me realizo como literato, e a profissão de jornalismo é de empréstimo aproximativo da literatura. A*

*matéria do jornalismo é perecível da literatura é permanente. Mas não me queixo e até agradeço, pois foi com esse salário que eu construí a família, pude educar meus filhos, um bom sustento. Mas em 2003 fiquei mal mesmo.*

**P: O que você teve?**

*R: Crises de mal estar a noite composta com esfriamento das extremidades, arritmia cardíaca, eu tenho um problema de válvula mitral. Sensação de desmaterialização, enfim fui parar no pronto socorro, atitude certa eu tomei, comecei ao enfrentamento, mudança total de hábitos...na natação eu já nado 2000 metros 2 vezes por semana. Você é psicóloga?*

**P: Sim.**

*R: Eu gosto muito de Jung, eu dou muita importância aos sonhos, aos sonhos constelados, arquetípicos... Durante a crise eu narrava em um diário, tudo o que estava acontecendo. Tive um sonho em que eu voltava lá em Minas onde eu nasci, numa casa de sapê, num vale imenso na fazenda onde eu nasci e meu pai foi capataz. Eu chegava com a minha mulher e o sol estava despontando, amanhecendo. Uma luz imensa. Eu perguntei topa morar aqui, ela topou e a mulher e a paisagem enfim tudo ficou lindo. Estou me preparando para a aposentadoria para me dedicar somente a literatura.*

**P: O que você escreve?**

*R: Tenho um livro editado e publicado pela Editora X, 3 livros que são ensaios, romances, um livro de entrevista, enfim eu gosto muito da arte. “A literatura é o centro de minha visão de mundo”. O jornalismo eu tolero, é útil, a mercadoria da informação e me é importante como meio de vida, mas é secundário... é a matéria sobre a sombra de uma instituição, é pesado e não muito apaixonante. O grande causador de angustia é o medo de errar, ou melhor, é medo da rejeição e medo de não dar conta. Mas agora com meus 51 anos já não me frustro com o fracasso, nem busco mais o reconhecimento, estou muito mais preocupado na minha construção como pessoa. E como jornalista encaro de forma fria, me coloco a margem, como um observador narrador e o sentimento são reprimidos. O que mais pega na função é:- o volume de trabalho, a intensidade dos fatos e a impotência de controle desses fatos, a descrença e a desesperança da realidade, pois os fatos se repetem, as mesmas injustiças, as mesmas promessas e as soluções raramente aparecem...e a notícia de consumo é a anômala, é o que não é normal Bom, acho que deu...*

**P:- OK, O que você quer dizer com não é normal?**

**R:** *Cachorro que morde o homem é esperado, o homem morder o cachorro não... é o anômalo que vende. Eu tenho um amigo, o Marcos, que é o melhor pauteiro que eu conheço, um dia ele se viu falando: O que eu vou escrever hoje, nenhum acidente de carro, nenhuma tragédia...e de repente tocou o telefone avisando que tinha virado um caminhão de bóias frias e precisavam de cobertura da imprensa e ele gritou, Oba...notícia, quando ele tomou neste instante consciência de que ele estava se desumanizando, largou tudo e foi trabalhar num jornalzinho no interior do estado de São Paulo..*

**P: Obrigada Paulo, sua entrevista me fez entender bastante do sentimento e da vida do jornalista.**

**R:** *O que precisar estamos às ordens...*

Observação: as palavras e frases em negrito foram destacadas pela pesquisadora.

## Anexo 5

### Parecer do Comitê de Ética em Pesquisa



FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS  
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA

Caixa Postal 6111  
13083-970 Campinas, SP  
☎ (0\_\_19) 3788-8936  
fax (0\_\_19) 3788-8925

✉ [cep@head.fcm.unicamp.br](mailto:cep@head.fcm.unicamp.br)

CEP, 15/10/02  
(Grupo III)

**PARECER PROJETO: N° 404/2002**

#### I-IDENTIFICAÇÃO:

**PROJETO: “QUALIDADE DE VIDA E FATORES PSICOSSOCIAIS DE RISCO DE JORNALISTAS DA CIDADE DE CAMPINAS E REGIÃO”.**

**PESQUISADOR RESPONSÁVEL:** Maria Inalda Gualtieri Beraquet.

**INSTITUIÇÃO:** Laboratório de Saúde Mental e Trabalho/Departamento de Psicologia Médica e Psiquiatria/FCM/UNICAMP

**APRESENTAÇÃO AO CEP:** 23/09/2002

#### II - OBJETIVOS

Caracterizar a qualidade de vida e a saúde mental dos jornalistas sindicalizados da cidade de Campinas e região. Verificar a relação existente entre a qualidade de vida e os fatores psicossociais de risco.

#### III - SUMÁRIO

Os jornalistas sindicalizados de Campinas e região receberão e-mail das pesquisadoras convidando-os a participar desta pesquisa, que consistirá no preenchimento e remessa de um formulário contendo questões sobre dados sócio-demográficos e aspectos da qualidade de vida. O projeto será iniciado por um estudo piloto junto a 12 participantes para validar a metodologia e os instrumentos da pesquisa. A instituição conta com as condições para a realização da pesquisa. Não há orçamento nem cronograma das atividades.

#### IV - COMENTÁRIOS DOS RELATORES

Trata-se de um estudo prospectivo baseado em questionários que serão respondidos individualmente pelos sujeitos de pesquisa, após concordarem com o Termo de Consentimento. O protocolo de investigação satisfaz as exigências da Resolução CSN 196/96 para este tipo de pesquisa.

## V - PARECER DO CEP

O Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Ciências Médicas da UNICAMP, após acatar os pareceres dos membros-relatores previamente designados para o presente caso e atendendo todos os dispositivos das Resoluções 196/96 e 251/97, bem como ter aprovado o Termo do Consentimento Livre e Esclarecido, assim como todos os anexos incluídos na Pesquisa, resolve aprovar sem restrições o Protocolo de Pesquisa supracitado.

## VI - INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES

O sujeito da pesquisa tem a liberdade de recusar-se a participar ou de retirar seu consentimento em qualquer fase da pesquisa, sem penalização alguma e sem prejuízo ao seu cuidado (Res. CNS 196/96 – Item IV.1.f) e deve receber uma cópia do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, na íntegra, por ele assinado (Item IV.2.d).

~~Pesquisador deve desenvolver a pesquisa conforme delineada no protocolo aprovado e descontinuar o estudo somente após análise das razões da descontinuidade pelo CEP que o aprovou (Res. CNS Item III.1.z), exceto quando perceber risco ou dano não previsto ao sujeito participante ou quando constatar a superioridade do regime oferecido a um dos grupos de pesquisa (Item V.3.).~~

O CEP deve ser informado de todos os efeitos adversos ou fatos relevantes que alterem o curso normal do estudo (Res. CNS Item V.4.). É papel do pesquisador assegurar medidas imediatas adequadas frente a evento adverso grave ocorrido (mesmo que tenha sido em outro centro) e enviar notificação ao CEP e à Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA – junto com seu posicionamento.

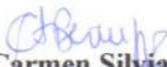
Eventuais modificações ou emendas ao protocolo devem ser apresentadas ao CEP de forma clara e sucinta, identificando a parte do protocolo a ser modificada e suas justificativas. Em caso de projeto do Grupo I ou II apresentados anteriormente à ANVISA, o pesquisador ou patrocinador deve enviá-las também à mesma junto com o parecer aprovatório do CEP, para serem juntadas ao protocolo inicial (Res. 251/97, Item III.2.e)

Relatórios parciais e final devem ser apresentados ao CEP, de acordo com os prazos estabelecidos na Resolução CNS-MS 196/96.

**Atenção: Projetos de Grupo I serão encaminhados à CONEP e só poderão ser iniciados após Parecer aprovatório desta.**

## VII - DATA DA REUNIÃO

Homologado na X Reunião Ordinária do CEP/FCM, em 15 de outubro de 2002.

  
**Prof. Dra. Carmen Sílvia Bertuzzo**  
VICE-PRESIDENTE DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA  
FCM / UNICAMP



# Livros Grátis

( <http://www.livrosgratis.com.br> )

Milhares de Livros para Download:

[Baixar livros de Administração](#)

[Baixar livros de Agronomia](#)

[Baixar livros de Arquitetura](#)

[Baixar livros de Artes](#)

[Baixar livros de Astronomia](#)

[Baixar livros de Biologia Geral](#)

[Baixar livros de Ciência da Computação](#)

[Baixar livros de Ciência da Informação](#)

[Baixar livros de Ciência Política](#)

[Baixar livros de Ciências da Saúde](#)

[Baixar livros de Comunicação](#)

[Baixar livros do Conselho Nacional de Educação - CNE](#)

[Baixar livros de Defesa civil](#)

[Baixar livros de Direito](#)

[Baixar livros de Direitos humanos](#)

[Baixar livros de Economia](#)

[Baixar livros de Economia Doméstica](#)

[Baixar livros de Educação](#)

[Baixar livros de Educação - Trânsito](#)

[Baixar livros de Educação Física](#)

[Baixar livros de Engenharia Aeroespacial](#)

[Baixar livros de Farmácia](#)

[Baixar livros de Filosofia](#)

[Baixar livros de Física](#)

[Baixar livros de Geociências](#)

[Baixar livros de Geografia](#)

[Baixar livros de História](#)

[Baixar livros de Línguas](#)

[Baixar livros de Literatura](#)  
[Baixar livros de Literatura de Cordel](#)  
[Baixar livros de Literatura Infantil](#)  
[Baixar livros de Matemática](#)  
[Baixar livros de Medicina](#)  
[Baixar livros de Medicina Veterinária](#)  
[Baixar livros de Meio Ambiente](#)  
[Baixar livros de Meteorologia](#)  
[Baixar Monografias e TCC](#)  
[Baixar livros Multidisciplinar](#)  
[Baixar livros de Música](#)  
[Baixar livros de Psicologia](#)  
[Baixar livros de Química](#)  
[Baixar livros de Saúde Coletiva](#)  
[Baixar livros de Serviço Social](#)  
[Baixar livros de Sociologia](#)  
[Baixar livros de Teologia](#)  
[Baixar livros de Trabalho](#)  
[Baixar livros de Turismo](#)