

Impactos do trabalho por turnos na vida familiar e social: Uma análise no setor industrial

Daniela Costa ([Escola de Psicologia, Universidade do Minho](#)) and Isabel S. Silva
([CICS.NOVA.UMinho, Escola de Psicologia, Universidade do Minho](#))

Abstract. O trabalho por turnos, enquanto modalidade horária, pode representar vantagens e desvantagens para o trabalhador. A nível de vantagens, os benefícios económicos e a disponibilidade para tratar de outros assuntos têm sido apontados como os principais motivos para os trabalhadores optarem ou permanecerem nesses horários de trabalho (ex., Carneiro & Silva, 2015). Por outro lado, a literatura tem apontado diversos aspetos negativos relacionados com o trabalho por turnos por exemplo mais problemas de saúde física ou psicológica (ex., Backhaus, 2022; Ferri et al., 2016), menor bem-estar (ex., Backhaus, 2022; Suleiman et al., 2021), menor satisfação com horário de trabalho (ex., Carneiro & Silva, 2015), maior conflito trabalho-família (ex., Wöhrmann et al., 2020), entre outros. Ao nível da vida familiar e social, a penosidade dos horários de trabalho parece ser mais evidente se esses horários exigirem a laboração em períodos mais valorizados do ponto de vista familiar e social como finais de tarde, noites ou fins-de-semana. Neste sentido, o trabalho por turnos comparativamente ao horário normal de trabalho (tipicamente conhecido como laboração de segunda a sexta-feira, com início no período da manhã e término ao final da tarde, com folga ao fim-de-semana) tem sido relacionado com maior conflito trabalho-família (ex., Wöhrmann et al., 2020), problemas nas relações conjugais (ex., Gracia & Kalmijn, 2016) ou nas relações parentais (ex., Li et al., 2014; Zhao et al., 2021). Não obstante as evidências relatadas anteriormente acerca dos impactos do trabalho por turnos na vida familiar e social, a literatura tem privilegiado o estudo dos impactos ao nível da saúde por exemplo, problemas de sono, cardiovasculares ou psicológicos (ex., Sweileh, 2022). Por outro lado, o estudo de tais impactos tem sido realizado sobretudo a partir da perspetiva dos próprios trabalhadores, tendo sido recomendada a inclusão de outras perspetivas (ex., Bolino et al., 2021). Neste sentido, a presente comunicação tem como objetivo apresentar resultados parcelares de um Projeto de Investigação sobre os impactos do trabalho por turnos na vida familiar e social, nomeadamente: i) analisar os impactos do horário de trabalho ao nível da vida familiar e social, utilizando a perspetiva dos trabalhadores e dos seus familiares (cônjuges e filhos) e ii) estudar a relação entre os impactos do horário de trabalho na vida familiar e outras variáveis sociodemográficas e profissionais como horário de trabalho do cônjuge, número de anos de união, idade dos filhos, entre outros. Na conferência serão apresentados dados relativos aos trabalhadores por turnos e seus cônjuges e filhos, assim como aos trabalhadores diurnos e seus cônjuges e filhos, afetos ao setor industrial. De acordo com a Eurofound (2016), a indústria é um dos setores de atividade com maior prevalência de trabalho por turnos, tendo tal setor sido um dos mais representativos no Projeto de investigação em curso. Até ao momento, concluiu-se a fase de recolha de dados e iniciou-se a subsequente análise. No total do setor industrial, participaram 129 trabalhadores e 45 familiares. Especificamente, 80 trabalhadores por turnos, 14 cônjuges de trabalhadores por turnos e 7 filhos de trabalhadores por turnos, perfazendo um total de 101 participantes afetos ao horário de trabalho por turnos. Por sua vez, participaram no estudo 49 trabalhadores diurnos, 17 cônjuges de trabalhadores diurnos e 7 filhos de trabalhadores diurnos, contabilizando 73 participantes afetos ao horário normal de trabalho. É esperado que os trabalhadores por turnos e seus familiares reportem maiores impactos do horário de trabalho a nível familiar e social, nomeadamente a nível das relações parentais, das relações conjugais e/ou do ambiente familiar. No final, serão apresentadas algumas estratégias de Gestão de Recursos Humanos que ajudem a minimizar os impactos do trabalho por turnos ao nível da vida familiar e social.

Track: 11 CiIRH

Keywords: Trabalho por turnos, Vida familiar e social, Trabalhadores, Cônjuges, Filhos