

Mendes, C. M. M. et al.



## PESQUISA

## Estudo do estresse ocupacional em funcionários de um centro universitário de Teresina-PI

Study of occupational stress in employees of an university center from Teresina-PI

estudio de estrés laboral en empleados de un centro univertário de Teresina-PI

Cíntia Maria de Melo Mendes<sup>1</sup>, Maria Teresa de Souza Portela Leal<sup>2</sup>, Rebeca Lima de Miranda<sup>3</sup>, Juliana Tamires Soares Borges<sup>4</sup>, Jôyce Reis Costa<sup>5</sup>

## RESUMO

Este estudo visou estratificar o grau de estresse nos funcionários da UNINOVAFAPI-PI, correlacioná-lo à função ocupacional, descrever hábitos e perfil físico destes funcionários e estimar o grau de concordância da percepção de estresse com o Teste de Lipp. Trata-se de uma pesquisa quantitativa observacional do tipo transversal. Foi aplicado o Teste de Lipp em 201 funcionários da UNINOVAFAPI-PI, sendo pesquisados ainda o gênero, idade, categoria funcional e diagnóstico de hipertensão arterial. 40,72% dos funcionários apresentaram algum nível de estresse, a maioria técnicos administrativos, predominando a fase 2. 68,25% dos funcionários que se consideravam estressados apresentaram estresse conforme o Teste de Lipp. Houve correlação positiva entre a percepção do estresse e a presença de estresse, mas esse achado foi meramente ocasional. **Descritores:** Estresse ocupacional. Saúde do Trabalhador. Saúde Pública.

## ABSTRACT

This study aimed to stratify the stress level in employees of UNINOVAFAPI-PI, correlate it to the occupational role, describe habits and physical profile of these employees and estimate the concordance level of the perception of stress with Lipp Test. This is an observational, quantitative and cross-sectional survey. It was implemented the Lipp Test on 201 employees of UNINOVAFAPI-PI and it were studied the genre, age, role category and arterial hypertension diagnosis. 40,72% of the employees got some stress level, the majority were administrative officers, prevailing fase 2. 68,25% of the employees who considered themselves stressed, effectively presented stress according to the Lipp Test. There was a positive correlation between the stress perception and its presence, but this data was ocasional. **Descriptors:** Burnout, Professional. Occupational health. Public Health.

## RESUMEN

Este estudio tuvo como objetivo estratificar el grado de estrés en los empleados UNINOVAFAPI-PI, relacionarlo con función ocupacional, describir hábitos y perfil físico de los empleados y estimar el grado de concordancia de la prueba de estrés percibido con Prueba Lipp. Esta es una investigación cuantitativa transversal y observacional. La Prueba Lipp se aplicó a 201 empleados, siendo investigado género, edad, categoría laboral y diagnóstico de hipertensión. 40,72% de los empleados tenían algún nivel de estrés, la mayoría del personal administrativo, predominante fase 2. 68,25% de los empleados que se consideraban ellos mismos los efectos del estrés mostró como prueba Lipp. Se observó correlación positiva entre la percepción del estrés y la presencia de estrés, pero este hallazgo fue meramente ocasional. **Descritores:** Agotamiento Profesional. Salud Laboral. Salud Pública.

1-Doutora em Farmacologia. Especialista em Medicina do Trabalho e Perícia Médica. Professora da disciplina "Saúde do trabalhador" no Centro Universitário de Saúde, Ciência Humanas e Tecnológicas do Piauí-UNINOVAFAPI. Teresina (PI). Endereço eletrônico: cintiamendes@uninovafapi.edu.br; 2-Graduanda em Medicina pelo Centro Universitário de Saúde, Ciências Humanas e Tecnológicas do Piauí - UNINOVAFAPI. Teresina (PI). Endereço eletrônico: maria.teresa4@hotmail.com; 3-Graduanda em Medicina pelo Centro Universitário de Saúde, Ciências Humanas e Tecnológicas do Piauí - UNINOVAFAPI. Teresina (PI). Endereço eletrônico: beca\_lima@hotmail.com; 4-Graduanda em Medicina pelo Centro Universitário de Saúde, Ciências Humanas e Tecnológicas do Piauí - UNINOVAFAPI. Teresina (PI). Endereço eletrônico: jujutamires@yahoo.com.br; 5- Graduanda em Medicina pelo Centro Universitário de Saúde, Ciências Humanas e Tecnológicas do Piauí - UNINOVAFAPI. Teresina (PI). Endereço eletrônico: joycereis\_0110@hotmail.com.

Mendes, C. M. M. et al.

## INTRODUÇÃO

O estresse é um processo psicológico complexo e o entendimento dos eventos estressantes é atingido por fatores cognitivos, afetivos e pelas relações sociais. Ele é oriundo da dificuldade de lidar com as fontes de pressão no trabalho e quando se encontra em excesso, induz problemas mentais e físicos afetando a atividade do indivíduo e o crescimento da empresa devido ao descontentamento do trabalho (COUTO et al., 2007).

O estresse ocupacional está relacionado ao estilo de trabalho como coação para produtividade, insatisfação com a segurança no trabalho, treinamento e orientação, relações abusivas entre subordinados e supervisores. A redução da eficiência, desconfiança, altos níveis de tensão, irritabilidade, uso excessivo de drogas e de medicamentos, sentimento de frustração, trabalho intenso, estouro emocional simples e incerteza nas atitudes são apontadores de estresse que danificam a atuação no trabalho (KOVALESKI; BRESSAN, 2012).

Em 2004 no Brasil, 2% da população economicamente ativa era relacionada à docência, profissão geradora de estresse devido à superlotação em sala de aula, infra-estrutura inadequada do local de trabalho, pouco salário e atribuições burocráticas desgastantes (BAIÃO; CUNHA, 2013).

As políticas de saúde do trabalhador conforme o decreto do Ministério da Previdência e Assistência Social (MPAS) que considerou o estresse e a depressão como doença do trabalho, mostra um impacto das pressões funcionais à saúde do trabalhador que pode gerar mais um problema de saúde pública (SILVA et al., 2010).

O estresse desenvolve-se na medida em que ocorre uma desproporção entre as exigências do cotidiano e a estrutura do indivíduo para lidar com elas. A exposição continuada ao estresse crônico é frequentemente identificada como um importante fator de risco na patogênese de enfermidades cardiovasculares (COUTO et al., 2007).

Dados mais recentes da Academia Americana de Médicos da Família indicam que mais de 75% das consultas médicas nos Estados Unidos estão relacionadas com o estresse gerando um custo na ordem de 150 bilhões de dólares ao ano (LIMA, 2005). Além disso, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), 90% da população mundial é afetada pelo estresse, tornando-se uma epidemia mundial (DEMINCO, 2011).

Assim, o estresse ocupacional constitui um novo campo de estudos, cuja importância pode ser demonstrada pelo aparecimento de doenças psicossomáticas e cardiovasculares, especialmente a hipertensão arterial secundária ao estresse no trabalho (COUTO et al., 2007).

Apesar de haver pouco estudo sobre o processo de adoecimento dos trabalhadores, tem-se o conhecimento dos vários fatores de risco que interferem nisso. Logo, faz-se necessário um estudo sobre o grau de estresse nos diversos tipos de ocupações para que haja a reflexão e a discussão sobre as possíveis medidas de melhoria física e psicológica na qualidade de vida dos trabalhadores brasileiros.

## METODOLOGIA

O trabalho consistiu em uma pesquisa quantitativa observacional do tipo transversal, em

Mendes, C. M. M. et al.

que se visualizou a situação dos indivíduos estudados em um determinado momento.

Os sujeitos e objeto do estudo foram os funcionários da UNINOVAFAPI-PI efetivos no ano de 2014. Atualmente existem 235 técnicos administrativos, 264 docentes, 24 coordenadores e 16 estagiários, totalizando 539 funcionários na ativa na instituição.

Para efeito do cálculo do tamanho da amostra, foi considerada uma variância máxima  $p=0,5$ , uma margem de erro de 5,5% e um nível de confiança de 95%. Assim, pela fórmula:

$$n = z^2 \cdot \frac{p \cdot q}{e^2}$$

Onde, "z" é o escore da curva normal para o nível de significância estabelecido, "P" é o parâmetro de referência,  $q=1-P$  e "e" é o erro amostral.

Substituindo, temos:

$$n = 1,96^2 \cdot \frac{0,50 \cdot 0,50}{0,055^2} = 320$$

Redimensionando o tamanho da amostra para uma população limite de 539 funcionários, temos:

$$n = \frac{320}{1 + \frac{320}{539}} = \frac{320}{1,59} = 201$$

A seleção da amostra no universo foi através de uma amostragem estratificada proporcional, cujo critério de estratificação foi a categoria funcional. Desta forma, foram pesquisados 88 técnicos administrativos, 98 docentes, 9 coordenadores e 6 estagiários. Cada categoria funcional foi enumerada para ser realizado o sorteio aleatório em cada estrato. Este

sorteio foi feito pelo programa BIOESTAT 2.0. Entretanto, houve um percentual de 16,9% de não-resposta.

Em cada funcionário sorteado, que aceitou participar do estudo e assinou o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, foi aplicado o Teste de Lipp. O teste classifica o grau de estresse em três fases: fase I ou de alerta (alarme), fase II ou de resistência (luta) e fase III ou de exaustão, as quais se caracterizam, respectivamente, pela presença de 7, 4 e 9 ou mais itens questionados. Além do teste, o instrumento registrou o gênero, a idade, a categoria funcional do sujeito pesquisado, bem como a presença ou não do diagnóstico de hipertensão arterial. O questionário foi aplicado pelos autores da pesquisa.

Os questionários foram processados no programa IBMSPSS 21.0 que apresentou os resultados em tabelas e gráficos. As variáveis qualitativas foram analisadas pelas frequências absolutas ( $n^o$ ) e relativas (porcentagens) e as variáveis quantitativas foram analisadas pelas medidas de posição (média) e de variabilidade (desvio padrão). O teste de associação foi o teste qui-quadrado para o nível de significância de 5%.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO DOS DADOS

Com os resultados encontrados nesta pesquisa científica, vários dados foram analisados nas tabelas formadas, sobre o estresse ocupacional dos funcionários da instituição avaliada, e sua relação com o gênero, a faixa etária, categoria funcional, hábito de vida, perfil físico e outros fatores.

Mendes, C. M. M. et al.

**Tabela 1 Estresse por gênero, faixa etária e categoria funcional. Teresina (PI), 2015**

		Grau de estresse						Total			
		Ausente		Fase 1		Fase 2		Fase 3			
		Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Gênero	Mas	53	61,63	-	-	26	30,23	7	8,14	86	100,00
	Fem	46	56,79	1	1,23	26	32,10	8	9,88	81	100,00
	Total	99	59,28	1	0,60	52	31,14	15	8,98	167	100,00
Faixa etária	20  ---- 35	34	53,13	-	-	22	34,38	8	12,50	64	100,00
	35  ---- 50	45	62,50	1	1,39	21	29,17	5	6,94	72	100,00
	50  ---- 60	13	61,90	-	-	6	28,57	2	9,52	21	100,00
	60  ---- 78	7	70,00	-	-	3	30,00	-	-	10	100,00
	Total	99	59,28	1	0,60	52	31,14	15	8,98	167	100,00
	Técnico administrativo	38	53,52	1	1,41	23	32,39	9	12,68	71	100,00
Categoria funcional	Docentes	52	61,90	-	-	26	30,95	6	7,14	84	100,00
	Coordenadores/estagiários	9	75,00	-	-	3	25,00	-	-	12	100,00
	Total	99	59,28	1	,60	52	31,14	15	8,98	167	100,00

Fonte: Pesquisa direta, 2015.

Analisando o estresse e o gênero, encontrou-se nos resultados que o sexo feminino apresentou um maior percentual da presença de estresse, atingindo 43,21%. Junto a isso, a Fase 2 do Teste de Lipp foi a mais frequente tanto no sexo masculino quanto no feminino. A ausência de estresse foi mais frequente na faixa etária de 60 a 78 anos de idade (70,0%) e as faixas etárias com maior presença de estresse foi entre 20 a 35 anos de idade, predominando a fase 2. (TABELA 1).

Chama-se de estressor qualquer estímulo capaz de provocar o aparecimento de um conjunto de respostas orgânicas, mentais, psicológicas e/ou comportamentais relacionadas com mudanças fisiológicas padrões e estereotipadas, que acabam resultando em hiperfunção da glândula supra-renal e do sistema nervoso autônomo simpático. Essas respostas, em princípio, têm como objetivo adaptar o indivíduo à nova situação, gerada pelo estímulo estressor, e o conjunto delas, assumindo

um tempo considerável, é chamado de estresse (LIBERATO et al., 2001).

Avaliando o grau de estresse conforme o Teste de Lipp, observou-se que do total da amostra dos funcionários do centro universitário estudado, 40,72% apresentaram algum nível de estresse, dentre os quais, os técnicos administrativos destacaram-se com maior percentual (46,48%) e os coordenadores (14,29%) com o menor percentual. Em soma, percebe-se que o grau de estresse na fase 2 foi predominante em todas as categorias profissionais (TABELA 1).

O estresse desenvolve-se na medida em que ocorre uma desproporção entre as exigências do cotidiano e a estrutura do indivíduo para lidar com elas. A exposição continuada ao estresse crônico é frequentemente identificada como um importante fator de risco na patogênese de enfermidades cardiovasculares (COUTO et al., 2007).

Mendes, C. M. M. et al.

Tabela 2 Categoria funcional por hábito e perfil físico  
Teresina (PI), 2015

		Categoria profissional																			
		técnico administrativo				Docente				coordenadores				estagiários				Total			
		N	%	médi	%	N	%	médi	%	N	%	médi	%	N	%	médi	%	N <sup>o</sup>	%	médi	%
Gênero	Mas	3	49,30			4	53,57			4	57,14			2	40,00			86	51,50		
	Fem	3	50,70			3	46,43			3	42,86			3	60,00			81	48,50		
	20  ---- 35	4	59,15			1	20,24			-	-			5	100,00			64	38,32		
	35  ---- 50	2	36,62			4	51,19			3	42,86			-	-			72	43,11		
Faixa etária	50  ---- 60	2	2,82			1	19,05			3	42,86			-	-			21	12,57		
	60  ---- 78	1	1,41			8	9,52			1	14,29			-	-			10	5,99		
	Total	7	100,00			8	100,00			7	100,00			5	100,00			16	100,00		
Carga horária semanal			38				30				36				25				33		
	Sim	1	15,49			3	40,48			4	57,14			2	40,00			51	30,54		
Uso de medicação	Não	6	84,51			5	59,52			3	42,86			3	60,00			11	69,46		
	Total	7	100,00			8	100,00			7	100,00			5	100,00			16	100,00		
Considera-se estressado	Sim	2	36,62			3	42,17			1	14,29			1	20,00			63	37,95		
	Não	4	63,38			4	57,83			6	85,71			4	80,00			10	62,05		
	Total	7	100,00			8	100,00			7	100,00			5	100,00			16	100,00		
Tempo (anos) de hipertensão			6				9				8				2				8		
	Diurético	-	-			3	100,00			-	-			-	-			3	100,00		
	IECA	-	-			1	100,00			-	-			-	-			1	100,00		
	BRA	3		27,27		7	63,64			1	9,09			-	-			11	100,00		
	BCC	-	-			4	100,00			-	-			-	-			4	100,00		
	Beta bloqueador	1		16,67		5	83,33			-	-			-	-			6	100,00		
	Rasilex	-	-			1	100,00			-	-			-	-			1	100,00		
	Bart H	-	-			1	100,00			-	-			-	-			1	100,00		
Medicamentos utilizados	Araii	1		25,00		1	25,00			2	50,00			-	-			4	100,00		
	Diovan	-	-			2	100,00			-	-			-	-			2	100,00		
	Olmetec HCT	-	-			1	100,00			-	-			-	-			1	100,00		
	Hipoglicemiantes orais	-	-			3	100,00			-	-			-	-			3	100,00		
	Estatinas	-	-			5	100,00			-	-			-	-			5	100,00		
	Antiepilépticos	1		50,00		1	50,00			-	-			-	-			2	100,00		
	Outros	5		21,74		1	65,22			1	4,35			2	8,70			23	100,00		
	Total	1		21,57		3	66,67			4	7,84			2	3,92			51	100,00		
	Baixo peso	2	2,99			1	1,27			-	-			-	-			3	1,90		
	Estado nutricional (IMC)	Normal	2	43,28			3	39,24			2	28,57			5	100,00			67	42,41	
Sobrepeso		2	34,33			3	41,77			4	57,14			-	-			60	37,97		
Obesidade		1	19,40			1	17,72			1	14,29			-	-			28	17,72		
Total		3	100,00			4	100,00			7	100,00			5	100,00			15	100,00		

Fonte: Pesquisa direta, 2015.

Analisando a Tabela 2, de todos os funcionários avaliados, observou-se que 38,37% dos homens e 43,21% das mulheres apresentaram algum grau de estresse segundo o Teste de Lipp. Além disso, dentre as faixas etárias estudadas, esta pesquisa mostrou que todos os estagiários R. Interd. v. 9, n. 2, p. 145-152, abr. mai. jun. 2016

tinham entre 25 a 35 anos de idade; no intervalo entre 35 a 50 anos predominou a categoria dos docentes (51,1 %); já os coordenadores foram os mais presentes entre 50 e 60 anos (42,8%) e entre 60 a 78 anos de idade (14,2%).

Mendes, C. M. M. et al.

Ainda conforme a última tabela citada, observou-se que os coordenadores (57,1%) e os docentes (40,4%) representaram a categoria profissional que mais faz uso de medicação diária. Já a ausência do uso de medicação foi mais presente nos técnicos administrativos (84,5%), seguido dos estagiários (60,0%). A categoria profissional que mais se considerou estressada foi os docentes com 42,1%, e posteriormente os técnicos administrativos com 36,6%, sendo que os coordenadores e estagiários foram os funcionários que mais se destacaram no relato da ausência da auto-consideração de estressado, tendo como percentual 85,7% e 80,0%, respectivamente.

Segundo Ballone (2008), o estresse no trabalho pode ser provocado por fatores como sobrecarga, falta de estímulo, ruídos, alterações do sono, falta de perspectivas, mudanças constantes determinadas pela empresa. Essas mudanças ocorrem devido às novas tecnologias, às exigências do mercado e a problemas ergonômicos - desencadeados por atividades que exigem posições antifisiológicas, repetitividade danosa ou permanência longa em atividades fisicamente desgastantes.

Dando continuidade à análise da Tabela 2, entende-se que os técnicos administrativos e os coordenadores possuem em média, maior carga horária semanal, sendo 38 horas e 36 horas, semanais, respectivamente. É ainda revelado nesta tabela que os medicamentos mais utilizados pelos participantes foram Outros (Combodart, Flumarizina, Nortriptilina, Puran, Anticoncepcional, entre outros) e em segundo lugar foi o BRA (bloqueador dos receptores de angiotensina II).

Na questão laborativa, o estresse sempre representa uma situação avaliada como negativa, sendo o resultado da incapacidade de lidar com as fontes de pressão no trabalho ou uma defasagem entre as demandas e a capacidade de responder a

R. Interd. v. 9, n. 2, p. 145-152, abr. mai. jun. 2016

elas. O estresse, quando exagerado, provoca problemas de ordem física e mental, resultando numa insatisfação do trabalhador, comprometendo a atividade do indivíduo e o sucesso da empresa. Assim, o estresse ocupacional constitui um novo campo de estudos, cuja importância pode ser demonstrada pelo aparecimento de doenças psicossomáticas e cardiovasculares, especialmente a hipertensão arterial secundária ao estresse no trabalho (COUTO et al., 2007).

Em relação ao estado nutricional com base no IMC (índice de massa corpórea), este estudo evidenciou através dos resultados que os técnicos administrativos possuem considerável sobrepeso (34,33%) e obesidade (19,40 %); os docentes possuem 41,7% de sobrepeso e 17,72% de obesidade; os coordenadores possuem 57,14% de sobrepeso e 14,29 % de obesidade; e todos os estagiários estão com o IMC normal. Logo, observa-se que os funcionários dessas três primeiras categorias possuem IMC elevado.

Os sintomas do estresse ocupacional podem se dividir em físico e mental. O primeiro refere-se a dores de cabeça, palpitações, entre outros. O segundo relaciona-se às dificuldades de concentração, agressividade, irritação, passividade, medo, depressão, entre outros. Entretanto a sintomatologia do estresse ocupacional pode ainda ser dividida em três categorias: fisiológica, comportamental e psicológica. A fisiológica está relacionada com as mudanças no metabolismo. A comportamental observa-se nas mudanças relacionadas à produtividade, absenteísmo, aumento do *turnover*, do tabagismo e do consumo de álcool, assim como da fala rápida. Os sintomas da psicológica são observados na insatisfação no trabalho, na tensão, na ansiedade, na instabilidade, no tédio e na protelação das atividades (SOUSA et al., 2009).

Mendes, C. M. M. et al.

Tabela 3 Percepção de estresse e teste de LIPP  
Teresina (PI), 2015

		Considera-se estressado					
		sim		não		Total	
		Nº	%	Nº	%	Nº	%
Presença de estresse (LIPP)	não	20	31,75	79	76,70	99	59,64
	sim	43	68,25	24	23,30	67	40,36
	Total	63	100,00	103	100,00	166	100,00

Fonte: Pesquisa direta, 2015. kAPPA = - 0,405 P=0,000

Do total da amostra desta pesquisa, viu-se que 68,25% dos funcionários que se consideravam estressados tiveram presença de estresse conforme o Teste de Lipp, e os que não se consideravam estressados, não apresentaram algum nível de estresse, segundo o elevado percentual encontrado (76,70%). Com isso, entende-se que houve uma correlação positiva entre a percepção do estresse e a presença de estresse nas pessoas pesquisadas (TABELA 3). O teste de concordância Kapp foi de - 0,405 com  $p=0,00$ , revelando que o Teste de Lipp não concorda com a percepção do pesquisado, sendo portando, meramente ocasional a correlação positiva citada acima.

Em 1959, Selye definiu o estresse, num sentido biológico, como um elemento inerente a toda doença que é produzida por modificações na composição química e estrutural do corpo e que pode ser observada (indiretamente) e mensurada. Para este autor, o estresse é observado a partir da Síndrome Geral da Adaptação (SGA). Trata-se de uma resposta não específica a uma lesão que envolve o sistema nervoso autônomo e que se desenvolve em três fases: alarme ou alerta, resistência e exaustão. A característica da fase do alarme é a manifestação aguda, com liberação de adrenalina em corticóides, quando o organismo apresenta reação de fuga ou luta em situação de perigo, em busca do restabelecimento da homeostase. Na fase da resistência, o indivíduo usa todas as suas forças orgânicas para manter sua resposta, chegando ao desgaste que leva à terceira fase - da exaustão -, que ocorre quando o organismo não consegue mais reagir à situação

R. Interd. v. 9, n. 2, p. 145-152, abr. mai. jun. 2016

estressante e pode chegar à morte (SOUSA et al., 2009; CORTEZ; SILVA, 2007; PAFARO; MARTINO, 2004; LIBERATO et al., 2001).

Diante da complexidade que envolve o fenômeno estresse ocupacional, é dado à quantidade de antecedentes, sintomas e consequências para a vida das pessoas, nota-se, portanto o poder heurístico dessa variável para compreensão do processo saúde-doença. Assim, o estresse ocupacional constitui um novo campo de estudos, cuja importância pode ser demonstrada pelo aparecimento de doenças psicossomáticas e cardiovasculares (SOUSA et al., 2009; COUTO et al., 2007).

## CONCLUSÃO

Tendo como referência o Teste de Lipp, o presente estudo evidenciou que 40,72% dos funcionários entrevistados apresentavam algum nível de estresse, sendo que a categoria de destaque é a dos técnicos administrativos, representando 46,48% deste grupo. Além disso, observou-se que o grau de estresse na fase 2 foi predominante em todas as categorias profissionais.

O sexo feminino apresentou um maior percentual da presença de estresse em relação ao sexo masculino. A faixa etária que menos foi observada a presença de estresse foi entre 60 e 78 anos de idade e a que mais apresentou foi de 20 a 35 anos de idade.

Quanto ao IMC, este mostrou-se elevado nos técnicos administrativos, docentes e coordenadores. Outro achado deste estudo é a correlação positiva entre a percepção do estresse e a presença de estresse nas pessoas pesquisadas. Porém, o teste de concordância Kapp foi de - 0,405 com  $p=0,00$ , revelando que o Teste de Lipp

Mendes, C. M. M. et al.

não concorda com a percepção do pesquisado, sendo este achado meramente ocasional.

## REFERÊNCIA

BAIÃO, L. P. M.; CUNHA, R. G. Doenças e/ou disfunções ocupacionais no meio docente: uma revisão de literatura. *Revista Formação@Docente*, Belo Horizonte, v. 5, n. 1, jan/jun, 2013.

BALLONE, G.J., MOURA, E.C., **Estresse e Trabalho**. In: PsiqWeb, Internet, 2008. Disponível em: <  
<http://www.psiqweb.med.br/site/?area=NO/LerNoticia&idNoticia=67>> Acesso em 25/02/2014

CORTEZ, C.M; SILVA,D. Implicações do estresse sobre a saúde e a doença mental. *Arquivos Catarinenses de Medicina*, Santa Catarina, v. 36, n. 4, p. 96-108, 2007.

COUTO, H.A.; VIEIRA, F.L.H.; LIMA, E.G., Estresse ocupacional e hipertensão arterial sistêmica, *Rev Bras Hipertens*, v. 14, n. 2, p. 112-115, 2007.

COUTO, H. A. et al. Estresse ocupacional e hipertensão arterial sistêmica. *Rev Bras Hipertens* v.14, n. 2, p. 112-115, 2007.

DEMINCO, M. **Jornada de Trabalho e Redução do Estresse**. In: Internet, Psicologado, 2011. Disponível em: <  
<http://psicologado.com/atuacao/psicologia-organizacional/jornada-de-trabalho-e-reducao-do-estresse>> Acesso em 23/02/2014

FONSECA, F. C. A., et al. A influência de fatores emocionais sobre a hipertensão arterial. *J Bras Psiquiatr*. v. 58, n. 2, p. 128-134, 2009.

KOVALESKI, D. F.; BRESSAN, A. A Síndrome de Burnout em profissionais de saúde. *Sau. & Transf. Soc.*, Florianópolis, v. 3, n. 2, p.107-113, 2012.

LIBERATO, H.L. et al, **Estresse no Trabalho**. 2000/2001. 52f. Trabalho de conclusão de curso (Especialização em Medicina do trabalho)- Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2000/2001.

LIMA, F.V. **Correlação entre variáveis preditoras de estresse e o nível de estresse**. 2005. 147f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2005

PAFARO, R.C.; MARTINO, M.M.F., Estudo do estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica R. Interd. v. 9, n. 2, p. 145-152, abr. mai. jun. 2016

de Campinas, *Rev Esc Enferm USP*, São Paulo, v. 38, n.2, p.152-160, 2004.

PAIVA,G.S.; MONTEIRO, A.R.M. Manifestações de estresse em enfermeiros de Unidade de Terapia Intensiva, *Rev. RENE*, Fortaleza, v. 5, n. 2, p. 9-16, jul./dez.2004.

SCHNALL, P. L., et al. A longitudinal study of job strain and ambulatory blood pressure: results from a three-year follow-up. *Psychosom Med*, v.60, n. 6, p. 697-706, 1998.

SILVA, C.P.T, **Estresse no Trabalho**, 2006. 42f. Trabalho de conclusão de curso (Pós-graduação “lato sensu” em Gestão de Recursos Humanos)- Universidade Candido Mendes, Rio de Janeiro, 2006.

SILVA, J. L. L. et al. Estresse e fatores de risco para a Hipertensão Arterial entre docentes de uma escola estadual de Niterói,RJ. *Rev enferm UFPE on line.*, Pernambuco, v. 4, n. 3, p. 1347-356. jul./set. 2010.

SILVA, M.R.M.S.; MENDONÇA,H. (In)Satisfação dos Valores Laborais e Estresse: Análise de um Modelo Moderacional. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, Brasília, v. 29, n. 1, p. 41-49, jan./mar. 2013.

SOUSA, I.F. et al, Estresse ocupacional, Coping e Burnout. *Estudos*, Goiânia, v. 36, n. 1/2, p. 57-74, jan./fev. 2009.

**Submissão: 06/01/2016**

**Aprovação: 28/01/2016**