

**FATORES ASSOCIADOS AO ESTRESSE OCUPACIONAL ENTRE  
TRABALHADORES DE UMA INSTITUIÇÃO ENSINO DE SUPERIOR**

FACTORS ASSOCIATED WITH OCCUPATIONAL STRESS BETWEEN  
WORKERS OF A HIGHER EDUCATION INSTITUTION

VANESSA DUARTE DE **SOUZA**. Enfermeira. Coordenadora do Projeto de Extensão-NUMEPS da Universidade Estadual do Paraná-UNESPAR.

HELOA COSTA BORIM **CHRISTINELLI**. Enfermeira, Mestre. Professora do curso de enfermagem da Universidade Estadual do Paraná-UNESPAR.

MARIA ANTÔNIA RAMOS **COSTA**. Enfermeira, Mestre, Doutora. Diretora de Pós-graduação e Pró-reitora. Professora do curso de enfermagem da Universidade Estadual do Paraná-UNESPAR.

ELEN FERRAZ **TESTON**. Enfermeira, Mestre, Doutora. Professora do curso de enfermagem e do mestrado acadêmico, mestrado saúde da família, mestrado profissional da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul-UFMS.

DANDARA NOVAKOWSKI **SPIGOLON**. Enfermeira, Mestre, Doutora. Professora do curso de enfermagem da Universidade Estadual do Paraná-UNESPAR.

GABRIELA MICHEL DOS SANTOS **BENEDETTI**. Enfermeira, Mestre. Professora do curso de enfermagem da Universidade Estadual do Paraná-UNESPAR.

VERUSCA SOARES DE **SOUZA**. Mestre. Enfermeira, Mestre, Doutora. Professora do curso de enfermagem da Universidade Estadual do Paraná-UNESPAR.

Avenida Mauá, 342, Jardim Morumbi, Paranavaí-PR, CEP 87703-150. E-mail: vanessa\_10duarte@hotmail.com

**RESUMO**

Tratou-se de estudo descritivo de abordagem quantitativa que teve por objetivo identificar os fatores associados ao estresse entre trabalhadores de uma instituição de ensino superior. Realizado em uma instituição pública de ensino superior, do noroeste do Paraná, com 44 trabalhadores. Verificou-se a prevalência de ansiedade (51,8%) e a hipertensão arterial (25,4%). Os fatores de estresse relacionados às condições de trabalhos que se destacaram foram falta de recursos, equipamento e infraestrutura (70,45%) e excesso de carga horária e trabalho (68,18%). As dificuldades nas relações humanas (79,53%) e a baixa adesão à prática de exercícios físicos (41,7%) também foi apontado como estressor. Quanto as condições de gestão, mostrou-se a falta de suporte, apoio e omissão do governo (70,45%) e incertezas, mudanças no trabalho e no governo (63,63%). Conclui-se que os fatores determinantes para o estresse referidos por trabalhadores foram as condições de trabalho, dificuldades nas relações humanas e características negativas da gestão.

**PALAVRAS-CHAVE:** Saúde do Trabalhador. Esgotamento Profissional. Condições de Trabalho. Educação Superior.

### **ABSTRACT**

It was a descriptive study of a quantitative approach that aimed to identify the factors associated with stress among workers of a higher education institution. Held in a public institution of higher education, in the northwest of Paraná, with 44 workers. The prevalence of anxiety (51.8%) and hypertension (25.4%) were verified. The stress factors related to the conditions of work that stood out were lack of resources, equipment and infrastructure (70.45%) and overtime and work (68.18%). Difficulties in human relations (79.53%) and low adherence to physical exercise (41.7%) were also reported as stressors. Regarding management conditions, there was a lack of support, support and omission from the government (70.45%) and uncertainties, changes in work and government (63.63%). It is concluded that the determinants of stress reported by workers were working conditions, difficulties in human relations and negative management characteristics.

**KEYWORDS:** Occupational Health. Burnout. Professional. Working Conditions. Education. Higher.

### **INTRODUÇÃO**

A transformação no mercado de trabalho devido à crise econômica levou a um processo de demissões em massa e consequentes desfechos desfavoráveis na saúde do trabalhador. Este fato influencia as condições e relações entre empregador e empregado, o que provoca uma sobrecarga aos trabalhadores remanescentes no mercado e, como consequência, pode gerar esgotamento profissional. Esta intensificação laboral é um traço característico da atual fase do capitalismo e tem propiciado um consumo desmedido das energias físicas e mentais dos trabalhadores, levando ao estresse (SOUZA, 2015).

O nível de estresse está relacionado com a intensidade do estressor e aos recursos de adaptação natural da pessoa. Quando esses fatores se desequilibram ocorre uma resposta do organismo que pode ser evidenciada pelo absenteísmo, diminuição de produtividade, desmotivação, irritação, impaciência, dificuldades interpessoais, depressão, ansiedade, além de se constituir como fator de risco para outras doenças crônicas (CACCIARI, 2016). Vale salientar que, as doenças psicossociais relacionadas ao estresse afetam 90% da população mundial, sendo consideradas problemas de saúde pública (GOMES, 2016).

Nesse contexto, destaca-se a importância em compreender o mecanismo de desencadeamento do estresse, uma vez que os sintomas podem variar de acordo com a fase em que o trabalhador se encontra. Na primeira fase do estresse ocorre uma liberação de adrenalina no organismo ativando o sistema nervoso, o que deixa o indivíduo em estado de alerta, por isso é considerada uma fase positiva. Na segunda fase, o indivíduo automaticamente, tenta lidar com os fatores estressores, ou seja, tenta adaptar seu organismo ao estresse cotidiano buscando o equilíbrio, sendo denominada de resistência.

Por sua vez, quando os fatores estressantes persistem em uma grande

frequência ou intensidade a fase de quase-exaustão inicia-se, o que pode ser determinante para um processo de adoecimento. Nesta fase os órgãos que possuem uma maior vulnerabilidade genética ou adquirida passam a mostrar sinais de deterioração, o que pode desencadear o surgimento de doenças graves como hipertensão, depressão e infarto agudo do miocárdio (MOTA, 2016).

Sendo assim, um ambiente e condições de trabalho inadequados podem ser determinantes para o estresse, em especial aqueles que incluem demandas psicológicas e cargas de trabalho elevadas com redução da autonomia e da satisfação com trabalho. Cabe destacar que quanto mais intensa e por período prolongado for a exposição ao estresse, maior a gravidade dos sintomas físicos e psicológicos como ansiedade, vertigem, cefaleias, doenças crônicas e cardiovasculares (SANTIAGO, 2016).

Para reduzir o estresse e evitar adoecimento são necessários esforços pessoais para mudanças de hábitos e estilo de vida, entre essas, a manutenção de uma alimentação equilibrada, atividades físicas e de relaxamento para alcançar a estabilidade emocional. Além disso, é importante a adequação de políticas gerenciais nas empresas para propiciar uma melhor comunicação, participação, alcance de metas definidas, capacitação de funcionários e apoio aos familiares para melhorar o ambiente de trabalho, colaborando para que o estresse não se torne excessivo (PRADO, 2016).

Frente ao exposto, vislumbra-se a necessidade de planejamento e implementação de ações efetivas para a melhoria da qualidade de vida e de trabalho, a partir da identificação dos fatores de risco. Baseada nesta problemática, este estudo tem como objetivo identificar os fatores associados ao estresse entre trabalhadores de uma instituição de ensino superior.

## **MÉTODO**

Estudo descritivo exploratório, de abordagem qualitativa, realizado em uma Instituição de Ensino Superior (IES), pública, localizada no noroeste do Estado do Paraná. Foram incluídos trabalhadores pertencentes ao quadro de funcionários da instituição por um período mínimo de seis meses, independente dos vínculos empregatícios e cargos.

Para coleta de dados utilizou-se de um instrumento elaborado pelos pesquisadores e embasado no instrumento da Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL) (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015). O questionário foi autoaplicável e dividido em questões econômicas, sócio demográficas, condições de saúde e atividade físicas, e 12 questões objetivas sobre os fatores de risco ao estresse ocupacional. Destas 12 questões as de número um, dois e seis abordaram as condições de trabalho, as de números três, quatro, cinco e 11 abordaram características individuais. As questões sete e oito discorrem sobre as condições de gestão da instituição.

A coleta de dados ocorreu durante o horário de trabalho dos participantes, durante os meses de fevereiro à março de 2017, após o aceite e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Os participantes foram abordados pelos pesquisadores nas salas dos colegiados dos cursos e nos setores administrativos. Após serem preenchidos, os questionários foram recolhidos pelos pesquisadores.

Os dados foram tabulados em planilha do Microsoft Excel® 2010 e

posteriormente processados e analisados por meio do programa Statistical Package for Social Science (SPSS) utilizando-se de estatística descritiva. Os resultados foram apresentados em forma de tabelas e porcentagens.

Esta pesquisa cumpriu as exigências éticas que regem as investigações com seres humanos, e foi aprovada pelo Comitê Permanente de Ética em Pesquisas Envolvendo Seres Humanos (COPEP) da Universidade Estadual de Maringá – PR, com Parecer nº 1.625.229.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Do total de 52 trabalhadores no campus investigado, 44 participaram da pesquisa, pois oito estavam de férias trabalhistas e licença maternidade. A maioria dos participantes era do sexo feminino (61,90%), possuía ensino superior completo e pós-graduação (86,96%) e a idade média foi de 45 anos (mínima de 25 anos e máxima de 67 anos). Verificou-se a presença de doenças crônicas não transmissíveis em um número significativo dos participantes conforme a Tabela 1.

**Tabela 1-** Doenças crônicas não transmissíveis de trabalhadores de uma Instituição Pública de Ensino Superior. Paraná, 2017

| Doenças     | %    |
|-------------|------|
| Ansiedade   | 51,8 |
| Hipertensão | 25,4 |
| Obesidade   | 15,7 |
| Depressão   | 10,7 |
| Diabetes    | 8,6  |

**Fonte:** Dados da pesquisa

Observou-se que a ansiedade e a hipertensão foram as doenças mais prevalentes nos funcionários. Os transtornos físicos e mentais como a ansiedade podem estar associados ao trabalho e seus fatores estressantes bem como a mudança de chefia, cargos, horários ininterruptos e condições financeiras (GALVIN, 2016). Frente ao fato de que a instituição investigada é de ensino público, as exigências burocráticas relacionadas ao avanço na carreira e busca de melhorias de condições de trabalho podem implicar em dificuldades cotidianas aos trabalhadores públicos.

Cabe destacar que a hipertensão arterial está diretamente relacionada a 54% das doenças isquêmicas do coração e dos acidentes vasculares encefálicos no Brasil, tendo o estresse ocupacional como um dos fatores relacionados. Estudo desenvolvido com 175 enfermeiras, que trabalhavam no período diurno em um hospital público, apontou que o estresse no trabalho foi positivamente associado à maior média de pressão arterial sistólica do que quando as mesmas estavam em casa acordadas (PIMENTA, 2016).

Salienta-se que tais relações e exigências oriundas do trabalho, consomem a energia física e mental dos trabalhadores, impedindo com o que ocorra o cumprimento de suas atividades laborais, bem como, pode gerar até mesmo desinteresse pela profissão e troca de área de atuação. Entre os fatores responsáveis, destacam-se o aumento da carga de trabalho, insegurança pela instabilidade do emprego, redução de ganhos e perda de benefícios, precariedade nas condições de trabalho, falta de autonomia do profissional por causa da burocracia e os conflitos no trabalho em equipe. Desse modo,

evidencia-se a necessidade de se discutir sobre formas de gestão e de liderança para melhorar as relações entre trabalhadores e gestores, bem como o nível de satisfação dos trabalhadores (OLIVEIRA, 2014; SILVA, 2016).

Destaca-se que, embora a instituição investigada seja pública, nem todos os trabalhadores possuem estabilidade, frente a flexibilização de contratação. Tal fato, associado às mudanças constantes no mercado de trabalho que exigem novos perfis profissionais com ênfase na necessidade de ampliação das dimensões intelectuais, bem como, da polivalência e multifuncionalidade, são reflexos da atual fase do capitalismo (SOUZA, 2015), o que repercute negativamente na saúde do trabalhador, promove a insatisfação no trabalho e potencializa o estresse.

Observa-se na Tabela 2, os principais fatores geradores de estresse relacionados às condições de trabalho.

**Tabela 2-** Fatores de estresse relacionados as condições de trabalho em uma Instituição Pública de Ensino Superior. Paraná, 2017

| <b>Fatores</b>                                  | <b>%</b> |
|---|----------|
| Falta de recursos, equipamento e infraestrutura | 70,45    |
| Excesso de carga horaria e trabalho             | 68,18    |
| Regras burocráticas                             | 25       |

**Fonte:** Dados da pesquisa

Cumprе ressaltar que os participantes da pesquisa compreenderam trabalhadores administrativos e docentes da instituição e, desta forma, as condições de sobrecarga de trabalho se diferenciam. Isto porque, no caso dos docentes, os trabalhos escolares semanais são realizados na universidade e no domicílio devido à insuficiência da carga horária contratada e a dedicação do professor a trabalhos extras, como forma de aumentar a renda. No caso dos funcionários administrativos, a falta de pessoal aumenta as demandas individuais, o que acarreta uma sobrecarga de serviço. Esta realidade gera um aumento da jornada de trabalho refletindo diretamente na condição de saúde-doença dos trabalhadores, uma vez que reduz o tempo dedicado para atividades sociais, como por exemplo o lazer (GOUVÊA, 2016).

A falta de recursos, equipamentos e uma infraestrutura inadequada podem interferir negativamente na saúde dos trabalhadores, já que são expostos muitas vezes a ambientes mal arejados e iluminados, com ruídos excessivos, mobiliário inadequado, carência de equipamentos, além de problemas relacionados à limpeza e higiene. Deve-se considerar que o ambiente físico do trabalho é fator relevante na determinação da saúde e do bem-estar do trabalhador, influenciando em seu desempenho nas tarefas profissionais e na motivação e interesse pelo trabalho (GOULART JUNIOR, 2014).

Outro fator gerador de estresse relatado pelos entrevistados foram as dificuldades nas relações humanas como pode-se observar na Tabela 3.

**Tabela 3-** Dificuldade nas relações humanas como fator gerador de estresse em trabalhadores de uma Instituição Pública de Ensino Superior. Paraná, 2017

| <b>Fatores</b>   | <b>%</b> |
|--|----------|
| Inveja, competição, relacionamentos difíceis                 | 34,09    |
| Falta de companheirismo, união e ajuda da equipe de trabalho | 20,45    |
| Falta de respeito, apoio e discriminação social              | 15,90    |
| Mudanças de moradia  | 9,09     |

**Fonte:** Dados da pesquisa

As relações sociais representam uma fonte de prazer ou de sofrimento, desde que as condições externas oferecidas atendam ou não à satisfação dos desejos inconscientes. Nesse sentido, compete as organizações assumir o compromisso em promover a construção do conhecimento e diálogo entre os níveis hierárquicos, devendo também criar oportunidades de se auto administrar, propondo aos colaboradores novos desafios, porém de modo que sejam vivenciados em equipe (CARDOZO, 2014). O estímulo a boas relações interpessoais favorece o companheirismo, a união e o próprio desenvolvimento do trabalho em equipe que reflete em resultados positivos para os trabalhadores (JACOWSKI, 2016).

Destaca-se situações como a competitividade e a falta de trabalho em equipe como reflexos da sociedade capitalista que degrada e precariza as relações de trabalho. Desta forma, as relações humanas assumem uma forma de relação entre coisas (SOUZA, 2015), gerando competição, fomentada pelas formas e regimes de contratação institucional e que resultam em insatisfação e estresse.

Questões relacionadas a gestão também foram destacadas como geradoras de estresse entre os trabalhadores, conforme observa-se na Tabela 4.

**Tabela 4-** Fatores de estresse relacionados as condições de gestão entre trabalhadores de uma Instituição Pública de Ensino Superior. Paraná, 2017

| Fatores                                       | %     |
|---|-------|
| Falta de suporte, apoio e omissão do governo  | 70,45 |
| Incertezas, mudanças no trabalho e no governo | 63,63 |
| Má remuneração                                | 31,81 |
| Cobranças, pressões e exigências              | 27,27 |

**Fonte:** Dados da pesquisa

Os problemas na economia brasileira prejudicaram o desenvolvimento do país, levando a má administração, em especial ao suporte e ao apoio a que necessitavam as instituições públicas (PIGNATA, 2015). Os fatores identificados na Tabela 4 são reflexos de ações políticas que podem impactar negativamente na vida e no trabalho dos indivíduos como a terceirização. Estudo de revisão realizado nos últimos 25 anos sobre a terceirização no Brasil comprova que a degradação do trabalho em todas as suas dimensões, desrespeito aos direitos trabalhistas e baixos salários tem contribuído para a piora das condições de saúde (DRUCK, 2016). A gestão pública atual contribui para criação de um ambiente hostil, com incertezas para trabalhadores públicos (EDITORES, 2016), que os tornam insatisfeitos e desmotivados para realizar suas atividades laborais.

Frente a esse cenário, o único elemento passível de ajuste é o próprio trabalhador. Assim, transfere-se a ele a responsabilidade de preencher as lacunas da instituição, procurando com seus próprios recursos formas de melhorar o serviço, culminando com a sobrecarga, gerando sofrimento psíquico, estresse e adoecimento (SCHUSTER, 2017).

Estratégias voltadas à minimização do estresse devem ser fomentadas pela instituição e em sua maior parte estão relacionadas à mudança de hábitos de vida e equilíbrio com a vida social. A Tabela 5 apresenta a adesão à prática de exercícios físicos.

**Tabela 5-** Prática de atividade física entre trabalhadores de uma Instituição Pública de Ensino Superior. Paraná, 2017

| <b>Frequências</b> | <b>%</b> |
|--------------------|----------|
| 1-2 dias da semana | 29,8     |
| 3-4 dias da semana | 31,9     |
| 5-6 dias da semana | 9,8      |

**Fonte:** Dados da pesquisa

A atividade física tem ação direta na diminuição dos níveis de estresse, pois estimula a liberação de fatores vaso relaxantes produzidos pelo endotélio muscular, o que provoca também a redução da pressão arterial (VERANI, 2015). Além disso, é uma ferramenta eficiente para aperfeiçoar os processos relacionados com a redução dos fatores de risco relacionados ao sedentarismo, o que alivia o seu impacto na saúde (ARAÚJO, 2017).

A relação entre atividade física e estresse ocupacional parece ser de ordem fisiológica, nota-se esta ligação por duas razões, a primeira é a de que o exercício físico regular desenvolve o condicionamento cardiovascular que, por sua vez, provoca uma redução da taxa de diversas substâncias associadas ao estresse na corrente sanguínea<sup>3</sup>. A segunda é a de que a atividade física pode ter uma dimensão psicossocial inerente a várias modalidades de atividade física que levam a interação social, visto que a companhia e a comunicação interpessoal podem agir como poderosas estratégias para lidar com o estresse e com algumas das suas reações fisiológicas. Além disso, a satisfação do indivíduo por estar realizando uma meta socialmente desejável, sugerida, recomendada e apresentada pela mídia como sendo de grande importância para a saúde torna esta atividade um fator positivo na luta contra o estresse ocupacional (ARAÚJO, 2017; PIMENTA, 2016; VERANI, 2015).

Cabe destacar que a prática de exercício físico constitui um comportamento modificável e que pode ser estimulado nos trabalhadores. A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda 25 minutos diários de atividade física de nível moderado para a faixa etária pesquisada, a fim de retardar o desenvolvimento das doenças crônicas não transmissíveis. Estas atividades podem ser brincadeiras, jogos, esportes, andar de bicicleta, recreação e atividades com a família e na comunidade (LIMA, 2014). Uma estratégia para contornar essa lacuna seria o desenvolvimento de um projeto com exercícios laborais diários a esses indivíduos, realizado por meio de parcerias com os próprios acadêmicos da instituição.

Observa-se que os funcionários, apesar de referirem praticar algumas atividades físicas, o fazem abaixo do que é recomendado pela OMS, sendo importante ressaltar que a prática regular destas atividades podem produzir efeitos antidepressivos e ansiolíticos e proteger o organismo dos efeitos prejudiciais do estresse na saúde física e mental (ARAÚJO, 2017).

## **CONCLUSÃO**

Os fatores determinantes para o estresse referidos por trabalhadores de uma Instituição de Ensino Superior foram as condições de trabalho, dificuldades nas relações humanas, características negativas da gestão e a baixa prática de atividade física. Cenário este que pode influenciar no desenvolvimento ou agravamento de doenças crônicas como ansiedade e hipertensão arterial.

Com base nos achados apresentados, sugere-se que a instituição de ensino superior invista em programas permanentes de promoção à saúde de seus trabalhadores, e que firme parcerias com os serviços de saúde local, a fim de minimizar os fatores estressores presentes, promover bem estar e implementar estratégias de prevenção de agravos crônicos.

Apesar das relevantes evidências apontadas no que tange a saúde dos servidores de uma universidade pública, o presente estudo foi realizado em uma única instituição de ensino superior, o que pode representar fator limitante da pesquisa, já que não permite a generalização dos resultados. Nesse aspecto recomenda-se que mais estudos se dediquem a identificar melhores estratégias para criação e implantação de programas institucionais específicos voltados a saúde desses trabalhadores.

## REFERÊNCIAS

ARAÚJO, C.R.S.; MELLO, T.M.; LEITE, R.J. Transtornos de ansiedade e exercício físico. **Rev Bras Psiquiatr.** 2017;29(2):164-71.

CACCIARI, P.; HADDAD, M.C.L.; DALMAS, J.C. Nível de estresse em trabalhadores readequados e readaptados em universidade estadual pública. **Revista Texto Contexto Enfermagem.** Florianópolis. 07, Jun, 2016;2(25).

CARDOZO, C.G.S.; SILVA, O.L. A importância do relacionamento interpessoal no ambiente de trabalho. **Interbio.** Jul-Dez, 2014;2(8):24-34.

DRUCK, G. A Terceirização na saúde pública: formas diversas de precarização do trabalho. **Trab. Educ. Saúde,** Rio de Janeiro, 2016; 1(14):15-43.

EDITORES DA REVISTA EDUCAÇÃO & SOCIEDADE. O contexto político e a educação nacional. **Educ. Soc.,** Campinas, abr.-jun, 2016; 135(37):329-334. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0101-73302016000200329](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-73302016000200329). Acesso em: 13 fev. 2017.

GALVIN, S.R. **Depressão, estresse e ansiedade: enfoque sobre saúde mental do trabalhador.** 2013. 109. USP. Ribeirão Preto. Dissertação. 2016.

GOMES, C.M. et al. Estresse e risco cardiovascular: intervenção multiprofissional de educação em saúde. **Revista Brasileira Enfermagem.** Março- abril, 2016;2(69):351- 9.

GOULART JUNIOR, E.; et al. Trabalho e estresse: identificação do estresse e dos estressores ocupacionais em trabalhadores de uma unidade administrativa de uma instituição pública de ensino superior (IES). **Revista GUAL.** Florianópolis, jan. 2014; 1(7):01-17. Disponível em: <http://www.redalyc.org/html/3193/319330058002/> Acesso em: 13 fev. 2017.

GOUVÊA, N.V.A.L. As condições de trabalho e o adoecimento de professores na agenda de uma entidade sindical. **Saúde Debate.** Rio de Janeiro, out-dez, 2016; 111(40); 206-219.



JACOWSKI, M.; BUDA, B.M.A.; LEMOS, S.D. Trabalho em equipe: percepção dos profissionais da estratégia de saúde da família. **Revista Baiana de Enfermagem**. Salvador, abr./jun. 2016:1-9.

LIMA, F.D; LEVY, B.R.; LUIZ, O.C. Recomendações para atividade física e saúde: consensos, controvérsias e ambiguidades. **Rev Panam Salud Publica**. 2014 36(3):164-170.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Vigitel Brasil, (2014): vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília: 2015.

MOTA, N.I.F. et al. Estresse entre graduandos de enfermagem de uma universidade pública. **SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool Drogas**. Setembro. 2016; 3 (12) 163170. [http://pepsic.bvsalud.org/pdf/smad/v12n3/pt\\_05.pdf](http://pepsic.bvsalud.org/pdf/smad/v12n3/pt_05.pdf). Acesso em: 07 fev. 2016.

OLIVEIRA, J.R.; CUNHA, T. Estresse do profissional de saúde no ambiente de trabalho: causas e consequências. **Rev. Caderno Saúde e Desenvolvimento**. jul/dez 2014;3(2):78-93.

PIGNATA, F. A.; CARVALHO, D. O. Efeitos da crise econômica no Brasil em 2015. **Rev. Eletrônica Diálogos Acadêmicos**. Jul-Dez, 2015;9(2):04-18. Disponível em: [www.uniesp.edu.br/fnsa/revista](http://www.uniesp.edu.br/fnsa/revista). Acesso em: 10 ago. 2017.

PIMENTA, M.A.; ASSUNÇÃO, A.A. Estresse no trabalho e hipertensão arterial em profissionais de enfermagem da rede municipal de saúde de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. **Rev Bras Saude Ocup**. 2016; 6(41):1-11.

PRADO, P.E.C. Estresse ocupacional: causas e consequências. **Revista Brasileira Medicina do Trabalho**. 2016; 3(14):285-289.

SANTIAGO, C.B.; SOUZA, J.C.P. Estresse ocupacional em investigadores da polícia civil na cidade de Manaus. **Amazônica de Saúde - Revista Científica da Fametro**. jul./nov2016; 1(2).

SCHUSTER, M.; SCHROEDER, R.M.T. Estresse, dor e lesões músculo-esqueléticas em professores de Cascavel – PR. **Educere Et Educare. Rev. Educação**. Unioeste, Campus Cascavel. Jan./Abr.2017;12(242).

SILVA, P.D.; SANTOS, O.R.N.; NASCIMENTO, S.A.K.L. Fatores que influenciam o estresse ocupacional na enfermagem. **Carpe Diem: Revista Cultural e Científica do UNIFACEX**. 2016;14(2):65-74.

SOUZA, S.R. Relações de trabalho e o processo de precariedade na construção civil brasileira. **Revista RET rede de estudos do trabalho**. 2015, 9(17). Disponível em: [www.estudosdotrabalho.org](http://www.estudosdotrabalho.org) .Acesso em: 08 ago. 2017.

VERANI, P.; SOUZA, C.M.; PARCIAS, R.S. Atividade física relacionada ao estresse no trabalho dos profissionais da área da saúde mental. **Cinergis** 2015;16(2):115-119.