

Estresse no trabalho em professores universitários

Stress at work in professors university

Estrés en el trabajo en profesores universitarios

Recebido: 26/10/2021 | Revisado: 05/11/2021 | Aceito: 06/11/2021 | Publicado: 10/11/2021

Anderson Passos Pinto

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4343-1882>
Universidade Federal de Sergipe, Brasil
E-mail: andersonpassospinto@hotmail.com

Sandra Aiache Menta

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8890-0756>
Universidade Federal de Sergipe, Brasil
E-mail: sandramenta@gmail.com

Diego dos Passos Santiago

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0000-3362>
Universidade Federal de Sergipe, Brasil
E-mail: diegosantiago@hotmail.com

Resumo

O professor realiza, na maioria das vezes, um trabalho solitário, em meio a condições inadequadas para o desenvolvimento do seu trabalho, criando situações favoráveis ao estresse em que compromete seu aspecto biopsicossocial. Com o objetivo de identificar a incidência do nível de estresse no trabalho em professores universitários foi realizado um estudo transversal observacional descritivo. O estresse no trabalho foi aferido por meio da versão adaptada por Theorell do questionário JCQ (modelo demanda-controle) de Karasek, contendo questões para avaliar a Dimensão de Demanda Psicológica e de Controle, composta por 11 itens, e a Dimensão Apoio Social com 6 itens. Nos resultados encontrados dos 102 docentes pesquisados, 72,9% são do sexo feminino, 40% estão na faixa etária menor de 34 anos, 57,1% afirmaram não ter filhos e 58,6% se declararam brancos. Diante do que foi encontrado no questionário JCQ, 48,6% dos professores encontram-se no quadrante de Baixa exigência (baixa demanda e alto controle). Em vários estudos foram encontrados como resultados que os professores possuem alto nível de estresse no trabalho, sobretudo indivíduos do sexo feminino, sendo que as mulheres, quando comparadas aos homens, apresentaram médias maiores de desenvolvimento de doenças associadas ao trabalho. Ficou evidente que a maioria dos professores é do sexo feminino as quais se tornam um público diretamente exposta ao estresse, mostrando que essa população merece um pouco mais de atenção.

Palavras-chave: Docentes; Estresse profissional; Saúde do trabalhador; Terapia ocupacional; Saúde mental.

Abstract

The teacher performs, in most cases, a solitary work, in the midst of inadequate conditions for the development of their work, creating situations favorable to stress in which their biopsychosocial aspect is compromised. In order to identify the incidence of the level of stress at work in university professors, a descriptive cross-sectional observational study was carried out. Work stress was measured using the adapted version by Theorell of the JCQ questionnaire (demand-control model) by Karasek, containing questions to assess the Psychological and Control Demand Dimension, consisting of 11 items, and the Social Support Dimension with 6 items. In the results found from the 102 teachers surveyed, 72.9% are female, 40% are under the age of 34, 57.1% said they did not have children and 58.6% declared themselves white. In view of what was found in the JCQ questionnaire, 48.6% of the teachers are in the Low-strain quadrant (low demand and high control). In several studies it was found as results that teachers have a high level of stress at work, especially female individuals, and women, when compared to men, had higher averages of development of work-related illnesses. It was evident that the majority of teachers are female who become a public directly exposed to stress, showing that this population deserves a little more attention.

Keywords: Teachers; Professional stress; Worker's health; Occupational therapy; Mental health.

Resumen

El docente realiza, en la mayoría de los casos, un trabajo solitario, en medio de condiciones inadecuadas para el desarrollo de su trabajo, generando situaciones favorables al estrés en las que se compromete su aspecto biopsicossocial. Con el fin de identificar la incidencia del nivel de estrés laboral en profesores universitarios, se realizó un estudio observacional descriptivo transversal. El estrés laboral se midió utilizando la versión adaptada por Theorell del cuestionario JCQ (modelo de demanda-control) de Karasek, que contiene preguntas para evaluar la Dimensión

Psicológica y Control de la Demanda, que consta de 11 ítems, y la Dimensión de Apoyo Social con 6 ítems. En los resultados encontrados de los 102 docentes encuestados, el 72,9% son mujeres, el 40% son menores de 34 años, el 57,1% dijo no tener hijos y el 58,6% se declaró blanco. A la vista de lo encontrado en el cuestionario JCQ, el 48,6% de los docentes se encuentran en el cuadrante Low-strain (baja demanda y alto control). En varios estudios se encontró como resultado que los docentes tienen un alto nivel de estrés en el trabajo, especialmente las mujeres, y las mujeres, en comparación con los hombres, tienen mayores promedios de desarrollo de enfermedades relacionadas con el trabajo. Se evidenció que la mayoría de docentes son mujeres que se convierten en un público directamente expuesto al estrés, lo que demuestra que esta población merece un poco más de atención.

Palabras clave: Profesores; Estrés profesional; Salud del trabajador; Terapia ocupacional; Salud mental.

1. Introdução

1.1 O Trabalho adoecce o homem

Segundo a Organização Mundial da Saúde - OMS (2001), ¼ (em cada quatro) pessoas será afetada por um transtorno mental em alguma fase da vida. Por outro lado, também pode ser fonte de adoecimento quando contém fatores de risco para a saúde física e mental, sendo que o trabalhador não dispõe de instrumental suficiente para se proteger destes riscos. A Associação Internacional de Gerenciamento de Estresse - Isma Brasil (2020) estima que os gastos públicos do Brasil relacionados aos transtornos mentais como ansiedade e depressão correspondem a 7% das despesas médicas.

O estresse laboral é influenciado pela percepção que o sujeito tem das demandas no ambiente de trabalho e sua capacidade para enfrentá-las (Hirschle & Gondim, 2020). O processo de estresse laboral é necessário que o trabalhador analise como estressoras a situação e as demandas do ambiente, e se observe com poucos recursos para enfrentá-las, gerando reações adversas a seu bem-estar (Hirschle & Gondim, 2020).

1.2 Docência e suas tarefas

O professor realiza na maioria das vezes, um trabalho solitário, em meio a condições inadequadas para o desenvolvimento de sua atividade, criando situações favoráveis ao estresse em que compromete sua saúde e o aspecto biopsicossocial. Diante disso, o professor mostra-se um profissional exposto a vários agentes estressores. A docência na educação superior caracteriza-se pela formação acadêmica e especialização em determinada área do conhecimento, somada a conduta político-pedagógica do professor, em consonância com os critérios referenciados em documentos oficiais da Instituição de Ensino Superior (Paskulin, 2011).

O Campus da Universidade Federal de Sergipe (UFS), Campus Professor Antônio Garcia Filho, localizado em Lagarto-Se, adota em sua totalidade de oito cursos da área de saúde, o modelo de Aprendizagem Baseado em Problemas (ABP), também conhecido como PBL, sendo que o papel do professor é auxiliar nas possíveis dúvidas que o aluno tenha sobre determinado assunto e nas discussões de grupos de tutoriais, agindo como um motivador em que a preocupação é ensinar a aprender.

1.3 Professor na UFS de Lagarto

Tendo em vista que a metodologia adotada no Campus Professor Antônio Garcia Filho da Universidade Federal de Sergipe – UFS é a metodologia PBL (do inglês Problem Based Learning), que segundo Berbel (1998) é uma metodologia de ensino, de estudo e de trabalho, em que se pode utilizar nas formas mais adequadas, em situações em que os temas estejam interligados com a vida em sociedade.

Essa metodologia enfatiza o aprendizado autodirigido, centrado no estudante, promovendo o desenvolvimento da habilidade de trabalhar em grupo e também possibilita que o aluno tome a iniciativa de buscar os estudos. Sendo formados grupos de até 12 (doze) estudantes que se reúnem com um docente (tutor) duas vezes por semana.

O Campus está localizado a 76 km da capital do estado, em que a maioria dos professores do mesmo reside. Tendo em vista que a metodologia desse campus utiliza a multiplicidade de cenários para o aprendizado, sendo utilizadas situações diretamente ligadas à realidade em que se insere, tendo que o professor se desloca para fora da instituição tentando aproximar os alunos da comunidade e permitir uma melhor compreensão da realidade e dos aspectos sociais que fará parte da formação do acadêmico do aluno.

Dessa forma, o estresse no trabalho, tem sido apontado como uma importante exposição no desenvolvimento de desfechos negativos à saúde do trabalhador (Filgueiras, 1999). O ambiente de trabalho educacional gera sobrecargas que podem vir a ultrapassar seus limites a partir de exigências que podem ou não ser controladas, quando não, ocasionam sensação de ameaça e perda de controle, os tornando fatores promotores do estresse.

Dentre esses fatores podemos destacar: fatores intrínsecos (administráveis e/ou controláveis): administração do seu tempo e tarefas, controle do processo de ensino aprendizagem, manejo do comportamento, conflitos profissionais, relacionamento em grupo e adaptação das mudanças; fatores extrínsecos (imposto e/ou inegociável): salário, ambiente físico e social da instituição, tipo de gestão, comportamentos de indisciplina dos alunos, baixo apoio social e avaliação da direção e/ou do ministério da educação.

1.4 Estresse

Particularmente quando se trata de *stress* relacionado ao trabalho, usa-se a expressão *stress* ocupacional. Paschoal e Tamayo (2004) definem *stress* ocupacional “como um processo em que o indivíduo percebe demandas do trabalho como estressores, os quais, ao exceder sua habilidade de enfrentamento, provocam no sujeito reações negativas”.

Marilda Emmanuel Novaes Lipp foi responsável por padronizar o Inventário de Sintomas de Estresse para Adultos de Lipp (ISSL), que tem como objetivo detectar a presença de *stress*, identificar a fase do *stress* na qual a pessoa se encontra e a predominância de sintomas físicos e/ou psicológicos em cada fase. O ISSL é constituído de quatro quadros: o primeiro diz respeito aos sintomas apresentados nas últimas 24 horas – fase de alerta; o segundo é relativo aos sintomas experimentados na última semana – fases de resistência, o terceiro é a fase de quase exaustão em que se caracteriza pela persistência e intensidade dos fatores estressantes na última semana, onde se encontra entre a fase de resistência e de exaustão; e o quarto se refere aos sintomas apresentados no último mês – fase de exaustão (Carvalho, 2007).

Para o referente estudo optamos pela escolha do modelo de demanda-controle por Karasek (1998) ao considerar o enfoque limitado dos modelos unidimensionais que apontavam o estresse como produto da demanda versus capacidade do indivíduo, pressuposto sobre o qual as pesquisas em psicologia organizacional e epidemiologia foram edificadas, verificou a necessidade de incluir o elemento controle (representado pela autonomia e habilidade do trabalhador sua rotina ocupacional) na gênese da abordagem psicossocial no ambiente de trabalho e suas interferências sobre a saúde dos trabalhadores.

Sendo assim, Karasek (1998) propôs o chamado Modelo Demanda-Control (“Demand-Control Model” ou “Job Strain”, como tem sido mais recentemente denominado). Esse modelo destaca dois elementos da esfera psicossocial do trabalho: o controle sobre o trabalho e a demanda psicológica advindo do mesmo; propondo a concepção de que, através da relação entre esses dois elementos, rotinas ocupacionais são estruturadas podendo se tornar riscos potenciais à saúde do trabalhador. Para avaliar esses aspectos Karasek (1998) elaborou um instrumento metodológico: O Job Content Questionnaire – JCQ (Questionário sobre Conteúdo do Trabalho, esse modelo já foi testado em diversos países com diferentes conformações econômicas e sociais).

Sua versão compreende 49 questões, abordando, além de controle e demanda psicológica, suporte social proveniente da chefia e dos colegas de trabalho, demanda física e insegurança no emprego (Santos, 2006). Entretanto ao compreender a dinâmica dos professores na universidade e a quantidade de questões abordadas no JCQ original, optamos por trabalhar com a

versão resumida, pois essa é a mais utilizada entre os pesquisadores, sendo essa um questionário que facilita a compreensão dos leitores e entrevistados para entender em que nível de estresse ocupacional os docentes encontram-se.

Assim, Aguiar, Fonseca e Valente (2010), apresentaram a versão resumida e modificada do JCQ ao qual foi apresentado por Theorell, em 1988, o “Swedish Demand-Control-Support Questionnaire – DCSQ”, reunindo três dimensões propostas no JCQ, demanda psicológica, controle do trabalho e apoio social.

Esta versão contém 17 questões: cinco para avaliar demanda psicológica, seis para avaliar controle do trabalho e seis para apoio social no trabalho. Nas questões relacionadas à demanda psicológica, quatro referem-se a aspectos quantitativos do trabalho, como o tempo, a exigência e a velocidade na execução das tarefas, e uma questão relacionada ao conflito entre diferentes demandas. Nos itens relacionados ao controle do trabalho, quatro referem-se ao uso e desenvolvimento de habilidades, e duas à autonomia para tomada de decisões sobre o processo de trabalho. A dimensão apoio social no trabalho contém seis questões sobre as relações com colegas e chefes, conforme a Figura 1 apresentada abaixo.

Figura 1. Dimensão apoio social no trabalho e questões sobre as relações com colegas e chefes.



Figura 1 - Esquema do modelo de Demanda-Control de Karasek.

Fonte: ALVES et al (2004).

1.5 Terapia Ocupacional

Para uma melhor compreensão da saúde desse trabalhador pensamos em diversos profissionais que atuam nos problemas relacionados à atividade laborativa do indivíduo. Os transtornos mentais e comportamentais correspondem a 12% da carga total de doenças e já representam quatro das dez principais causas de incapacidades em todo o mundo (Lancman & Ghirardi, 2002).

A relação da Terapia Ocupacional com o trabalho permeia toda história da profissão, pois esta nasceu para habilitar e/ou reabilitar e inserir no mundo do trabalho pessoas que apresenta limitação ou deficiência em seu desempenho, decorrentes de diferentes condições patológicas que interfere direta ou indiretamente em suas atividades do dia-a-dia, tornando menos independente (Juqueira, 2008).

Lancman e Ghirardi (2002) afirmam a importância da atuação de terapeutas ocupacionais na área de saúde do trabalhador, por ser um profissional altamente habilitado para tratar e prevenir os agravos nutridos pelas relações homem-trabalho intimamente associadas desde os primórdios da humanidade até a contemporaneidade.

2. Metodologia

Foi realizado estudo transversal observacional descritivo, para determinar a incidência do estresse do trabalho em professores universitários. Com o objetivo em determinar a distribuição de condições relacionadas à saúde, segundo o tempo, o lugar e/ou as características dos indivíduos (Costa & Barreto, 2003).

A UFS tem 174 docentes lotados no Campus Lagarto, foram adotados como critérios de inclusão aqueles que: estão no regime de dedicação exclusiva (D.E), efetivo, com titulação de mestrado, doutorado, pós-doutorado e alocados nos departamentos de odontologia, enfermagem, fisioterapia, farmácia dos 2º, 3º, 4º, 5º ciclo e dos departamentos de fonoaudiologia, nutrição e terapia ocupacional que ensinam os 2º, 3º, 4º ciclos, e os critério de exclusão foram: professores dos Departamentos de Educação em Saúde e de Medicina devido a carga horárias não compatíveis com as dos demais cursos e departamentos e os docentes que estivessem afastados ou em período de férias nos meses de coleta de dados, os professores substitutos, bem como os que não aceitem participar da pesquisa.

A amostra foi composta por 102 professores, seu percentual de (58,62%), dos 100% dos discentes do Campus Lagarto. Todos os voluntários foram avaliados num período de 10 de outubro de 2016 a 16 de dezembro de 2016.

O Campus da Universidade Federal de Sergipe (UFS), Campus Professor Antônio Garcia Filho, localizado em Lagarto-SE, adota em sua totalidade de oito cursos da área de saúde, o modelo de Aprendizagem Baseado em Problemas (ABP), também conhecido como PBL, sendo que o papel do professor é auxiliar nas possíveis dúvidas que o aluno tenha sobre determinado assunto e nas discussões de grupos de tutoriais, agindo como um motivador em que a preocupação é ensinar a aprender.

O questionário foi incluído em forma multidimensional, integralmente auto preenchido pelas participantes. O estresse no trabalho foi aferido por meio da versão adaptada por Theorell do instrumento JCQ (modelo demanda-controle) (Anexo 1) de Karasek, onde é possível verificar os aspectos que causam estresse ocupacional e dificultam o exercício laboral. Essa versão sueca reduzida da escala completa contém questões para avaliar a Dimensão de Demanda Psicológica e de Controle, composta por 11 itens, e a Dimensão Apoio Social com 6 itens, a qual foi traduzida e adaptada para o português no âmbito do Estudo Pró-Saúde (Alves, Chor, Faerstein, Lopes & Werneck, 2004).

A JCQ é composta de 49 questões avaliadas em escalas que variam de 1 (discordo fortemente) a 4 (concordo fortemente). A saber: a) Controle sobre o trabalho incluindo: uso de habilidades (6 questões), autoridade decisória (3 questões) e autoridade decisória no nível macro (8 questões); b) Demanda Psicológica: 9 questões; c) Demanda Física: 5 questões e d) Suporte social - proveniente da chefia: 5 questões e proveniente dos colegas de trabalho: 6 questões; e) Insegurança no trabalho: 6 questões e f) Uma questão sobre nível de qualificação exigida para o trabalho que é executado (corresponde ao nível de instrução que é requerido no posto de trabalho ocupado).

Para ambas as dimensões, as opções de resposta são apresentadas numa escala tipo Likert (1-4) com variação entre “frequentemente” e “nunca/ quase nunca”. A cada resposta dada pelos participantes foi atribuído um valor entre 1 (menos frequente) e 4 (mais frequente). Cada uma das dimensões possui uma pergunta com sentido reverso. (Alves, Chor, Faerstein, Lopes & Werneck, 2009).

Para os resultados da escala de estresse realizaram-se a análise descritiva dos dados obtendo a média, o mínimo, o máximo e o desvio padrão das variáveis quantitativas e a frequência e o percentual das variáveis categóricas conforme tabelas

abaixo. Além disso, foi feita a análise inferencial a fim de verificar a existência de associação entre as variáveis sociodemográficas e a variável exposição ao estresse. Para isso, utilizou-se o teste Exato de Fisher (Fisher, 1922), para frequências menores ou iguais a cinco, e caso contrário o teste de Qui-Quadrado (Pearson, 1900), ambos para variáveis categóricas. E o teste de Mann-Whitney (Mann & Whitney, 1947) para variáveis quantitativas, dado que, esse é um teste de comparação de médias. O nível de significância na análise inferencial foi de 5% e o software utilizado foi o R, versão 3.3.3 (The R Core Team, 2016). Os dados do questionário foram tabulados no Microsoft Excel, analisados por meio de técnicas descritivas e o software utilizado foi o R, versão 3.3.3.

O projeto foi submetido ao Comitê de ética em Pesquisa em Seres Humanos CAAE 61991316.5.0000.5546 da Universidade Federal de Sergipe. Após a aprovação do mesmo, os voluntários que consentiram em participar do estudo assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (Apêndice 2), além de serem informados sobre os objetivos e metodologia do estudo por meio de exposição oral e escrita. Sendo que uma das vias ficou com o voluntário de acordo com a resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

3. Resultados

Neste trabalho as variáveis em estudo são qualitativas e quantitativas. Primeiramente, realizou-se a análise descritiva dos dados obtendo a média, o mínimo, o máximo e o desvio padrão das variáveis quantitativas e a frequência e o percentual das variáveis categóricas conforme tabelas abaixo.

Tabela 1. Perfil Sócio Demográfico, sexo, idade, etnia, estado civil e filhos.

	Frequência	Percentual (%)
Sexo		
Masculino	19	27,1
Feminino	51	72,9
Idade		
<34	28	40,0
34 – 40	3	4,2
41 – 47	30	42,9
>47	7	10,0
Ausente	2	2,9
Etnia		
Branca	41	58,6
Parda/outras	29	41,4
Estado civil		
União estável	38	54,3
Sem União estável	32	45,7
Filhos		
Não possui	40	57,1
Possui	29	41,4
Ausente	1	1,4

Fonte: Amostra da pesquisa.

Na Tabela 1, observou-se que dos 51 docentes entrevistados 72,9% dos representantes são do sexo feminino e 19 pessoas do sexo masculino representando 27,1%. Também percebemos que dos 30 docentes que participaram da entrevista a maioria está na faixa etária de 41 a 47 anos, tendo um percentual de 42,9%, também observamos que outros 28 professores estariam em uma faixa etária menor de 34 anos com porcentagem de 40%. E dos 41 professores que se declararam brancos

correspondem a 58,6% e tivemos 21 professores que disseram ser pardo ou de outra etnia ao qual correspondeu 41,4%. Em relação ao estado civil foi encontrado 38 pessoas em uma união estável com porcentagem de 54,3%. E tem aquelas 32 pessoas sem união estável correspondendo 45,7%. E por fim, tivemos 40 professores que afirmaram não ter filhos correspondendo a 57,1%. E outros 29 professores que afirmam terem filhos representando 41,4%. E houve 1 docente que não respondeu às perguntas correspondendo a 1,4%.

Tabela 2. Perfil Sócio Demográfico, carreira e condição de percurso ao trabalho.

	Frequência	Percentual (%)
Cargo		
Professor Assistente	36	51,4
Professor Adjunto	31	44,3
Ausente	3	4,3
Tempo de deslocamento		
Menos de 30 min	14	20
De 30 min a 1 hora	1	1,4
Mais de 1 hora	54	77,1
Ausente	1	1,4

Fonte: Amostra da pesquisa.

Quanto a variável quantitativa tempo de trabalho, com o mínimo 1 ano, máximo 10 anos, apresentando desvio 1,5 anos e média 3,2 anos. Segundo o teste de Shapiro e Wilk (1965), p-valor (0,000), o tempo de trabalho não segue distribuição normal, com isso, o teste de Mann-Whitney foi adequado para comparação do tempo de trabalho entre o grupo de menor exposição e o de maior exposição. O (p-valor =0,013), é menor que 0,05. Desse modo, os anos de trabalho do grupo de maior exposição ao estresse é superior ao de menor exposição ao estresse, ou seja, os professores com maior tempo de trabalho estão mais suscetíveis ao estresse.

Tabela 3. Condição de estresse.

	Frequência	Percentual (%)
Quadrantes		
Alta exigência	5	7,1
Baixa exigência	34	48,6
Ativo	11	15,7
Passivo	20	28,6
Estresse		
Menor exposição	34	48,6
Maior exposição	36	51,4

Fonte: Amostra da pesquisa.

Na Tabela 3, quanto ao quadrante, 48,6% dos professores encontram-se na Baixa exigência (baixa demanda e alto controle). 28,6% estavam no Trabalho passivo (baixa demanda e baixo controle) e outros com 15,7% estariam em Trabalho ativo (alta demanda e alto controle) e 7,1% que se encontrava em Alta exigência (alta demanda e baixo controle). Da amostra, 48,6% dos professores encontrou-se em menor exposição ao estresse, enquanto que 51,4% dos professores apresentam maior exposição ao estresse.

Tabela 4. Média entre Estresse e Perfil Sócio Demográfico, sexo, idade, etnia, estado civil e filhos.

	Estresse		P-valor
	Menor exposição (%)	Maior exposição (%)	
Sexo			
Masculino	10 (14,3)	9 (12,9)	0,884
Feminino	24 (34,3)	27 (38,5)	
Idade			
<34	16 (23,5)	12 (17,6)	0,529
34 – 40	12 (17,6)	18 (26,5)	
41 – 47	3 (4,4)	4 (5,9)	
>47	2 (2,9)	1 (1,5)	
Etnia			
Branca	25 (35,7)	16 (22,9)	0,026*
Parda	9 (12,9)	20 (28,6)	
Estado civil			
União estável	19 (27,1)	19 (27,1)	0,983
Sem União estável	15 (21,4)	17 (24,3)	
Filhos			
Não possui	15 (21,7)	25 (36,2)	0,076
Possui	18 (26,1)	11 (16,0)	

* Teste de Qui-Quadrado com p-valor = 0,026. Fonte: Amostra da pesquisa.

A Tabela 4 mostra os resultados dos testes de associação entre a exposição ao estresse e as variáveis sociodemográficas. Como o ($p > 0,05$), segundo o teste Exato de Fisher, não houve associação entre o estresse e idade categorizada. Para as variáveis sexo, etnia, estado civil utilizou-se o teste de Qui-Quadrado, no entanto, somente a etnia foi significativa ($p = 0,026$). Dessa forma, os que declararam etnia parda estão mais expostos ao estresse.

Tabela 5. Média entre Estresse e Perfil Sócio Demográfico: carreira e condição de percurso ao trabalho.

	Estresse		P-valor
	Menor exposição (%)	Maior exposição (%)	
Cargo			
Professor Assistente	19 (28,4)	17 (25,4)	0,706
Professor Adjunto	14 (20,9)	17 (25,4)	
Tempo de deslocamento			
Menos de 30 min	7 (10,0)	7 (10,0)	0,879
De 30 min a 1 hora	1 (1,4)	0	
Mais de 1 hora	26 (37,1)	29 (41,4)	

Fonte: Amostra da pesquisa.

A Tabela 5 mostra os resultados dos testes de associação entre a exposição ao estresse e as variáveis sociodemográficas. Como o (p -valor $> 0,05$), segundo o teste Exato de Fisher, não houve associação entre o estresse e tempo de deslocamento. Para cargo utilizou-se o teste de Qui-Quadrado (p -valor = 0,706).

4. Discussão

O exercício da docência implica conhecimentos do domínio científico e técnico, competências profissionais e pedagógicas que somados às exigências do sistema de ensino e determinações estruturais da sociedade, constituem um processo complexo e desafiador aos docentes do ensino superior (Dias, Chaveiro & Porto, 2018).

Diante do que foi encontrado no questionário JCQ, percebeu-se que 48,6% dos professores encontram-se na Baixa exigência (baixa demanda e alto controle).

Os estudos de Servilha e Arbach (2011) com professores universitários da área da saúde descreveram que o processo ensino-aprendizagem também pode ser marcado por estresse, ansiedade e perda de sono, comprometendo a qualidade de vida dos docentes, decorrente de conflitos entre aluno-professor, aluno-coordenação e aluno-aluno.

Em uma pesquisa realizada com professores da rede municipal foi observado que a grande maioria das características avaliadas pelo JCQ estava fortemente associada com a prevalência de DPM (Distúrbios Psíquicos Menores). Sendo que o Trabalho repetitivo, indicador de controle, e ritmo acelerado de trabalho, indicador de demanda psicológica, também estavam estatisticamente associados com DPM em professores de Salvador (Reis, Carvalho, Araújo, Porto & Neto, 2005).

Mas no estudo de Urbanetto et al. (2013) diz que o estresse laboral em trabalhadores de enfermagem encontra-se prevalentemente no trabalho ativo e no trabalho passivo. Em outros dois estudos com trabalhadores de enfermagem esse aspecto também foi avaliado.

Sendo o primeiro estudo de Kirchof, et al. (2009), houve prevalência no quadrante trabalho passivo (29,9%), seguido pelo trabalho ativo (28,5%), e menor prevalência no alto desgaste (21,2%). Já no segundo estudo dos autores Urbanetto, et al. (2011), foi encontrada maior prevalência de trabalhadores no trabalho passivo (35,6%), seguido pelo baixo desgaste (26,5%), e também prevalência do quadrante alto desgaste em torno de 21%.

Em vários estudos foram encontrados como resultados que os professores possuem alto nível de estresse no trabalho, sobretudo indivíduos do sexo feminino, sendo que as mulheres, quando comparadas aos homens, apresentaram médias maiores de desenvolvimento de doenças associadas ao trabalho podendo haver influência negativa de outras variáveis, como o número de filhos, a percepção de saúde, o uso de medicamentos, o lazer, e o tempo de trabalho na instituição, para além das variáveis estudadas (Souza, Guimarães & Araújo, 2013), (Lim & Lima Filho, 2009).

No estudo de Guido, Linch, Pitthan e Umann (2011) mostraram que as mulheres são mais vulneráveis ao adoecimento pela carga de trabalho que assumem. Muitas além de cumprir com a jornada de trabalho estão sob sua responsabilidade, às tarefas domésticas e o cuidado dos filhos, papéis ocupacionais tradicionalmente destinados a esse gênero.

No presente trabalho, corroborando com os estudos acima, dos 51 docentes entrevistados 72,9% dos representantes são do sexo feminino, mostrando que as mulheres são uma maioria considerável para serem expostas ao estresse e 19 pessoas que apresentaram estresse, esses foram do sexo masculino representando 27,1%.

Para a variável etnia ao utilizar o teste de Qui-Quadrado foi encontrado uma maior significância (p -valor = 0,026), os que declararam etnia parda estão mais expostos ao estresse correspondendo a 41,4% do total da amostra estudada.

Quanto a média de estresse entre carreira e condição de percurso ao trabalho, não houve associação significativa. Os resultados encontrados neste estudo têm sua justificativa com outros estudos realizados com o mesmo público de professores universitários conforme apresentados abaixo.

Magalhães (2011) ao realizar um estudo com servidores da universidade federal de mato grosso, em que se utilizou do JCQ conseguindo observar que há pouca relação com a renda do trabalhador com a positividade para o estresse ocupacional, este estudo evidenciou que os servidores com melhores rendas estão mais protegidos ao estresse ocupacional, sugerindo a importância desta variável na saúde dos servidores, ou seja, melhores salários possibilitam a aquisição de bens necessários a uma melhor qualidade de vida, possibilitando o enfrentamento de situações de alta demanda e baixo controle, categoria de maior exposição ao estresse.

Além disso, de acordo com Massa et al. (2016), relatam que a maioria dos professores não possui outro vínculo empregatício, pois trabalha em regime de dedicação exclusiva, o que pode ser considerado um fator de proteção. Pesquisas desenvolvidas no ensino fundamental e médio apontam que a baixa remuneração atribuída a essa categoria gera a procura por mais de um local de trabalho e, conseqüentemente, leva a uma extensiva jornada de trabalho (superior a 60 horas), em condições estressantes e precárias para o desenvolvimento da docência. Outro dado relevante seria que os participantes na sua maioria são adultos jovens. E o aumento da idade é considerado uma variável que diminui a probabilidade de desenvolvimento do esgotamento profissional.

Em um estudo dos autores Mazon, Carlotto e Câmara (2008) apresentou uma estratégia que parece constituir um fator de proteção para o estresse, sendo ele o coping ativo, tendo em vista que se associa a menores índices de Despersonalização e maiores índices de realização profissional e faz com que o professor tente lidar com o problema de maneira a isolar os aspectos não relevantes do mesmo, seguindo passo-a-passo o que tem que ser feito em uma ação direta ao estressor, permitindo ao professor conseguir identificar os resultados de suas ações, o que aumenta a percepção de auto eficácia e conseqüentemente, eleva o sentimento de realização no trabalho.

Outro fator de proteção foi à reinterpretação positiva, que também contribui para maior realização profissional, consiste no redimensionamento do estressor a partir da modificação do estado emocional. Esse permite que o indivíduo alcance um equilíbrio emocional que, muitas vezes, é necessário como um passo anterior à ação (Carver, Scheier & Weintraub, 1989). Ao avaliar sua prática profissional com uma perspectiva positiva, o professor consegue uma redução do estresse, fazendo com que ele se sinta melhor em relação ao seu trabalho, o que aumenta o sentimento de realização profissional (Mazon, Carlotto & Câmara, 2008).

Do mesmo modo, Areias e Guimarães (2004) encontraram resultados semelhantes estudando servidores de uma universidade estadual de São Paulo, com características parecidas aos dos participantes deste estudo, destacando-se o estrato econômico médio e uma carga horária de trabalho de 40 horas semanais.

Um trabalho de revisão de literatura sobre saúde mental dos professores realizado por Brognoli, Pagnan e Longeen em 2020, identificou importante semelhança nos dados, os quais a sobrecarga de trabalho tornou-se um fator de risco importante para o adoecimento mental, somado a escassez de apoio social e psicológico desses professores.

Para uma melhor compreensão da saúde desses trabalhadores, precisamos analisar de forma macro quem são os diversos profissionais que atuam nos problemas relacionados à atividade laborativa do indivíduo. Dentre eles o terapeuta ocupacional que atua no âmbito laboral, social, educacional e da saúde. Um fator relevante para a atuação desse profissional são os transtornos mentais e comportamentais correspondem a 12% da carga total de doenças e já representam quatro das dez principais causas de incapacidades em todo o mundo (Lancman & Ghirardi, 2002).

A Terapia Ocupacional tradicionalmente propõe a inclusão dos indivíduos no trabalho como objetivo último do processo de reabilitação. Neste sentido, os modelos de análise de atividades desenvolvidos, em consonância com a noção de que a reabilitação é um processo individual, procuravam adaptar e adequar os indivíduos ao trabalho ou vice-versa, ou ainda, adaptar máquinas e instrumentos para que os indivíduos com deficiências oriundas ou não do mundo do trabalho pudessem trabalhar (Lancman & Ghirardi, 2002).

Diversos recursos tradicionais dos terapeutas ocupacionais na área de saúde e trabalho ganham uma nova dimensão e aplicação. Por exemplo, a análise de atividades que deixa de ser centrada no fazer individual e passa a abranger a compreensão de situações de trabalho tanto no âmbito organizacional quanto no que diz respeito às condições de trabalho (Lancman & Ghirardi, 2002).

O homem é, por natureza, um ser ocupacional, estabelecendo, na maior parte de sua vida, uma relação com o trabalho, que lhe dá identidade e um papel social. Assim, entende-se que uma notável área de atuação da Terapia Ocupacional seja a Saúde do Trabalhador (Santos & Menta, 2016).

As condições e as exigências do mercado de trabalho na atualidade impactam na saúde mental dos trabalhadores de diferentes formas, assim, quanto às relações entre trabalho e saúde do trabalhador formam um conjunto complexo, que faz com que coexistam múltiplas situações de trabalho caracterizado por diferentes estágios de incorporação tecnológica, diferentes formas de organização e gestão, relações, que refletem sobre o viver, o adoecer e o morrer dos trabalhadores. (Santos & Menta, 2016).

Por ser uma profissão que congrega conhecimentos de diferentes áreas, a terapia ocupacional pode “*ser um elemento importante na construção de novos rumos para a atenção à saúde, integral, globalizante e na perspectiva da totalidade, subjetividade e singularidade das pessoas*” (Medeiros 2003, p.173).

5. Conclusão

A escassez de estudos em professores que atuam em instituições que adotam o PBL como metodologia, concomitante ao crescimento relevante do estresse no trabalho na área educacional, faz-se necessário a análise e interpretação dos aspectos avaliados, na tentativa de contribuir para uma maior qualidade de vida laboral da classe estudada, assim como o meio científico através de sua publicação.

Ficou evidente que a maioria dos professores é do sexo feminino as quais se tornam um público diretamente exposta ao estresse, mostrando que essa população merece uma pouco mais de atenção. Outro ponto importante a ser relatado é o regime de dedicação exclusiva, o qual faz com que os professores estejam em uma cadeia de proteção contra o estresse excessivo.

Como trata-se de um campus muito recente (menos de 7 anos) e os professores apresentarem como tempo de trabalho a média foi de 3,2 anos na instituição, percebeu-se que isso corrobora com a baixa exposição ao estresse. Tendo neste trabalho evidenciado a grande incidência de professores na baixa demanda e alto controle, pois, infere-se que este perfil se apresenta com um fator de proteção para prevenção do estresse no trabalho.

Vale ressaltar que a pesquisa foi realizada no termino de um semestre letivo e em um período de movimento de deflagração de greve nacional, tornando o período ainda mais sobrecarregado de trabalho e consequentemente mais estressante para os professores, porém, esses fatores intrínsecos influenciaram de forma insignificante ao resultado final da avaliação de estresse, mantendo o resultado quase que igual para menor exposição ao estresse e maior exposição ao estresse, prevalecendo a baixa demanda de trabalho com alto controle sobre o mesmo.

Salientamos sobre o resultado dessa pesquisa, que o não-balanceamento entre demandas laborais, nível de controle exercido no atendimento a essas demandas e o tempo em que se experimenta essa situação de desequilíbrio, podem desencadear processos de adoecimento físico e mental.

Faz-se necessário assim, a observação longitudinal e a reaplicação do questionário nos próximos cinco anos para avaliar e comparar os resultados aqui encontrados.

Diante disso, ações imediatas junto ao setor de saúde do trabalhador da UFS podem contribuir como fator de promoção de saúde mental e prevenção do estresse desse grupo, com o objetivo de preparação para enfrentamento de fatores intrínsecos e extrínsecos de estresse dado às características desse grupo.

A terapia ocupacional na área de saúde mental do trabalhador pode contribuir com intervenções em situações de trabalho já definidas por pesquisas e utilizar de variadas atividades para facilitar processos de reflexão, na reorganização do trabalho e no cotidiano de vida desses professores.

Referências

- Aguiar, N. A., Fonseca, M. J. M., Valente, J. G. (2010). Confiabilidade (Teste-Reteste) da Escala Sueca do Questionário Demanda-Controlle Entre Trabalhadores de Restaurantes Industriais do Estado do Rio de Janeiro. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 13, 212-222. <https://www.scielo.br/j/rbepid/a/vM8LbBngm3PCHTRPjHQrm5B/abstract/?lang=pt>
- Alves, M. G. M., Chor, D., Faerstein, E., Lopes, C. S., Werneck, G. L. (2004). Versão Resumida da "Job Stress Scale": Adaptação para o Português. *Revista Saúde Pública*, 38, 164-171. <https://www.scielo.br/j/rsp/a/55vCVJNvKpJcsGNjhpq5W4r/?lang=pt>
- Alves, M. G. M., Chor, D., Faerstein, E., Lopes, C. S. (2009). Estresse no Trabalho e Hipertensão Arterial em Mulheres no Estudo Pró-Saúde: Estudo Pró-Saúde (Pro-Health Study). *Revista Saúde Pública*, 43, 893-896. <https://www.scielo.br/j/rsp/a/jRgVVL74kw4hH6TpxrCq3MF/?lang=pt>
- Areias, M. E. Q., Guimarães, L. A. M. (2004). Gênero e Estresse em Trabalhadores de uma Universidade Pública do Estado de São Paulo. *Psicologia em Estudo*, 9, 255-262. <https://www.scielo.br/j/pe/a/jytVTYD8fMqrGj8cJrFcSzQ/?format=pdf&lang=p>
- Associação Internacional de Gerenciamento de Estresse. (2020). *O Desequilíbrio entre Esforço-Recompensa e Saúde numa Economia Globalizada*. Porto Alegre – RS. <http://www.ismabrasil.com.br/>
- Berbel, N. A. N. (1998). A Problematização e a Aprendizagem Baseada em Problemas: Diferentes Termos ou Diferentes Caminhos? *Interface Comunicação, Saúde, Educação*, 2. <https://www.scielo.br/j/icse/a/BBqnRMcdxYyvNSY3YfztH9J/?lang=pt>
- Brogno, E., Pagnan, J. M., Longen, W. C. (2020). Saúde Mental dos Trabalhadores da Educação. *Brazilian Journal of Health Review*, 3, 11521-11530. <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/16042> <https://doi.org/10.341/bjhrv3n5-013>
- Carvalho, L., Malagris, L. E. N. (2007). Avaliação do Nível de Stress em Profissionais de Saúde. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 7, 570-582. <http://www.revispsi.uerj.br/v7n3/artigos/pdf/v7n3a16.pdf>
- Carver, C. S., Scheier, M. F., Weintraub, J. K. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283. <https://content.apa.org/record/1989-17570-001>
- Costa, E. C., Bachion, M. M., Godov, L. F., Abreu, L. O. (2005). Percepções sobre o Estresse entre Professores Universitários. *Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste*, 6, 39-47. <https://www.redalyc.org/pdf/3240/324027952006.pdf>
- Costa, M. F. L., Barreto, S. M. (2003). Tipos de Estudos Epidemiológicos: Conceitos Básicos e Aplicações na Área do Envelhecimento. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 12, 191. http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-49742003000400003
- Dias, A. C. B., Chaveiro, N., Porto, C. C. (2018). Quality Of Life Of The Work Of Physical Therapy Course Teachers In Goiânia In The State Of Goiás, Brazil. *Ciencia e Saude Coletiva*, 23, 3021-3030. <https://www.scielo.br/j/csc/a/3QX4dxkYWgf3L8wz387KLzt/abstract/?lang=pt>
- Edwards, D., Burnard, P. A. (2003). Systematic Review Of Stress And Stress Management Interventions For Mental Health Nurses. *Journal of Advanced Nursing*, 42, 169-200. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1046/j.1365-2648.2003.02600.x?sid=nlm%3Apubmed>
- Filgueiras, J. C., Hippert, M. I. S. (1999). A Polêmica em Torno do Conceito de Estresse. *Revista de Psicologia Ciência e Profissão*, 19, 40-51. <https://www.scielo.br/j/pcp/a/KMQrgcHvVCfMF9KjmwPp3yG/?lang=pt>
- Fisher, R. A. (1922). On the Interpretation of χ^2 from Contingency Tables, and the Calculation of P. *Journal of the Royal Statistical Society*, 85, 87-94. <https://www.jstor.org/stable/2340521>
- Guido, L. A., Linch, G. F. C., Pitthan, L. O., Umann, J. (2011). Estresse, Coping e Estado de Saúde entre Enfermeiros Hospitalares. *Revista Escola de Enfermagem USP*, 45, 1434-9. <https://www.scielo.br/j/reusp/a/9Vm4CrP7kQsv5JHLNTHkCL/?format=pdf&lang=pt>
- Hirschle, A. L. T., Gondim, S. M. G. (2020). Estresse e Bem-Estar no Trabalho: Uma Revisão De Literatura. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25, 2721-2736. <https://www.cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/estresse-e-bemestar-no-trabalho-uma-revisao-de-literatura/17003?id=17003>
- Junqueira, T. (2008, outubro). Trabalho, Saúde e Terapia Ocupacional: Uma Abordagem Sistemática. In Anais do 4º congresso brasileiro de sistemas, Ribeirão Preto, SP. https://legacy.unifacel.com.br/quartocbs/artigos/H/H_115.pdf
- Karasek, R., Chantal, B., Norito, K., Irene, H., Paulien, B., Benjamin, A. (1998). The Job Content Questionnaire (JCQ): An Instrument for Internationally Comparative Assessments of Psychosocial Job Characteristics. *Journal of Occupational Health Psychology*, 3, 322-355. <https://content.apa.org/record/1998-12418-004>

- Kirchhof, A. L. C., Magnago, T. S. B. S., Camponogara, S., Griep, R. H., Tavares, J. P., Prestes, F. C. ... Paes, L. G. (2009). Condições de Trabalho e Características Sócio Demográficas Relacionadas a Presença de Distúrbios Psíquicos Menores em Trabalhadores de Enfermagem. *Texto e Contexto - Enfermagem*, 18, 215-23. <https://www.scielo.br/j/tce/a/x3fWzjgbyvPvHtKntvrVXYp/?lang=pt>
- Lancman, S., Ghirardi, M. I. G. (2002). Pensando Novas Práticas em Terapia Ocupacional, Saúde e Trabalho. *Revista de Terapia Ocupacional*. 13, 44-50. <https://www.revistas.usp.br/rto/article/view/13895/15713>
- Lim, M. F. E. M., Lima, D. O., Filho. (2009). Condições de Trabalho e Saúde do/a Professor/a Universitário/a. *Ciências e Cognição*, 14, 62-82. <http://www.cienciasecognicao.org/revista/index.php/cec/article/view/253>
- Magalhães, F. A. C. (2011). *Estresse Ocupacional e Fatores Associados entre Servidores da UFMT* (Dissertação de Mestrado) Universidade Federal de Mato Grosso, Cuiabá, Mato Grosso. <https://www.yumpu.com/pt/document/read/27464898/estresse-ocupacional-e-fatores-associados-entre-servidores-ufmt>
- Mann, H. B., Whitney, D. R. (1947). On a Test of Whether one of Two Random Variables is Stochastically Larger than the Other. *The Annals of Mathematical Statistics*, 18, 50–60. <https://projecteuclid.org/journals/annals-of-mathematical-statistics/volume-18/issue-1/On-a-Test-of-Whether-one-of-Two-Random-Variables/10.1214/aoms/1177730491.full>
- Massa, L. D. B., Silva, T. S. S., Sá, I. S. V. B., Barreto, B. C. S., Almeida, P. H. T. Q., Pontes, T. B. (2016). Síndrome de Burnout em Professores Universitários. *Revista de Terapia Ocupacional*, 27, 180-189. <https://www.revistas.usp.br/rto/article/view/104978>
- Mazon, V., Carlotto, M. S., Câmara, S. (2008). Síndrome de Burnout e Estratégias de Enfrentamento em Professores. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 60. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/arp/v60n1/v60n1a06.pdf>
- Medeiros, M. H. R. (2003). Terapia Ocupacional: um enfoque epistemológico e social. Universidad Nacional del Litoral. <http://www.bibliopsi.org/docs/carreras/terapia-ocupacional/METODOLOGIA%20DE%20LA%20INVESTIGACION%20Y%20ESTADISTICA/Terapia%20Ocupacional-%20Un%20enfoque%20epistemologico%20y%20social,%20MARIA%20HELOISA%20DA%20ROCHA%20MEDEIROS.pdf>
- Organização Mundial da Saúde. (2001). *Relatório Mundial da Saúde*. Saúde Mental: Nova Concepção, Nova Esperança. Brasil: Ministério da Saúde.: https://www.who.int/whr/2001/en/whr01_djmessage_po.pdf
- Paschoal, T., Tamayo, Á. (2004). Validação da Escala de Estresse no Trabalho. *Estudos de psicologia*. 9, 45-52. <https://www.scielo.br/j/epsic/a/MRLmmQhyZQjWcN4DPffTBbq/?format=pdf&lang=pt>
- Paskulin, M. (2011). Qualidade de Vida e Stress em Professores de uma Faculdade Privada. (Dissertação de Mestrado). Universidade Católica Dom Bosco, Campo Grande - SP. <https://site.ucdb.br/public/md-dissertacoes/10967-final.pdf>
- Pearson, K. (1990). On The Criterion That A Given System Of Deviations From The Probable In The Case Of A Correlated System Of Variables Is Such That It Can Be Reasonably Supposed To Have Arisen From Random Sampling. *Philosophical Magazine*, 50, 157–175. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/14786440009463897>
- R Core Team (2016) R: Uma Linguagem e Ambiente para Computação Estatística. R Foundation for Statistical Computing, Viena, Áustria.: <https://www.R-project.org/>
- Reis, E. J. F. B., Carvalho, F. M., Araújo, T. M., Porto, L. A., Silvany, A. M., Neto. (2005). Trabalho e Distúrbios Psíquicos em Professores da Rede Municipal de Vitória da Conquista, Bahia, Brasil. *Caderno de Saúde Pública*, 21, 1480-1490. <https://www.scielo.br/j/csp/a/7PMLCfPCGB77SwTVkFfKd9F/?lang=pt>
- Santos, K. O. B. (2006). Estresse Ocupacional e Saúde Mental: Desempenho de Instrumentos de Avaliação em Populações de Trabalhadores na Bahia, Brasil (Dissertação de Mestrado). Universidade Estadual de Feira de Santana. Feira de Santana – BA. <http://tede2.uefs.br:8080/handle/tede/36#preview-link0>
- Santos, A. C., Menta, S. A. (2016). Refletindo a Interface entre Trabalho Rural e Saúde Mental dos Trabalhadores da Citricultura. *Caderno de Terapia Ocupacional*, 24, 765-775. <http://www.cadernosdeterapiaocupacional.ufscar.br/index.php/cadernos/article/view/1372>
- Servilha, E. A. M., Arbach, M. P. (2011). Queixas de Saúde em Professores Universitários e sua Relação com Fatores de Risco Presentes na Organização do Trabalho. *Distúrbios da Comunicação*, 23, 181-191. https://www.researchgate.net/publication/277210277_Queixas_de_saude_em_professores_universitarios_e_sua_relacao_com_fatores_de_risco_presentes_na_organizacao_do_trabalho
- Shapiro, S. S., Wilk, M. B. (1965). An Analysis of Variance Test for Normality (Complete Samples). *Biometrika*, 52, 591–611. <https://www.jstor.org/stable/2333709>
- Souza, M. C., Guimarães, A. C. A., Araújo, C. C. R. (2013). *Estresse no trabalho em professores universitários*. *Revista brasileira de ciências da saúde*, 11.: https://seer.uscs.edu.br/index.php/revista_ciencias_saude/article/view/1805
- Urbanetto, J. S., Silva, P. C., Hoffmeister, E., Negri, B. S., Costa, B. E. P., Figueiredo, C. E. P. (2011). Workplace Stress In Nursing Workers From An Emergency Hospital: Job Stress Scale Analysis. *Revista Latino Americana de Enfermagem*, 19, 1122-1131. <https://www.scielo.br/j/rlae/a/KFcWb4WcsSXJTMNrtxfj6Kb/?lang=en>
- Urbanetto, J. S., Magalhães, M. C. C., Maciel, V. O., Sant'Anna, V. M., Gustavo, A. S., Figueiredo, C. E. P. ... Magnago, T. S. B. S. (2013). Estresse no Trabalho Segundo o Modelo Demanda-Control e Distúrbios Psíquicos Menores em Trabalhadores de Enfermagem. *Revista da Escola de Enfermagem*, 47, 1186-1193. <https://www.scielo.br/j/reusp/a/WNFvJhnMrPpS8QHvqFx9LqJ/?lang=pt>