

## ESTRESSE OCUPACIONAL: UMA PESQUISA COM PROFISSIONAIS DE UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO DA ZONA DA MATA MINEIRA

Roseane Lima De Freitas e Silmara Cassia Neves Ferreira Salles<sup>1</sup>  
Renata Pessoa Bifano<sup>2</sup>  
Renata de Abreu e Silva Oliveira<sup>3</sup>  
Dilcimar Gomes de Araújo<sup>4</sup>  
Rosélio Marcos Santana<sup>5</sup>  
[roseliomarcos@yahoo.com.br](mailto:roseliomarcos@yahoo.com.br)

**ÁREA DE CONHECIMENTO: Ciências da Saúde**

**RESUMO:** Sabe-se que o estresse é conceituado como uma deterioração por completa do organismo e que diferentes distúrbios de diversas origens contribuem para a ocorrência de episódios de estresse. Situações adversas à rotina contribuem com sintomas físicos culminando no estado de estresse. O estresse é dividido em diferentes fases: inicial, que remete a sintomas apresentados acerca de vinte e quatro horas, e a de exaustão, cujos sintomas se apresentam cerca de três meses depois. No presente estudo, observou-se que 18,75% de entrevistados de um pequeno grupo de profissionais da educação estão na segunda fase do estresse, que se caracteriza como fase de resistência apresentando sintomas como esquecimento, cansaço e dúvidas.

**PALAVRAS-CHAVE:** estresse; docência; trabalho.

### 1. INTRODUÇÃO

O estresse atualmente conceituado como uma deterioração gradativa e completa do organismo. É produzido por diferentes distúrbios de origens sucessivas, fazendo com que o profissional tenha que suportar circunstâncias adversas à rotina, tornando-o um sujeito infeliz, descontente, intimidado por alguma situação. Entre os sintomas físicos comuns e corriqueiros a esses episódios, destacam-se a sudorese excessiva, problemas estomacais, palpitações, picos hipertensivos, náuseas e enjoos. (FERREIRA, 2015).

<sup>1</sup> Acadêmicos do curso de Administração da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó.

<sup>2</sup> Licenciada em Física, Mestre em Matemática (FAILE/UFV) e professora da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó.

<sup>3</sup> Licenciada e Mestre em Letras (UFV/UFMG), professora da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó.

<sup>4</sup> Graduado em Administração e professor da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó.

<sup>5</sup> Graduado em Sistemas de Informação, Licenciado em Matemática, Pós-graduado em MBA e Gestão de Pessoas e Negócios, Mestrando em Administração e professor da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó.

O termo estresse refere-se ao grau de deformidade que uma estrutura pode sofrer quando submetida a tamanho esforço, para o qual ela não está preparada. Oriundo do contexto da medicina, estresse serve para referir-se à um conjunto de reações do organismo que se desenvolvem quando é submetido a situações que exigem esforços e adaptações em episódios externos. O estresse trata-se da reposta do organismo ao entrar em contato com agentes estressores. (KOCH, BIAZI, DI BENEDETTO, 2015).

Os trabalhadores de áreas submetidas a grandes responsabilidades, à velocidade nas decisões e a outros determinantes exigem apresentações de resultados continuamente estão cada vez mais renunciando ao seu tempo de lazer e de descanso que o corpo necessita. Nesse ambiente, o estresse ocupacional tem se tornado pertinente em diversos embates no mundo acadêmico e profissional por terem se mostrado barreiras reais e crônicas na busca da melhoria da qualidade de vida laboral (ROBBINS, 2006).

Massola (2007) enfatiza que a profissão de professor vem carregada de grandes responsabilidades, além da carga horária excessiva, trabalhos em turnos diversos, quantidade de atividades fora do período de trabalho. Tudo isso faz com que aumente a exposição desses profissionais a agentes estressores. O autor ainda acrescenta que diversos autores na literatura apontam a docência como uma das profissões mais estressantes na atualidade.

A partir dessas considerações, surgem as questões que norteiam a presente pesquisa são: Quais os motivos que geram o estresse ocupacional? Quais os níveis de estresse ocupacional são atingidos por estes profissionais?

O estudo tem como objetivo identificar os níveis de estresse ocupacional dos professores que trabalham em uma escola pública de um município da Zona da Mata Mineira.

Com o intuito de alertar para essa situação, é relevante entender e identificar o nível de estresse ocupacional desses profissionais e o modo como ele influencia na vida do indivíduo e em seu espaço de atuação. Pretende-se, portanto, com esse estudo, contribuir para um conhecimento mais amplo sobre o estresse no ambiente de trabalho e suas consequências, bem como auxiliar a

criar alternativas para minimizar os fatores causadores do estresse e, dessa forma, proporcionar melhores condições de vida no ambiente de trabalho.

## 2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O estresse, segundo Selye (1956, p.2), citado por Carvalho (2009), é definido como:

a palavra estresse vem do inglês stress. Este termo foi usado inicialmente na física para traduzir o grau de deformidade sofrido por um material quando submetido a um esforço ou tensão e transpôs este termo para a medicina e biologia, significando esforço de adaptação do organismo para enfrentar situações que considere ameaçadoras a sua vida e a seu equilíbrio interno.

Para Lipp e Rocha (1994), citado por Cunha *et al.*, (2016), o estresse também é definido como uma reação do organismo com componentes físicos e psicológicos, que ocorrem quando as pessoas se confrontam com determinados eventos que as excitam, irritam, amedrontam ou as façam imensamente felizes. Os autores ainda afirmam que o estresse compreende toda agressão ao organismo de origem interna ou externa que perturbe o equilíbrio orgânico.

Trata-se, portanto, de um processo natural que nos capacita para a preservação individual e da espécie, propiciando a adaptação em situações de crise e mudança. Ele nos prepara para reagir a ameaças reais ou imaginárias, ambientais ou psicológicas, com maior força e resistência psicofísica (CHAGAS, 2010).

Há evidências de que estão mais propensas ao estresse as pessoas com personalidade menos flexível, com dificuldade para adaptação às mudanças, exigentes e perfeccionistas, competitivas, com tendência à ansiedade, que não se permitem descansar, as que são pouco criativas, que não praticam o lazer, intransigentes nos relacionamentos, ou ainda emocionalmente inconstantes e tensas por natureza (FRANÇA e RODRIGUES, 2004).

O estresse pode ser visto em duas vertentes: como processo e como estado. “O estresse como processo é a tensão diante de uma situação de desafio por ameaça ou conquista. O estresse como estado é o resultado

positivo (eustresse) ou negativo (distresse) da tensão realizada pela pessoa”. (FRANÇA e RODRIGUES, 2005).

Tanto o estresse positivo quanto o negativo causam reações fisiológicas similares que são: as extremidades das mãos e pés tendem a ficar suados e frios, batimentos cardíacos e pressão arterial tendem a subir, o nível de tensão muscular tende a aumentar, entre outros aspectos. Além disso, ambos provêm de circunstâncias similares (pressão, cobrança, tensão, etc.), mas em sua essência, eles são diferentes (SPARRENBERGER, 2003).

Chiavenato (2005) considera que as principais causas do estresse estão compreendidas em sobrecarga de trabalho, pressão de tempo e urgência, supervisão de baixa qualidade, clima político de insegurança, autoridade inadequada na delegação de responsabilidade, diferença entre os valores individuais e organizacionais, mudança dentro da organização e frustração.

O estresse de origem ocupacional consiste em um conjunto de fenômenos e sintomas associados ao estresse que se manifestam a partir do ambiente de trabalho. Dessa forma, pode ser definido como um processo em que o indivíduo percebe as atividades, tarefas e exigências do trabalho como estressores, as quais, ao exceder seus recursos de enfrentamento, provocam reações de estresse (PASCHOAL e TAMAYO, 2004)

Nesse sentido, o estresse ocupacional é então a sensação particular de desequilíbrio entre o trabalho e o emocional do colaborador, podendo ser causado por medo de fracassar, cansaço físico e emocional, falta de apoio por parte dos seus superiores, ambiente de trabalho altamente competitivo, jornada longa de trabalho, dentre outros (MARTINS, 2005).

O estresse ocupacional ocorre quando o indivíduo não consegue atender às demandas solicitadas por seu trabalho, causando sofrimento psíquico, mal-estar, mudanças de comportamento, distúrbios do sono e sentimentos negativos (PASCHOAL e TAMAYO, 2004).

Para Paschoal & Tamayo (2004), o estresse ocupacional é um processo que o indivíduo reage às atividades do seu trabalho como estressantes, que excedem suas habilidades de enfrentamento e provocam reações negativas nos indivíduos de forma e graus diferenciados.

Faro (2014) enfatiza que a profissão de professor — assim como as relacionadas à saúde e à assistência social — assume um papel de grande responsabilidade, além da carga horária excessiva, trabalhos em turnos diversos, quantidade de atividades fora do período de trabalho fazendo com que aumente sua exposição aos agentes estressores. Ele ainda acrescenta que diversos autores na literatura apontam a docência como uma das profissões mais estressantes na atualidade.

Para Lipp (2007) os fatores que contribuem para o estresse ocupacional do professor são os conteúdos curriculares separados da demanda, a falta de capacitação necessária para lidar com questões diárias, a responsabilidade por manter a ordem e disciplina entre os alunos, a sobrecarga de trabalho fora da sala de aula, o relacionamento interpessoal com os outros professores, o clima organizacional da instituição, as condições inapropriadas para o exercício do magistério e o alto volume de carga cognitiva gerado pelas atividades desempenhadas pelo docente.

Martins (2005) enfatiza a importância de o professor traçar estratégias de enfrentamento, no dia-a-dia em sala de aula. Já que intermináveis jornadas de trabalho, cumprimento de metas, precárias condições de trabalho, reclamações de pais e diretores são apenas algumas das diversas situações que o professor enfrenta e que são suficientes para romper com o equilíbrio interno do mesmo.

A avaliação do estresse é feita a partir de diversos eventos apresentados por cada pessoa. Dentre os sintomas para avaliação Lipp (2005), considerou os eventos causadores de estresse, as reações diante dos estressores, as medidas físicas e endócrinas e doenças que afetam órgãos-alvos.

### **3. METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo descritivo com abordagem quantitativa. Segundo Gressler (2004), a pesquisa descritiva descreve os fenômenos que existem, as situações e eventos que estão presentes, com intuito de identificar problemas e condições, comparando e avaliando outros eventos e situações. Para Gil

(2006), na pesquisa de abordagem quantitativa utiliza-se técnicas padrão para coleta de dados

A pesquisa foi realizada por meio do teste ISSL, que tem por finalidade informar em um escore de pontuação a fase do estresse em que o profissional se encontra. O questionário foi aplicado e, posteriormente, avaliado por uma psicóloga, para que se concretizasse e finalizasse a pesquisa, atingindo o objetivo final. O teste submetido pelas próprias pesquisadoras a professores de uma escola pública situada em Manhuaçu, na Zona da Mata Mineira, existente há cerca de 86 anos. A participação dos professores da escola foi mediante ao esclarecimento em relação ao objetivo da pesquisa e voluntariamente mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE).

Após a coleta de dados, eles foram tabulados no *Microsoft Excel* e analisados por meio de estatística descritiva, sendo discutido posteriormente à luz da leitura.

#### 4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com a população estudada, sendo o foco professores de uma instituição de ensino, foram obtidos diferentes resultados quanto às características sociodemográficas que foram estudadas e analisadas.

Na tabela 1, são apresentadas, as características sociodemográficas da população, representada por 32 (trinta e dois) professores que se dispuseram a responder o questionário apresentado e, posteriormente, submeteram-se ao teste ISSL, para serem avaliados os sintomas e o nível de estresse do entrevistado.

TABELA 1: CARACTERÍSTICAS SÓCIO-DEMOGRÁFICAS DA POPULAÇÃO INVESTIGADA.

| <i>Características</i> | <i>Número=32</i> | <i>%</i> |
|------------------------|------------------|----------|
| <b>Gênero</b>          |                  |          |
| Masculino              | 10               | 31,25%   |
| Feminino               | 22               | 68,75%   |
| <b>Faixa Etária</b>    |                  |          |
| 30 – 40                | 12               | 37,5%    |
| 41 – 50                | 16               | 50%      |

---

|                     |    |        |
|---------------------|----|--------|
| 51 – 60             | 4  | 12,5%  |
| + 60                | 0  | 0      |
| <b>Estado Civil</b> |    |        |
| Solteira (o)        | 8  | 25%    |
| Casada (o)          | 22 | 68,75% |
| Divorciada (o)      | 2  | 6,25%  |
| Viúva (o)           | 0  | 0      |
| Outros              | 0  | 0      |

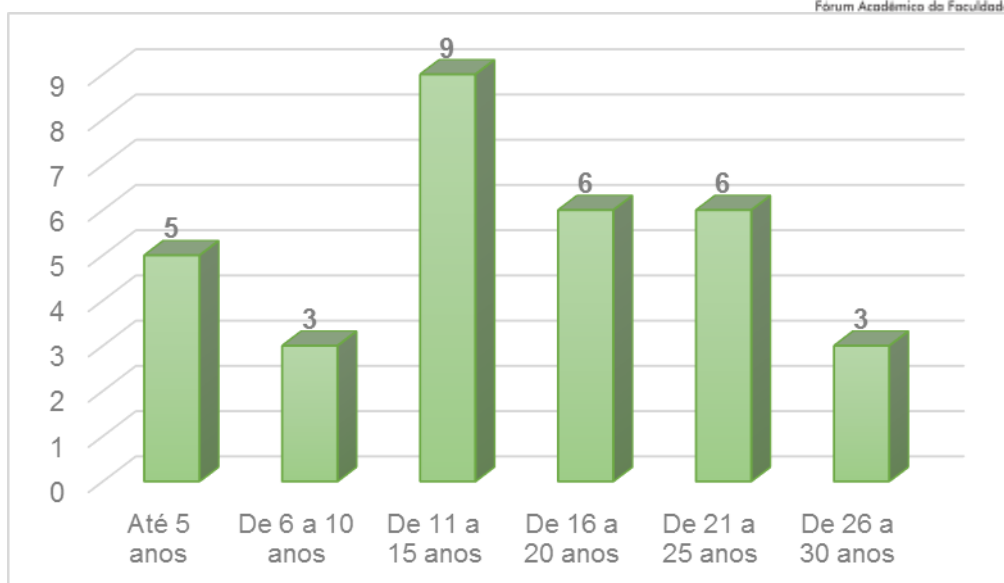
---

**Fonte:** Dados da pesquisa, 2018.

Os dados obtidos mostram que a docência naquela instituição é um ramo composto, principalmente, por mulheres que representam 68,75% da amostra. Para Jesus e Costa (2017), essa dominância ocorre devido ao fato de que as mulheres possuem características favoráveis ao ensino, como paciência, amor, carinho, afetividade e doação, sentimentos comuns a elas e que são incluídos direta ou indiretamente na docência.

A faixa etária também se torna importante fator a ser analisado em se tratando de docentes. Em sua maioria, a idade dos entrevistados está entre 41 e 50 anos de idade. Kaulfuss e Boruchovitch (2016) evidenciam que professores com maior faixa etária apresentam maior sucesso na carreira profissional, visto que até essa idade já passaram por diversos cursos e modelagens de aprendizado até estarem aptos ao ensino.

Observou-se ainda, em relação ao estado civil dos entrevistados, que 68,74% da amostra afirmaram serem casadas(os). Na síndrome de *Burnout*, a exaustão emocional é comumente maior em mulheres sem filhos, com união estável e diminui de acordo com a idade. (DALCIN E CARLOTTO, 2017).

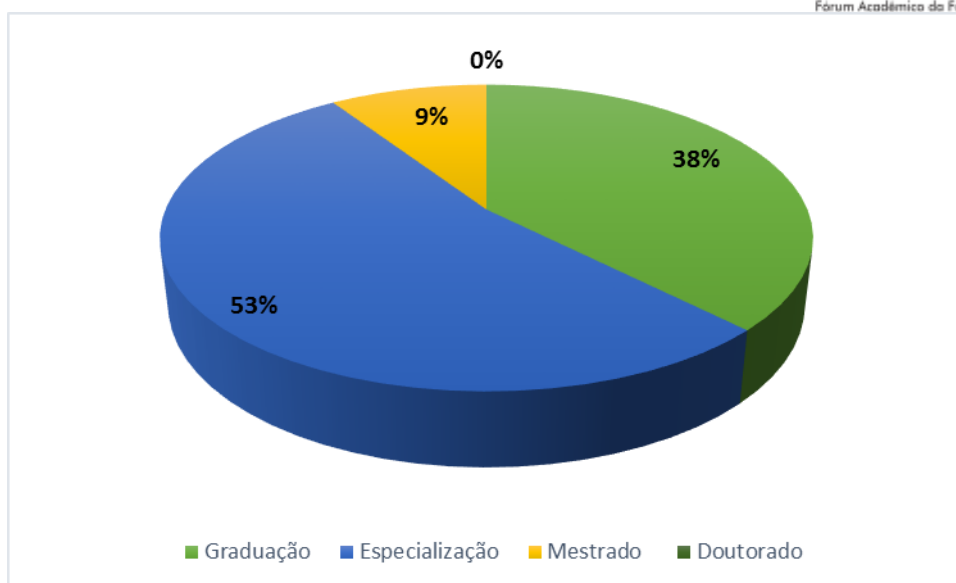


**Figura 1:** Tempo de carreira por anos

**Fonte:** Dados da pesquisa, 2018.

A figura 1 representa o tempo de carreira de cada docente entrevistado. Na amostra, foram identificados docentes no primeiro ano de carreira e docentes com 30 (trinta) anos de carreira. O maior tempo de trabalho é indicado por 4 (quatro) entrevistados, com 20 (vinte) anos de carreira. A essa altura, o profissional está na fase em que ele busca novas experiências para a vida, tanto na docência quanto na vida particular, considera as atividades monótonas e repetitivas. (BOTH, NASCIMENTO, BORGATTO, 2012).

Frente à realidade vivenciada por diversos docentes, ocorre a necessidade de atuar em mais de dois cargos, na instituição de origem ou não. Assim, de acordo com os dados, 75% dos docentes entrevistados possuem 2 (dois) cargos. De acordo com Romero *et.al.* (2014), observa-se que a maioria dos professores apresentam intensa carga de trabalho, de forma regular ou sistemática, dificultando o aprofundamento teórico, atualização de informações, planejamento de aulas, entre outros fatores relacionados à intensa jornada.



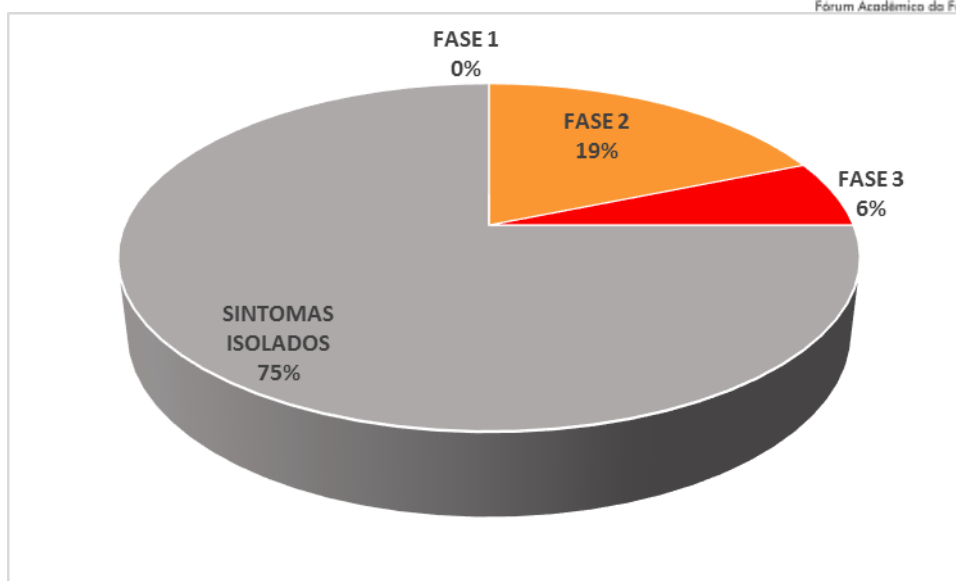
**Figura 2:** Níveis de escolaridade do docente.

**Fonte:** Dados da pesquisa, 2018.

Nos níveis de escolaridade referidos pelos docentes, foram observados predomínio da especialização em 53% dos entrevistados, evidenciando que os docentes procuram se especializar cada vez mais para o exercício da função. No que se refere à formação docente, Vieira e Santos (2015) afirma que existe a necessidade de mão de obra docente especializada, a teorização tem demonstrado um caráter complexo, apresentando diversas variáveis, exigindo conhecimento interdisciplinar e que o profissional da educação tenha conhecimentos sobre epistemologia, psicologia e sociologia.

Os dados acima revelam, portanto, que boa parte dos docentes tem essa preocupação com a formação buscando se encaixar nesses requisitos do mercado.

A representação dos níveis de estresse, a partir das repostas e análise do questionário ISSL, evidenciou que, dos 32 entrevistados, nenhum apresentou estar estagnado na primeira fase do estresse, embora muitos entrevistados apresentem sintomas de forma isolada.



**Figura 3:** Fases do estresse dos entrevistados

**Fonte:** Dados da pesquisa, 2018.

Como representado no gráfico, 75% dos entrevistados possuem sintomas isolados, ou seja, sintomas que são apresentados separadamente em cada fase de estresse, não podendo ser considerados, pois não apresentam um conjunto fixo de sintomas, com por exemplo, perda de memória, irritabilidade, mudança de apetite, diminuição da libido. Por outro lado, 19% dos entrevistados se encontram na fase 2 de estresse, que é descrita como a fase intermediária em que o organismo procura o equilíbrio, podendo ocorrer a melhora ou piora das reações de adaptação ou eliminação dos agentes estressores (LIPP, 2007).

Pelas análises feitas, apenas 6,25% dos entrevistados estão na fase 3 de estresse, a qual é marcada pela exaustão do docente, com comprometimentos físicos, em forma de doenças. De acordo com Santos e Calles (2016), os efeitos do estresse podem ser muito intensos ou repetitivos, podendo ocasionar desconfortos vasculares, respiratórios, digestivos, musculares entre outros sintomas como relatados no questionário. Torna-se uma fase crítica e perigosa, de forma agravada em relação as outras fases.

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

No presente estudo, foi possível avaliar que o tempo de serviço prestado e o avanço da idade são fatores que contribuem para o estresse ocupacional. De forma separada ou não, os sintomas de estresse apresentam-se em fases. O estresse ocupacional é caracterizado por episódios de exaustão, doenças físicas aparecem e podem se tornar um problema maior para o docente. Os sintomas são evidenciados pela rotina e condições às quais os docentes são submetidos, como extensas horas de trabalho e dificuldades de locomoção, pois precisam trabalhar em dois locais diferentes.

Tornam-se necessárias ações para que seja possível controlar ou minimizar os efeitos do estresse nos docentes. A realização de exercícios laborais antes do início das atividades, o acompanhamento de profissional capacitado para um momento de escuta ou conversa com o docente são práticas muito bem-vindas e que certamente poderão surtir efeitos. A ampliação do efetivo de professores também seria uma saída válida, uma vez que turmas cheias, extrapolando a capacidade de alunos, são agravantes para a situação desgastante a que os professores são expostos dia a dia.

Enfim, existem diversas alternativas que podem ser adotadas para contribuir para a redução dos episódios de estresse ocupacional na classe dos docentes. A prevenção por meio de ações voltadas para promover um ambiente mais digno para o professor, aliada a melhores condições de trabalho, certamente demandaria menores investimentos e traria menor prejuízo à educação do que se gasta hoje com profissionais afetados pelo estresse, comprometendo seu rendimento.

Essas ações são de responsabilidade do poder público. Contudo, a sociedade pode também ajudar discutindo, cobrando dos órgãos responsáveis maior cuidado com esses profissionais e se mobilizando. Essas ações certamente vão refletir de maneira positiva na educação de seus filhos.

## 6. REFERÊNCIAS

BOTH, J. NASCIMENTO, J.V. BORGATTO, A.F. **Estilo De Vida Dos Professores De Educação Física Ao Longo Da Carreira Docente No Estado De Santa Catarina.** Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde. Universidade de Santa Catarina. Santa Catarina. 2012.

CAIAFFO, G. A. **Estresse ocupacional: estudo realizado junto aos funcionários da Sudema.** 2003. 68f. Trabalho de Conclusão de Estágio (Administração de Recursos Humanos) – Centro de Ciências Sociais Aplicadas, Serviço de Estágio Supervisionado Em administração, Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2003.

CARMELO, E. **Qualidade de Vida no Trabalho.** RH Portal. IV Congresso Norte Paranaense de Recursos Humanos, Londrina, 2007.

CARLOTTO, M. S.; CÂMARA, S. G; DIEHL, L.; ELY, K.; FREITAS, I. M.; SCHNEIDER, G. A.; **Estressores ocupacionais e estratégias de enfrentamento.** Revista Subjetividades. Fortaleza. v.18. n.1 p.92-105. Abril. 2018. Disponível em: <http://periodicos.unifor.br/rmes/article/view/6462/pdf>  
Acesso em: 05/09/2018.

CHAGAS, M.I.O. **O estresse na reabilitação: a Síndrome da Adaptação Geral e a adaptação do indivíduo à realidade da deficiência.** ACTA FISIATR. v.17, n.4, p. 193 – 199, 2010.

CUNHA, N. C.; TATIANE, T. M. R.; CUNHA, T. N. B.; CUNHA, N. B. **Estresse dentro das organizações de trabalho.** Getec, v.5, n.9, p.1-17/2016.

DALCIN, L. CARLOTTO, M.S. **Síndrome de Burnout em professores no Brasil: considerações para uma agenda de pesquisa.** Psicologia em Revista, Belo Horizonte, v. 23, n. 2, p. 745-771, ago. 2017

DIAS, T.L.; NEVES, M.S.; SILVEIRA, K.A.; ENUMO, S.R.F; **Estresse e estratégias de enfrentamento de professores: um estudo comparativo;** Revista Triangulo. Uberaba. v.11.n2. p. 264-279. Maio/Ago. 2018.

FARO, A. **Determinantes psicossociais da capacidade adaptativa: um modelo teórico para o estresse.** Psicologia em Revista, Belo Horizonte, v.20 n.1: 201-207, 2014.

FERREIRA, R.G. **Estresse do profissional de enfermagem no serviço noturno: uma questão de saúde.** Revista Saúde e Desenvolvimento. Uninter. v.7, n.4. Jan/dez. 2015. Disponível em: <https://www.uninter.com/revistasauade/index.php/saudeDesenvolvimento/article/view/396/278>. Acesso em 29/09/2018.

FRANÇA, A.C.L.; RODRIGUES, A.L. **Stress e Trabalho: uma Abordagem Psicossomática.** São Paulo, SP: Atlas; 2004.

FRANÇA, A.C.L.; RODRIGUES, A. L. **Stress & Trabalho – Uma abordagem Psicossomática.** 4. ed. São Paulo: Atlas, 2005.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social** 5.ed. São Paulo: Atlas, 2006.

GOULART Jr, E., LIPP, M. E. N. **Estilo de liderança e stress: uma pesquisa em escolas estaduais de ensino fundamental.** Revista Brasileira de Política e Administração da Educação. v.27. n.2. 265-283, 2011.

GRESSLER, Lori Alice. Introdução à pesquisa: projetos e relatórios. **Revista Atual**, 2º ed. Loyola. São Paulo, 2004.

HANZELMANN, R.S. **Ambiente de trabalho versus estresse ocupacional em professores do ensino fundamental I.** Tese de Doutorado. UNIRIO. Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro. 113 p. 2015.

JESUS, A.R, COSTA, R. **Gênero e Docência: um olhar sob a perspectiva dos discentes do curso de pedagogia.** Revista Contrapontos – eletrônica. v.7, n.3. Itajaí. Jul/ Set. 2017.

KAULFUSS, M.A, BORUCHOVITCH, E. Atribuições causais de professores para o sucesso e o fracasso em ensinar. *Psicologia Escolar e Educacional*, SP. v. 20, n. 2, Maio/Agosto de 2016.

KOCH, M.O. BIAZI, R.J. DI BENEDETTO, C. **Estresse em docentes: um estudo comparativo entre uma instituição de ensino superior pública e uma instituição de ensino superior privada na cidade de Toledo – PR.** Revista Uningá Review. Maringá. v.21, n. 1. Jan/mar. 2015.

LIPP, M.E.; **Controle do estresse e pressão arterial sistêmica.** Ver. Bras. de Hipertensão, Campinas, v. 14, p. 89-93, L 2007.

LIPP, M.E.; Manual do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp. (ISSL). São Paulo. Casa do Psicólogo. 3ª Ed. 76 páginas 2005.

MARTINS, M.G.T. **Sintomas de stress em professores das primeiras séries do ensino fundamental: um estudo exploratório.** Lisboa-Portugal, 2005, 123f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Educação). Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias-ULHT.

MASSOLA, R.M.; **Estresse “versus” Qualidade de Vida: uma abordagem para educadores.** In: R. Vilarta, org. Alimentação saudável e atividade física para a qualidade de vida. Campinas: IPES Editorial. 2007.

OLIVEIRA, F. A.; KILIMNIK, Z. M. **Avaliação dos fatores de pressão no trabalho médico e sua relação com o estresse:** um estudo em uma unidade de ultra-sonografia da rede pública em comparação com unidades da rede privada. Revista de Administração da FEAD – Minas, 2007.

PIOLLI, E., HELOANI, J.R.M., Silva, E.P.; **Sufrimento e heteronomia:** reflexões sobre as políticas de (pseudo) valorização do trabalho do diretor da escola. Comunicações, Piracicaba. v.20 n.2. 117-132.(2013)

RIBEIRO, T.A. **ESTRESSE EM PROFESSORES DO ENSINO FUNDAMENTAL: estudo em uma escola social no sul do estado de Minas Gerais.** Tese Mestrado em Administração. Faculdade Novos Horizontes. Belo Horizonte. p.118. 2015.

ROBBINS, S.P **Comportamento Organizacional.** São Paulo: Prentice Hall Brasil, 2006.

ROCHA, I, S.; MARANHÃO, T.L.G.; BARROSO, M.L.; BATISTA, H.M.T. **Estresse Ocupacional na Docência: Revisão da Literatura.** Id on Line. Revista Multidisciplinar e de Psicologia. v.10, n.30, jul. 2016.

RODRIGUES, W.C.; **Metodologia Científica.** 2007. Disponível em: [http://professor.ucq.br/SiteDocente/admin/arquivosUpload/3922/material/Willian%20Costa%20Rodrigues\\_metodologia\\_cientifica.pdf](http://professor.ucq.br/SiteDocente/admin/arquivosUpload/3922/material/Willian%20Costa%20Rodrigues_metodologia_cientifica.pdf) Acesso 20.mar.2017.

ROMERO, S.M.; OLIVEIRA, L.O.; NUNES, S.C.; **Estresse no Ambiente Organizacional: estudo sobre o corpo gerencial.** Universidade Luterana do Brasil. Disponível em: [http://www.aedb.br/seget/artigos07/1215\\_SEGET0701Stress.pdf](http://www.aedb.br/seget/artigos07/1215_SEGET0701Stress.pdf) Acesso em 20.mar.2017.

ROMERO, L.R. *et.al.* **Professores de educação física escolar: formação, gasto energético, renda familiar e seu trabalho com a temática saúde.** Repositório UNESP – São Paulo. 2014.

ROQUE H. Et. Al. **Estresse Ocupacional e Satisfação dos Usuários com os Cuidados de Saúde Primários em Portugal.** Rev. Ciência & Saúde Coletiva, v.20 n.10. p.3087-3097, 2015.

ROSSI, A.M.; PERREWÉ, P.L.; SAUTER, S.L.O; *et. al.*, **Stress e Qualidade de Vida no Trabalho.** Perspectiva Atuais da Saúde Ocupacional. 2. ed. São Paulo: Editora Atlas, 2007. 197 p.

SANTIAGO, D.P.; PINTO, A.P.; DOSEA, G. S.; MOCCELLIN, A. S.; SILVEIRA, N. A.; **Estresse Laboral em Professores de Lagarto - SE.** Lagarto. ProQuest. Motricidade. V.12. p.76-80. 2016. Disponível em: <https://search.proquest.com/openview/6979a59f707f452aa445652183babfc5/1?pq-origsite=gscholar&cbl=616555> Acesso em: 04/09/2018.

SANTOS, J.A.A. CALLES, A.C.N. **A avaliação do nível de estresse e a consequência sobre a variabilidade da frequência cardíaca em docentes.** Ciências Biológicas e da Saúde. Maceió. v. 3. n. 3. p. 215-226. Novembro 2016.

TOLOMEU, R.; TAVARES, F.S.; MONTEIRO, I.P.; CAMARGOS, G.L.; CORREA, A.A.M.; **Qualidade de vida e estresse em professores de uma instituição de ensino superior do interior de Minas Gerais.** FAGOC-SAÚDE. Revista Científica da Faculdade Ozanam Coelho. v.2. p. 9-15. Ubá. 2017.

VIEIRA, K.L.A.S. SANTOS, S.S. **Políticas públicas para formação de professores de Ciências e Matemática: complementação pedagógica para bacharéis e tecnólogos.** Ciênc. Educ., Bauru, v. 21, n. 3, p. 575-584, 2015.

WEBER, L.N.D.; LEITE, C.R.; STASIAK, G.R.; SANTOS, C.A.S.; FORTESKI, R. **O estresse no trabalho do professor.** Revista Imagens da Educação. v.5.n.3. p.40 – 52. 2015.