

# Vulnerabilidade ao stress em adultos jovens

Vulnerability to stress at work in young adult

- » Ariela Cristine Dias FRIEDRICH<sup>1</sup> (Faculdade Assis Gurgacz, Brasil)
- » Fernando MACEDO<sup>2</sup> (Faculdade Assis Gurgacz, Brasil)
- » Aline Henriques REIS<sup>3</sup> (Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Brasil)

## Resumo

Estresse refere-se a alterações psicofisiológicas decorrentes de situações que fogem da capacidade de enfrentamento do indivíduo. O estresse ocupacional caracteriza-se por aspectos do trabalho ameaçadores aos indivíduos. Este trabalho verificou a vulnerabilidade ao estresse no trabalho em jovens acadêmicos trabalhadores no setor privado de Cascavel (PR) e quantificou a suscetibilidade ao estresse em três fatores: clima e funcionamento organizacional, pressão no trabalho e infraestrutura e rotina de acordo com o grupo de profissão no qual o jovem estava inserido. Aplicou-se a Escala de vulnerabilidade ao estresse no trabalho (EVENT) em 480 jovens universitários com idade entre 18 e 25 anos ( $M= 21,57$ ,  $DP=2,425$ ). Os resultados evidenciaram que todos os grupos de profissionais apresentaram pouca suscetibilidade ao estresse no trabalho, exceto o grupo de profissões 5, que engloba atividades operacionais, como auxiliar de limpeza, mecânico, recepcionista, que obteve pontuação média de 6,42 ( $DP=4,72$ ) para o fator infraestrutura e rotina, acima da média de corte para esse grupo. Em síntese, a maioria dos participantes apresentou pouca suscetibilidade ao estresse, quando levado em consideração o ponto médio da escala e suas subescalas.

Palavras-chave:

estresse ocupacional; universitários; trabalhadores.

## Abstract

Stress refers to psychophysiological changes that arise from situations that are beyond the individual capacity for coping. Occupational stress is characterized by aspects of the work threatening to individuals. This study examined the vulnerability to stress at work in young academic workers in the private sector in Cascavel, PR and quantified the susceptibility to stress under three factors: climate and organizational functioning, work pressure and infrastructure and routine according to the professional group the young subject was inserted. The scale of vulnerability to stress at work (EVENT) was applied to 480 young university students aged between 18 and 25 years old ( $M= 21, 57$ ,  $DP=2,425$ ). The results showed that every professional group presented little susceptibility to stress at work, except professional group 5, that covers operational activities, such as cleaning crew, mechanic, receptionist, and obtained an average score of 6,42 ( $DP=4,72$ ) for the infrastructure and routine factors - above average for this group. Summing up, the majority of the participants showed little susceptibility to stress, when considering the midpoint on the scale and its subscales.

Keywords:

occupational stress; university; workers.

## Resumen

El estrés se refiere a las alteraciones psicofisiológicas que ocurren como resultado de situaciones que ultrapasan la capacidad de enfrentamiento del individuo. El estrés ocupacional se caracteriza por aspectos del trabajo que son amenazadores para los individuos. Este trabajo verificó la vulnerabilidad al estrés en el trabajo en jóvenes académicos que trabajan en el sector privado en Cascavel (PR) y cuantificó la susceptibilidad al estrés en tres factores: clima y funcionamiento organizacional, presión en el trabajo e infraestructura y rutina

1 Psicóloga pela Faculdade Assis Gurgacz – Cascavel – PR. – Brasil. Endereço para correspondência: Rua Souza Naves, 1912, Parque São Paulo – CEP: 85803-770 – Cascavel – PR. Telefone: (45) 9963-3262. E-mail: arielacf@hotmail.com

2 Psicólogo pela Faculdade Assis Gurgacz – Cascavel – PR – Brasil. Endereço para correspondência: Avenida Paraná, 344, Centro – CEP: 85470-000 – Catanduvas – PR. Telefone: (45) 9945-2403. E-mail: fersnake18@hotmail.com

3 Professora Adjunta da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, Campo Grande – MS. Doutora em Psicologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre - RS – Brasil. Endereço para correspondência: Rua Manoel Ribas, 3271, apto 9, Centro – CEP: 85.810-170 – Cascavel – PR. Telefone: (45) 9985-0144. E-mail: alinehreis@gmail.com

de acuerdo con el grupo de profesión en el cual estaba inserido. Se aplicó la escala de vulnerabilidad al estrés en el trabajo (EVENT) en 480 jóvenes universitarios con edades entre 18 y 25 años ( $M= 21,57$ ,  $DP=2,425$ ). Los resultados muestran evidencias de que todos los grupos presentan poca susceptibilidad al estrés en el trabajo, excepto el grupo de profesiones 5, que incluye actividades operacionales, como auxiliar de limpieza, mecánico y recepcionista, que obtuvo puntuación promedio de 6,42 ( $DP=4,72$ ) para el factor infraestructura y rutina, por encima del promedio de corte para este grupo. En síntesis, la mayoría de los participantes presentó poca susceptibilidad al estrés, cuando se lleva en consideración el punto medio de la escala y sus sub-escalas.

Palabras-claves:

estrés ocupacional; universitarios; trabajadores.

As publicações sobre estresse aumentaram a partir da década de 1980, porém, a grande utilização do termo, principalmente na mídia e por profissionais de saúde, dificultou uma definição exata do construto (Sisto, Baptista, Santos, & Noronha, 2008). Segundo Camelo e Angerami (2004), o primeiro cientista a aplicar o termo “estresse” na área da saúde foi Hans Selye, em 1936, que o caracterizou como reações de natureza física, mental ou emocional desencadeadas por um estressor. Camelo e Angerami (2004) exemplificam reações físicas de estresse como aumento de sudorese, tensão muscular, taquicardia, hipertensão, aperto da mandíbula e ranger de dentes, hiperatividade, mãos e pés frios e náuseas. Já os sintomas psicológicos (mental e emocional) de reação ao estresse incluem ansiedade, tensão, angústia, insônia, alienação, dificuldades interpessoais, dúvidas em relação a si mesmo, preocupações excessivas, incapacidade de concentrar-se em assuntos não relacionados ao estressor, dificuldade para relaxar, tédio, ira, depressão e hipersensibilidade emotiva. Adicionalmente, Lipp e Tanganelli (2002) definem estresse como reações compostas por alterações psicofisiológicas que ocorrem quando o indivíduo é obrigado a enfrentar situações que vão além da sua habilidade de enfrentamento.

Conforme salientam Sisto et al. (2007), o estresse é uma resposta do organismo a estímulos estressores advindos de fatores biológicos e/ou emocionais, podendo ser situacionais ou duradouros. Os autores definem estímulos estressores como ameaças, privações e impossibilidade de controle, que exigem do organismo um padrão comportamental mais elaborado do que o que ele possui em seu repertório comportamental para adaptação ao ambiente. Sampaio, Coelho, Barbosa, Mancini, e Parreira (2009) afirmam que a resposta a estressores ambientais é multifatorial, sendo influenciada pelas características do estressor, por fatores biológicos do indivíduo, pela história prévia de estressores e pela capacidade do indivíduo de lidar com situações estressantes.

Lipp e Tanganelli (2002) dividem os agentes estressores quanto a provenientes de fontes externas e internas. As fontes internas são a maneira como o indivíduo reage à vida e como interpreta os acontecimentos. Os estressores externos estão relacionados às exigências do dia a dia do indivíduo, como dificuldades familiares, problemas sociais, morte, doença e problemas no trabalho em função da ocupação exercida. Marente (2006) acrescenta como fatores que desencadeiam o estresse dificuldades financeiras, fase de recuperação após um fato traumático e falta de tempo para atividades lúdicas, prazerosas e relaxantes.

Será adotada como base para este estudo a definição de Lipp (1996), que caracteriza o estresse como uma reação do organismo com componentes físicos e/ou psicológicos causada por alterações psicofisiológicas que ocorrem quando a pessoa se depara com uma situação que, de um modo ou outro, a irrita, a amedronta, a excita ou a confunde.

Hans Selye (1956 como citado em Camelo & Angerami, 2004) apresentou um modelo teórico explicativo do estresse: a Síndrome Geral de Adaptação (SAG), que abrange o conjunto das reações gerais do organismo, englobando as reações de defesa e de adaptação frente à exposição prolongada ao estressor. O autor dividiu a SAG em três fases: alarme, resistência e exaustão.

Na primeira fase, chamada de fase de alarme, o organismo apresenta agressão ou fuga ao estressor e, então, ocorre o comportamento de adaptação. Essa fase possibilita o retorno à situação de equilíbrio após a experiência estressante. A segunda fase é a de resistência, que decorre da persistência do estímulo estressor instalado na fase de alerta. Nessa fase, o organismo altera seus padrões de normalidade e concentra a reação interna em determinado órgão-alvo, ocorrendo sintomas psicossociais como ansiedade, medo, isolamento social, entre outros. A terceira fase é a de exaustão, na qual o organismo está extenuado pelo excesso de atividades e doenças orgânicas se manifestam (Camelo & Angerami, 2004).

Lipp (1996) acrescentou uma quarta fase ao modelo explicativo do estresse, a fase de quase exaustão, encontrada entre a fase de resistência e a de exaustão. Essa fase é caracterizada por enfraquecimento do indivíduo, que não consegue se adaptar ou resistir ao estressor, e pelo surgimento das patologias, porém ainda não tão graves como na fase de exaustão.

### Estresse ocupacional

Para Santos e Cardoso (2010), o estresse é um importante agente facilitador no estabelecimento de doenças, sendo um risco para a saúde física e mental, refletindo claramente na atuação profissional. O estresse relacionado ao trabalho tem recebido maior atenção e se tornado frequente nas pesquisas atuais no Brasil, como trabalhos sobre o estresse ocupacional de magistrados (Lipp & Tanganelli, 2002), professores (Oliveira, 2003),

enfermeiros (Pafaro & Martino, 2004), cirurgiões-dentistas (Lima & Farias, 2005), jornalistas (Heloani, 2006), bombeiros (Murta & Tróccoli, 2007), policiais civis (Dela Coleta & Dela Coleta, 2008), militares (Afonso & Gomes, 2009) e clérigos (Pinheiro & Lipp, 2009).

De acordo com Sisto et al. (2007), o homem moderno se defronta com uma jornada de trabalho de oito horas diárias, de acordo com sua cultura, além das diversas exigências que o mercado de trabalho tem imposto (globalização, desenvolvimento de novas tecnologias, rápidas mudanças dos padrões comerciais e competitividade extrema), justificando a importância de abordar a relação entre trabalho e estresse. Dessa forma, o estresse ocupacional é definido por Kyriacow e Sutcliffe (1981 como citado em Lipp & Tanganelli, 2002) como uma reação caracterizada por tensão, frustração, ansiedade e exaustão emocional devido a aspectos do trabalho definidos pelos indivíduos como ameaçadores.

Lipp e Tanganelli (2002) destacam como desencadeadores de estresse ocupacional na população em geral mudança de emprego, trabalho com excesso de tarefas a serem realizadas em curto espaço de tempo, falta de reconhecimento profissional, necessidade de aumento salarial e pressão no trabalho. Sampaio et al. (2009) acrescentam que a relação família-trabalho também interfere no estresse ocupacional. Sisto et al. (2007), por sua vez, conceituam como desencadeadores pressão no trabalho, como acúmulo de funções, trabalho extra, responsabilidade excessiva e prazos para realização das tarefas. Quirós-Aragón e Labrador-Encinas (2007) salientam que o estresse ocupacional refere-se ao complexo processo de interação entre as características do indivíduo e do ambiente de trabalho. Pafaro e Martino (2004) explicam que o eliciador de estresse depende da interpretação e reação do indivíduo à situação, e que elas dependem do temperamento e da história de vida da pessoa, além da presença dessas variáveis no ambiente de trabalho.

Sadir, Bignotto e Lipp (2010) relatam que o estresse ocupacional surge quando o indivíduo avalia as demandas do trabalho como superiores aos recursos de enfrentamento dos quais dispõe. Contudo, nem todas as pessoas se desgastam com os mesmos estressores. O que determina se o estresse irá ou não se instalar é a conjunção do ambiente com as características pessoais do indivíduo. Segundo Melo, Cassini e Lopes (2011), são desencadeadores de estresse organizacional fortes cargas de pressão, situações que envolvem ameaças, autoestima, convívio, condições de trabalho, maiores exigências de qualificações e redução no quadro de funcionários.

Sob essa perspectiva, Sisto et al. (2007) acrescentam que alguns ambientes tendem a ser estressantes para a maioria das pessoas que nele atuam, associando a presença do estresse ao ambiente de trabalho. Os autores descrevem como indicadores de estresse o clima e o funcionamento organizacional, a pressão no trabalho e a infraestrutura e a rotina, que configuram situações que tornam o indivíduo suscetível ao estresse organizacional, o que os autores definem como vulnerabilidade ao estresse no trabalho. Sadir e Lipp (2009) destacam que a vulnerabilidade ao estresse constitui-se em distorções cognitivas, caracterizadas por um modo inadequado de o indivíduo pensar e avaliar tanto os eventos da vida quanto os comportamentos eliciadores de estresse.

Quanto aos fatores decorrentes do ambiente profissional que contribuem para a vulnerabilidade ao estresse ocupacional, encontram-se estímulos físicos e psicossociais. Os estímulos físicos caracterizam-se por ruídos, temperatura, tarefas repetitivas, entre outros, e os psicossociais incluem medo de punições, perda do emprego, alegria ou desafio por uma promoção, conflitos interpessoais, competição com colegas, entre outros. O estresse ocupacional é desencadeado quando essas situações exigem respostas adaptativas incompatíveis com a condição física ou o padrão comportamental do trabalhador (Elfering et al., 2005; Von Onciul, 1996, como citado em Sisto et al., 2008).

Quando o indivíduo encontra formas de enfrentamento para restabelecer o equilíbrio, o estresse é eliminado e o organismo volta ao normal, contudo, cada pessoa tem um limite para atingir seu equilíbrio novamente. Quanto mais resistente for e quanto mais estratégias a pessoa utilizar, mais tempo conseguirá resistir aos fatores causadores do estresse. Porém, quando o organismo não encontra solução para acabar com ele, sofre e enfraquece. A imunidade tende a diminuir, tornando o organismo mais vulnerável a patologias como gripe, gastrite e problemas dermatológicos, além de reações psicológicas como ansiedade, depressão, apatia, angústia, entre outras (Lipp, 1999).

Para Santos e Cardoso (2010), o estresse no trabalho tem sido indicado como um dos possíveis mecanismos de explicação para o risco de adoecer. Concomitantemente, Sadir et al. (2010) afirmam que o estresse ocupacional pode acarretar outros tipos de problemas, como aumento do consumo de álcool e drogas, insatisfação, baixa produtividade e redução do comprometimento, propiciando o afastamento do trabalho. Sampaio et al. (2009) incluem como consequência do estresse ocupacional o aumento do número de acidentes no local de trabalho e a alta rotatividade de funcionários.

A relação entre adoecimento e estresse ocupacional tem sido evidenciada em estudos que o consideram influência para doença arterial coronária em funcionários de hospital universitário (Cantos et al., 2004), doença de Chagas (Mota, Benevides-Pereira, Gomes, & Araujo, 2006), *burnout* em médicos residentes (Lima et al., 2007), doenças crônicas da pele (Silva & Muller, 2007), hipertensão arterial em mulheres (Alves, Chor, Faerstein, Werneck, & Lopes, 2009), distúrbios do sono (Rocha & Martino, 2009) e síndrome metabólica (Costa, Guércio, Costa, Oliveira, & Alves, 2011).

Considerando a diversidade de pesquisas indicando a presença de estresse no ambiente de trabalho, Sisto et al. (2007) elaboraram o instrumento EVENT com o intuito de avaliar o nível de estressores no âmbito do trabalho, possibilitando desenvolver estratégias pessoais e organizacionais para minimizar suas consequências. Contudo, no Brasil, ainda são poucos estudos que avaliam a vulnerabilidade ao estresse no trabalho em jovens adultos. Destacam-se pesquisas que investigaram a suscetibilidade ao estresse em estudantes de psicologia e engenharia (Noronha & Fernandes, 2007), agentes penitenciários (Molina & Calvo, 2009), operadores de telemarketing (Takahashi, 2009), industriários (Mattos & Gomes, 2011), porteiros (Nunes & Calais, 2011) e trabalhadores portadores de deficiência auditiva (Ambiel, Santos, e Souza, 2012).

Além do estresse ocupacional, Luz, Castro, Couto, Santos e Pereira (2009) relacionam o estresse ao rendimento acadêmico. A pesquisa destacou que são inúmeras as fontes estressoras vivenciadas pelo estudante no ambiente universitário, como ansiedade, problemas socioeconômicos, gestão de tempo, alterações nos hábitos alimentares e de sono e novas responsabilidades, concluindo que 48% dos participantes apresentou nível médio de estresse.

Embora a maioria das pesquisas sobre estresse aborde apenas o público adulto, é importante pesquisar a vulnerabilidade dessa condição em jovens adultos, pois a transição para o mundo adulto acarreta enfrentar situações novas, como a busca por profissão, autonomia, estabilidade, relacionamento afetivo, identidade e pelo papel que esse jovem desempenhará na sociedade (Calais et al., 2007). Dessa forma, o adulto jovem constitui uma parte da população que é suscetível às estimulações externas psicossociais, estando vulnerável a agentes estressores (Calais, Andrade, & Lipp, 2003).

O ingresso na universidade ocorre nessa fase de transição e pode colocar os adultos jovens em contato com estressores específicos como medo, ansiedade, insegurança, aquisição de novas e maiores responsabilidades, questões de moradia, distanciamento da família e dificuldade no estabelecimento de relacionamento afetivo (Calais et al., 2007).

Rios (2006) chama a atenção aos fatores que levam ao estresse vinculados à condição do indivíduo, por exemplo, se enfrenta conflitos em seu ambiente profissional, sobrecarga das condições humanas de sua profissão, além de se deparar frequentemente com um ambiente competitivo e estressante que se torna uma rotina. Dessa forma, quando o indivíduo entra na universidade, ocorre uma mudança brusca e intensa em sua rotina, englobando as atividades profissionais, suas obrigações e a relação afetiva com familiares, tornando-o suscetível ao estresse.

Considerando o fato de ser comum encontrar jovens trabalhadores que cursam uma graduação em turno inverso ao trabalho, torna-se relevante verificar a vulnerabilidade desses jovens ao estresse no trabalho, possibilitando propostas de seu manejo e impedindo posteriores prejuízos, como baixo rendimento acadêmico e/ou adoecimento. Identificar previamente os fatores relacionados à vulnerabilidade ao estresse no trabalho facilita a investigação das variáveis associadas ao problema e o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento para lidar com episódios de estresse.

Assim, o objetivo desta pesquisa foi verificar a vulnerabilidade ao estresse no trabalho em universitários trabalhadores, bem como quantificar sua suscetibilidade ao estresse em três fatores: clima e funcionamento organizacional, pressão no trabalho e infraestrutura e rotina. Este trabalho também objetivou investigar se existia relação entre a vulnerabilidade ao estresse no trabalho e o grupo de profissão no qual o indivíduo está inserido.

## MÉTODO

### Participantes

Participaram voluntariamente 480 acadêmicos de quatro instituições de ensino superior particulares de Cascavel (PR) que trabalhavam no turno inverso às aulas. A idade dos participantes variou de 18 a 25 anos ( $M=21,57$ ,  $DP= 2,425$ ), e 313 (65,2%) dos participantes eram mulheres. Os critérios de inclusão envolveram estar cursando uma graduação, ter entre 18 e 25 anos, trabalhar na rede privada e consentir em participar do estudo.

### Instrumentos

Foi utilizada a Escala de vulnerabilidade ao estresse no trabalho (EVENT) (Sisto et al., 2007), que investiga circunstâncias do cotidiano que influenciam a conduta do indivíduo a partir de três fatores: clima e funcionamento organizacional, pressão no trabalho e infraestrutura e rotina. O fator 1, clima e funcionamento organizacional, engloba o ambiente físico, a relação com a chefia, a perspectiva da vida profissional e a adequação do salário à função exercida. O fator 2, pressão no trabalho, aborda o acúmulo de funções e trabalhos, a responsabilidade excessiva no trabalho e as obrigações maiores que as dos colegas, além da necessidade de ajudá-los. Por fim, o fator 3, infraestrutura e rotina, é composto por jornadas dobradas, constantes doenças ou acidentes pessoais e equipamento precário.

O instrumento apresenta 40 itens relacionados a situações no trabalho para o sujeito assinalar o quanto cada uma das situações o incomoda em uma escala de 0 a 2, em que 0 representa nunca, 1 representa às vezes, e 2, frequentemente. A escala é autoaplicável e o tempo de realização é de 5 a 10 minutos. A escala possibilita a interpretação de cada fator separadamente bem como da pontuação total, considerando que, quanto maior a pontuação, maior a vulnerabilidade ao estresse. A pontuação máxima para o fator 1 é 32, para o fator 2, a pontuação máxima na escala é 26 e para o fator 3, 22. Para verificar a vulnerabilidade geral ao estresse no trabalho, a pontuação máxima é 80. O percentil mínimo das escalas é 10%, e o máximo é 90%. O Alfa de *Cronbach* foi 0,91 para o instrumento, 0,88 para o fator 1, 0,85 para o fator 2 e 0,77 para o fator 3.

### Procedimentos

Esta pesquisa teve caráter transversal e de levantamento. A coleta de dados foi realizada nas dependências de quatro instituições de ensino superior particulares de uma cidade do Paraná. Solicitou-se aos respectivos reitores e diretores responsáveis pelas instituições uma autorização para que a coleta de dados fosse realizada, e os participantes foram abordados nas respectivas instituições de ensino superior durante o período do intervalo. Ao verificar que o participante cumpria os critérios de inclusão da pesquisa, ele era convidado a participar e, em caso de concordância, o termo de consentimento livre era entregue e as dúvidas esclarecidas. A partir da assinatura do termo, o teste EVENT foi aplicado em grupos de cinco acadêmicos.

A pesquisa não contou com nenhum tipo de patrocínio, não havendo, portanto, conflito de interesses. Os procedimentos éticos envolvidos nesta pesquisa estão em conformidade com a Resolução 466 do CNS de 12 de dezembro de 2012, publicada no dia 13 de junho de 2013, tendo sido aprovada pelo comitê de ética em pesquisa com seres humanos da Faculdade Assis Gurgacz (Protocolo 204/2013).

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para análise dos dados, as médias, o desvio padrão e o levantamento de frequências foram calculados. A vulnerabilidade ao estresse no trabalho pode ser estimada por cada fator isolado e pela pontuação total, considerando que, quanto maior a pontuação, maior a vulnerabilidade ao estresse. A escala preconiza, ainda, a divisão por grupos de profissões, sendo que o grupo 1 abrange profissões relacionadas à escola.

Na presente amostra, os profissionais que se enquadraram no grupo 1 foram professores, auxiliares, estagiários em escola, instrutores de informática e auxiliares de laboratório em universidades. O grupo 2 incluía profissões relacionadas a funções administrativas, tendo como participantes auxiliares administrativos,

operadores de caixa, analistas de recursos humanos, secretários e estagiários administrativos. O grupo 3 contava com profissionais de nível superior completo, e não fez parte da amostra pelo fato de os participantes constituírem-se de universitários. Foram incluídos no grupo 4 profissionais que demandam uma formação mais técnica e menos administrativa, como laboratoristas, técnicos em enfermagem, *webdesigners* e estagiários judiciários. O grupo 5 constituiu-se com profissionais que ocupam cargos operacionais que, na maior parte das vezes, não exigem conclusão do ensino médio. As profissões classificadas nesse grupo foram atendentes, auxiliares de limpeza, costureiras, mecânicos, recepcionistas, telefonistas, seguranças e auxiliares de obras. Por fim, o grupo 6 incluía profissionais ligados a atividades comerciais, como bancários, vendedores, representantes comerciais e promotores. A pontuação obtida na escala em cada um dos fatores e a pontuação total de acordo com o grupo de profissões são especificadas na Tabela 1.

**TABELA 1.** Média e desvio padrão para os fatores 1, 2, 3 da EVENT e vulnerabilidade geral de acordo com o grupo de profissões e amostra total.

Fator	Grupo profissional 1 (n=53) M (DP)	Grupo profissional 2 (n=131) M (DP)	Grupo profissional 4 (n=100) M (DP)	Grupo profissional 5 (n=145) M (DP)	Grupo profissional 6 (n=51) M (DP)	Total (N=480) M (DP)
1	11,74 (7,24)	10,89 (6,43)	11,45 (6,64)	11,96 (6,06)	10,96 (5,58)	11,43 (6,36)
2	13,70 (6,52)	13,14 (5,22)	13,70 (5,48)	12,72 (5,07)	11,92 (4,66)	13,06 (5,34)
3	6,54 (5,60)	4,85 (3,98)	5,67 (4,00)	6,42 (4,72)	5,80 (4,06)	5,78 (4,46)
Vuln	31,94 (17,05)	28,81 (13,33)	30,85 (13,14)	31,08 (13,60)	28,69 (11,91)	30,25 (13,69)

Os resultados obtidos na EVENT mostram que no fator 1, clima e funcionamento organizacional, a pontuação média da amostra total foi de 11,43 (DP=6,36). Considerando que o ponto médio de corte da escala para considerar vulnerabilidade ao estresse seria de 14,47, a amostra total esteve abaixo. O ponto médio da escala para o fator 2 é de 14,17, e a amostra pontuou 13,06 (DP=5,34), abaixo da média. Para o fator 3, a amostra obteve pontuação média de 5,78 (DP=4,46), também situando-se abaixo da média, que é 6,51. Considerando a pontuação média da escala conforme os grupos de profissões, os participantes apresentaram pouca suscetibilidade ao estresse no trabalho, com exceção do grupo 5, que atingiu pontuação de 6,42 (DP=4,72) para o fator infraestrutura e rotina, acima da média de corte para este grupo, que seria de 6,16.

Além do ponto de corte, é possível avaliar os escores alcançados em cada fator e o escore geral a partir da seguinte classificação: inferior, que indica não haver vulnerabilidade ao estresse no trabalho; média inferior, que indica baixa vulnerabilidade; média, que indica média vulnerabilidade; e média superior e superior, que indicam alta vulnerabilidade ao estresse no trabalho. Dessa forma, ao se analisar o percentual de participantes em cada grupo de profissão, classificado em média e média superior, que indicam vulnerabilidade ao estresse (Tabela 2), verifica-se que 37,8% dos participantes do grupo 1 se encontram nessa condição, 33,6% do grupo 2, 41% do grupo 4, 50,4% do grupo 5 e 29,5% do grupo 6, ilustrando que praticamente mais de um terço dos participantes de cada grupo apresenta vulnerabilidade ao estresse, com o percentual ultrapassando metade da amostra do grupo 5.

Esse resultado revela que conciliar os estudos a trabalhos operacionais torna o indivíduo mais vulnerável ao estresse, e algumas hipóteses podem ser tecidas para esse resultado. A primeira delas remete ao cansaço físico decorrente da atividade laboral como variável interveniente aos estudos; a segunda remete à possibilidade de que indivíduos pertencentes a tais profissões advêm de classes socioeconômicas mais baixas, o que poderia influenciar na base acadêmica anterior e dificultar a assimilação dos conteúdos, tornando o indivíduo suscetível ao estresse, bem como pela dificuldade financeira entre conciliar a renda com o pagamento da faculdade e outras obrigações financeiras. De acordo com Comin e Barbosa (2011), observou-se nos últimos anos um aumento de indivíduos pertencentes a grupos de menor renda no ensino superior noturno da rede privada, pois cabe a tais estudantes absorver os gastos com a educação.

As Tabelas 2, 3, 4 e 5 ilustram a quantidade e a porcentagem de pessoas nas diferentes classificações de vulnerabilidade ao estresse conforme os grupos de trabalho e para amostra total (Tabela 2), considerando os fatores clima e funcionamento organizacional (tabela 3), fator pressão no trabalho (tabela 4) e infraestrutura e rotina (tabela 5).

**TABELA 2.** Classificação da vulnerabilidade ao estresse no trabalho (nº e porcentagem) por grupos de profissões e amostra total

	Grupo 1		Grupo 2		Grupo 4		Grupo 5		Grupo 6		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Inferior	24	45,3	49	37,4	41	41,0	46	31,7	15	29,4	175	36,5
Médio inferior	9	16,9	38	29,0	15	15,0	23	15,9	20	39,2	105	21,9
Médio	0	0,0	0	0,0	3	3,0	3	2,0	1	1,9	7	1,5
Médio superior	10	18,9	24	18,3	18	18,0	52	35,9	11	21,7	115	24,0
Superior	10	18,9	20	15,3	23	23,0	21	14,5	4	7,8	78	16,1

De maneira geral, os participantes desta pesquisa apresentaram, em média, baixa vulnerabilidade ao estresse no trabalho, corroborando com os resultados de Takahashi (2009), que investigou este mesmo índice em operadores de telemarketing. Na referida pesquisa, os participantes, enquadrados no grupo profissional 4, obtiveram classificação da vulnerabilidade ao estresse como inferior. O autor justificou o resultado considerando o curto período de tempo no qual os participantes atuavam na função, que era, em média, menos de um ano. O tempo no qual o indivíduo trabalha em uma dada função parece interferir na suscetibilidade ao estresse. Ambiel, Santos, e Sousa (2012), em pesquisa com trabalhadores portadores de deficiência auditiva, encontraram maior vulnerabilidade ao estresse organizacional em relação aos fatores “pressão no trabalho” e “infraestrutura e rotina” em colaboradores que atuam entre 4 meses a 1 ano no trabalho quando comparados a aqueles que estão há menos de 4 meses.

A baixa vulnerabilidade ao estresse na presente pesquisa também pode ser justificada pela idade dos participantes. Takahashi (2009) evidenciou que entre os participantes do gênero masculino, aqueles na faixa etária de 30 a 39 anos apresentaram maior suscetibilidade ao estresse no trabalho quando comparados aos participantes com faixa etária até 19 anos e de 20 a 29 anos. O autor supõe que o aumento das responsabilidades sociais inerentes ao homem na sociedade ocidental, concomitante ao aumento da idade, possa justificar os achados. Noronha e Fernandes (2007) também evidenciaram correlação positiva entre a escala de estresse e a idade, indicando que pessoas com mais idade tendem a ser mais vulneráveis.

Em contrapartida, ao se avaliar o percentual em cada grupo que se classificou como médio superior e superior quanto à vulnerabilidade ao estresse, verificou-se que ao menos um terço em cada grupo apresentou essa condição. Esse percentual foi semelhante ao encontrado por Molina e Calvo (2009), cuja pesquisa identificou que 48% da amostra de agentes penitenciários, que correspondem ao grupo 4 da EVENT, apresentou alta vulnerabilidade ao estresse no trabalho, evidenciando que, entre os participantes, 29,3% apresentou essa condição para o fator “clima e funcionamento organizacional”, 38% estão vulneráveis ao fator “pressão no trabalho” e 50% da amostra foi classificada como vulnerável ao fator “infraestrutura e rotina”. Milsted, Amorim e Santos (2009), ao realizarem pesquisa com acadêmicos do curso de psicologia, perceberam a existência de estresse entre 65,47% dos participantes e ressaltaram que o estudo conciliado com o trabalho pode ser fonte de estresse. Em pesquisa com estudantes de engenharia e psicologia, Noronha e Fernandes (2007) também identificaram vulnerabilidade ao estresse na amostra, com pontuação média na EVENT de 71,95, influenciando significativamente no raciocínio inferencial dos acadêmicos. Ao avaliar enfermeiros com dupla jornada de trabalho, Pafaro e Martino (2004) encontraram classificação média para o nível de estresse entre os participantes. Cabe ressaltar que os autores avaliaram o estresse e não a vulnerabilidade a ele.

**TABELA 3.** Classificação da vulnerabilidade (n e porcentagem) ao fator clima e funcionamento organizacional por grupos de profissões e amostra total.

	Grupo 1		Grupo 2		Grupo 4		Grupo 5		Grupo 6		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Inferior	27	50,9	41	31,3	49	49,0	63	43,4	15	29,4	195	40,6
Médio inferior	11	20,8	48	36,7	12	12,0	33	22,8	11	21,6	115	24,0
Médio	1	1,9	5	3,8	5	5,0	4	2,8	2	3,9	17	3,5
Médio superior	8	15,1	21	16,0	14	14,0	20	13,8	20	39,2	83	17,3
Superior	6	11,3	16	12,2	20	20,0	25	17,2	3	5,9	70	14,6



Considerando o fator clima e funcionamento organizacional, verifica-se que o menor percentual de vulnerabilidade ao estresse foi o grupo de profissões 1 (26,4%), e o maior, o grupo 6, com 45,1%, o que mostra que estudantes do ensino superior que atuam em atividades comerciais mostram-se mais suscetíveis ao estresse quanto ao ambiente físico, à relação com a chefia, à perspectiva da vida profissional e à adequação do salário para a função exercida quando comparados aos demais grupos de profissão. É possível que esses resultados se devam ao fato de que essas profissões estão diretamente ligadas à presença de um supervisor e da constante busca por resultados, o que pode tornar a relação com a chefia e o alcance de um desfecho salarial compatível com o desempenho como fator de vulnerabilidade ao estresse. Ainda em relação a esse fator, Hatamoto (2009) destacou que sua amostra, composta pelo grupo 4, apresentou média de 19,22%, maior que o ponto de corte da escala, e Macedo (2010) identificou baixa suscetibilidade ao estresse, acrescentando que o grupo com idade entre 18 e 21 anos apresentou menor média, sugerindo que pessoas mais velhas são mais vulneráveis ao estresse em relação a indivíduos mais novos.

**TABELA 4.** Classificação da vulnerabilidade (n e porcentagem) ao fator pressão no trabalho por grupos de profissões e amostra total

	Grupo 1		Grupo 2		Grupo 4		Grupo 5		Grupo 6		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Inferior	23	43,4	55	41,9	31	31,0	34	23,5	25	49,1	168	35,0
Médio inferior	6	11,3	25	19,1	27	27,0	38	26,2	15	29,4	111	23,1
Médio	3	5,7	6	4,6	10	10,0	10	6,9	5	9,8	34	7,1
Médio superior	7	13,2	20	15,3	22	22,0	38	26,2	4	7,8	91	19,0
Superior	14	26,4	25	19,1	10	10,0	25	17,2	2	3,9	76	15,8

Verificou-se que os grupos 1, 2, 4 e 5 apresentaram mais de 30% da amostra como suscetíveis à vulnerabilidade ao estresse de acordo com o fator pressão no trabalho, sendo o percentual do grupo 5 maior nessa categoria (43,4%). Suehiro, Santos, Hatamoto e Cardoso (2008), investigando profissionais da saúde, enquadrados no grupo 4, verificaram que esses profissionais sentem-se mais incomodados com as situações relacionadas ao acúmulo de funções. Macedo (2010) verificou que o fator 2 apresentou percentil maior em sua amostra em relação a outros fatores (57%), sem evidenciar diferenças significativas entre grupos de profissões. Curiosamente, o grupo 6 evidenciou um percentual muito baixo nessa fator, o que ilustra que profissões relacionadas a atividades comerciais são suscetíveis a situações de estresse que abrangem clima e funcionamento organizacional, mas não a pressão no trabalho.

**TABELA 5.** Classificação da vulnerabilidade (n e porcentagem) ao fator infraestrutura e rotina por grupos de profissões e amostra total

	Grupo 1		Grupo 2		Grupo 4		Grupo 5		Grupo 6		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Inferior	28	52,8	60	45,7	44	44,0	50	34,5	22	43,1	204	42,5
Médio inferior	12	22,6	15	11,5	9	9,0	15	10,3	10	19,7	61	12,7
Médio	2	3,8	15	11,5	11	11,0	13	9,0	3	5,9	44	9,2
Médio superior	2	3,8	13	9,9	15	15,0	31	21,4	4	7,8	65	13,5
Superior	9	17,0	28	21,4	21	21,0	36	24,8	12	23,5	106	22,1

Ao analisar a vulnerabilidade ao estresse no fator infraestrutura e rotina, apenas o grupo 1 apresentou baixo percentual, enquanto os grupos 2, 4, 5 e 6 obtiveram percentuais acima de 30%. A predominância de vulnerabilidade ao estresse no trabalho em acadêmicos enquadrados no grupo de profissões 5 pode justificar-se por serem funções que exigem maior esforço físico em ambientes geralmente com poucas condições adequadas para o trabalho. Conforme Sisto et al. (2008), são indicadores de risco para o estresse no

trabalho jornadas de trabalho dobradas, equipamentos precários, ruídos, temperaturas inadequadas e tarefas repetitivas, características próprias do grupo de profissões 5. Considerando este grupo de profissões, Nunes e Calais (2011) também encontraram vulnerabilidade médio-superior ao estresse para o fator infraestrutura e rotina em porteiros, ou seja, apenas para o fator infraestrutura e rotina os porteiros participantes da pesquisa apresentaram pontuação superior à média de corte da escala EVENT. Mattos e Gomes (2011) evidenciaram que industriários de Taquara (RS) enfrentam algumas situações estressantes que não chegam a figurar como processo de estresse instalado em toda a equipe. Entre essas, no que tange aos fatores da EVENT avaliados, a maior vulnerabilidade ao estresse no trabalho encontrada foi no fator infraestrutura e rotina. Hatamoto (2009) evidenciou que colaboradores da área operacional obtiveram maior média neste fator.

Na Tabela 6, a classificação da vulnerabilidade ao estresse no trabalho de acordo com gênero evidenciou que 47,9% dos homens e 36,1% das mulheres apresentaram alta vulnerabilidade ao estresse no trabalho. A predominância dessa condição em participantes do gênero masculino corrobora com a pesquisa de Takahashi (2009), na qual os homens apresentaram médias maiores quando comparados às mulheres nos fatores pressão no trabalho, clima e funcionamento organizacional e geral. O estudo de Ambiel et al. (2012) apresentou resultados semelhantes, mostrando que homens são mais vulneráveis ao estresse relacionado à infraestrutura e rotina no ambiente de trabalho do que as mulheres. O autor acrescentou que a discrepância da amostra classificada por gênero pode ter dificultado a comparação.

No entanto, as mulheres apresentaram maior nível de estresse na pesquisa de Calais et al. (2007), Lipp e Tanganelli (2002) e Noronha e Fernandes (2007). Calais, Andrade e Lipp (2003) concluíram que, enquanto 79,30% das mulheres possuía sintomas significativos de estresse, para os participantes do sexo masculino a porcentagem era de 51,72%. De acordo com os autores, são resultados inesperados considerando que, na cultura brasileira, o homem ainda é o responsável pela família, podendo levantar a hipótese de que o estresse seria maior no sexo masculino, e que apenas nos últimos anos encontrou-se maior incidência de estresse em mulheres. Já Ambiel et al. (2012) conduzem à reflexão no sentido de que, independentemente da amostra, não existe um padrão contínuo de vulnerabilidade ao estresse entre os gêneros. Dessa forma, a vulnerabilidade é uma variável pessoal, independentemente do ambiente de trabalho em que as pessoas estão inseridas.

**TABELA 6.** Classificação da vulnerabilidade ao estresse no trabalho de acordo com o gênero

	Masculino		Feminino	
	n	%	n	%
Inferior	52	31,3	123	39,3
Médio inferior	32	19,2	73	23,3
Médio	3	1,8	4	1,3
Médio superior	45	26,9	70	22,4
Superior	35	21,0	43	13,7

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Verificou-se que, com exceção do grupo de profissões 5 para o fator infraestrutura e rotina, em média, a amostra não apresentou suscetibilidade ao estresse. Todavia, ao verificar o percentual de indivíduos com vulnerabilidade média superior e superior em relação aos fatores e ao escore total da escala, constatou-se que um terço da amostra de cada grupo em cada fator mostrou-se suscetível ao estresse.

Destaca-se que para a classificação total, considerando o fator pressão no trabalho e infraestrutura e rotina, o grupo de profissões 5 foi o que apresentou maiores percentuais de vulnerabilidade ao estresse, o que indica que estudantes universitários que ocupam cargos operacionais apresentam-se mais suscetíveis à condição. É possível que outras variáveis como apoio social, responsabilidades domésticas, período do curso e tempo de atuação profissional, clima organizacional e satisfação com a profissão possam ser moderadoras para a vulnerabilidade ao estresse, devendo ser investigadas em estudos futuros.

Para novas pesquisas sugere-se investigar os dados sociodemográficos dos acadêmicos, como renda mensal, rede de apoio, com quem reside, curso de graduação, jornada e nível de satisfação com o trabalho, além de atentar-se a dados importantes como o período que o indivíduo encontra-se na universidade, considerando as diferentes atividades entre um aluno que inicia sua vida acadêmica e um aluno finalista e o tempo de trabalho.

## REFERÊNCIAS

- Afonso, J. M. P., & Gomes, A. R. (2009). Stress ocupacional em profissionais de segurança pública: um estudo com militares da Guarda Nacional Republicana. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 22(2), 294-303. doi: 10.1590/S0102-79722009000200017.
- Alves, M. G. M., Chor, D., Faerstein, E., Werneck, G. L., & Lopes, C. S. (2009). Estresse no trabalho e hipertensão arterial em mulheres no Estudo Pró-Saúde. *Revista Saúde Pública*, 43(5), 893-896. doi: 10.1590/S0034-89102009000500019
- Ambiel, R. A. M., Santos, A. A. A., & Sousa, A. C. (2012). Trabalhadores com deficiência auditiva: relações entre vulnerabilidade ao estresse e satisfação no trabalho. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 3(1), 2-23.
- Calais, S. L., Andrade, L. M. B., & Lipp, M. E. N. (2003). Diferenças de sexo e escolaridade na manifestação de stress em adultos jovens. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 16(2), 257-263. doi: 10.1590/S0102-79722003000200005.
- Calais, S. L., Carrara, K., Brum, M. M., Batista, K., Yamada, K. J., & Oliveira, S. R. J. (2007). Stress entre calouros e veteranos de jornalismo. *Estudo Psicologia (Campinas)*, 24(1), 69-77. doi: 10.1590/S0103-166X2007000100008
- Camelo, S. H. H., & Angerami, E. L. S. (2004). Sintomas de estresse nos trabalhadores atuantes em cinco núcleos de saúde da família. *Revista Latino Americana de Enfermagem*, 12(1), 14-21. doi: 10.1590/S0104-11692004000100003
- Cantos, G. A., Duarte, M. F., Dutra, R. L., Silva, M. C. S., Waltrick, C. D. A., Balen, M. G., Hermes, E., & Perozin, A. R. (2004). Prevalência de fatores de risco de doença arterial coronária em funcionários de hospital universitário e sua correlação com estresse psicológico. *Jornal Brasileiro de Patologia e Medicina Laboratorial*, 40(4), 240-247.
- Comin, A. A., & Barbosa, R. J. (2011). Trabalhar para estudar: sobre a pertinência da noção de transição escola-trabalho no Brasil. *Novos estudos - CEBRAP*, 91(4), 75-95. doi: 10.1590/S0101-33002011000300004
- Costa, M. B., Guércio, N. M. S., Costa, H. F. C., Oliveira, M. M. E., & Alves, M. J. M. (2011). Possível relação entre estresse ocupacional e síndrome metabólica. *HU Revista*. 37(1), 87-93.
- Dela Coleta, A. S. M., & Dela Coleta, M. F. (2008). Fatores de estresse ocupacional e  *coping* entre policiais civis. *Psico-USF*, 31(1), 59-68. doi: 10.1590/S1413-82712008000100008
- Hatamoto, C. T. (2009). *Avaliação da vulnerabilidade ao estresse e da autoestima no contexto organizacional*. Dissertação de mestrado, Universidade São Francisco, Itatiba, SP, Brasil. Recuperado de [http://www.dominiopublico.gov.br/pesquisa/DetalheObraForm.do?select\\_action=&co\\_obra=150055](http://www.dominiopublico.gov.br/pesquisa/DetalheObraForm.do?select_action=&co_obra=150055)
- Heloani, R. (2006). O trabalho do jornalista: estresse e qualidade de vida. *Interações*, 12(22), 171-198.
- Lima, A. D. F., & Farias, F. L. R. (2005). O trabalho do cirurgião-dentista e o estresse: considerações teóricas. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, 18(1), 50-54.
- Lima, F. D., Buunk, A. P., Araujo, M. B. J., Chaves, J. G. M., Muniz, D. L. O., & Queiroz, L. B. (2007). Síndrome de Burnout em residentes da Universidade Federal de Uberlândia. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 29(1), 137-146. doi: 10.1590/S0100-55022007000200004
- Lipp, M. N. (1996). *Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco*. Campinas: Papirus.
- Lipp, M. N. (1999). *O stress está dentro de você*. São Paulo: Contexto.
- Lipp, M. N., & Tanganelli, M. S. (2002). Stress e qualidade de vida em magistrados da justiça do trabalho: diferenças entre homens e mulheres. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 5(3), 537-548. doi: 10.1590/S0102-79722002000300008
- Luz, A., Castro, A., Santos, L. C., & Pereira, A. (2009). Stress e percepção do rendimento acadêmico no aluno do ensino superior. *Actas do X Congresso Internacional Galego-Português de Psicopedagogia*. Braga: Universidade do Minho. Recuperado de <http://www.educacion.udc.es/grupos/gipdae/documentos/congreso/Xcongreso/pdfs/t9/t9c346.pdf>
- Macedo, S. B. M. (2010). *Estudo correlacional entre vulnerabilidade ao estresse no trabalho e traços de personalidade*. Dissertação de mestrado, Universidade São Francisco, Itatiba, SP, Brasil. Recuperado de <http://obraslivres.com/obras/156724/estudo-correlacional-entre-vulnerabilidade-ao-estresse-no-trabalho-e-tracos-de-personalidade>
- Marente, J. A. A. (2006). Profesión docente y estrés laboral una aproximación a los conceptos de estrés laboral y burnout. *Revista Iberoamericana de Educación*, 39(3).
- Mattos, K., & Gomes, C. M. (2011). *Estresse: um estudo acerca do estresse no trabalho de industriários*. [Artigo de pesquisa de conclusão do curso de Psicologia, Faculdades Integradas de Taquara]. Taquara, RS. Recuperado de <https://psicologia.faccat.br/moodle/pluginfile.php/197/course/section/101/kelly.pdf>
- Melo, M. C. O. L., Cassini, M. R. O. L., & Lopes, S. L. M. (2011). Do estresse e mal-estar gerencial ao surgimento da Síndrome de Estocolmo gerencial. *Revista Psicologia: Organizações e trabalho*, 11(2), 84-99.

- Milsted, J. G., Amorim, C., & Santos, M. (2009) Nível de estresse em alunos de psicologia do período noturno. In *Anais do IX Congresso nacional de educação - Educere, III Encontro sul brasileiro de psicopedagogia*, Curitiba, PR, Brasil. Recuperado em 10 Novembro, 2013 de [http://www.isad.br/eventos/educere/educere2009/anais/pdf/3289\\_1469.pdf](http://www.isad.br/eventos/educere/educere2009/anais/pdf/3289_1469.pdf)
- Molina, C., & Calvo, E. A. (2009). Doenças ocupacionais: um estudo sobre estresse em agentes penitenciários de uma unidade prisional. *V Encontro internacional de iniciação científica*, 5(5), Toledo, PR, Brasil. Recuperado de: <http://intertemas.unioledo.br/revista/index.php/ETIC/article/viewArticle/2173>
- Mota, D. C. G. A., Benevides-Pereira, A. M. T., Gomes, M. L., & Araujo, S. M., (2006). Estresse e resiliência em doença de Chagas. *Aletheia*, 24, 57-68.
- Murta, S. G., & Tróccoli, B. T. (2007). Stress ocupacional em bombeiros: efeitos de intervenção baseada em avaliação de necessidades. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 24(1), 41-51. doi: 10.1590/S0103-166X2007000100005
- Noronha, A. P. P., & Fernandes, D. C. (2007). Estresse laboral e raciocínio inferencial: um estudo correlacional. *Psicologia Ciência e Profissão*, 27(7), 596-607. doi: 10.1590/S1414-98932007000400003
- Nunes, C. O. A. T., & Calais, S. L. (2011). Vulnerabilidade ao estresse no trabalho e percepção de suporte familiar em porteiros: um estudo correlacional. *Psico-USF*, 16(1), 57-65. doi: 10.1590/S1413-82712011000100007
- Oliveira, V. B. T. C. (2003). *Stress ocupacional em uma amostra de professores do ensino médio da rede particular de educação*. Dissertação de mestrado, Universidade Católica Dom Bosco, Campo Grande, MS, Brasil. Recuperado de [http://www.tede.ucdb.br/tde\\_arquivos/3/TDE-2008-07-30T150036Z-116/Publico/Vilma%20Beatriz%20Teixeira%20Croco%20de%20Oliveira.pdf](http://www.tede.ucdb.br/tde_arquivos/3/TDE-2008-07-30T150036Z-116/Publico/Vilma%20Beatriz%20Teixeira%20Croco%20de%20Oliveira.pdf)
- Pafaro, C., & Martino, F. M. M. (2004). Estudo do estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de campinas. *Revista Enfermagem*, 38(2), 152-160.
- Pinheiro, C. R., & Lipp, M. E. N. (2009). Teorias, pesquisas e estudos de casos: stress ocupacional e qualidade de vida em clérigos(as). *Academia paulista de Psicologia*, 29(1), 126-141.
- Quirós-Aragón, M. B., & Labrador-Encimas, F. J. (2007). Evaluación del estrés laboral y burnout em los servicios de urgência extrahospitalaria. *International Journal of Clinicaland Health Psychology*, 7(2), 323-335.
- Rios, F. O. (2006). *Níveis de stress e depressão em estudantes universitários*. Dissertação de mestrado, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, SP, Brasil. Recuperado de [http://www.sapientia.pucsp.br/tde\\_arquivos/22/TDE-2006-07-19T07:32:34Z-2394/Publico/OlgaDeFatimaLeiteRios.pdf](http://www.sapientia.pucsp.br/tde_arquivos/22/TDE-2006-07-19T07:32:34Z-2394/Publico/OlgaDeFatimaLeiteRios.pdf)
- Rocha, M. C. P., & Martino, M. M. F. (2009). Estresse e qualidade do sono entre enfermeiros que utilizam medicamentos para dormir. *Acta paulista de enfermagem*, 22(5), 658-665. doi: 10.1590/S0080-62342010000200006
- Sadir, M. A., Bignotto, M. M., & Lipp, N. E. M. (2010). Stress e qualidade de vida: influência de algumas variáveis pessoais. *Paidéia*, 10(45), 73-81. doi: 10.1590/S0103-863X2010000100010
- Sadir, M. A., & Lipp, N. E. M. (2009). As fontes de stress no trabalho. *Revista de Psicologia da IMED*, 1(1), 114-126.
- Sampaio, R. F., Coelho, C. M., Barbosa, F. B., Mancini, M. C., & Parreira, V. F. (2009). Workabilityand stress in a bus transportationcompany in Belo Horizonte, Brazil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 14(1), 287-296. doi: 10.1590/S1413-81232009000100035
- Santos, A. F. O., & Cardoso, C. L. (2010). Profissionais de saúde mental: estresse, enfrentamento e qualidade de vida. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 26(3), 543-548. doi: 10.1590/S0102-37722010000300017
- Silva, J. D. T., & Muller, M. C. (2007). Uma integração teórica entre psicossomática, stress e doenças crônicas de pele. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 24(2), 247-256. doi: 10.1590/S0103-166X2007000200011
- Sisto, F. F., Baptista, M. N., Santos, A. A. A., & Noronha, A. P. P. (2007). *Escala de vulnerabilidade ao estresse no trabalho (EVENT) manual*. São Paulo: Vetor.
- Sisto, F. F., Baptista, M. N., Santos, A. A. A., & Noronha, A. P. P. (2008). Análise Fatorial da Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho (EVENT). *Psicologia da América Latina*, 15, 24-30.
- Suehiro, A. C. B., Santos, A. A. A., Hatamoto, C. S., & Cardoso, M. M. (2008). Vulnerabilidade ao estresse e satisfação no trabalho em profissionais do Programa de Saúde da Família. *Boletim de Psicologia (São Paulo)*, 58(129), 205-218. Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0006-59432008000200008&script=sci\\_arttext](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0006-59432008000200008&script=sci_arttext)
- Takahashi, L. T. (2009). *Avaliação da vulnerabilidade ao estresse no trabalho de operadores de telemarketing por meio da Event*. Dissertação de mestrado, Universidade São Francisco, Itatiba, SP, Brasil. Recuperado de: [http://webp.usf.edu.br/itatiba/mestrado/psicologia/uploadAddress/LuisTorahiko\\_Takahashi\[11862\].pdf](http://webp.usf.edu.br/itatiba/mestrado/psicologia/uploadAddress/LuisTorahiko_Takahashi[11862].pdf)