

## **O inventário de sintomas de *stress* para adultos de lipp (ISSL) em servidores da polícia ederal de São Paulo**

### **Lipp's inventory of symptoms os stress for adults (ISSL) in federal civil servants of São Paulo**

**Milena Oliveira Rossetti<sup>\*</sup>; Denise Mazzaferro Ehlers<sup>\*\*</sup>; Ingo Bernd Guntert<sup>\*\*\*</sup>; Irene F. Almeida de Sá Leme<sup>\*\*\*\*</sup>; Ivan Sant' Ana Rabelo<sup>\*\*\*\*\*</sup>; Silésia M.Veneroso Delphino Tosi<sup>\*\*\*\*\*</sup>; Sílvia Verônica Pacanaro<sup>\*\*\*\*\*</sup>; Veridiana Leiva Barrionuevo<sup>\*\*\*\*\*</sup>**

<sup>\*</sup> Psicóloga. Pesquisadora do Departamento de Pesquisa e Produção de Testes da Casa do Psicólogo Livraria e Editora Ltda

<sup>\*\*</sup> Psicóloga da Superintendência da Polícia Federal

<sup>\*\*\*</sup> Psicólogo, diretor da Casa do Psicólogo e do Departamento de Pesquisa e Produção de Testes da Casa do Psicólogo Livraria e Editora Ltda

<sup>\*\*\*\*</sup> Psicóloga, pós-graduação e especialização em Recursos Humanos pela Fundação Getúlio Vargas – FGV/SP, docente das disciplinas Psicologia e Ética, pesquisadora do Departamento de Pesquisa e Produção de Testes da Casa do Psicólogo Livraria e Editora Ltda

<sup>\*\*\*\*\*</sup> Psicólogo, mestre em Avaliação Psicológica pela Universidade São Francisco/Itatiba, pesquisador do Departamento de Pesquisas e Produção de Testes da Casa do Psicólogo Livraria e Editora Ltda.

<sup>\*\*\*\*\*</sup> Psicóloga, Doutora em Neuropsicologia pelo Departamento de Psicologia Clínica da Universidade de São Paulo, editora e pesquisadora do Departamento de Pesquisa e Produção de Testes da Casa do Psicólogo Livraria e Editora Ltda, docente de Técnicas de Exame Psicológico da UniPaulistana.

<sup>\*\*\*\*\*</sup> Psicóloga, mestre em Avaliação Psicológica pela Universidade São Francisco/Itatiba, pesquisadora do Departamento de Pesquisas e Produção de Testes da Casa do Psicólogo Livraria e Editora Ltda

<sup>\*\*\*\*\*</sup> Psicóloga com especialização em Neuropsicologia pelo Departamento de Psicologia do Hospital das Clínicas/SP

[Endereço para correspondência](#)

## RESUMO

O estresse pode ser definido como toda reação do organismo, juntamente com os componentes psicológicos, físicos, mentais e hormonais que ocorre quando surge a necessidade de uma grande adaptação a um evento estressor, mas que será prejudicial se houver exposição prolongada ao evento ou uma predisposição do indivíduo a determinadas doenças. Diante dessas perspectivas, este artigo tem por objetivo apresentar os resultados da análise descritiva dos níveis de estresse no ambiente de trabalho e a manifestação da sintomatologia, em uma amostra de servidores públicos da Polícia Federal. Participaram 250 sujeitos com idade variando de 20 a 64 anos, sendo 74,4% do sexo masculino, 24,4% do feminino e 1,2% que não informaram o sexo. Foi aplicado o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp – ISSL. Concluiu-se que a maior parte dos participantes permaneceu na fase da resistência e o sexo feminino obteve uma frequência de níveis de estresse de 59% quando comparados ao sexo masculino. Dessa forma, mostra-se a importância da utilização de instrumentos como o ISSL, que possibilitam uma avaliação apurada sobre a existência de sintomas de estresse e os níveis em que se encontram.

**Palavras-chave:** Avaliação psicológica, Níveis de estresse, Servidores da polícia federal.

## ABSTRACT

Stress can be defined as any bodily reaction, together with psychological, physical, mental and hormonal components, that takes place when there is a need for adaptation to a stressful event. This reaction will be damaging if there is an extended exhibition to the event or a predisposition of the individual to certain diseases. This article presents the results of a descriptive analysis of the symptoms and stress levels in the work environment of a sample of Federal Police employees. 250 people participated, with ages from 20 to 64 years, being 74.4% male, 24.4% female and 1.2 % that did not inform the sex. Lipp's Inventory of Stress Symptoms for Adults – ISSL – was applied. We concluded that most of the participants remained in the resistance phase and females obtained a 59% frequency of stress levels, when compared to males. We show the importance of the use of instruments like the ISSL, which makes possible a perfected evaluation of the existence of stress symptoms and the levels in which they appear.

**Keywords:** Psychological evaluation, Stress levels, Federal police workers.

## Introdução

O modo de vida que a sociedade urbana enfrenta pode se apresentar como uma das principais causas de adoecimento físico e mental e gerar níveis elevados de estresse. Este é responsável por produzir conseqüências negativas para o indivíduo e para a comunidade (Lipp, 2003). Atualmente, sabe-se que algumas atividades profissionais expõem o trabalhador a situações que acarretam custos emocionais oriundos do estresse (Borges,

Argolo, Pereira, Machado & Silva, 2002). Com o desenvolvimento da Psicologia Organizacional e do Trabalho surgiram vários estudos relacionados à área da saúde e o estresse passou a ser mais investigado. Essas pesquisas permitiram que fossem observadas as relações de disfunções emocionais e fisiológicas oriundas do ambiente profissional e suas conseqüências para o homem (Jaffe, 1995; Lima, 1996; Malach & Leite 1999).

O estresse quando excessivo produz conseqüências psicológicas e emocionais que resultam em cansaço mental, dificuldade de concentração e perda de memória imediata, bem como crises de ansiedade e de humor. Do ponto de vista físico, possíveis doenças podem surgir pela baixa do sistema imunológico. Essas respostas psicofisiológicas do organismo ocorrem uma vez que, existe uma ligação dos sistemas neurológico, imunológico e endócrino para a realização das funções regulatórias do organismo e controle perante estímulos internos e externos (Blalock, Bost & Smith, 1985; Lipp & Malagris, 2001).

Até o século XVII o termo estresse era utilizado na literatura inglesa esporadicamente com o significado de aflição e adversidade. No século XVIII foi utilizado pelo fisiologista francês Claude Bernard e posteriormente por Walter Cannon referindo-se às reações que produziam um colapso nos mecanismos de homeostase orgânica (Malach & Leite, 1999). Selye (1951) definiu o estresse como uma resposta orgânica não-específica para situações estressoras ao organismo, e ao revisar seus conceitos, descreveu a resposta orgânica a essas situações estressoras como Síndrome de Adaptação Geral, a qual possui três fases: alerta, resistência e exaustão.

A fase do alerta é considerada a fase positiva do estresse, o ser humano se energiza por meio da produção da adrenalina, a sobrevivência é preservada e uma sensação de plenitude é freqüentemente alcançada. Na segunda fase, chamada de resistência, a pessoa automaticamente tenta lidar com os estressores de modo a manter sua homeostase interna. Se os fatores estressantes persistirem em freqüência ou intensidade, há uma quebra na resistência da pessoa e ela passa à fase de exaustão. Nesta fase as doenças graves podem ocorrer nos órgãos mais vulneráveis, como enfarte, úlceras, psoríase, depressão e outros (Lipp, 2003).

O Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos (ISSL) padronizado por Lipp e Guevara (1994) baseou-se num modelo trifásico desenvolvido por Selye. No período da padronização do inventário, uma quarta fase foi identificada, denominada de quase-exaustão, por se encontrar entre a fase de resistência e a de exaustão. Nesta fase, as defesas do organismo começam a ceder e ele já não consegue resistir às tensões e restabelecer a homeostase. Caracteriza-se por um enfraquecimento da pessoa que não consegue mais se adaptar ou resistir ao estressor e, assim, as doenças começam a surgir, embora, não sejam tão graves, como na fase de exaustão (Lipp, 2003). Para tornar claro o processo de desenvolvimento do estresse é necessário considerar que o quadro sintomatológico varia dependendo da fase em que se encontra. Esse dado foi observado na amostra de padronização do ISSL com 1853 pessoas, sendo 64% do sexo feminino e 36% do masculino, na faixa etária de 15 a 75 anos. Verificou-se que 44% dos indivíduos não possuíam sinais de stress, 53% encontravam-se entre a fase de resistência e 1% na fase de exaustão. A faixa de idade para o sexo feminino que permaneceu com níveis de estresse na fase de resistência, foi a de 15 a 24 anos. Enquanto que para o sexo masculino a fase de resistência permaneceu entre a faixa de 25 a 34 anos.

Diante de um assunto que traz sérias conseqüências para a vida do indivíduo, o presente estudo focalizou servidores da polícia federal, uma vez que esses profissionais lidam, no seu

cotidiano, com diversas formas de violência, delitos graves como contrabandos, tráfico de drogas, entre outros, e estão entre os que mais sofrem de estresse crônico (Collins & Gibbs, 2003). A Polícia Federal é um órgão que tem entre suas responsabilidades, exercer a segurança pública para a preservação da ordem e da incolumidade das pessoas e do patrimônio. Suas principais funções são, apurar infrações penais contra a ordem política e social ou em detrimento de bens, serviços e interesses da União ou de suas entidades autárquicas e empresas públicas, assim como outras infrações cuja prática tenha repercussão interestadual ou internacional e exija repressão uniforme (Polícia Federal - PF, 2008). O tipo de desgaste e pressão à que os servidores da Polícia Federal estão submetidos permanentemente nos ambientes e nas relações com o trabalho são fatores determinantes e preceptores de doenças, entre elas a dependência química. Estudos realizados nos últimos anos sobre a iniciação, manutenção e recaída no uso de drogas demonstram que o estresse é uma variável importante nestes processos.

Nesse contexto, pesquisas utilizando o ISSL foram realizadas com esta população, entre elas, pode-se citar o estudo de Moraes, Marques e Pereira (2000) realizado com 1.152 militares, divididos em vários níveis hierárquicos, no estado de MG. Foram identificados níveis de estresse em 100% da amostra, sendo que as mulheres apresentaram mais manifestações físicas do sintoma. Lipp e Tanganelli (2002) avaliaram o estresse ocupacional de magistrados da justiça do trabalho e observaram que havia mais mulheres que homens com níveis de estresse elevado, e os estressores mais freqüentes foram sobrecarga de trabalho e interferência na vida familiar. Calais, Andrade e Lipp (2003) em uma pesquisa sobre escolaridade e estresse, descobriram que as mulheres eram mais afetadas pelo estresse do que os homens em todas as faixas etárias pesquisadas. Oliveira (2004) pesquisou fontes de estresse em 107 juízes e servidores públicos da cidade de Campinas, utilizando o ISSL. Os participantes eram de ambos os sexos, com idade variando entre 30 e 50 anos, casados, com filhos e a prevalência de nível superior. Foi observada a incidência de estresse elevado em 72% dos participantes com uma freqüência de estresse em 79% das mulheres em comparação com o sexo masculino. A análise estatística entre os gêneros mostrou que não houve diferença significativa na freqüência das fases no ISSL, mas constatou que na fase de quase-exaustão, as mulheres obtiveram um percentual maior (30%), quando comparados com os homens (12%).

Em outra pesquisa o ISSL foi aplicado em 3.193 oficiais militares para diagnosticar a ocorrência, a fase do estresse, a prevalência de sintomas físicos e mentais e a relação com variáveis como posto policial, sexo do oficial, hábitos como o consumo de bebidas alcoólicas e fumo, escolaridade, estado civil, idade, tempo de serviço e faixa salarial. Os resultados dessa pesquisa indicaram que a proporção de policiais sem sintomas de estresse foi de 52,6%, enquanto 47,4% apresentaram sintomatologia. Dos 47,4% com estresse, 3,4% encontravam-se na fase de alerta, 39,8% na fase de resistência, 3,8% na fase de quase-exaustão e 0,4% na fase de exaustão. Sintomas psicológicos foram registrados em 76,0% dos policiais com estresse, e sintomas físicos, em 24,0%. Das variáveis investigadas, a única que apresentou relação com estresse foi relacionado ao sexo, sendo as mulheres as mais afetadas (Costa, Accioly, Oliveira & Maia, 2007).

Com relação à prevalência entre as faixas etárias, Goldstein (1995) afirma que em cada fase da vida há diferentes conseqüências e demandas, por isso, a probabilidade de um indivíduo se confrontar com determinados tipos de estressores, varia de acordo com o estágio em que se encontra. Kenney (2000) menciona que mulheres entre 18 a 29 e de 30 a 45 anos apresentaram níveis mais elevados de estresse em razão das demandas sociais, tais como, esposa, mãe, responsável por pais idosos, trabalho, entre outras atividades,

enquanto mulheres mais velhas de 46 a 66 anos possuíam menos estressores quando comparadas com os outros grupos. Estresse e estratégias de enfrentamento são interdependentes e os participantes mais velhos ampliam seu repertório de enfrentamento de dificuldades e aumentam o senso de auto-eficácia (Oliveira & Cupertino, 2005).

É necessário quando se analisa o estresse e suas conseqüências, observar o fato do estresse excessivo refletir-se também no âmbito social, uma vez que a comunidade estressada é mais frágil e não resiste às dificuldades do dia-a-dia (Lipp & Malagris, 2001). Sendo assim, estudos dessa natureza são pertinentes e necessários uma vez que possibilitam a avaliação das diferenças existentes nessa síndrome que acomete os indivíduos em geral e especificamente os trabalhadores. Segundo Yamada (2003), conhecer tais diferenças capacita os profissionais envolvidos em Psicologia do Trabalho e em outras áreas de desenvolvimento humano, para ações que visem à diminuição ou controle dos fatores que geram despesas e prejuízos às organizações e seus colaboradores, uma vez que os sintomas causados pelo estresse geram constantes ausências, licenças médicas e baixa produtividade.

Diante do exposto, este artigo tem por objetivo apresentar os resultados da análise descritiva dos níveis de estresse e sintomatologia presentes em uma amostra de servidores públicos da Polícia Federal do estado de São Paulo, assim como, apresentar a distribuição entre os gêneros e faixas etárias.

## **Método**

### *Participantes*

Participaram da pesquisa 250 servidores públicos da Polícia Federal da cidade de São Paulo, com idade variando entre 20 e 64 anos, sendo 186 (74,4%) do sexo masculino, 61 (24,4%) do sexo feminino e 3 (1,2%) que não informaram o sexo.

Dentro do universo do público alvo da pesquisa, buscou-se atingir uma amostra significativa de aproximadamente um terço (1/3) do total. Desta forma, 250 servidores ativos foram selecionados aleatoriamente de forma a atingir maior variedade de cargos, setores e tempo de serviço.

Os participantes foram classificados em subgrupos, com o pressuposto que há uma demanda diferente com relação a estudo e trabalho nestas faixas etárias e que podem ser possíveis fontes de estresse. O primeiro grupo foi composto por participantes com idades entre 20 e 30 anos formando um total de 51 (20,4%), o segundo grupo de 31 a 40 anos com 77 (30,8%), o terceiro grupo com 91 (36,4%) dos 41 aos 50 anos e o quarto grupo com faixa etária de 51 a 64 anos com 21 (8,4%) participantes. Foi verificado que 10 (4%) dos participantes não informaram sua idade.

Em relação à escolaridade, 1 (0,4%) tem apenas ensino fundamental, 11 (4,4%) ensino médio, 208 (83,2%) ensino superior e 8 (3,2%) possuem pós-graduação. Verificou-se que 22 (8,8%) dos participantes que não responderam ao teste não informaram sua escolaridade. Quanto à profissão, a amostra foi constituída por concursados da Polícia

Federal, subdivididos em cargos como delegado, escrivão, papiloscopista, perito, agente administrativo e técnico.

### *Instrumento*

INVENTÁRIO DE SINTOMAS DE STRESS PARA ADULTOS DE LIPP (ISSL), fornece uma medida objetiva da sintomatologia do estresse em jovens acima de 15 anos e adultos. Sua aplicação leva aproximadamente 10 minutos e pode ser realizada individualmente ou em grupos de até 20 pessoas. Não é necessário ser alfabetizado, pois os itens podem ser lidos para a pessoa. O Instrumento é formado por três quadros referentes às fases do estresse. O primeiro quadro, composto de 15 itens refere-se aos sintomas físicos ou psicológicos que a pessoa tenha experimentado nas últimas 24 horas. O segundo, composto de dez sintomas físicos e cinco psicológicos, está relacionado aos sintomas experimentados na última semana. E o terceiro quadro, composto de 12 sintomas físicos e 11 psicológicos, refere-se a sintomas experimentados no último mês. Alguns dos sintomas que aparecem no quadro 1 voltam a aparecer no quadro 3, mas com intensidade diferente. No total, o ISSL apresenta 37 itens de natureza somática e 19 psicológicas, sendo os sintomas muitas vezes repetidos, diferindo somente em sua intensidade e seriedade. A fase 3 (quase-exaustão) é diagnosticada na base da freqüência dos itens assinalados na fase de resistência.

### *Procedimentos*

Este levantamento de dados foi realizado para mapear e identificar possíveis níveis de estresse em servidores da Polícia Federal, visando uma futura proposta de intervenção. A pesquisa obteve autorização da Superintendência da Polícia Federal do Estado de São Paulo com a ressalva de que os servidores públicos participassem de maneira voluntária. Posteriormente, foi concedida autorização para publicação do estudo tendo em vista sua relevância. Primeiramente os participantes foram comunicados sobre a importância do estudo e seu propósito por meio de um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, elaborado pela equipe de psicólogos da Polícia Federal responsáveis pelo estudo. O instrumento foi aplicado coletivamente em dias e horários variados, de acordo com a disponibilidade do servidor para ausentar-se do posto de trabalho no referido tempo de resposta do teste.

## **Resultados e Discussão**

Considerando os objetivos do presente estudo, foram utilizadas provas de estatística descritiva e inferencial. Em uma análise inicial verificou-se a precisão do teste, que apresentou um coeficiente alfa de Cronbach de 0,91 e possibilitou considerar que o instrumento possui um alto nível de precisão. Para estudar a relação da freqüência de servidores que apresentavam sintomas de estresse, foram utilizados freqüência e porcentagem, e estes dados podem ser observados na Tabela 1.

**Tabela 1-** Freqüência de servidores que apresentaram sintomas de estresse

	Frequencia	Porcentagem
Alerta	6	2,4
Resistência	81	32,4
Quase-exaustão	8	3,2
Exaustão	1	0,4
Sem estresse	154	61,6
Total	250	100,0

Verificou-se que 61,6% da amostra não apresentaram sintomas de estresse e 38,4% apresentaram os sintomas, ressaltando um nível mais elevado de estresse na fase da resistência. Complementando esta análise, foram estudados somente os participantes que apresentaram níveis elevados de estresse, e foram elaborados quatro agrupamentos de porcentagem da amostra, sendo o primeiro composto por indivíduos que apresentaram até 25% de sintomas em uma das fases, o segundo composto por indivíduos que atingiram de 26 a 50%, o terceiro constituído por 51 a 75% e o quarto composto por mais de 76 %, que pode ser observado na Tabela 2.

**Tabela 2-** Frequência do nível da fase de estresse

Fase	Nível até 25%	Nível entre 26% a 50%	Nível entre 51% a 75%	Nível acima de 76%	Total	Porcentagem
Alerta	13	1	4	0	18	12,33
Resistência	62	34	0	0	96	65,75
Quase-exaustão	0	0	9	1	10	6,85
Exaustão	7	11	3	1	22	15,07

Dos participantes que apresentaram níveis elevados de estresse, a fase de Resistência foi a que mais prevaleceu entre os participantes, com 65,75%. Nessa fase a pessoa

automaticamente tenta lidar com os seus estressores de modo a manter sua homeostase interna (Lipp, 2000). Estes dados também podem ser observados no estudo com militares na cidade de Natal – RN, que identificou uma frequência maior de participantes na fase de resistência do estresse (Costa et al., 2007).

Nos estudos realizados por Lipp (2000) a maior porcentagem da amostra de padronização também se concentrou na fase de resistência. Na análise de parte da amostra, coletada na cidade do Rio de Janeiro, o índice de 50% de pessoas apresentou estresse na fase de resistência, o que para a autora pode ser o reflexo da crise social que a cidade enfrenta, em termos de violência urbana, embora tal hipótese não tenha sido testada. No que se refere à frequência de sintomas predominantes de estresse, os dados podem ser observados na Tabela 3.

**Tabela 3-** Frequência do sintoma predominante de estresse

Fase	Sintomas Físicos	Sintomas Psicológicos
Alerta	13	5
Resistência/Quase-exaustão	2	32
Exaustão	0	22
Total	15	59
Porcentagem	20,27	79,73

O instrumento estudado possibilitou a análise dos sintomas de estresse em dois aspectos, sendo estes, físicos e psicológicos. Observou-se que entre os participantes que se encontram na fase de resistência houve o predomínio de sintomas psicológicos, como por exemplo, ansiedade e depressão. Pesquisa realizada por Costa et al.(2007) também corroboram este estudo, na qual foram registradas presença de sintomas psicológicos em 76,0% dos policiais com estresse elevado. Em relação à presença de estresse entre o sexo feminino e masculino, os dados podem ser observados na Tabela 4.

**Tabela 4** - Frequência de estresse entre os sexos

<i>Sexo</i>		<i>Frequencia</i>	<i>Porcentagem</i>
Masculino	Estresse	61	32,3
	Sem estresse	128	67,7
	Total	189	
Feminino	Estresse	36	59,0
	Sem estresse	25	41,0
	Total	61	

Observou-se uma maior frequência do nível de estresse entre o sexo feminino, prevalecendo em 59%, quando comparados com o sexo masculino (32,3%). Estudos podem corroborar esses achados, como o de Lipp e Tanganelli (2002) que avaliaram o estresse ocupacional de magistrados da justiça do trabalho e observaram uma prevalência no sexo feminino. Outros estudos, como o de Moraes, Marques e Pereira (2000), Calais, Andrade e Lipp (2003) e Oliveira (2004) também corroboram estes dados. No que se refere à frequência do estresse relacionado com a idade, pode se observar os resultados na Tabela 5.

**Tabela 5-** Frequência de estresse entre idades

Grupos por idade		Frequencia	Porcentagem
20 a 30 anos	Estresse	25	49,0
	Sem estresse	26	51,0
	Total	51	
31 a 40 anos	Estresse	29	37,7
	Sem estresse	48	62,3
	Total	77	
41 a 50 anos	Estresse	33	36,3
	Sem estresse	58	63,7
	Total	91	
51 a 64 anos	Estresse	7	33,3
	Sem Estresse	14	66,7
	Total	21	
Não informado	Estresse	3	30,0
	Sem estresse	7	70,0
	Total	10	

A comparação da frequência de estresse entre os grupos de idades mostrou que o grupo da faixa etária de 20 a 30 anos, foi a que apresentou um índice de estresse mais elevado com 49,0%, quando comparados com as outras faixas etárias pesquisadas neste estudo. É pertinente notar que a porcentagem de sintomas de estresse diminui nos grupos com o avanço da idade, o que para Oliveira e Cupertino (2005) ocorre porque participantes mais velhos ampliam seu repertório sobre enfrentamento de dificuldades e aumentam o senso de auto-eficácia.

## **Considerações Finais**

O presente estudo contribuiu para aprofundar o conhecimento existente na área e seus resultados corroboraram os dados encontrados em vários estudos. Foram observados alguns dados significativos entre eles, que servidores públicos da Polícia Federal, participantes da pesquisa, apresentaram um índice maior de estresse na fase de Resistência.

Outro aspecto importante se relaciona à diferença do nível de estresse em várias faixas etárias, dado também merecedor de futuras pesquisas, as quais permitam mais análises e reflexões sobre o assunto, considerando que no contexto das organizações é de fundamental interesse conhecer de que forma os fatores estressores afetam os colaboradores em diferentes idades, para que principalmente, medidas preventivas possam ser estudadas no intuito de minimizar qualquer impacto negativo nos participantes e nas organizações.

Este estudo apresenta em seus resultados, uma redução gradativa do índice de estresse em indivíduos com idade superior a 35 anos. Esse dado merece a atenção das organizações, uma vez que atualmente indivíduos com idade superior a 35 anos enfrentam uma grande dificuldade na busca de recolocação profissional no mercado de trabalho. Considerando as constantes mudanças decorrentes de processos mais flexíveis de produção nas organizações, indivíduos que administram melhor suas emoções poderiam contribuir com os mais jovens para o enfrentamento dos estressores comuns no trabalho.

O uso do ISSL no contexto clínico e organizacional é recomendado, uma vez que este é capaz de garantir um diagnóstico fidedigno de sintomas de estresse, dado este confirmado pelo Alfa de Cronbach da presente amostra. A frequência maior de sintomas em mulheres na amostra estudada sinaliza, assim como em outras pesquisas, a relevância de estudos futuros com essa população. Esses estudos devem levar em consideração as mudanças das últimas décadas em relação ao papel da mulher na sociedade e às várias demandas a que está sujeita, além do fato desta acumular diversas funções e ocupar cada vez mais cargos no mercado de trabalho.

É importante ressaltar as limitações do estudo, que utilizou a aplicação de um único instrumento para a avaliação do estresse. Outros fatores devem ser considerados para o levantamento das causas de estresse elevado e devem ser ampliadas amostras para outras regiões do Brasil.

Destaca-se a importância de instrumentos como o ISSL, que possibilitam uma avaliação apurada sobre a existência ou não de sintomas de estresse e o conhecimento do nível e

estágio deste, para que estratégias de enfrentamento sejam adotadas antes da ocorrência de somatizações, que geram sofrimento ao indivíduo e despesas para as organizações e para a sociedade. Também demonstram as possibilidades de controle sobre o estresse elevado e algumas recomendações sobre alimentação, exercícios físicos, qualidade de vida e relaxamento.

## Referências Bibliográficas

Blalock, J. E.; Bost, K. L. & Smith, E. M (1985). Neuroendocrine peptide hormones and their receptors in the immune system, production, processing and action. *Journal of Neuroimmunology*, 10 (1), 31-40.

Borges, L.V.; Argolo, J. C. T.; Pereira, A. L. S.; Machado, E. A. P. & Silva, W. S. (2002). A síndrome de *burnout* e os valores organizacionais: um estudo comparativo em hospitais universitários. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 15(1), 189-200.

Calais, S. L.; Andrade, L. M. B. & Lipp, M. E. N (2003). Diferenças de sexo e escolaridade na manifestação de estresse em adultos jovens. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 16(2), 257-263.

Collins, P. A. & Gibbs, A. C. C. (2003). Stress in police officers: a study of the origins, prevalence and severity of stress-related symptoms within a county police force. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 53 (4), 255-263.

Costa, M.; Accioly, Jr. H.; Oliveira, J. & Maia, E. (2007) Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira. *Revista Panamericana Salud Publica*, 21(4), 217-222.

Goldstein, L. (1995) Stress e Coping na vida adulta e na velhice. Em: A. L. Neri (org). *Psicologia do envelhecimento* (pp. 145-158). Campinas: Papirus.

Jaffe, D. T. (1995). The healthy company: research paradigms for personal and organizational health. Em: S. L. Sauter & L. R. Murphy (Orgs.). *Organizational risk factors for job stress* (pp.13-40). Washington, DC: American Psychological Association.

Lima, M. E. A (1996). *A pesquisa em saúde mental e trabalho: trabalho, organizações e cultura*. São Paulo: Cooperativa de autores associados.

Lipp, M. E. N. & Guevara, A. J. H.(1994). Validação empírica do Inventário de Sintomas de Stress. *Estudos de Psicologia*, 11(3), 43-49.

Lipp, M. E. N. (2000). *Manual do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL)*. São Paulo: Casa do Psicólogo.

Lipp, M. E. N. & Malagris, L. E. N. (2001). O estresse emocional e seu tratamento. Em: B. Range (Org.) *Terapias Cognitivo-Comportamentais: um diálogo com a psiquiatria* (pp. 475-489). São Paulo: Artmed.

Lipp, M. E. 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*, 15(3), 537-584.

Lipp, M. E. N. (2003). *Mecanismos neuropsicológicos do stress: teoria e aplicações clínicas*. São Paulo: Casa do Psicólogo.

Kenney, J. W. (2000). Women's 'inner-balance'. A comparison of stressors, personality traits and health problems by age groups. *Journal of advanced nursing*, 31 (3), 639-650.

Malach, C. & Leite, M. P. (1999). *Trabalho: Fonte de prazer ou desgaste? Guia vencer o estresse na empresa*. Campinas: Papyrus.

Moraes L. F.; Marques, A. L. & Pereira, L. Z. (2000). *Diagnóstico de qualidade de vida e estresse no trabalho da Polícia Militar do Estado de Minas Gerais*. [relatório de pesquisa]. Núcleo de estudos avançados em comportamento organizacional/centro de Pós-Graduação e Pesquisa em Administração. Universidade Federal de Minas Gerais.

Oliveira, J. B. (2004). *Fontes e sintomas de stress em juizes e servidores públicos: diferenças entre homens e mulheres*. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica, Pontifícia Universidade Católica de Campinas. Campinas, SP.

Oliveira, B. H. D. & Cupertino, A. P. F. B. (2005). Diferenças entre gênero e idade no processo de estresse em uma amostra sistemática de idosos residentes na comunidade. *Textos sobre Envelhecimento*, 8 (2), 371-378.

Polícia Federal - PF (2008). *Informações sobre a função da polícia federal*. Acessado em 23/06/2008. Disponível em <http://www.dpf.gov.br>.

Selye, H. (1951). The General Adaptation Syndrome. *Annual Review of Medicine*, 2, 327-342.

Yamada, M. (2003). *Estresse e absenteísmo nas empresas do século XXI*. Biblioteca de Ciências da Saúde, 53. Acesso em 28 de Janeiro, 2008, da base de dados do LILACS.

 [Endereço para correspondência](#)

Endereço do autor principal: Milena Oliveira Rossetti. Rua Simão Álvares, 1020- Vila Madalena, São Paulo- SP Cep: 05417-020.

E-mail: [milena@casadopsicologo.com.br](mailto:milena@casadopsicologo.com.br).

Recebido em: 09/05/2008

Aceito em: 11/09/2008