ÁREA TEMÁTICA: Gestão de Pessoas.

CATEGORIA: ENANGRAD Pleno.

ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO AO ESTRESSE OCUPACIONAL: UM ESTUDO DE CASO EM UMA POLICLÍNICA NA CIDADE DE BARRAS, PIAUÍ

Resumo

O estresse ocupacional constitui um desafio relevante para a saúde e o desempenho de trabalhadores em ambientes de saúde. Nesse contexto, o presente estudo teve como objetivo compreender as vivências, percepções e estratégias de enfrentamento do estresse ocupacional entre os profissionais atuantes em uma policlínica municipal em Barras (PI). Trata-se de uma pesquisa aplicada com abordagem qualitativa, caráter descritivo e estruturada como estudo de caso. A coleta envolveu questionários sociodemográficos e entrevistas semiestruturadas com nove participantes, cujos dados qualitativos foram analisados por meio da Análise de Conteúdo de Bardin. Os resultados evidenciaram que o estresse ocupacional é desencadeado principalmente pela relação com pacientes e acompanhantes, sobrecarga de trabalho, pressão por agilidade e limitações estruturais da instituição. Para lidar com essas demandas, os profissionais recorrem predominantemente a estratégias adaptativas, como o apoio dos colegas, o diálogo, a espiritualidade e práticas de autocuidado, embora também manifestem condutas desadaptativas de isolamento. Verificou-se que o suporte organizacional, a flexibilidade da gestão e a união da equipe atuam como fatores protetivos essenciais, atenuando os impactos físicos e emocionais, como dores e ansiedade, e preservando a qualidade do atendimento. Conclui-se que a gestão do estresse ocupacional requer uma responsabilidade compartilhada entre trabalhadores e organização, oferecendo subsídios para o fortalecimento da saúde do trabalhador em serviços de saúde de pequeno porte.

Palavras-chave: Estresse ocupacional. Estratégias de enfrentamento. Profissionais de um serviço de saúde. Coping. Saúde ocupacional.

Abstract

Occupational stress constitutes a relevant challenge for the health and performance of workers in healthcare environments. In this context, this study aimed to understand the experiences, perceptions, and coping strategies regarding occupational stress among professionals working in a municipal outpatient clinic in Barras, Piauí, Brazil. This applied research adopted a qualitative approach, a descriptive nature, and a single-case study design. Data collection involved sociodemographic questionnaires and semi-structured interviews with nine participants, and the qualitative data were analyzed using Bardin's content analysis technique. The results showed that occupational stress is primarily triggered by relationships with patients and companions, work overload, pressure for speed, and structural limitations of the institution. To cope with these demands, professionals predominantly resort to adaptive strategies, such as peer support, dialogue, spirituality, and self-care practices, although they also manifest maladaptive isolation behaviors. Organizational support, managerial

flexibility, and team cohesion emerged as essential protective factors, mitigating physical and emotional impacts (such as pain and anxiety) and preserving the quality of care. It is concluded that the management of occupational stress requires shared responsibility between workers and the organization, providing insights for strengthening workers' health in small-scale healthcare services.

Keywords: Occupational stress. Coping strategies. Healthcare professionals. Coping. Occupational health.

1. Introdução

A interface entre saúde mental e ambiente laboral constitui uma preocupação crescente na área de saúde ocupacional (Gomez; Machado; Pena, 2011). O estresse caracteriza-se como uma resposta orgânica a situações ameaçadoras, ativando mecanismos neurobiológicos que geram alterações físicas e emocionais (Mendes *et al*., 2025). Devido ao tempo dedicado ao trabalho, sua influência sobre a qualidade de vida é inquestionável, motivando investigações sobre os determinantes do bem-estar laboral (Faustino, 2021).

Ambientes profissionais marcados por sobrecarga, instabilidade e contato frequente com a tensão expõem os trabalhadores a vulnerabilidades (Lemos *et al*., 2025). Essa realidade afeta serviços de atenção primária e policlínicas (Costa; Lima, 2022), configurando um fenômeno multifatorial influenciado por aspectos intrapessoais, interpessoais e externos (Ferreira; Martins, 2023). No interior nordestino, municípios como Barras (PI) enfrentam alta demanda assistencial devido ao atendimento de populações locais e de cidades circunvizinhas, intensificando a sobrecarga sobre os profissionais.

Apesar do crescimento das pesquisas sobre o tema, observa-se escassez de estudos voltados a trabalhadores de policlínicas em municípios do interior nordestino, o que limita a compreensão de suas especificidades diante de recursos limitados e alta demanda. Diante disso, o problema de pesquisa orienta-se pela questão: quais as vivências, percepções e estratégias de enfrentamento do estresse ocupacional utilizadas pelos profissionais atuantes na policlínica em Barras (PI)? O objetivo geral consiste em compreender essas vivências, percepções e estratégias de enfrentamento entre os profissionais da instituição. Como objetivos específicos, busca-se: a) identificar os principais fatores contribuintes para o estresse ocupacional; b) analisar as estratégias de enfrentamento utilizadas; e c) descrever as práticas adaptativas e desadaptativas mais recorrentes no cotidiano laboral.

A relevância do estudo fundamenta-se na necessidade de produzir conhecimento científico sobre a saúde ocupacional em contextos regionais específicos, oferecendo subsídios para intervenções organizacionais e políticas de proteção ao trabalhador. Como limitações, destacam-se a restrição a uma única instituição e o número reduzido de participantes, impedindo a generalização dos achados.

Este artigo está organizado da seguinte forma: a seção de introdução contextualiza o tema e os objetivos; a seção metodológica detalha a natureza, o campo e os procedimentos da pesquisa; a seção de resultados e discussão apresenta e analisa os achados empíricos à luz da literatura; por fim, as considerações finais sintetizam as principais conclusões do estudo.

2. Fundamentação Teórica

2.1 Estresse Ocupacional: Conceituação e Modelos Teóricos

O estresse ocupacional caracteriza-se pelo desgaste do organismo e redução da capacidade laboral devido a exigências do ambiente de trabalho (Paschoal; Tamayo, 2004; Do Prado, 2016). Teoricamente, destaca-se o modelo transacional de Lazarus e Folkman, que define o estresse como a interação entre indivíduo e ambiente mediada pela avaliação cognitiva, ocorrendo quando as demandas superam os recursos de enfrentamento (Dias; Ribeiro, 2019). No cenário contemporâneo, a intensificação de ritmos, o excesso de metas e a hiperconectividade impõem pressões constantes que exigem adaptação e resiliência dos trabalhadores (Cimbalista, 2006; Gomes, 2021).

2.2 Fatores Desencadeantes no Contexto da Saúde e Policlínicas

No trabalho em saúde, fatores como sobrecarga de tarefas, dificuldades no relacionamento com pacientes, escassez de recursos, conflitos e jornadas extensas atuam como estressores significativos capazes de gerar manifestações físicas e emocionais (Santos *et al*., 2019; Silva *et al*., 2019). Níveis elevados de estresse comprometem a capacidade funcional e a qualidade da assistência prestada (Souza, 2024; Araújo *et al*., 2023). Em policlínicas municipais do interior nordestino, essas adversidades são intensificadas pela alta demanda populacional, limitação de recursos humanos e materiais e precarização das condições laborais.

2.3 Estratégias de Enfrentamento (*Coping*)

O *coping* abrange os esforços cognitivos e comportamentais mobilizados para administrar demandas estressantes, sendo influenciado por recursos internos e externos (Antoniazzi; Dell'Aglio; Bandeira, 1998; Guido, 2011). Essas estratégias dividem-se em foco no problema (modificar a fonte estressora) e foco na emoção (regular a resposta emocional), além da busca por suporte e evitação (Antoniazzi; Dell'Aglio; Bandeira, 1998). Entre profissionais da saúde, destaca-se a reavaliação positiva, estratégia que promove o equilíbrio emocional necessário diante das adversidades (Maturana; Valle, 2014).

2.4 Aspectos Regulatórios, Gestão de Riscos e Flexibilidade

O gerenciamento de riscos psicossociais exige identificação e controle de fatores geradores de estresse para assegurar ambientes seguros, conforme diretrizes da Norma Regulamentadora nº 01 (Brasil, 2025). As instituições de saúde possuem a responsabilidade de promover políticas de dimensionamento adequado, valorização e suporte aos trabalhadores. Aliado a isso, a adoção de práticas flexíveis que permitam adaptações em horários, funções e arranjos organizacionais é essencial para mitigar o descompasso entre exigências laborais e capacidades individuais, promovendo o bem-estar e o desempenho profissional (Guerreiro; Borges; Amaral, 2024; Puente-Palacios; Gomes, 2018).

3. Metodologia

3.1 Caracterização da Pesquisa

O estudo caracterizou-se como uma pesquisa de natureza aplicada, com abordagem qualitativa e caráter descritivo, adotando o estudo de caso como método. A escolha pela abordagem qualitativa fundamentou-se na necessidade de explorar questões complexas e subjetivas, compreendendo os significados e as interpretações atribuídas pelos profissionais às suas experiências no ambiente de trabalho (Lösch; Rambo; Ferreira, 2023). A classificação descritiva permitiu detalhar as características do fenômeno investigado (Gil, 2019), enquanto o estudo de caso viabilizou uma análise aprofundada das especificidades da instituição em seu contexto real (Pereira, 2024).

3.2 Campo Empírico

A pesquisa foi realizada em uma policlínica médica e odontológica situada no centro de Barras (PI). A instituição conta com funcionários fixos e uma equipe flutuante de profissionais da saúde, incluindo médicos especialistas, cirurgiões-dentistas, enfermeiros, nutricionista e psicóloga, que atuam em escalas diferenciadas conforme a demanda. A clínica opera seis dias por semana, totalizando 44 horas semanais de funcionamento, configuração organizacional que favorece a análise das dinâmicas laborais e dos fatores estressores institucionais.

3.3 Participantes da Pesquisa

Participaram da pesquisa 9 profissionais que responderam ao questionário sociodemográfico, sendo que 6 realizaram as entrevistas semiestruturadas (os demais estiveram ausentes durante a coleta qualitativa). Os critérios de inclusão adotados foram: atuar na instituição há pelo menos seis meses, estar em pleno exercício das atividades profissionais no período da coleta e concordar voluntariamente com a participação mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foram excluídos os profissionais afastados por motivos de saúde ou licença, bem como aqueles que optaram por não participar. O período mínimo de seis meses garantiu que os participantes possuíssem vivência consistente sobre o estresse ocupacional e as estratégias de enfrentamento na instituição.

3.4 Instrumentos de Coleta de Dados

Foram empregados dois instrumentos principais: entrevistas semiestruturadas e questionários. As entrevistas semiestruturadas foram os principais instrumentos qualitativos, conduzidos com flexibilidade por meio de um roteiro voltado a fatores desencadeadores de estresse, situações estressantes, estratégias de enfrentamento individuais e coletivas, impactos na saúde e sugestões de melhoria. As falas foram gravadas mediante autorização e transcritas na íntegra. Enquanto que os questionários foram aplicados de forma complementar, contendo perguntas abertas e fechadas para traçar o perfil sociodemográfico e profissional dos participantes (sexo, idade, estado civil, escolaridade, vínculo, tempo de atuação, cargo e nível percebido de estresse).

3.5 Procedimentos de Coleta de Dados

A coleta ocorreu em três fases sequenciais após a anuência ética e assinatura prévia do TCLE. Inicialmente, houve o contato institucional, em que teve-se o contato formal com a direção da policlínica para apresentação do projeto e obtenção de autorização. A segunda etapa foi a de sensibilização, que se caracterizou pela reunião com os profissionais para apresentação da proposta, esclarecimento de dúvidas e convite à participação voluntária. A última fase foi a coleta com a aplicação dos questionários e realização das entrevistas individuais em local reservado e horário acordado, preservando a rotina de trabalho e garantindo privacidade.

3.6 Procedimentos de Análise dos Dados

Os dados qualitativos foram analisados por meio da Análise de Conteúdo de Bardin (2024), estruturada em três etapas: pré-análise (leitura flutuante e familiarização com o material), exploração do material (identificação de unidades de sentido e organização das categorias temáticas) e tratamento dos resultados, inferência e interpretação à luz do referencial teórico.

Desse processo analítico, emergiram quatro grandes categorias temáticas e suas respectivas subcategorias:

- Fatores desencadeadores do estresse ocupacional: relação com pacientes e acompanhantes, sobrecarga de trabalho, pressão por agilidade e limitações organizacionais.
- Estratégias de enfrentamento: estratégias adaptativas e estratégias desadaptativas.
- Apoio organizacional e relações interpessoais: comunicação e trabalho em equipe, além de flexibilidade e apoio institucional.
- Impactos do estresse ocupacional: impactos emocionais e físicos, bem como reflexos na qualidade do atendimento.

4. Análise e Discussão dos Resultados

4.1 Caracterização do perfil sociodemográfico dos trabalhadores atuantes na policlínica investigada.

A amostra deste estudo foi composta por 9 profissionais da área da saúde que atuam na policlínica localizada no município de Barras (PI), e teve como objetivo geral compreender as vivências, percepções e estratégias de enfrentamento do estresse ocupacional entre profissionais atuantes na policlínica localizada no município de Barras no estado do Piauí, atendendo aos critérios de inclusão estabelecidos. Os dados sociodemográficos obtidos por meio do questionário aplicado estão sendo sistematizados na Tabela 1.

Tabela 1 - Perfil sociodemográfico dos participantes da pesquisa (n=9).

Variável	Categoria	%
Sexo	Feminino	88,9%
	Masculino	11,1%
Faixa etária	18-30	66,7%

	31-40	33,3%
	41-50	0%
	Acima De 50 Anos	0%
Estado Cívil	Divorciado(a) / Separado(a)	0%
	Solteiro (a)	88,9%
	Casado (a) / União estável	11,1%
	Viúvo(a)	0%
Filhos	Não	33,3%
	Sim — 1 filho(a)	55,6%
	Sim — 2 filhos(as)	11,1%
	Sim — 3 ou mais	0%
Escolaridade	Ensino Fundamental Completo	0%
	Ensino Médio Completo	66,7%
	Graduação	33,3%
	Pós Graduação	0%
Vínculo Empregatício	Fixo	55,6%
	Diarista	33,3%
	Outro	11,1%
Tempo na instituição	6 Meses A 1 Ano	44,4%
	1 A 3 Anos	55,6%
	Mais De 3 Anos	0%
Cargo atual	Recepcionista	62,5%
	Auxiliar	0%
	Auxiliar de serviços gerais	0%
	Gerente	12,5%
	Dentista	12,5%
	Tec. de coleta	12,5%

Fonte: Elaborado pela autora com base nos dados da pesquisa (2026).
"Nota: A variável cargo/função registrou 8 respostas, pois um participante (auxiliar de serviços gerais) não respondeu a esse item."

A análise sociodemográfica revelou a predominância do sexo feminino (88,9%), de profissionais jovens entre 18 e 30 anos (66,7%) e de estado civil solteiro (88,9%), perfil alinhado à forte presença de mulheres nos serviços de saúde (Felix; Silva, 2020). Em relação à escolaridade e aos vínculos, a maioria possui ensino médio completo (66,7%) e atua como funcionário fixo (55,6%), com tempo de casa entre 1 e 3 anos (55,6%) e jornada de até 20 horas semanais (66,7%). Tais variáveis, conforme destacam Paschoal e Tamayo (2004) e Cimbalista (2006), influenciam diretamente a percepção do estresse e o desgaste no trabalho.

Quanto ao nível de estresse percebido, verificou-se predominância de intensidade moderada (55,6%), seguida por níveis baixo e muito baixo (ambos com 22,2%). Embora os profissionais relatem boas relações, fatores da rotina laboral ainda geram desgaste emocional. Segundo Lima et al. (2026), o clima organizacional exerce influência direta sobre a saúde mental dos colaboradores, de modo que ambientes marcados por conflitos, pressão excessiva e ausência de

reconhecimento favorecem o aumento do estresse, da ansiedade e do desgaste emocional.

4.2 Fatores Desencadeadores do Estresse Ocupacional

4.2.1 Relação com Pacientes e Acompanhantes

A relação com usuários e acompanhantes configura-se como um dos principais estressores da rotina (Amorim, 2015). Os relatos evidenciam que os profissionais absorvem tensões e impaciências externas:

- *"Às vezes a gente bate cabeça com alguns pacientes, porque vêm estressados e querem descontar na gente."* (E1)
- *"Os pacientes, às vezes, vêm com o próprio estresse de casa e acabam descontando na gente da recepção."* (E2)
- *"O paciente hoje é muito agitado, já quer ser atendido rapidamente, então isso causa um pouco de estresse."* (E3)
- *"Quando falta algo no atendimento, ou até mesmo o acompanhante fica acelerando o atendimento, isso estressa um pouquinho."* (E4)

Desse modo, os trabalhadores atuam como mediadores emocionais, assumindo conflitos que ampliam a carga de trabalho.

4.2.2 Sobrecarga de Trabalho, Múltiplas Funções e Pressão por Agilidade

O acúmulo de atribuições e a cobrança por rapidez acentuam o desgaste físico e mental. Funcionários da recepção e da coleta frequentemente transitam por diferentes funções:

- *"Trabalho na sala de coleta e também trabalho na recepção."* (E2)
- *"Eu ajudo na recepção, ajudo na coleta, quando não tem paciente para me atender."* (E4)
- *"Tem dias que a gente atende mais ou menos 50 pessoas, tem dias que atendemos 100."* (E3)
- *"Eu fico ansiosa e fico estressada, porque eu tenho que terminar logo."* (E4)

Os resultados encontrados neste estudo estão em consonância com Nascimento e Cordeiro (2026), que destacam que a intensificação das jornadas de trabalho, a pressão constante por produtividade e a competitividade no ambiente organizacional constituem fatores que favorecem o adoecimento psíquico dos trabalhadores e elevam o risco de desenvolvimento da síndrome de burnout.

4.2.3 Limitações Organizacionais e Estruturais

Dificuldades tecnológicas, falhas de comunicação e ruídos em momentos de alta demanda também comprometem o ambiente laboral:

- *"A questão da recepção, a questão de computadores [...] Tá com uma deficiência em relação a computadores."* (E2)

- *"Como é uma clínica que atende várias especialidades, no dia que a clínica tem muito paciente, é muito barulho, acaba atrapalhando até o atendimento."* (E4)
- *"Eu acho que só alguns equipamentos mais avançados precisavam."* (E1)

Corroborando Santos *et al*. (2019), o estudo demonstra que o estresse pelo contato com o público não se restringe à assistência direta, alcançando também o setor administrativo e de acolhimento.

4.3 Estratégias de Enfrentamento (*Coping*)

Os participantes adotam mecanismos variados para preservar o equilíbrio emocional, predominando as estratégias adaptativas, como suporte social, diálogo e autocuidado, embora também ocorram respostas desadaptativas de evitação.

4.3.1 Estratégias Adaptativas

Os profissionais recorrem a mecanismos funcionais para preservar o equilíbrio emocional, destacando-se o suporte social, a comunicação e o autocuidado. O diálogo frequente com os colegas (*"Aqui na clínica a gente conversa muito"* - E1) e a busca por resolução direta dos conflitos (*"Busco resolver diretamente"* - E2) predominam na rotina. Além disso, práticas individuais como respiração (*"Respiro fundo, conto de 1 a 10"* - E4), lazer (*"Gosto de cantar"*), exercícios físicos (*"Faço musculação em casa"*), espiritualidade (*"Meditação na palavra de Deus"*) e psicoterapia (*"Já busquei ajuda psicológica"*) auxiliam na mitigação do estresse.

4.3.2 Estratégias Desadaptativas

Embora minoritárias, foram observadas respostas baseadas em evitação e isolamento, tais como o distanciamento físico (*"Quando estou estressada costumo ficar sozinha"*), a retenção de sentimentos (*"Eu guardo primeiro pra depois resolver"*) e a supressão verbal (*"Fico calada"*). Conforme Antoniazzi, Dell'Aglio e Bandeira (1998), essas condutas de evitação proporcionam alívio imediato, mas prejudicam a resolução definitiva dos conflitos e intensificam o sofrimento emocional a longo prazo.

4.4 Apoio Organizacional e Relações Interpessoais

4.4.1 Comunicação e Trabalho em Equipe

O ambiente institucional caracteriza-se por fortes laços de cooperação e solidariedade, fundamentais para a redução das tensões diárias. Os entrevistados destacam a união e a integração da equipe:

- *"Aqui na clínica a gente é muito unida. Somos todos amigos."* (E2)
- *"Nós somos bem unidas, uma equipe unida onde um ajuda o outro."* (E3)
- *"Quando tem algum probleminha, a gente sempre tá conversando e sempre vai organizando."* (E1)
- *"Eu tenho uma relação boa, então isso acaba que o dia fica mais leve."* (E1)

Esses achados corroboram Nascimento e Cordeiro (2026) e Cardoso (2024), evidenciando que o clima organizacional, as relações interpessoais e o suporte oferecido pela organização fortalecem o vínculo dos colaboradores com a instituição, favorecendo um ambiente de trabalho mais saudável e colaborativo.

4.4.2 Flexibilidade e Apoio Institucional

A gestão demonstra sensibilidade frente às necessidades dos colaboradores, oferecendo suporte em momentos críticos e flexibilidade de horários:

- *"Nós sempre buscamos ser flexíveis na questão dos nossos funcionários terem tempo para se cuidar."* (E3)
- *"Quando eu preciso estar fazendo alguma coisa, que eu estou no meu expediente, sempre me liberam."* (E4)
- *"Já passou por algum momento que a clínica te deu um apoio? Já. (...) Foi pausa."* (E5)

Tal postura gerencial demonstra a relevância do suporte organizacional para o bem-estar dos colaboradores. Esse resultado corrobora Silva (2025), ao evidenciar que práticas de gestão voltadas às necessidades humanas contribuem para a construção de ambientes organizacionais mais saudáveis e para o fortalecimento do comprometimento profissional.

4.5 Impactos do Estresse Ocupacional na Saúde e no Atendimento

4.5.1 Impactos Emocionais e Físicos

O desgaste decorrente da alta demanda e da pressão laboral manifesta-se por meio de sintomas psicossomáticos e emocionais, tais como cefaleias, dores musculares e ansiedade:

- *"Até no momento, só muita dor de cabeça."* (E4)
- *"Sim, tenho ansiedade."* (E4)
- *"Às vezes dói um pouco as costas."* (E2)
- *"Eu fico ansiosa e fico estressada."* (E1)

Tais reações confirmam que as exigências do ambiente de trabalho geram repercussões orgânicas e psicológicas significativas, mesmo quando percebidas em níveis moderados (Paschoal; Tamayo, 2004;).

4.5.2 Impactos na Qualidade do Atendimento

As situações de estresse e o fluxo intenso de pacientes também interferem na dinâmica assistencial, afetando o tempo de escuta e gerando desconforto emocional:

- *"Às vezes, sim. Quando o paciente fica pressionando... Não converso muito com o paciente pra poder acalmar o paciente."* (E1)

- *"Quando o exame atrasa alguma coisa pro paciente, a gente fica também triste e chateado."* (E6)

Em contrapartida, alguns profissionais adotam uma postura de blindagem emocional para preservar os usuários: *"Eu nunca repasso pra paciente, pra ninguém"* (E4). Esses reflexos demonstram que as condições estressoras repercutem diretamente na qualidade da comunicação e na prestação dos serviços (Gomes; Puente-Palacios, 2018).

5. Conclusão e Contribuições

Na presente pesquisa o estresse é frequente e percebido em níveis moderados, sendo desencadeado principalmente pela relação com pacientes e acompanhantes, sobrecarga de trabalho, pressão por agilidade e limitações estruturais. Para lidar com essas demandas, os profissionais utilizam predominantemente estratégias adaptativas como apoio dos colegas, diálogo, espiritualidade e autocuidado, embora também recorram ao isolamento em momentos de maior tensão.

Verificou-se que o apoio organizacional e relações interpessoais positivas atenuam os impactos do estresse, enquanto a falta de suporte reflete-se em sintomas psicossomáticos e potenciais interferências na qualidade do atendimento.

Conclui-se que a gestão do estresse ocupacional exige uma responsabilidade compartilhada entre trabalhadores e instituição, demandando melhorias estruturais, valorização profissional e fortalecimento da comunicação interna. Por fim, embora limitado pela amostra reduzida e por investigar uma única instituição, o estudo contribui para preencher lacunas na literatura sobre a saúde do trabalhador em serviços de saúde no interior nordestino, sugerindo que investigações futuras ampliem o escopo para diferentes contextos organizacionais.

Referências

AMORIM, Nayra Michelle Anjos. **From health professional to patient**: the other side of care. 2015. 95 f. Dissertação (Programa de Pós-Graduação em Enfermagem) – Universidade Federal do Maranhão, São Luís, 2015.

ANTONIAZZI, Adriane Scomazzon; DELL'AGLIO, Débora Dalbosco; BANDEIRA, Denise Ruschel. O conceito de coping: uma revisão teórica. **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 3, n. 2, p. 273-294, 1998.

ARAÚJO, Angélica Barros *et al*. **A organização do trabalho como fonte geradora de prazer e sofrimento em enfermeiros que atuam em unidades de terapia intensiva**: uma análise à luz da psicodinâmica do trabalho. 2023. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2023.

BRASIL. Ministério do Trabalho e Emprego. **Norma Regulamentadora nº 01 (NR-01)**: Disposições Gerais e Gerenciamento de Riscos Ocupacionais. Atualizada pela Portaria MTE nº 765, de 15 de maio de 2025. Brasília: Ministério do Trabalho e Emprego, 2025. Disponível em:

https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2023/lei/l14681.htm. Acesso em: 17 jan. 2026.

CARDOSO, Edirlane Ramos de Sá. **Clima Organizacional**: A influencia da comunicação para um clima saudável. 2024. 27 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Pós-graduação em Gestão Empresarial) – Instituto Federal do Espírito Santo, Linhares, 2024.

CIMBALISTA, Silmara Nery. **Adversidades no trabalho**: a condição de ser trabalhador no sistema de produção flexível na indústria automobilística brasileira. 2006. Tese (Doutorado em Ciências Humanas) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2006.

COSTA, Jéssica Lima; LIMA, Roberta de Oliveira. Estresse ocupacional em profissionais de enfermagem da atenção primária. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 75, n. 2, p. e20210234, 2022.

DIAS, Ewerton Naves; PAIS-RIBEIRO, José Luís. Coping model of Folkman and Lazarus: historical and conceptual aspects. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 11, n. 2, p. 55-66, 2019.

DO PRADO, Claudia Eliza Papa. Estresse ocupacional: causas e consequências. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, São Paulo, v. 14, n. 3, p. 285-289, 2016.

DO NASCIMENTO, Nájila Honorato; CORDEIRO, Taiana Levinne Carneiro. SÍNDROME DE BURNOUT NAS RELAÇÕES DE TRABALHO: RESPONSABILIDADE DO EMPREGADOR E OS DESAFIOS NA COMPROVAÇÃO DO NEXO CAUSAL. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 12, n. 5, p. 1-29, 2026.

FAUSTINO, Lara Lopes Melo Bettencourt. **Stress ocupacional e bem-estar subjetivo**: o papel do bem-estar no trabalho, do clima organizacional de apoio e da identificação organizacional. 2021. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – ISCTE-Instituto Universitário de Lisboa, Lisboa, 2021.

FELIX, Roberta Marques; SILVA, C. Verginio da. A presença das mulheres e sua representatividade em cargos de liderança. **Revista Mythos**, v. 11, n. 2, p. 16-24, 2020.

FERREIRA, Ana Paula; MARTINS, José Carlos. Fatores intrapessoais e interpessoais do estresse ocupacional. **Revista de Psicologia Organizacional e do Trabalho**, v. 23, n. 1, p. 45-58, 2023.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

GOMES, Daniel José. **Trabalho e saúde de professores do ensino médio em tela**: enfrentamentos e desafios na rede pública de Barbacena (MG), 2019-2021.

2021. Disponível em: http://dspace.uniube.br:8080/jspui/handle/123456789/2750. Acesso em: 18 dez. 2025.

GOMES, Tarsila Dantas da Silva; PUENTE-PALACIOS, Katia Elizabeth. Estresse ocupacional, um fenômeno coletivo: evidências em equipes de trabalho. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, v. 18, n. 4, p. 485-493, out./dez. 2018.

GOMEZ, Carlos Minayo; MACHADO, Jorge Mesquita Huet; PENA, Paulo Gilvane Lopes (org.). **Saúde do trabalhador na sociedade brasileira contemporânea**. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2011.
GUERRERO, William; BORGES, Ramon Nogueira; AMARAL, Maria da Penha Rodrigues. A flexibilidade no horário de trabalho e seus impactos na produtividade. **Revista Contemporânea**, v. 4, n. 12, p. e7035, 2024.

GUIDO, Laura de Azevedo *et al*. Estresse, coping e estado de saúde entre enfermeiros hospitalares. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 45, n. 6, p. 1434-1439, 2011.

LEMOS, Messias *et al*. **Condições de trabalho e saúde mental de enfermeiros na América Latina frente à COVID-19**: desafios, adaptação e estratégias de enfrentamento. 2025. Tese (Doutorado em Enfermagem) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2025.

LIMA, Jorgreny Santos de et al. A relação entre saúde mental, produtividade e retenção de talentos no ambiente corporativo. 2026.

LÖSCH, Silmara; RAMBO, Carlos Alberto; FERREIRA, Jacques Lima. A pesquisa exploratória na abordagem qualitativa em educação. **Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação**, Araraquara, v. 18, p. e023141, 2023.

MATURANA, Ana Paula Pacheco Moraes; VALLE, Tânia Gracy Martins do. Estratégias de enfrentamento e situações estressoras de profissionais no ambiente hospitalar. **Psicologia Hospitalar**, São Paulo, v. 12, n. 2, p. 2-23, 2014.

MENDES, Railine Tamise Ribeiro *et al*. Estresse percebido entre profissionais de enfermagem de um centro cirúrgico de um hospital público do Distrito Federal. **Revista Foco**, v. 17, n. 11, p. e7123, 2024.

PASCHOAL, Tatiane; TAMAYO, Álvaro. Validação da escala de estresse no trabalho. **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 9, n. 1, p. 45-52, 2004.

PEREIRA, Marcos Aparecido. Pesquisa-ação ou estudo de caso. **Revista FACISA ON-LINE**, v. 12, n. 2, p. 45-62, 2024.

SANTOS, Érika Karolline Marins *et al*. O estresse nos profissionais de saúde: uma revisão de literatura. **HU Revista**, Juiz de Fora, v. 45, p. 1-9, 2019.

SILVA, Silmar Maria *et al*. Resiliência e capacidade para o trabalho em trabalhadores de enfermagem. **Revista Enfermagem UERJ**, Rio de Janeiro, v. 27, p. e45731, 2019.

SILVA, Samira Pimenta. Síndrome de Burnout nas organizações: **a relação entre carga horária e volume de trabalho no bem-estar dos colaboradores.** 2025.

SOUZA, Mônica Oliveira da Silva. **Estresse laboral e capacidade para o trabalho de profissionais de enfermagem de um hospital penitenciário**. 2024. Tese (Doutorado em Enfermagem) – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2024.

VALLE, Paulo Roberto Dalla; FERREIRA, Jacques de Lima. **Análise de conteúdo na perspectiva de Bardin: contribuições e limitações para a pesquisa qualitativa em educação**. *Revista de Educação*, v. 39, e49377, 2024. DOI: **10.1590/0102-469849377**. Disponível em: https://periodicos.ufmg.br/index.php/edrevista/article/view/49377. Acesso em: 3 ago. 2026.