

**Avaliação do nível de estresse e perfil social de estudantes de pós-graduação da área da
saúde**

Evaluation of stress levels and social profile of postgraduate healthcare students

**Evaluación del nivel de estrés y perfil social de los estudiantes potsgrado en el campo de
la salud**

Recebido: 18/06/2020 | Revisado: 19/06/2020 | Aceito: 23/06/2020 | Publicado: 05/07/2020

Magna Monique Silva Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2088-0917>

Universidade Regional do Cariri, Brasil

E-mail: magmoni20@gmail.com

João Márcio Fialho Sampaio

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1458-4011>

Universidade Regional do Cariri, Brasil

E-mail: jmarciofisam@gmail.com

Francisco Elizauo Brito Júnior

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3585-8467>

Universidade Regional do Cariri, Brasil

E-mail: naldobritoo2018@gmail.com

José Cícero Cabral de Lima Júnior

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4354-4214>

Universidade Regional do Cariri, Brasil

E-mail: junior_flag@hotmail.com

Sheron Maria Silva Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7492-3604>

Faculdade de Juazeiro do Norte, Brasil

E-mail: sheronmss@hotmail.com

Silvânia Miranda da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3368-8820>

Universidade Regional do Cariri, Brasil

E-mail: silvaniamiranda9@gmail.com

Lazaro Ranieri de Macêdo

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0122-2508>

Universidade Regional do Cariri-URCA, Brasil

E-mail: lazaroraniere@gmail.com

Thaís da Conceição Pereira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1022-7466>

Faculdade de Juazeiro do Norte, Brasil

E-mail: thaispereira1914@gmail.com

Isis Gondim Trajano Duarte

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7457-8089>

Universidade Federal de Campina Grande, Brasil

E-mail: Isinha_1801@hotmail.com

Fernanda Leite Siebra

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3193-2516>

Universidade de Fortaleza, Brasil

E-mail: fernandasiebra@hotmail.com

Gabriel Fernandes Pereira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8808-8806>

Universidade Regional do Cariri, Brasil

E-mail: gabrielfp2014com@gmail.com

Daniel Fernandes Pereira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8210-0619>

Universidade Regional do Cariri, Brasil

E-mail: danielfernandespereira123@gmail.com

Resumo

O objetivo do estudo foi identificar os níveis de estresse e perfil social dos estudantes de pós-graduação da área da saúde da Universidade Regional do Cariri – URCA em Crato-CE. Trata-se de um estudo quantitativo, descritivo e transversal, realizado com 44 estudantes de pós-graduação, sendo 14 do mestrado acadêmico em Enfermagem e 30 da Residência Multiprofissional em Saúde Coletiva. A coleta de dados foi feita através de um questionário de variáveis sociodemográficas, acadêmicas e de estilo de vida. Para calcular o estresse psicossocial foi utilizado o *Job Stress Scale*, na formulação de quadrantes do modelo de demanda-controle (MDC), que define as categorias: trabalho de baixa exigência (baixa

demanda e alto controle); trabalho passivo (baixa demanda e baixo controle); trabalho ativo (alta demanda e alto controle); e alta exigência (alta demanda e baixo controle). A população do estudo foi composta, predominantemente, por mulheres (77,27%), pela faixa etária de 26 a 30 anos (43,18%), católicos (72,73%), solteiros (70,45%), com renda superior a 4 salários mínimos (45,45%), sem filhos (90,91%), bolsistas (84,09%), com carga horária semanal de 60 horas de dedicação exclusiva (68,18%). A alta demanda esteve presente em 87,3% dos pós-graduandos, o alto controle em 81,4%, evidenciando-se, ainda, um alto apoio social (90,9%). A categoria dos quadrantes que incluiu o maior número de pessoas foi o trabalho ativo (77,27%). De acordo com os resultados, viu-se que predominou o trabalho ativo, com altas demandas psicológicas e alto controle, além do alto apoio social.

Palavras-chave: Estresse; Estudantes de pós-graduação; Saúde; Ensino.

Abstract

The aim of the study was to identify stress levels and social profile in postgraduate healthcare students from the Regional University of Cariri - URCA at its Campus in Crato, Ceara. This is a quantitative, descriptive, and cross-sectional study done with 44 of the postgraduate students, being 14 of them from the Academic Master's Degree in Nursery, and 30 of them from the Multi-professional Residency in Collective Health. The data gathering was made through a sociodemographic, academic, and lifestyle variables questionnaire. The Job Stress Scale was used to calculate psycho-social stress in the formulation of quadrants from Karasek's Demand-control model (1979). It defines the categories: low strain jobs (low demand and high control), passive jobs (low income and control), active jobs (high demand and control) and high strain jobs (high demand and low control). The population in this study was predominantly composed of women (77,27%) ages 26 to 30 (43,18%), catholic (72,73%), single students (70,45%) with incomes superior to four minimum wages (45,45%), no children (90,91%), scholarship holders (84,09%) who work 60 hours a week and are exclusively dedicated to their occupations (68,18%). The high demand was present in 87,9% of the postgraduate students' routines. The high strain was present in 81,4% of them, making evident, yet, a high social support. The category of the quadrants that included the bigger amount of people in it was active jobs (77,72%). According to the results, we could see that active jobs was predominant, with high psychological demands and control, besides high social support.

Keywords: Stress; postgraduate students; health; Teaching.

Resumen

El objetivo del estudio fue identificar los niveles de estrés el perfil social de los estudiantes de posgrado en el área de salud de la Universidad Regional de Cariri - URCA en Crato-CE. Se trata de un estudio cuantitativo, descriptivo e transversal, realizado con 44 estudiantes de posgrado, 14 del máster académico en Enfermería y 30 de la Residencia Multiprofesional en Salud Colectiva. La recopilación de datos se realizó a través de un cuestionario de variables sociodemográficas, académicas y de estilo de vida. Para calcular el estrés psicosocial, se utilizó la Escala de Estrés del Trabajo en la formulación de cuadrantes del modelo de control de la demanda (MDC), que define las categorías: trabajo de baja de formación unitaria (baja demanda y alto control); trabajo pasivo (baja demanda y bajo control); trabajo activo (alta demanda y alto control); y alta demanda (alta demanda y bajo control). La población del estudio estaba compuesta predominantemente por mujeres (77,27%), por el grupo de edad de 26 a 30 años (43,18%), Católicos (72,73%), individuales (70,45%), con ingresos superiores a 4 salarios mínimos (45,45%), sin hijos (90,91%), becarios (84,09%), con una carga de trabajo semanal de 60 horas de dedicación exclusiva (68,18%). La alta demanda estuvo presente en el 87,3% de los estudiantes de posgrado, con un alto control en el 81,4%, mostrando también un alto apoyo social (90,9%). La categoría de cuadrantes que incluía el mayor número de personas era el trabajo activo (77,27%). Según los resultados, se vio que predominaba el trabajo activo, con altas exigencias psicológicas y alto control, además de un alto apoyo social.

Palabras clave: Estrés; estudiantes de posgrado; Salud; Enseñanza.

1. Introdução

As pós-graduações da área da saúde, como as residências multiprofissionais e os mestrados, são programas voltados à capacitação dos profissionais para atuarem na atenção, ou seja, no atendimento aos usuários nos serviços de saúde, como também no ensino e pesquisa com vistas à produção de conhecimento sobre necessidades e cuidados em saúde. Para tanto, é necessário que se cumpra todas as exigências que os programas determinam.

Quando falamos em excelência e qualidade na saúde, principalmente na formação de profissionais qualificados para atuarem nessa grande área, logo vem a nossa mente que isso só é possível com o desempenho de um trabalho árduo.

Grande parte dos acadêmicos da saúde, durante a sua jornada na graduação, almejam se dedicar e se especializar em determinada área de afinidade. Logo no ambiente da academia,

o estudante tem de cumprir inúmeras tarefas, muitas vezes em curto espaço de tempo, que podem resultar em um estado de tensão muito forte. Na pós-graduação, de uma forma geral, não é diferente. Silva et al (2019) compartilha de que os pós-graduandos estão expostos a inúmeros estressores que podem influenciar negativamente o seu desempenho, gerar desconforto, mal-estar, insatisfação e incerteza quanto à escolha da área de pesquisa e atuação. A título de exemplo podemos citar a carga horária elevada com dedicação exclusiva dos programas e a necessidade de publicar artigos em periódicos de grande fator de impacto.

Destarte, compreendendo que cada contexto tem sua peculiaridade, há a necessidade de pesquisar diferentes espaços de formação de pós-graduandos, visto que poderá haver resultados similares ou diferentes. São pesquisas desses níveis que determinam medidas a serem tomadas, de acordo com o grau de adoecimento mental, ou da saúde mental dos estudantes de pós-graduação, quer seja na qualidade do ensino ou nas exigências dos programas.

Diante do exposto, tem-se o seguinte questionamento: Qual o nível de estresse dos alunos do Mestrado acadêmico em Enfermagem e da Residência Multiprofissional em Saúde Coletiva da Universidade Regional do Cariri- URCA, localizada no município de Crato, Ceará?

Nesse sentido, objetivou-se, a partir deste estudo, identificar os níveis de estresse e o perfil social dos estudantes de pós-graduação da área da saúde da Universidade Regional do Cariri - URCA.

2. Metodologia

Trata-se de um estudo com abordagem quantitativa, descritivo e do tipo transversal. O estudo foi desenvolvido nos programas de Pós-graduação Stricto Sensu e Lato Sensu (Mestrado acadêmico em Enfermagem e Residência Multiprofissional em Saúde Coletiva) da Universidade Regional do Cariri (URCA), em sua sede situada no município de Crato, localizada no sul do Ceará na região nordeste.

A população de estudo foi composta 44 estudantes de pós-graduação, sendo 14 do Mestrado Acadêmico em Enfermagem e 30 da Residência Multiprofissional em Saúde Coletiva da Universidade Regional do Cariri.

Os participantes da pesquisa foram selecionados por meio da técnica de amostragem não probabilística por acessibilidade. Segundo Gil (2008), na amostragem por acessibilidade “o pesquisador seleciona os elementos a que tem acesso, admitindo que estes possam de

alguma forma, representar o universo”. É uma técnica aplicada em pesquisas exploratórias, em que não é requerido um nível elevado de precisão.

Participaram do estudo àqueles que atenderam aos critérios de inclusão: ser aluno devidamente matriculado em qualquer um dos programas citados e estar cursando, no mínimo, há seis meses.

A coleta de dados ocorreu de agosto a outubro de 2018, a partir de dois instrumentos aplicados na mesma ocasião, um seguido do outro. O primeiro foi um questionário semiestruturado idealizado pelo autor com o intuito de caracterizar a amostra, contendo variáveis sociodemográficas, tais como idade, sexo, estado civil, filhos, renda mensal, nível de escolaridade, o fator de morar sozinho ou acompanhado, recebimento ou não de bolsas de estudo e atividades profissionais e variáveis relacionadas ao estilo de vida, como o tabagismo, etilismo e prática de exercícios físicos.

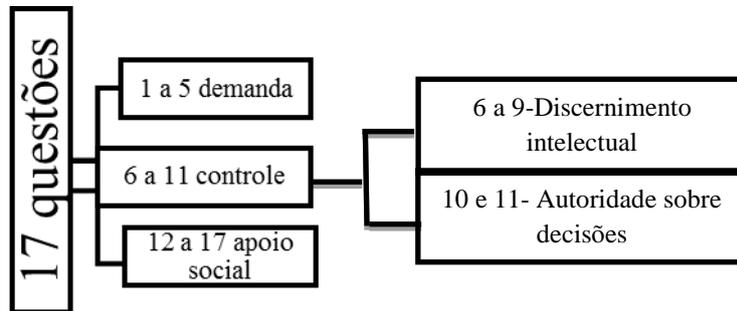
O segundo instrumento aplicado foi o Job Stress Scale, que teve sua origem nos estudos de Robert Karasek acerca da repercussão do estresse na saúde originário na organização do trabalho. Neste estudo, foi utilizada a versão resumida e adaptada para o português por Alves et al. (2004), que avaliou as dimensões de demanda, controle e apoio no trabalho. Como o estudo foi desenvolvido com estudantes de pós-graduação, foi feita uma adaptação do instrumento, uma vez que este é mais direcionado a trabalhadores.

A demanda diz respeito a aspectos quantitativos, como tempo e velocidade para a realização de um trabalho, e qualitativos, que está relacionado aos conflitos entre diferentes demandas. Já o controle, se refere ao desenvolvimento e uso de habilidades no processo de trabalho, bem como a tomada de decisão. Em relação ao apoio social, avaliam-se as relações existentes no trabalho, que quando escassas podem ter impacto negativo à saúde (Alves et al., 2004).

Na Figura 1 é representada a relação das questões. No que tange a avaliação da demanda, é realizada através de quatro questões referentes a aspectos quantitativos e uma questão referente ao aspecto qualitativo do processo de trabalho, totalizando cinco questões (questões de 1 a 5). O controle é avaliado por meio de quatro questões referentes ao uso e desenvolvimento de habilidades e duas questões relacionadas à autoridade para tomada de decisões, totalizando seis questões (questões de 6 a 11). As respostas para cada questão são apresentadas em escala Likert de quatro pontos (frequentemente, às vezes, nunca ou quase nunca). A dimensão do apoio é avaliada por meio de seis questões referentes à relação com colegas e orientador (questões de 12 a 17), e estão dispostas em um bloco à parte, sendo que suas respostas, também dispostas em escala tipo Likert, variam de “concordo totalmente” a

“discordo totalmente”.

Figura 1 - Divisão das questões por dimensão da escala.



Fonte: Autores.

Na avaliação de demanda psicológica (Quadro 1), a pontuação 4 demonstra muita demanda e 1 pouca demanda, exceto na questão 4, onde os valores são invertidos. O mesmo ocorre na questão 9 que ao contrário das questões 6 a 8, o escore também é invertido. Nas questões de autoridade, escore 1 significa pouca autoridade e 4 muita autoridade. Nas questões que avaliam o apoio social escore 1 representa pouco apoio e escore 4 muito apoio social.

Os escores de cada questão são somados em cada dimensão (demanda, discernimento, autoridade e apoio social), avaliando-se através do escore próprio da Escala de Estresse se há alta ou baixa demanda, alto ou baixo controle, alto ou baixo apoio social. O escore de controle é obtido pela soma dos escores discernimento intelectual e autoridade de decisões. Estão apresentadas a variação e a média dos escores de cada dimensão. Os dados são apresentados através da média dos escores obtidos de acordo com as dimensões da escala.

Quadro 1 - Escores da *Job Stress Scale* (JSS).

Dimensões		Variação	Média
Demanda psicológica Questões de 1 a 5		5 a 20	12,5
Controle	Discernimento intelectual	4 a 16	10
	Questões de 6 a 9		
	Autoridade sobre decisões	2 a 8	5
	Questões 10 e 11		
Apoio social Questões de 12 a 17		6 a 24	15
Total		17 a 68	42,5

Fonte: Adaptado de Alves (2004).

Os dados do estudo foram armazenados em um banco no programa *Microsoft Excel 2010* e posteriormente procedeu-se a análise pelo próprio programa.

A análise foi realizada através de estatística descritiva, por meio de frequências absolutas e percentuais de todas as variáveis do estudo e posterior confecção de tabelas. A análise do Modelo Demanda Controle foi então realizada de duas formas: calculando demanda e controle separadamente e segundo os quadrantes propostos por Karasek.

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Regional do Cariri sob o parecer de nº 2.906.940. A pesquisa respeitou as exigências éticas: não maleficência, beneficência, justiça e equidade emanadas pela Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde – CNS.

Os participantes foram esclarecidos sobre os objetivos da pesquisa, com o direito de recusar-se a participar do estudo, sem que isto lhe resultasse em nenhuma penalidade, pois foi respeitada a sua liberdade de decisão, podendo, ainda, ter acesso às informações colhidas para esclarecimento de possíveis dúvidas. Por meio do seu TCLE assinado, a pesquisa foi autorizada, ficando uma via com o participante e a outra com os pesquisadores. A coleta de dados foi iniciada após o parecer favorável do CEP.

3. Resultados

De acordo com a tabela abaixo, que trata do perfil sociodemográfico, dos 60 alunos regularmente matriculados nos Programas de pós-graduação participaram do estudo 14 mestrandos e 30 residentes, totalizando 44 estudantes. Dentre o público investigado 77,27%

são do sexo feminino, 43,18% possuem entre 26 e 30 anos de idade, 70,45% são solteiros, 72,73% são católicos, apenas 9,09% possuem filhos, a maioria dos participantes (45,45%) possuem renda mensal acima de 4 salários mínimos e 84,09% moram acompanhados.

Tabela 1 - Perfil sociodemográfico dos pós-graduandos. Crato-CE, 2018.

Variáveis	N	%
Sexo		
Masculino	10	22,73
Feminino	34	77,27
Faixa etária		
20 a 25 anos	18	40,91
26 a 30 anos	19	43,18
Mais de 30 anos	07	16,91
Estado civil		
Casado	13	29,55
Solteiro	31	70,45
Crença religiosa		
Católica	32	72,73
Evangélica	03	6,82
Espírita	03	6,82
Ateu	02	4,55
Católica Espírita	01	2,27
Outra	03	6,82
Filhos		
Sim	04	9,09
Não	44	90,91
Renda		
Até um salário mínimo	01	2,27
1 a 2 salários mínimos	04	9,09
Mais de 2 até 3 salários	05	11,36
Mais de 3 até 4 salários	14	31,82
Acima de 4 salários	20	45,45
Tipo de moradia		

Casa própria	22	50,00
Casa alugada	22	50,00
Reside sozinho ou acompanhado		
Sozinho	07	15,91
Acompanhado	37	84,09

Fonte: Autores.

Na Tabela 2 (abaixo) está explícita a relação ao perfil acadêmico dos participantes do estudo, onde 45,45% tem formação acadêmica em enfermagem, tendo em vista que parte da amostra (31,32%) faz parte do mestrado acadêmico em Enfermagem e a Residência Multiprofissional em Saúde Coletiva abrange seis áreas da saúde, incluindo também a enfermagem. No que se refere ao tempo de formação em anos, percebe-se que 40,91% da amostra possui de 1 a 2 anos de formados. 84,09% dos participantes recebem bolsa, e essa expressividade deve-se ao fato da maioria dos participantes serem do Programa de Residência, onde todos os alunos recebem esse auxílio. 68,18% da amostra tem carga horária semanal de 60 horas em regime de dedicação exclusiva. Apenas 13,64% desempenham alguma atividade profissional (trabalho), destes, a maioria como professor universitário (substituto).

Tabela 2 - Perfil acadêmico dos participantes do estudo. Crato-CE, 2018.

Variáveis	N	%
Formação		
Biologia	05	11,36
Educação física	06	13,64
Enfermagem	20	45,45
Farmácia	04	9,09
Fisioterapia	05	11,36
Nutrição	04	9,09
Tempo de formado		
Menos de um ano	05	11,36
1 a 2 anos	18	40,91
2 a 3 anos	03	6,82
3 a 4 anos	04	9,09
4 a 5 anos	09	20,45
Mais de cinco anos	05	11,36
Pós-graduação		
PMAE	14	31,82
RMPSC	30	68,18
Recebe bolsa		
Sim	37	84,09
Não	07	15,91
Carga horária semanal		
Integral (40h) com dedicação exclusiva	05	11,36
Integral (40h) sem dedicação exclusiva	04	9,09
Integral (60h) com dedicação exclusiva	30	68,18
Integral (60h) sem dedicação exclusiva	05	11,36
Trabalha		
Sim	06	13,64
Não	38	86,36

Fonte: Autores.

No tocante ao estilo de vida dos estudantes (Tabela 3), observa-se que apenas 4,55% são tabagistas, mas 59,09% consomem bebida alcoólica, tendo, a maioria, consumido bebida alcoólica no último mês, mas o consumo foi menor que uma vez por semana. Com relação à prática de exercícios físicos, nota-se que 38,64% consideram-se sedentários.

Tabela 3 - Estilo de vida dos participantes do estudo. Crato-CE,2018.

Variáveis	N	%
Fuma		
Sim	02	4,55
Não	42	95,45
Consome bebida alcóolica		
Sim	26	59,09
Não	18	40,91
Prática de exercícios físicos		
Sedentário	17	38,64
Pratica raramente	06	13,64
Pratica diariamente	10	22,73
Pratica semanalmente	10	22,73
Atleta	01	2,27

Fonte: Autores.

Os escores obtidos para cada dimensão do *Job Stress Scale (JSS)* avaliada em todos os entrevistados são apresentados na Tabela 4, mostrando um escore total de 53,0. A análise mostrou uma alta demanda psicológica com escore de 14,9, um alto discernimento intelectual com escore de 13,4, e uma baixa autoridade sobre decisões com escore de 4,9. No entanto, fazendo-se a soma do discernimento intelectual com a autoridade sobre decisões, que corresponde à dimensão “controle”, obteve-se um alto escore (18,3), correspondendo a um alto controle. A análise também evidenciou um alto apoio social, com escore de 19,7.

Tabela 4 - Escore da Escala de Estresse dos entrevistados, 2018.

DIMENSÕES DA ESCALA		ESCORE OBTIDO	VARIAÇÃO	MÉDIA
Demanda psicológica		14,9	5 a 20	12,5
Controle	Discernimento intelectual	13,4	4 a 16	10
	Autoridade	4,9	2 a 8	5
Apoio social		19,7	6 a 24	15
TOTAL		53,0	17 a 68	42,5

Fonte: Autores.

O trabalho com alta demanda psicológica esteve presente em 87, 3% (n=38) dos pós-graduandos (Tabela 5). De maneira geral, os programas de pós-graduação, principalmente em nível de mestrado acadêmico e de Residência Multiprofissional, costumam exigir bastante dos seus alunos. Em relação à resolução dos questionários, o maior índice de alunos respondeu que na maior parte das vezes tem que fazer as tarefas de trabalho com muita rapidez e tem que

trabalhar intensamente. Além disso, responderam que o trabalho exige muito deles, e que às vezes não tem tempo suficiente para cumprir todas as suas tarefas, além do trabalho apresentar exigências contraditórias ou discordantes às vezes.

Nesse sentido, o trabalho de alta demanda é justificado por todas as situações acima supracitadas, que são pressões de natureza psicológica. E, para que essas pressões não acarretem prejuízos à saúde dos estudantes, é necessário que estes tenham controle adequado diante de todas estas demandas, o que de fato ocorreu na amostra pesquisada, na qual se observou também um alto controle no trabalho.

Tabela 5 - Resultado do domínio demanda psicológica por questões.

Demanda psicológica	Baixo		Alto	
	N	%	N	%
1. Frequência para fazer tarefas com muita rapidez	3	6,8	41	93,2
2. Produzir muito em pouco tempo	2	4,5	42	95,5
3. Seu trabalho exige demais de você	2	4,5	42	95,5
4. Tempo suficiente para cumprir tarefas	8	18,2	36	81,8
5. Exigências contraditórias ou discordantes	13	29,5	31	70,5
Média	06	12,7	38	87,3

Fonte: Autores.

O alto controle, representado pela junção do discernimento intelectual com a autoridade sobre decisões, esteve presente em 81,4% dos pós-graduandos, como mostra a tabela abaixo (Tabela 6).

Tabela 6 - Resultado do domínio controle por questões.

		Baixo		Alto	
Controle		N	%	N	%
Discernimento intelectual	6. Aprende coisas novas	0	0,0	44	100,0
	7. Seu trabalho exige muita habilidade	1	2,3	43	97,7
	8. Seu trabalho exige que tome iniciativas	0	0,0	44	100,0
Autoridade	9. Repetição de tarefas	7	15,9	37	84,1
	10. Pode escolher como fazer seu trabalho	13	29,5	31	70,5
	11. Pode escolher o que fazer no seu trabalho	20	45,5	24	54,5
	Média	8	18,6	36	81,4

Fonte: Autores.

No que concerne à terceira dimensão do JSS, observou-se que a grande maioria dos pós-graduandos (90,9%) apresenta um alto apoio social, o que indica bom relacionamento com os colegas e os orientadores (Tabela 7).

Tabela 7 - Resultado do domínio apoio social,

		Baixo		Alto	
Apoio social		N	%	N	%
12. Ambiente calmo e agradável onde trabalho		18	40,9	26	59,1
13. Relacionam-se bem uns com os outros		3	6,8	41	93,2
14. Posso contar com o apoio dos meus colegas		5	11,4	39	88,6
15. Se eu não estiver num bom dia, meus colegas compreendem.		9	20,5	35	79,5
16. Relaciono-me bem com meus chefes (professores/orientadores...)		1	2,3	43	97,7
17. Eu gosto de trabalhar com meus colegas		2	4,5	42	95,5
Média		4	9,1	40	90,9

Fonte: Autores.

A categoria dos quadrantes do Modelo Demanda-Controle que incluiu o maior número de pessoas foi o Trabalho Ativo que combina alta demanda com alto controle (77,27%), como indica a Tabela 8.

A segunda maior proporção encontrada foi na baixa exigência (13,64%), que combina baixa demanda com alto controle, sendo considerada a situação ideal de baixo desgaste, ou

seja, é a situação mais confortável para o indivíduo. Ninguém se enquadrou no trabalho passivo, o que é outro fato positivo, visto que esse tipo de combinação é o segundo com maior potencial danoso para o indivíduo, ficando atrás somente do trabalho de alta exigência. No entanto, 9,09% da amostra se enquadraram no perfil de alta exigência, o que se configura, apesar da baixa porcentagem, um fato preocupante, uma vez que tem grande potencial danoso. Deve-se estar atento a esse fato, e reforçar a importância do apoio social para o enfrentamento do estresse, bem como de outras condutas e estratégias que visem o bem-estar dos alunos.

Tabela 8 - Resultado do MDC dos participantes, 2018.

Variáveis	N	%
Modelo Demanda-Controle		
Trabalho passivo	0	0
Baixa exigência	6	13,64
Trabalho ativo	34	77,27
Alta exigência	4	9,09

Fonte: Autores.

Dessa forma, na análise dos quadrantes do MDC, observou-se um trabalho ativo (Figura 2), em que o estudante tem autonomia sobre seu ritmo de trabalho, apesar da alta demanda. É uma situação considerada boa e pouco desgastante, na qual o estudante tem motivação para desenvolver novos comportamentos.

Figura 2 - Grau de controle.

		Demanda psicológica	
		Baixa	Alta
Grau de controle	Alta	Baixo desgaste	Trabalho ativo
	Baixa	Trabalho passivo	Alto desgaste

4. Discussão

No tocante à caracterização da amostra quanto ao perfil sociodemográfico, os resultados demonstrados nesta pesquisa mostraram que os alunos dos programas de pós-graduação da área da saúde da URCA são relativamente jovens com predomínio das faixas etárias de 20 a 25 anos e 26 a 30 anos, e que há grande predominância de mulheres (77,27%) em relação aos homens (22,73%). Malagris et al (2009) explica que essa relativa pouca idade pode estar ligada ao fato de os estudantes buscarem a pós-graduação logo após o término da graduação ou pouco tempo depois. O mesmo autor ainda refere que a necessidade por bolsa para complementar a renda, pela falta de emprego logo que se formam é outro motivo que os levam ao ingresso precoce na pós-graduação. Esse fato também pode ser explicado pela alta competitividade existente no mercado de trabalho atualmente, que cada vez mais buscam por profissionais mais qualificados. O interesse pela continuidade do desenvolvimento de pesquisas na área da saúde também pode ser um motivo que explica esse fato.

A predominância do sexo feminino nos programas de pós-graduação da área da saúde mostra o quanto tem se ampliado o papel da mulher na sociedade e o quanto estas estão buscando por posições mais elevadas em nível de qualificação profissional. Dados da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), de 2016, sobre o Sistema Nacional de Pós-Graduação indicam que as mulheres são maioria nessa modalidade da educação brasileira, e somente na modalidade de mestrado acadêmico, as mulheres somaram aproximadamente 12 mil matrículas a mais que os homens (CCS/CAPES, 2018).

O evento da maioria dos participantes serem solteiros (70,45%) e não possuírem filhos (90,91%) pode estar relacionado ao fato de serem relativamente jovens, em busca de uma qualificação profissional e maior estabilidade financeira. Esses dados corroboram com o estudo de Malagris et al (2009), na qual a maioria dos alunos de pós-graduação pesquisados eram solteiros (65%) e sem filhos (79,1%).

O fato do maior número de católicos (72,73%) entre a amostra pode ser explicado pelo catolicismo ainda ser umas das religiões mais difundidas no mundo. Só no Brasil, os resultados do censo demográfico de 2010 do IBGE, mostram que a religião Católica Apostólica Romana permanece majoritária em relação às demais (65,0%).

A renda mensal maior que quatro salários mínimos esteve presente em 45,45% da amostra, podendo este acontecimento estar ligado ao fato de alguns alunos desempenharem alguma atividade profissional (trabalho) e/ou receberem auxílio (bolsa) que se somando com a

renda familiar mensal geraria este valor. O fato de morar acompanhado (84,09%) também pode ter interferência nesse resultado. Morar acompanhado da família ou de colegas, com exceção dos que se declararam casados, pode refletir uma instabilidade financeira, na qual não se tem condições de arcar com muitas despesas individualmente, mas também pode estar relacionado a aspectos psicológicos ou afetivos de não querer morar só ou não querer desapegar de algo ou alguém.

Como já mencionado, apesar da Residência multiprofissional abranger seis áreas de atuação, houve predomínio da enfermagem por conta de o programa de mestrado acadêmico ser nessa área. A maioria da amostra tem pouco tempo de formado (1 a 2 anos), o que reforça a ideia da alta exigência e competitividade no mercado de trabalho. Dessa forma, o quanto antes o aluno buscar por pós-graduações no intuito de se qualificar, mais chances terá de introduzir-se no mercado. Além disso, possuir um título de pós-graduação é interessante para quem deseja uma melhor remuneração.

Verificou-se que 84,09% dos alunos recebem bolsa, destes, 68,18% correspondem a RMPSC, pois o programa oferece bolsa a todos os seus alunos, e o restante corresponde aos alunos do PMAE, onde nem todos recebem esse auxílio. Dessa forma, pode-se perceber que um percentual pequeno de alunos do PMAE recebe bolsa. Malagris et al (2009) refere que esses números revelam que esses programas ainda são carentes no que se refere ao recebimento de bolsas. O mesmo autor ainda fala na necessidade de implementação de políticas no intuito de ampliar a concessão de bolsas, visando maior aproveitamento do aluno que poderá se dedicar as atividades da pós-graduação.

86,36% dos alunos pesquisados não desempenham nenhuma atividade profissional além da pós-graduação. Isso se deve ao fato da maioria dos alunos serem bolsistas com dedicação exclusiva, o que impossibilita que trabalhem. Contudo, estes alunos podem ter melhor desempenho nas suas atividades, tendo em vista o tempo maior que podem dedicar a estas.

Em relação à carga horária dos estudantes, notou-se que a maioria (68,18%) tem regime de 60 horas semanais com dedicação exclusiva, sendo que todos estes são alunos da residência.

Em uma pesquisa realizada com graduandos de cursos da área da saúde de uma universidade pública, no intuito de estimar a proporção do tabagismo, do alcoolismo e do sedentarismo, bem como seus fatores associados, percebeu-se uma semelhança muito grande com os resultados deste trabalho. Aqui, obteve-se um número muito positivo de não fumantes (95,45%), corroborando com o estudo de Guimarães et al (2017), no qual a porcentagem de

não fumantes foi de 91,8%. Assim, percebe-se que desde a graduação os estudantes da área da saúde não têm o tabagismo como um hábito de vida, possivelmente por conhecerem e serem futuros disseminadores dos malefícios desse hábito para a saúde.

Em contrapartida, os dados não foram tão positivos em relação ao consumo de bebidas alcólicas, na qual a porcentagem de alcoolismo foi de 59,09%, com consumo de álcool no último mês não ultrapassando uma vez por semana. Não foi encontrado na literatura dados sobre a prevalência do consumo de álcool entre pós-graduandos, mas existem muitos estudos sobre essa prevalência entre universitários. Dessa forma, é importante que sejam realizados mais estudos para avaliar essa prevalência no público em questão, visto as repercussões que esta pode ter sobre a vida do indivíduo.

No estudo de Guimarães et al (2017) com graduandos de cursos da área da saúde, a maior parte da amostra (48,5%) estava na zona de médio risco em relação ao etilismo, e 11,5% estavam na zona de alto risco, levando em consideração o instrumento utilizado para avaliar esse consumo. Nesse sentido, pode-se inferir que o alcoolismo mesmo sendo “social” pode a médio ou longo prazo acarretar riscos e agravos à saúde do estudante, que inicia esse consumo logo cedo, em especial se este possuir outros fatores de risco ou predisposições, como histórico familiar. Neves, Teixeira & Ferreira (2015), concluíram em seu estudo sobre fatores e motivação para o consumo de bebidas alcólicas logo na adolescência, que a diversão, a companhia de amigos e a fuga da realidade são as principais intenções para o consumo, e, além disso, eles conheciam os riscos do alcoolismo.

No que diz respeito à prática de exercícios físicos, notou-se neste estudo que boa parte dos estudantes de pós-graduação consideram-se sedentários (38,64%), porém 22,73% relataram praticar diariamente e 22,73% relataram à prática semanal de atividade física. Percebe-se que os valores são bem divididos, no entanto a taxa de sedentários chama a atenção, pois se trata de um fator de risco, principalmente para obesidade e problemas do aparelho circulatório.

Estudos demonstram que a inatividade física é um grande problema de saúde pública, estando associada a uma série de problemas de saúde como hipertensão arterial, diabetes, obesidade, infarto agudo do miocárdio, câncer de cólon e de mama, depressão, ansiedade, alterações de humor, dentre outros, o que gera um ônus muito grande ao sistema de saúde, repercutindo também na economia. Dessa forma, o indivíduo sedentário não pode ser considerado saudável, sendo a atividade física na vida do homem essencial para manutenção do funcionamento fisiológico do organismo. É de baixo custo e uma das estratégias mais difundidas em termos de promoção da saúde e prevenção de agravos (Gualano & Tinucci,

2011).

Diante dos resultados obtidos no tocante ao estilo de vida dos estudantes de pós-graduação da área da saúde, pode-se dizer que estes, apesar do não tabagismo, possuem dois fatores de risco importantes, o consumo de bebidas alcóolicas e o sedentarismo. Por serem da área da saúde, têm conhecimento sobre os fatores em questão e os malefícios advindos desses hábitos, porém os praticam. Dessa forma, é necessário ter um olhar mais sensível diante dessa questão e uma preocupação quanto à qualidade de vida desses profissionais/alunos que irão inserir-se futuramente no mercado. O incentivo a prática de atividades físicas pode ser uma alternativa inicial.

As altas demandas psicológicas podem interferir na qualidade de vida, e também pode ser um fator desencadeante do estresse, principalmente quando está relacionada à falta ou baixo controle nas atividades e quando se percebe um baixo apoio social (Kogien & Cedaro, 2014). Esta pesquisa resultou em altas demandas psicológicas e alto controle, que segundo o modelo teórico utilizado neste estudo, indica um trabalho ativo com baixo desgaste. Estes dados são semelhantes ao do estudo de Ribeiro et al (2018) que pesquisou o estresse ocupacional entre trabalhadores de saúde de um hospital universitário, no qual os participantes apresentaram alta demanda e alto controle, indicando um trabalho ativo.

Entretanto, considera-se um trabalho “ideal” aquele que possui baixa demanda psicológica e alto controle sobre essas demandas, combinada ainda com o alto apoio social no ambiente de trabalho (Alves et al, 2004). Porém, quando falamos em demandas da pós-graduação nos vem à mente as inúmeras atividades que os alunos devem participar e desenvolver, que estão bem longe de representarem pouca ou baixa demanda, o que pode gerar um pouco de desgaste se não houver domínio sobre elas.

Neste estudo, também se concluiu que os estudantes de pós-graduação possuem um alto apoio social, que exerce uma função muito positiva de atenuar os eventos estressantes, uma vez que contribui para superar as dificuldades do trabalho com mais facilidade, contribuindo para a diminuição da vulnerabilidade dos sujeitos e promovendo bem-estar emocional e psicológico (Ribeiro et al, 2018). No tocante ao apoio social, este dado não foi semelhante aos resultados encontrados no estudo de Ribeiro et al (2018), que evidenciou um baixo apoio social entre os trabalhadores da saúde.

Vale ressaltar que na literatura não foram encontrados estudos que utilizaram o modelo teórico desta pesquisa especificamente com estudantes de pós-graduação, apenas com profissionais da saúde, universitários e outros.

No entanto, um estudo realizado com enfermeiros residentes de um programa de

residência multiprofissional utilizando um instrumento semelhante mostrou uma baixa incidência de estresse entre os pesquisados. Sugerindo ainda, que esse fato pode estar relacionado ao uso de metodologias ativas no programa, a interdisciplinaridade adquirida através da incorporação de diversas categorias profissionais da saúde e principalmente a satisfação pessoal em prestar assistência de qualidade e integral à comunidade (Silva & Mergulhão Silveira, 2017).

O trabalho com alta demanda psicológica esteve presente em 87, 3% (n=38) dos pós-graduandos (Tabela 5). De maneira geral, os programas de pós-graduação, principalmente em nível de mestrado acadêmico e de Residência Multiprofissional, costumam exigir bastante dos seus alunos. Em relação à resolução dos questionários, o maior índice de alunos respondeu que na maior parte das vezes tem que fazer as tarefas de trabalho com muita rapidez e tem que trabalhar intensamente. Além disso, responderam que o trabalho exige muito deles, e que às vezes não tem tempo suficiente para cumprir todas as suas tarefas, além do trabalho apresentar exigências contraditórias ou discordantes às vezes.

Nesse sentido, o trabalho de alta demanda é justificado por todas as situações acima supracitadas, que são pressões de natureza psicológica. E, para que essas pressões não acarretem prejuízos à saúde dos estudantes, é necessário que estes tenham controle adequado diante de todas estas demandas, o que de fato ocorreu na amostra pesquisada, na qual se observou também um alto controle no trabalho.

No que concerne à terceira dimensão do JSS, observou-se que a grande maioria dos pós-graduandos (90,9%) apresenta um alto apoio social, o que indica bom relacionamento com os colegas e o orientador (Tabela 7). Autores referem que o relacionamento interpessoal entre os integrantes de um grupo é fator decisivo nas vivências de satisfação, insatisfação e êxito no trabalho. Sendo assim, se relacionar bem com os colegas e com o seu superior contribui para transformar o sofrimento em prazer e satisfação no trabalho (Rocha, Souza & Teixeira, 2015).

A importância do apoio social no processo de trabalho entre esse público deve ser reconhecida, estimulando a formação dessa rede de apoio não somente entre o grupo de colegas de trabalho, mas também entre os familiares e amigos, no intuito de diminuir a vulnerabilidade destes indivíduos ao estresse laboral, contribuindo para aumentar a qualidade de vida destes (Ribeiro et al, 2018).

Nesta pesquisa foram utilizados os quadrantes do modelo demanda controle proposto por Karasek & Theorell (1990) como forma de avaliar o estresse psicossocial no trabalho (pós-graduação).

O trabalho ativo é considerado pouco desgastante, pois apesar de vivenciarem altas demandas, os indivíduos apresentam maiores níveis de satisfação no trabalho e menores níveis de estresse, pois possuem controle sobre suas atividades e percebem as demandas como oportunidades de aumentar sua competência, autoeficácia, crescimento pessoal e desenvolvimento ou aperfeiçoamento de suas habilidades (Kogien & Cedaro, 2014).

Apesar da alta exigência ao profissional/aluno, possibilita que o mesmo tenha alto controle, ou seja, poder de decisão, fazendo com que desenvolva suas potencialidades. Este tipo de trabalho pode causar efeitos benéficos ao trabalhador, tais como: desenvolvimento, aprendizado, melhoria da produtividade, aumento da energia e vitalidade, disposição e capacidade para a resolução de problemas (Giannini, 2010; Alves, 2004).

Resultados semelhantes foram encontrados no estudo de Silva & Yamada (2008) com profissionais de uma unidade de internação de um hospital-escola, na qual o resultado demonstrou alta demanda e alto controle, resultando em um trabalho ativo. No entanto, o apoio social foi baixo, diferentemente deste estudo que foi positivo para a dimensão de apoio social. O estudo de Ribeiro et al (2018) com trabalhadores da saúde de um hospital universitário também evidenciou alta demanda e alto controle do trabalho, mas baixo apoio social, o que deixa os profissionais mais expostos a condições de estresse.

Pode-se dizer que os programas investigados nesta pesquisa, apesar de demandarem muito aos alunos, tem o apoio social como um suporte, além dos alunos apresentarem bom controle sobre as exigências, o que leva ao controle do estresse e a maior motivação relacionada às atividades desempenhadas no programa. Além disso, os resultados podem variar de região para região, ou de programa para programa, nos quais as realidades podem ser diferentes. Os resultados encontrados neste estudo geraram surpresa e impactaram de uma forma positiva, pois a maioria dos estudos encontrados sobre essa temática apontou a presença de estresse significativo nos estudantes (Lameu, Salazar & Souza, 2016; Paulino et al, 2010; Aguiar et al, 2009; Santos & Alves Júnior, 2007; Faro, 2013).

A segunda maior proporção encontrada foi na baixa exigência (13,64%), que combina baixa demanda com alto controle, sendo considerada a situação ideal de baixo desgaste, ou seja, é a situação mais confortável para o indivíduo. Ninguém se enquadrou no trabalho passivo, o que é outro fato positivo, visto que esse tipo de combinação é o segundo com maior potencial danoso para o indivíduo, ficando atrás somente do trabalho de alta exigência. No entanto, 9,09% da amostra se enquadraram no perfil de alta exigência, o que se configura, apesar da baixa porcentagem, um fato preocupante, uma vez que tem grande potencial danoso. Deve-se estar atento a esse fato, e reforçar a importância do apoio social para o

enfrentamento do estresse, bem como de outras condutas e estratégias que visem o bem-estar dos alunos.

Situações envolvendo baixo controle sobre o trabalho, como o que ocorre nos trabalhos de alta exigência e passivo, repercutem na falta de desafios. Isso favorece o aumento de riscos à saúde dos trabalhadores envolvidos e consequentemente redução do interesse, participação, habilidades e capacidade de tomar decisões e soluções no enfrentamento dos problemas laborais (Fernandes, 2016).

5. Considerações Finais

O presente estudo se propôs a investigar o estresse em estudantes de pós-graduação da área da saúde. Notou-se que os estudantes apresentaram alta demanda e alto controle, se enquadrando na categoria de trabalho ativo, na qual o estudante tem motivação para desenvolver suas potencialidades, tem controle seu ritmo de trabalho, apresenta-se mais satisfeito e, portanto, não é considerada uma situação desgastante e estressante. Verificou-se, ainda, em relação à outra dimensão do instrumento, um alto apoio social, condição muito importante e necessária para o controle do estresse.

Dessa forma, este estudo foi importante em possibilitar o desenho de um perfil completo desses estudantes, em especial o relacionado à saúde mental, que infelizmente ainda é uma área bastante negligenciada pelos profissionais da saúde. Pensando num contexto mais amplo, é possível que se pense em estratégias para a promoção da saúde desses estudantes, pensando-se na saúde no seu conceito ampliado, pois assim contribuirão para que os profissionais ingressem no mercado gozando de plena saúde e prestando um cuidado de qualidade à comunidade.

Referências

- Aguiar, S. M., Vieira, A. P. G. F., Vieira, K. M. F., Aguiar, S. M., Nóbrega, J. O. (2009). Prevalência de sintomas de estresse nos estudantes de medicina. *J Bras Psiquiatr.*, 58 (1), 34-8. doi: 10.1590/S0047-20852009000100005.
- Alves, M. G. M., Chor, D., Faerstein, E., Lopes, C. S., Werneck, G. L. (2004). Versão resumida da “job stress scale”: adaptação para o português. *Rev Saúde Pública*, 38 (2), 164-7. doi: 10.1590/S0034-89102004000200003.

Censo Demográfico. (2012). *Características gerais da população, religião e pessoas com deficiência*. Rio de Janeiro: IBGE. Disponível em: <<https://biblioteca.ibge.gov.br/pt/biblioteca-catalogo?view=detalhes&id=794>> Acesso em: 23 jul. 2018.

CSS/CAPES – Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior. (2018). *Mulheres permanecem como maioria na pós-graduação brasileira*. Disponível em: <http://www.capes.gov.br/sala-de-imprensa/noticias/8787-mulheres-permanecem-como-maioria-na-pos-graduacao-brasileira>. Acesso em: 23 jul. 2018.

Faro, André. (2013). Estresse e Estressores na Pós-Graduação: Estudo com Mestrandos e Doutorandos no Brasil. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 29 (1), 51-60. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722013000100007>. Acesso em: 01 set. 2018.

Fernandes, G. A. B. (2016). Demandas psicológicas, controle e apoio social no trabalho de agentes comunitários de saúde. 2016. 131f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem). Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Juiz de Fora. Minas Gerais.

Giannini, S. P. P. (2010). Distúrbio de voz relacionado ao trabalho docente: um estudo caso-controle. 2010. 129f. Tese (Doutorado em Saúde Pública). Faculdade de Saúde Pública da USP. São Paulo. Disponível em: <<https://teses.usp.br/teses/disponiveis/6/6132/tde-24052010-083813/pt-br.php>>. Acesso em: 19 ago. 2018.

Gil, A. C. (2008). *Métodos e técnicas de pesquisa social*. São Paulo: Atlas.

Gualano, B., & Tinucci, T. (2011). Sedentarismo, exercício físico e doenças crônicas. *Rev. bras. Educ. Fís. Esporte*, 25, 37-43. doi: 10.1590/S1807-55092011000500005.

Guimarães, M. R., Batista, A. M. O., Santos, I. M. S., Vale, M. P. S. S., Moura, I. H., Silva, A. R. V. (2017). Estilo de Vida e Fatores Associados Entre Estudantes Universitários. *Rev enferm UFPE on line*, 11 (8), 3228-35. doi: 10.5205/reuol.11135-99435-1-ED.1108sup201706.

Karasek R. A., & Theorell, T. (1990). *Healthy work. Stress, productivity and the reconstruction of working life*. New York: Basic Book.

Kogien, M., & Cedaro, J. J. (2014). Pronto-socorro público: impactos psicossociais no domínio físico da qualidade de vida de profissionais de enfermagem. *Rev. LatinoAm. Enfermagem*. doi: 10.1590/0104-1169.3171.2387.

Lameu, J. N., Salazar, T. L & Souza, W. F. (2016). Prevalência de sintomas de stress entre graduandos de uma universidade pública. *Psic. da Ed*, 42 (1), 13-22. doi: 10.5935/2175-3520.20150021.

Malagris, L. E. N., Suassuna, A. T. R., Bezerra, D. V., Hirata, H. P., Monteiro, J. L. F., Silva, L. R., Lopes, M. C. M., Santos, T. S. (2009). Níveis de estresse e características sociobiográficas de alunos de pós-graduação. *Psicologia em Revista*, 15 (1), 184-203. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-11682009000200012>. Acesso: 25 jul. 2018.

Neves, K. C; Teixeira, M. L. O & Ferreira, M. A. (2015). Fatores e motivação para o consumo de bebidas alcoólicas na adolescência. *Esc Anna Nery*, 19 (2), 286-291. doi: 10.5935/1414-8145.20150038.

Paulino, C. A., Prezotto, A. O., Frias, A., Bataglia, P. R., Aprile, M. R. (2010). Sintomas de estresse e tontura em estudantes de pós-graduação. *Revista Equilíbrio Corporal e Saúde*, 2 (1), p. 15-26. Disponível em: <<https://revista.pgsskroton.com/index.php/reces/article/view/164>>. Acesso em 22 ago. 2018.

Ribeiro, R. P., Marziale, M. H. P., Martins, J. T., Gladino, M. J. Q., Ribeiro, P. H. V. (2018). Estresse ocupacional entre trabalhadores de saúde de um hospital universitário. *Rev Gaúcha Enferm*, 39 (65127), 1-6. Disponível em: doi: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2018.65127>. Acesso em: 18 ago. 2018.

Rocha, A. P. F; Souza, K. R & Teixeira, L. R. (2015). A saúde e o trabalho de médicos de UTI neonatal: um estudo em hospital público no Rio de Janeiro. *Physis*, 25 (3), 843-62. doi:

10.1590/S0103-73312015000300009.

Santos, A. F., & Alves Júnior, A. (2007). Estresse e Estratégias de Enfrentamento em Mestrandos de Ciências da Saúde Psicologia. *Reflexão e Crítica*, 20 (1), 104-113. doi: 10.1590/S0102-79722007000100014.

Silva, D. S., Mercês, M. C., Souza, M. C., Gomes, A. M. T., Lago, S. B., Beltrame, M. (2019). Síndrome de Burnout em residentes multiprofissionais em saúde. *Rev enferm UERJ*. 27 (43737), 1-9. doi: 10.12957/reuerj.2019.43737.

Silva, M. R. A., & Mergulhão Silveira, P. R. R. (2017). Estresse Ocupacional Em Enfermeiros Residentes De Um Programa De Residência Multiprofissional Em Saúde Da Família. *Revista Brasileira de Inovação Tecnológica em Saúde*, 7 (1), 1-12. doi:10.18816/r-bits.v7i1.11681.

Silva, L. G., & Yamada, K. N. (2008). Estresse ocupacional em trabalhadores de uma unidade de internação de um hospital-escola. *Cienc cuid saúde*, 7 (1), 98-105. doi: 10.4025/cienccuidsaude.v7i1.4912.

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Magna Monique Silva Santos – 30%

João Márcio Fialho Sampaio – 15%

Francisco Elizauo Brito Júnior – 10%

José Cícero Cabral de Lima Júnior – 5%

Sheron Maria Silva Santos – 5%

Silvânia Miranda da Silva – 5%

Lázaro Ranieri de Macêdo – 5%

Thaís da Conceição Pereira – 5%

Isis Gondim Trajano Duarte – 5%

Fernanda Leite Siebra – 5%

Gabriel Fernandes Pereira – 5%

Daniel Fernandes Pereira – 5%