



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS I – CAMPINA GRANDE
CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS - CCSA
CURSO DE GRADUAÇÃO DE CIÊNCIAS CONTÁBEIS**

RAFAELA MORGANNA FERREIRA DOS SANTOS

**UM ESTUDO EM RELAÇÃO AO ESTRESSE E A SAÚDE MENTAL
DOS PROFISSIONAIS CONTÁBIL NO MUNICÍPIO DE CAMPINA GRANDE/PB**

**CAMPINA GRANDE-PB
2020**

RAFAELA MORGANNA FERREIRA DOS SANTOS

**UM ESTUDO EM RELAÇÃO AO ESTRESSE E A SAÚDE MENTAL
DOS PROFISSIONAIS CONTÁBIL NO MUNÍCIPIO DE CAMPINA GRANDE/PB**

Trabalho de Conclusão de Curso -TCC
apresentada ao Curso de Ciências Contábeis,
da Universidade Estadual da Paraíba, como
requisito parcial para obtenção do grau de
bacharel em Ciências Contábeis.

Orientador: Prof. Msc. Gilberto Franco de Lima Júnior.

**CAMPINA GRANDE
2020**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S237u Santos, Rafaela Morganna Ferreira dos.
Um estudo em relação ao estresse e a saúde mental dos profissionais contábil no município de Campina Grande/PB [manuscrito] / Rafaela Morganna Ferreira dos Santos. - 2020.
31 p.
Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Ciências Contábeis) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Sociais Aplicadas, 2020.
"Orientação : Prof. Me. Gilberto Franco de Lima Júnior , Coordenação do Curso de Ciências Contábeis - CCSA."
1. Estresse ocupacional. 2. Profissional Contábil. 3. Contabilidade. I. Título
21. ed. CDD 657

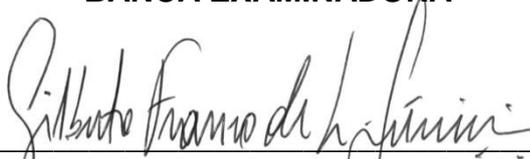
RAFAELA MORGANNA FERREIRA DOS SANTOS

**UM ESTUDO EM RELAÇÃO AO ESTRESSE E A SAÚDE MENTAL
DOS PROFISSIONAIS CONTÁBIL NO MUNICÍPIO DE CAMPINA GRANDE/PB**

Trabalho de Conclusão de Curso -TCC
apresentada ao Curso de Ciências Contábeis,
da Universidade Estadual da Paraíba, como
requisito parcial para obtenção do grau de
bacharel em Ciências Contábeis.

Aprovada em: 27/11/2020.

BANCA EXAMINADORA



Prof. Me. Gilberto Franco de Lima Junior (Orientador)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Me. José Luis de Souza
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Profa. Me. Adria Tayllo Alves Oliveira
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

A minha mãe e avó, pelos esforços para me dar uma educação digna, DEDICO.

“O êxito da vida não se mede pelo caminho que você conquistou, mas sim pelas dificuldades que superou no caminho. ”
(Abraham Lincoln).

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

QUADRO 1 – Atribuições dos contabilistas	14
QUADRO 2 – Atribuições compartilhadas pelo profissional contador	15
QUADRO 3 – Reações causadas pelos estresses baixo, ideal e alto	16
GRÁFICO 1 - Gênero	19
GRÁFICO 2 - Idade	19
GRÁFICO 3 - Escolaridade.....	20
GRÁFICO 4 – Função exercida	20
GRÁFICO 5 – Tempo de serviço	21
GRÁFICO 6 – Atividade extra.....	21

LISTA DE TABELAS

TABELA 1 – Escala de estresse ocupacional	22
--	-----------

LISTA DE SIGLAS

CFC Conselho Federal de Contabilidade

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	11
2 REFERENCIAL TEORICO	12
2.1 O Conceito da Contabilidade.....	12
2.2 O Profissional Contábil	13
2.3 A função do Contador e suas reponsabilidades	14
2.4 Estresse Ocupacional.....	16
2.5 Estresse, suas causas e consequências no ambiente profissional	18
3 METODOLOGIA.....	19
3.1 Coleta de dados.....	20
4 ANÁLISE DE DADOS	20
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	24
REFERENCIAS	26

UM ESTUDO EM RELAÇÃO AO ESTRESSE E A SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS CONTÁBIL NO MUNICÍPIO DE CAMPINA GRANDE/PB

Rafaela Morganna Ferreira dos Santos¹*

RESUMO

O estresse é comum nas empresas e, faz parte do cotidiano enfrentar momentos de maior apreensão. Um ambiente empresarial ruim e a discordância de regras no trabalho, o excesso de tarefas, a vida particular e a saúde mental e física colocadas em segundo plano têm impactos nos colaboradores e podem ocasionar desordem para a empresa. O presente estudo tem como objetivo geral investigar a existência do estresse ocupacional na atividade profissional dos profissionais contábil e seus principais fatores que ocasionam o estresse. Foi feita uma pesquisa de campo com abordagem qualitativa e quantitativa, em que se utilizou uma amostra localizado no município de Campina Grande/PB no ramo da Contabilidade. As informações foram obtidas por meio de questionário aplicado a uma amostra composta por 54 colaboradores da área contábil. Como principais resultados pode-se destacar que os fatores enumerados como de maior relevância são: o tempo insuficiente para realizar as atividades; cumprir tarefas que estão além da capacidade; pouca valorização dos funcionários por parte dos superiores e pouca perspectivas de crescimento na carreira.

Palavras-chave: Estresse Ocupacional, Profissional Contábil, Agentes Estressores.

ABSTRACT

Stress is common in companies and, it is part of everyday life to face moments of greater apprehension. A bad business environment and the disagreement of rules at work, excessive tasks, private life and mental and physical health placed in the background have impacts on employees and can cause disorder for the company. The present study aims to investigate the existence of occupational stress in the professional activity of accounting professionals and their main factors that cause stress. A field survey was carried out with qualitative and quantitative approach, in which a sample was used located in the municipality of Campina Grande/PB in the field of Accounting. The information was obtained by means of a questionnaire applied to a sample composed of 54 employees in the accounting area. As main results it can be highlighted that the factors listed as of greatest relevance are: insufficient time to carry out the activities; to perform tasks beyond capacity; low employee valuation by superiors and low career growth prospects.

Keywords: Stress Occupational, Accounting Professional, Stress Agents.

* Aluna de Graduação em Ciências Contábeis na Universidade Estadual da Paraíba – Campus I.
Email: rmoorganna@gmail.com

1 INTRODUÇÃO

O estresse é comum nas empresas e, faz parte do cotidiano enfrentar momentos de maior apreensão. O ambiente empresarial conturbado, a apreensão e a discordância de regras, o excesso de tarefas, são exemplos de agentes negativos que afetam a vida particular e a saúde mental e física dos colaboradores e ocasionam prejuízos no resultado da empresa. Afinal, de acordo com Tamayo (2008, p.27-28), “a sobrecarga de trabalho é uma das queixas mais habituais dos trabalhadores”, [...] podendo “acarretar exaustão e queda de desempenho”.

Essa sobrecarga, além de diminuir a execução e a qualidade do trabalho, torna o estresse parte do cotidiano das empresas e, embora não seja fácil defini-lo, há o lado positivo e o negativo, ou seja, ele pode ser bom ou ruim, uma vez que, quando controlado, pode tornar os colaboradores mais ativos, porém, quando não controlado, pode causar diversos distúrbios físicos e emocionais. (TAMAYO, 2008).

Neste sentido, as organizações estão inseridas em um ambiente competitivo e que contribui para a crescente necessidade de inovação, aumento imenso de informação bem como o melhoramento das técnicas administrativas.

Com a discordância de regras no trabalho, o excesso de tarefas e as obrigações no ambiente empresarial, a situação de vida dos profissionais fica cada vez mais comprometida, diminuindo seu rendimento, a qualidade de serviço prestado e, inversamente proporcional, aumentando o nível de estresse no indivíduo.

O estresse está diretamente ligado ao ambiente em que se encontra o indivíduo, sendo considerado um dos maiores problemas da sociedade, e segundo Chiavenato (2010), é uma palavra de origem inglesa que significa tensão, pressão e está relacionada com a carga de transtornos e aflições que certos eventos da organização, ou que estão em sua volta, provocam nas pessoas.

O estresse não aparece de uma hora para a outra, o indivíduo é bombardeado diariamente por situações repetitivas e indesejadas, como é o caso das pressões do trabalho.

“O estresse é uma defesa natural que nos ajuda a sobreviver, mas a cronicidade do estímulo estressante acarreta consequências danosas ao nosso organismo. Embora a tendência do indivíduo seja elaborar estratégias para resolvê-las, muitas vezes, ele vai se adaptando às exigências do chefe intransigente, à situação econômica difícil, aos revezes do dia a dia.” (Dra. Alexandrina Meleiro.)

De acordo com o dicionário Michaelis (2017), estresse é um estado físico e/ou psicológico provocado por agressões que provocam emocionalmente o indivíduo, levando o organismo a um nível de tensão e desequilíbrio, em consequência do aumento da adrenalina.

Para Ayres (2003), quando o agente estressor ocorre em um período curto, os benefícios podem ser positivos para o indivíduo, deixando-o mais alegre, motivado e confiante, devido a liberação de adrenalina no seu organismo, porém, quando o espaço de tempo se prolonga as consequências não são vantajosas, causando exaustão física e mental.

Partindo desse pressuposto, o tema desenvolvido delimita-se a um estudo de campo representado por uma amostra composta por profissionais da área de contabilidade situada no município de Campina Grande (PB), composta por uma população de 54 pessoas.

Dessa forma, a presente pesquisa busca responder ao seguinte questionamento: **Quais são os fatores de maiores relevâncias para a existência do estresse ocupacional nos profissionais contábil do Município de Campina Grande/PB?**

Tendo como objetivo geral apontar os fatores estressantes com mais relevância na profissão contábil, quanto aos específicos: (i) o identificar os fatores de estresse no ambiente profissional, (ii) analisar as variações pessoais do trabalho e da organização que influenciam a experiência de estresse no trabalho, sob a ótica dos profissionais e (iii) verificar a relação entre o empregador e empregado.

Acredita-se que os resultados serão importantes para demonstrar que o estresse pode sim estar presente no dia a dia dos profissionais contábeis, de modo que estes devem estar ligados aos sinais, buscando soluções e ajuda médica com o intuito de minimizar ou eliminar os riscos decorrentes do problema. O estudo encontra-se estruturado em seis seções, sendo esta primeira introdutória, seguida pela seção em que se expõe o referencial teórico. Na terceira seções apresentam-se os procedimentos metodológicos e a análise e discussão dos resultados, respectivamente. Posteriormente, na quarta seção serão apresentados os resultados da pesquisa e, na sexta, sintetizam-se as considerações finais do estudo.

2 REFERENCIAL TEORICO

A estruturação teórica desse artigo está dividida em quatro tópicos. O primeiro sobre o profissional contábil, o segundo sobre as funções e responsabilidades do contador, o terceiro visa as definições do estresse, e por fim o quarto tópico suas causas e consequências do estresse ocupacional.

2.1 O Conceito da Contabilidade

A contabilidade de fato está ligada à própria história da civilização, encontrando-se operante às primeiras manifestações de utilidade social de proteção à posse de conservação e visão do que está ocorrendo com os objetos materiais e a necessidade de registros do comércio. A origem é tão ancestral quanto à origem do *homo sapiens*, há aproximadamente 2.000 anos A.C., Contudo, mesmo antes que o homem criasse à escrita e os cálculos, ele criou a forma de epigrafe mais primitiva que foi a artística.

Sendo assim, o homem, usando de sua arte, passou a esclarecer a riqueza patrimonial, através de epigrafe nas paredes das grutas e pedaços de ossos.

“Pedaços de ossos de rena forma encontrados em razoável quantidade no sul da França e muitas grutas conservam ainda, em países da Europa e no Brasil, inscrições sobre objetos e animais. O desenho do animal ou da coisa representava a natureza da utilidade que o homem primitivo havia conquistado e guardava; os riscos que quase sempre se seguiam ao desenho da coisa ou objeto denunciavam a quantidade existente.” (SÁ, 2002, p.22)

O estudo da Contabilidade é bastante antigo, pois, o homem já se preocupava em controlar sua vida financeira, afinal, à medida que crescia a sua riqueza, era necessários procedimentos para mensurar as suas posses. Segundo Sá (1998, p. 19) “há mais de 6.000 anos o comércio já era intenso, o controle religioso sobre o estado já era grande e poderoso, daí derivando grande quantidade de fatos a registrar, ensejando, também o desenvolvimento da escrita contábil”. No princípio, os registros eram efetuados através de pequenas peças de argila.

Hendriksen e Breda (1999, p. 39) afirmam que:

O primeiro registro de um sistema completo de escrituração por partidas dobradas é encontrado nos arquivos municipais da cidade de Gênova, Itália, cobrindo o ano de 1340. Fragmentos anteriores são encontrados nas contas de Giovanni Farolfi & Companhia, uma empresa de mercadores de Florença em 1299-1300, e nas de Rinieri Fini & Irmãos, que negociavam em feiras e eram famosos em sua época na região de Champagne, na França.

Na realidade, pode-se afirmar inicialmente um conceito instrumental, a contabilidade avançou em meio à estudos de vários pesquisadores, produzindo uma ciência em função do cumprimento das formalidades lógicas necessários, dentro dos conceitos filosóficas apropriados.

Para Ribeiro (1996, p. 14), “ A contabilidade é uma ciência que permite, através de suas técnicas, manter um controle permanentemente do Patrimônio da empresa”. Dessa forma, seu propósito é fornecer informações sobre o patrimônio, averiguações essas de suas economias financeira, que ensejar as tomadas de decisões, tanto por parte dos administradores ou proprietários.

A seguir destaca-se o seguinte conceito de Gouveia (1993, p.01), “[...] contabilidade é um sistema muito bem idealizado que permite registrar as transações de uma entidade que possam ser expressas em termos monetários, e informar os reflexos dessas transações na situação econômico financeira dessa entidade em uma determinada data”.

Portanto, a importância de se registrar as transações de uma organização e em diversos fatores, onde podemos citar alguns por exemplo, o dinamismo das empresas em mudança dos seus dirigentes e do pessoal que as emprega; a necessidade de comprovação de seus registros; a autenticidade das transações ocorridas; a expectativa de revigorar com detalhes as transações ocorridas; os bens adquiridos ou o capital que os proprietários investiram no negócio, dentre outros.

2.2 O Profissional Contábil

Conforme a matéria "O Perfil do Profissional Contábil", da revista Só Contabilidade, o mercado procura um profissional com perfil dinâmico, que se atualize constantemente, com isso o interessado deve concluir o curso de graduação em Ciências Contábeis e registrar-se no Conselho Regional de Contabilidade - CRC, mediante aprovação no Exame de Suficiência.

Segundo Cardoso, Souza e Almeida (2016) existem uma série de características que o profissional contábil precisa ter, como os conhecimentos técnicos e práticos para tomada de

decisões, análises de risco, padrões de mensuração, técnicas de relacionamento, liderança, comunicação, gerenciamento de projetos. Ademais, as questões específicas da profissão, é preciso saber pensar de forma estratégica e crítica, ter conhecimentos de vários segmentos, entender normas legais e fiscais e também saber utilizar a tecnologia.

Dessa forma, o contador vem sendo visto, pelos empresários como um funcionário indireto do governo, em vista apenas para cálculos e preenchimentos de guias e formulários para atender o fisco, sendo à maior injustiça direta à profissão, com a globalização do comércio e dos serviços, esse profissional tem dentre seus deveres mostrar a sociedade o quanto à profissão foi desvalorizada, mostrando que as informações enviadas pela a contabilidade são de suma importância para a tomada de decisão.

Segundo Montaldo (apud MARION, 2001, p. 39) o contador:

Deve desempenhar aqui um papel importante nas negociações inter-regionais, assessorando, pesquisando, trazendo informações e elementos que assegurem o fluxo de informação contínua, que leva a uma tomada de decisão racional, devendo oferecer um serviço socialmente útil e profissionalmente eficiente, que não seja apenas fruto da experiência e da formação universitária recebida, mas também de seu compromisso de incrementar e renovar constantemente o caudal de seus conhecimentos em prol da unidade regional.

E quando se fala em inovar, a tecnologia e os processos que dela dependem despontam. É por razões como essa que o contador ideal está muito mais próximo do futuro que do passado. Interessante observar que essa não é uma característica restrita à contabilidade no Brasil, mas que aparece em escala global.

Assim, o profissional contábil assume funções analíticas e menos burocráticas. Se a organização era essencial para juntar papéis, não é menos importante para se dedicar às informações do cliente. Isso sem falar nos desafios da gestão do tempo.

Um contador pode atuar nas mais diversas funções dentro de uma empresa, desde imprimir o cálculo de um imposto até mesmo ser perito em alguma área, para tanto, é preciso bom conhecimento. Em um mundo tão competitivo, o contador precisa mostrar diferença e atrair novos olhares. Além de conhecer a legislação vigente, é necessário conhecimento das normas de contabilidade nacional e internacional, capacidade de trabalhar em equipe, facilidade de aprender e exercer novas funções, ter visão moderna e ampla, e o mais importante, ser responsável (AZEVEDO; CORNACCHIONE JUNIOR, 2012).

O contador deve ser considerado um dos profissionais mais éticos e prudentes da sociedade, pois em suas mãos está o controle da riqueza dos indivíduos. Os usuários podem perceber a segurança transmitida pelo trabalho do profissional contábil através das demonstrações elaboradas (SZÜSTER; SZÜSTER; SZÜSTER, 2016). Devido ao excesso de funções e exigências, prazos muito curtos e a sua importância para a sociedade, o trabalho do contador tem se tornado cansativo e conseqüentemente tem levado ao estresse.

2.3 A função do Contador e suas responsabilidades

A contabilidade tem um papel fundamental para as empresas em suas tomadas de decisão, pois através de suas demonstrações, as organizações podem mensurar o estado de suas riquezas e patrimônio.

Em suma, de acordo com Marion (2000), a função primária do profissional de contabilidade é fornecer informações contábeis aos gestores a fim de auxiliá-los nas suas tomadas de decisões. Lisboa (1997), completa que o contador fornece essas informações a diversas pessoas de acordo com seu tipo de necessidade sem visar benefício próprio.

Marion (1999) apresenta que surgem mais vagas para o profissional, mas que para ser aceito, ele deve acompanhar a evolução a área. Devem estar conectando com os outros setores da empresa, não se privando só a assuntos fiscais e contábeis.

Com relação a atividade do contador, a Resolução CFC nº. 560, de 28 de outubro de 1983, em seu capítulo 1, expõe as atribuições privativas dos contabilistas. Citam-se as dez primeiras atribuições, conforme Quadro 1.

Quadro 1 – Atribuições dos Contabilistas

1) avaliação de acervos patrimoniais e verificação de haveres e obrigações, para quaisquer finalidades, inclusive de natureza fiscal;	2) avaliação dos fundos do comércio;
3) apuração do valor patrimonial de participações, quotas ou ações;	4) reavaliações e medição dos efeitos das variações do poder aquisitivo da moeda sobre o patrimônio e o resultado periódico de quaisquer entidades;
5) apuração de haveres e avaliação de direitos e obrigações, do acervo patrimonial de quaisquer entidades, em vista de liquidação, fusão, cisão, expropriação no interesse público, transformação ou incorporação dessas entidades, bem como em razão de entrada, retirada, exclusão ou falecimento de sócios quotistas ou acionistas;	6) concepção dos planos de determinação das taxas de depreciação e exaustão dos bens materiais e dos de amortização dos valores imateriais inclusive de valores diferidos;
7) implantação e aplicação dos planos de depreciação, amortização e diferimento, bem como de correções monetárias e reavaliações;	8) regulações judiciais ou extrajudiciais;
9) escrituração regular, oficial ou não, de todos os fatos relativos aos patrimônios e às variações patrimoniais das entidades, por quaisquer métodos, técnicas ou processo;	10) classificação dos fatos para registros contábeis, por qualquer processo, inclusive computação eletrônica, e respectiva validação dos registros e demonstrações.

Fonte: Resolução do Conselho Federal de Contabilidade (CFC) nº. 560 (1983)

Além das atribuições citadas anteriormente, há também outras atividades compartilhadas pelo profissional contador, onde pode ser vista no artigo 5º da mesma Resolução, onde são relatadas as atividades compartilhadas cujo exercício são privilegio a outras profissões. O Quadro 2 apresenta alguns exemplos dessas atividades.

Quadro 2 – Atribuições compartilhadas pelo profissional Contador

1) elaboração de planos técnicos de financiamento e amortização de empréstimos, incluídos no campo da	2) elaboração de projetos e estudos sobre operações financeiras de qualquer natureza, inclusive de debêntures, leasing
---	--

matemática financeira;	e lease-back;
3) execução de tarefas no setor financeiro, tanto na área pública quanto privada;	4) elaboração e implantação de planos de organização ou reorganização;
5) organização de escritórios e almoxarifados;	6) organização de quadros administrativos;
7) estudos sobre a natureza e os meios de compra e venda de mercadorias e produtos, bem como o exercício das atividades compreendidas sob os títulos de "mercadologia" e "técnicas comerciais" ou "merceologia";	8) concepção, redação e encaminhamento, ao Registro Público, de contratos, alterações contratuais, atas, estatutos e outros atos das sociedades civis e comerciais;
9) assessoria fiscal;	10) planejamento tributário.

Fonte: Resolução do Conselho Federal de Contabilidade (CFC) nº. 560 (1983)

Dessa forma, pode se perceber que a contabilidade é de suma importância dentre das empresas, fornecendo informações para tomada de decisão, influenciando nos interesses dos seus gestores. Sendo assim precisam estar sempre se conectando com os outros setores da empresa, não se privando só a assuntos fiscais e contábeis, e assim provocando o estresse ocupacional ao exercer suas funções.

Segundo Sá (2004, p.189) sobre honestidade, assim se manifesta:

Se algo é confiado a alguém, seja o que for, passa a requerer a fiel guarda, a lealdade, a sinceridade e um propósito firme de intransigente probidade. Tudo isto se consubstancia no respeito para com o que é de terceiros, como tributo à confiança que é depositada; tais atos, quando praticados no campo da virtude, caracterizam a honestidade.

Portanto, no exercício profissional o contador não deve, em hipótese alguma, desviar-se da prática da honestidade e dignidade. A superioridade moral de um indivíduo é sem dúvida o elemento primordial em uma relação social ou profissional e faz a diferença no momento da contratação e prestação dos serviços profissionais, A honra e o pudor representam a base da correção moral de qualquer um profissional, mantendo sua independência e autonomia e assim, garantindo sua liberdade profissional.

2.4 Estresse Ocupacional

A palavra estresse tem origem na língua inglesa, stress, e quer dizer dificuldade, opressão ou aflição. Andrews (2003) fala que a definição mais aceita em relação ao problema é a de Hans Selye, que diz que o estresse é uma resposta do corpo humano a qualquer demanda, quando forçado a adaptar-se a algumas transformações. Porém, existem outros conceitos diferentes, como no latim que significa apertado, estreito, ou no francês, cuja palavra tem o significado de antigo estreitamento, opressão.

O estresse ocupacional pode ser definido como as situações de ameaças percebidas pelo trabalhador em seu ambiente de trabalho, ameaças essas que poderão interferir nas suas necessidades de realização tanto pessoal quanto profissional, ou até mesmo prejudicar sua

saúde física ou mental, gerando como consequência um desajuste deste com o seu trabalho e, por fim, com seu ambiente de trabalho (CAIAFFO, 2003).

Ayres (2003) complementa que de fato existe o estresse positivo, que pode oferecer benefícios ao indivíduo. De acordo com o autor, para ser positivo o estresse ocorre em um período curto, de modo que o indivíduo consiga ter controle da situação, se sentir motivado e energizado para desempenhar suas atividades. Afinal de contas, se ocorrer o contrário, por exemplo, sensação extrema de cansaço, fadiga, falta de controle, nervosismo, falta de atenção e concentração, pode ser indício de estresse negativo, o que pode gerar desconforto na realização das atividades do cotidiano e prejuízo do rendimento.

Uma “dose baixa” de Estresse é normal, fisiológico e desejável. Trata-se de uma ocorrência indispensável para nossa saúde e capacidade produtiva. As características desse Estresse positivo são: aumento da vitalidade, manutenção do entusiasmo, do otimismo, da disposição física, interesse, etc. Por outro lado, o Estresse patológico e exagerado pode ter consequências mais danosas, como, por exemplo, o cansaço, irritabilidade, falta de concentração, depressão, pessimismo, queda da resistência imunológica, mau-humor etc. (BALLONE e MOURA, 2008, p. 1).

Lipp (1996) classifica os agentes estressores em: biogênicos ou automaticamente estressantes tais como: frio, fome, dor; psicossociais, que adquirem a capacidade de estressar uma pessoa em decorrência de sua história de vida; externos, que resultam de eventos ou condições externas que afetam o organismo e independem, muitas vezes, do mundo interno da pessoa; internos, que são determinados completamente pelo próprio indivíduo.

O Quadro 3 apresenta as reações desencadeadas pelo estresse, segundo Masci (2001) e ao se analisá-lo observa-se que, em doses adequadas, o estresse é um fator de motivação, já abaixo de um determinado nível provoca tédio e dispersão, acima de certos níveis provoca ansiedade e cansaço e quando em doses ideais, a sensação é de se sentir desafiado, repleto de ânimo, "garra".

Quadro 3 – Reações causadas pelo estresse baixo, ideal e alto

DISCRIMINAÇÃO	BAIXO ESTRESSE	ESTRESSE IDEAL	ESTRESSE ALTO (EUTRESS)
Atenção	Dispersa	Alta	Forçada
Motivação	Baixíssima	Alta	Flutuante
Realização pessoal	Baixa	Alta	Baixa
Sentimentos	Tédio	Desafio	Ansiedade /depressão
Esforço	Grande	Pequeno	Grande

Fonte: Masci (2001, p. 77).

Para LADEIRA (1996), as pessoas reagem de diferentes formas a presença de estímulos semelhantes, porque os percebem e valorizam dentro de critérios pessoais. O tipo e a frequência de manifestação do estresse são determinantes a estruturas físicas, psíquica e bioquímica do ser humano.

Segundo Rossi (2007), o estresse nas organizações é um dos problemas que pode ser gerenciado, utilizando noções de prevenção da saúde pública. Relatando que em uma organização existem vários estressores, quando bem gerenciados, os mesmos produzem efeitos positivos ao invés de resultados negativos. Assim, em uma liderança saudável colabora

para que a saúde do ambiente organizacional resulte em impacto positivo na saúde e no bem-estar dos seus colaboradores e, também na organização.

2.5 Estresse, suas causas e consequências no ambiente profissional

O estresse ocupacional pode desencadear a síndrome psicológica no trabalho, chamada como a doença de *burnout*, desenvolvida pela reação prolongada aos estressores interpessoais crônico. Tal reação tem três dimensões principais para o seu desenvolvimento, a saber são uma exaustão avassaladora, sensações de ceticismo e desligamento do trabalho e, por último, a sensação de ineficácia e falta de realização (ROSSI, 2007).

Há uma mistura de fatores que ocasionam o estresse no ambiente profissional e na vida cotidiana do indivíduo. Balooe e Moura (2008, p.1) afirmam que:

A pessoa, além das habituais responsabilidades ocupacionais, além da alta competitividade exigida pelas empresas, além das necessidades de aprendizado constante, tem que lidar com os estressores normais da vida em sociedade, tais como a segurança social, a manutenção da família, as exigências culturais, etc.

Um fator causador importantíssimo de estresse é a falta de estímulos no trabalho, quando ocorre as tarefas repetitivas, sem ter um certo grau de importância, sendo assim resulta se em um profissional altamente estressado e desmotivado com seu trabalho. Outro fator relativo são as inovações tecnológicas, aliadas a velocidade das mudanças no processo produtivo. Dessa forma, gera um transtorno mental e social, para que os profissionais tenham que se enquadrar a esses requisitos em um curto espaço de tempo.

Segundo Bernick (1997, p.22) “qualquer mudança de vida, boa ou ruim, pode ser considerada como um fator que leva ao estresse.”. Portanto é indispensável conhecer os elementos externos à mudança rotina do indivíduo, pois eles serão determinantes ao desencadeamento de problemas relacionados ao estresse.

Charly Cungy (2004, p.24), traz como consequências do estresse distúrbios funcionais – enxaqueca, sintomas digestivos, alergias e problemas de pele - doenças orgânicas – hipertensão arterial, colesterol, infarto do miocárdio, doenças do tubo digestivo, asma.

Além dos sintomas funcionais ou orgânicos, o estresse muitas vezes provoca irritabilidade, ansiedade, depressão e dificuldade de relacionamento na família e no trabalho, gerando conflitos que agravam ainda mais o problema, no verdadeiro círculo vicioso, estresse produz estresse.

Os sinais e sintomas que ocorrem com maior frequência são do nível físico como: aumento da sudorese, nó no estômago, tensão muscular, taquicardia, hipertensão, aperto da mandíbula e ranger de dentes, hiperatividade, mãos e pés frios, náuseas. Em termos psicológicos, vários sintomas podem ocorrer como: ansiedade, tensão, angústia, insônia, alienação, dificuldades interpessoais, dúvidas quanto a si próprio, a preocupação excessiva, incapacidade de concentrar-se em outros assuntos que não o relacionado ao estressor, dificuldades de relaxar, tédio, ira, depressão, hipersensibilidade emotiva (LIPP, 2003, p. 04).

Fiorelli., (2007), as fontes de pressão do estresse podem manifestar sintomas nas pessoas, tanto no nível pessoal (dor nos ombros e coluna, depressão, aumento da pressão arterial, irritabilidade acentuada, dentre outros) como organizacional, e no nível organizacional (absenteísmo, rotatividade, queda na qualidade da produção, dentre outros). Tais sintomas podem acarretar nas pessoas o desenvolvimento de patologias físicas e mentais, como, problemas do coração, úlceras, gastrites, esgotamento.

Podemos considerar preocupações para não desencadear o processo de estresse. Nesse contexto a maior interessada em manter a saúde mental e física do profissional é a empresa, que tem que garantir uma política de gestão que se preocupe com o bem-estar de seus funcionários, gerando uma rotina saudável em sistema de cooperação entre os parceiros, propiciar treinamentos, organizar dinâmicas, promover momentos de interação.

3 METODOLOGIA

O presente estudo classificou a metodologia dessa forma: quanto aos objetivos a pesquisa é descritiva, quanto à natureza é exploratória, quanto ao delineamento é uma pesquisa bibliográfica, e quanto à abordagem do problema ela é tanto quantitativa, como qualitativa. (SOUZA, FIALHO e OTANI, 2007).

De acordo com Rodrigues (2007) metodologia é um conjunto de abordagens, técnicas e processos utilizados pela ciência para formular e resolver problemas de aquisição objetivas de conhecimento, de uma maneira sistemáticas.

Nessa seção serão apresentados os métodos científicos utilizados para coleta de dados da pesquisa. Para a classificação da pesquisa, tomou-se como base a taxionomia apresentada por Vergara (2011, p.46), que a classifica em relação a dois aspectos: quanto aos fins e quantos aos meios.

Quanto aos fins: a pesquisa foi exploratória, descritiva e aplicada, pois teve como objetivo apresentar os fatores de maiores relevâncias para a existência do estresse ocupacional nos profissionais contábil do Município de Campina Grande/PB possibilitando um encontro de informações que fortalecem a essa relevância para esse processo no ambiente profissional.

Quanto aos meios, a pesquisa foi bibliográfica, pesquisa de campo e de estudo de caso. Bibliográfica, porque para a fundamentação teórico-metodológica do trabalho foi realizada investigação sobre assuntos relacionados ao profissional contábil; funções do contador; estresse ocupacional dentre suas causas e consequências. Além de se enquadrar como qualitativa e quantitativa, levando em consideração que os dados serão apresentados em formas de gráficos, e também, será feita uma análise do conteúdo.

Nesta pesquisa, utilizou-se uma ferramenta do *Google*. O Google Docs foi utilizado para organizar o questionário utilizado por Fonte (2015).

O questionário possui 22 questões no total, composta por questões fechadas. De início o pesquisado responde 6 perguntas qualitativas voltadas às características pessoais; em seguida 16 questões qualitativas fechadas sobre várias situações diárias, escolhendo sua resposta em uma escala que varia de 1 a 5. O Questionário foi posto à disposição dos participantes em um sítio da internet <<https://docs.google.com/forms/d/11YO-FA7icbx-sXXDOcR7oTGZXIVrwsVYLPc60Or3KQ/edit?usp=sharing>> do dia 03 de outubro de 2020 até o dia 16 de outubro de 2020.

Sendo assim, ao final, foi adquirida uma amostra de 54 profissionais contábil da cidade de Campina Grande - PB.

A delimitação metodológica desta pesquisa relata o uso de uma amostra não probabilística por acessibilidade, o que impede de fazer conclusões generalistas da população do estudo. A análise das respostas do questionário foi feita de maneira confidencial e os resultados foram apresentados apenas com a finalidade de pesquisa.

3.1 Coleta de dados

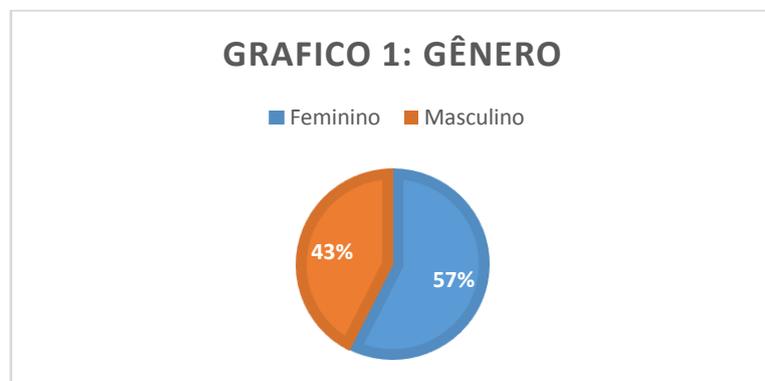
O questionário estrutural, criado no *Google Forms*, no dia 03 de outubro de 2020 até o dia 16 de outubro de 2020, é composto por perguntas fechadas, as quais foram respondidas sem a presença do pesquisador, foi o instrumento utilizado na pesquisa, porém elaborado por Moreira (2012).

Vergara (2000), fala que a coleta de dados é a forma de como se obtém os dados necessários para responder ao problema de pesquisa. Ele completa dizendo que esse método inclui entrevistas, aplicações de questionários, testes e observações. Coletados os dados, estes foram tabulados e analisados, atingindo-se desta forma os resultados da pesquisa. Feitas através de técnicas estatísticas do método estatístico descritivo, com a utilização de frequência absoluta e porcentagem. Foram utilizadas as técnicas de percentual para analisar e interpretar os dados coletados, e os resultados demonstrados através de gráficos.

A seguir estão apresentados os resultados da pesquisa relacionados ao problema abordado.

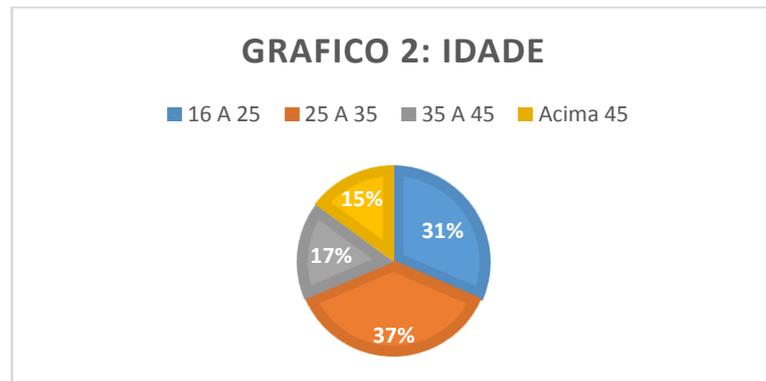
4 ANÁLISE DE DADOS

Nesse presente artigo relata-se a análise dos dados obtidos a partir das respostas dos participantes da pesquisa. Onde serão apresentados fatores relativos ao estresse no trabalho dos profissionais contábil na cidade de Campina Grande, Paraíba.



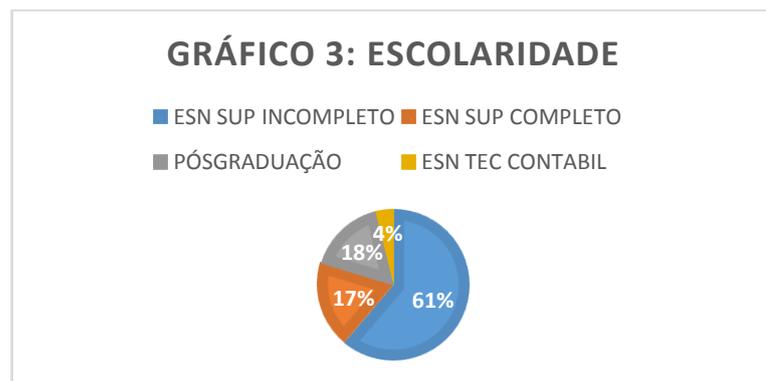
Fonte: Dados da pesquisa (2020)

Conforme o gráfico 1, suas características gerais, 57% dos profissionais participantes representam o gênero feminino e 43% pertencem ao gênero masculino. Pode-se detalhar que há uma discrepância de profissionais do gênero feminino em escritórios de contabilidade atuando com o cargo de contador, em relação ao gênero masculino.



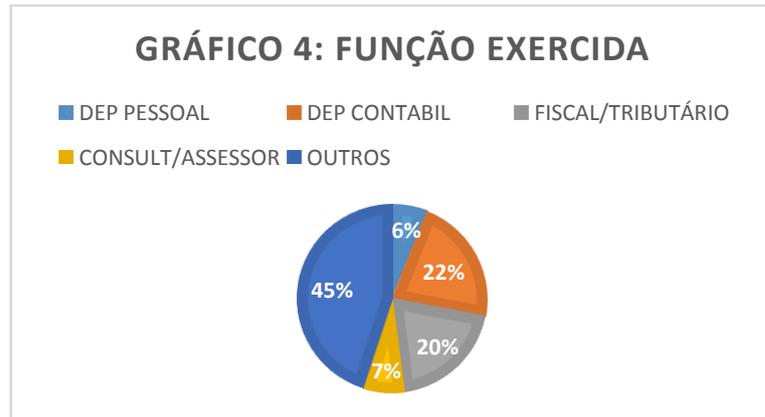
Fonte: Dados da pesquisa (2020)

Já em relação a faixa etária dos participantes foi possível identificar, conforme gráfico 2, que há uma preponderância de participantes entre 25 a 35 anos representando 37% dos participantes. Em seguida, os participantes entre 16 a 25 anos, representam 31% da população, logo mais, 17 % dos participantes tem uma faixa etária entre 35 a 45 anos e finalizando 15% estão acima de 45 anos, atuam na área. Constituindo uma maioria de “jovem” contadores.



Fonte: Dados da pesquisa (2020)

Em relação ao nível de escolaridade dos participantes, a maioria completa um índice de 61% de Ensino Superior Incompleto, logo após 17% corresponde aos participantes já formados, 18% possuem pós-graduação e por fim um faixa de 4% que são o Ensino Técnico. Verificando assim a maioridade de estudantes na área contábil atuando em escritórios.



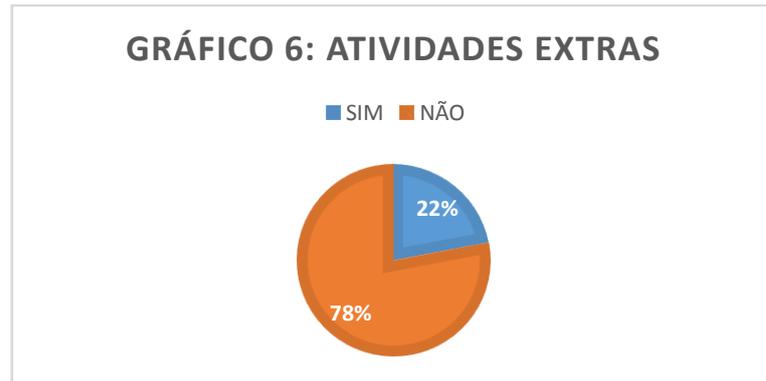
Fonte: Dados da pesquisa (2020)

De acordo como gráfico 4, não existe uma área específica para ser atuada, podendo atuar em várias funções um profissional totalizando a grande parte dos participantes. Porém sendo dividido em Departamento Pessoal uma porcentagem de 6%, Departamento Contábil 22%, Fiscal/Tributária 20% e por fim Consultoria/Assessoria finalizando os 7% restantes. Dessa forma, a maioria dos participantes não definem sua área, um percentual de 45% relata que trabalham em todas as áreas do setor da contabilidade.



Fonte: Dados da pesquisa (2020)

Conforme o gráfico 5 acima, há mais novos profissionais na área contábil. São 63% atuando a menos de 5 anos, confirmando o que 26% entre 6 a 10 anos, e acima de 11 anos se constata um percentual de 22% dos participantes.



Fonte: Dados da pesquisa (2020)

Conforme demonstrado acima no gráfico 6, a maioria com 78% dos participantes não tem uma atividade extracurricular. E apenas 22% tem uma atividade extra. Resultando assim, dentro da área, focando e sobrecarregando seus níveis de estresse.

No que se referem se ao que poderia ser feito em relação aos gestores de empresas para a retenção dos níveis de estresse dos funcionários, foram as seguintes respostas obtida: maior confiança e credibilidade no funcionário; plano de saúde; ampliar as salas do escritório, para maior conforto; liberar os trinta dias de férias corridos; reuniões mensais por setores valorização da mão de obra; mais tolerância; melhor distribuição das tarefas. Os resultados sobre as afirmações contidas na escala de estresse ocupacional estão expostos na Tabela 1.

Tabela 1: Escala de Estresse Ocupacional

	Concordo totalmente	Concordo	Concordo em parte	Discordo	Discordo totalmente
A forma como as tarefas são distribuídas em minha área tem me deixado nervoso	6%	18%	39%	26%	11%
Sinto-me incomodado com a falta de informações sobre minhas tarefas no trabalho	14%	16%	30%	21%	20%
A falta de comunicação entre mim e meus colegas de trabalho deixa-me irritado	15%	24%	22%	19%	20%
Sinto-me incomodado por meu superior tratar-me mal na frente de colegas de trabalho	15%	11%	24%	20%	30%
Sinto-me incomodado por ter que realizar tarefas que estão além da minha capacidade	7%	16%	24%	16%	37%
Fico de mau humor por ter que trabalhar durante muitas horas seguidas	7%	16%	24%	16%	37%

Tenho me sentido incomodado com a deficiência nos treinamentos de capacitação profissional	23%	11%	37%	27%	2%
Fico irritado por ser pouco valorizado por meus superiores	24%	22%	35%	11%	8%
A falta de compreensão neste trabalho tem me causado irritação	15%	22%	33%	21%	9%
O tempo insuficiente para realizar meu volume de trabalho deixa-me nervoso	17%	18%	28%	26%	11%
A competição no meu ambiente de trabalho tem me deixado de mau humor	17%	15%	24%	31%	13%
As poucas perspectivas de crescimento na carreira têm me deixado angustiado	21%	24%	31%	13%	11%
Fico irritado por ser pouco valorizado pelo meu serviço	30%	20%	30%	10%	10%
A falta de autonomia no meu trabalho tem sido desgastante	12%	10%	38%	14%	26%

Fonte: adaptado de Moreira (2012).

Destaca-se, nos resultados apresentados na Tabela 1, em partes concordam que a forma como as tarefas são distribuídas na área que exerce tem deixado os mais nervosos. Uma percentagem de 29% dos entrevistados sente-se incomodados com a falta de informação e falta de comunicação entre seus colegas no ambiente de trabalho. Assim relato que 54% se irritam com seus gestores por tratarem com má educação na frente de seus colegas, serem poucos valorizados e não serem compreendidos. Porém 70% sentem se prejudicado pelo a falta de tempo, competição e perspectivas de crescimento de carreira. E finalizando uma minoria de 2% se sentem incomodados com a deficiência nos treinamentos de capacitação profissional.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo dessa pesquisa foi diagnosticar o nível de Estresse e a Saúde Mental dos profissionais contábil no município de Campina Grande/PB e para isso foi aplicado um questionário para aproximadamente 54 colaboradores do serviço contábil.

A pesquisa mostrou que 57% das pessoas entrevistadas são mulheres. Pode-se detalhar que há uma discrepância de profissionais do gênero feminino em escritórios de contabilidade atuando com o cargo de contador, em relação ao gênero masculino.

A pesquisa também mostrou que 31% dos respondentes têm idade de 16 a 25 anos, aumentando a possibilidade de desenvolverem o estresse, uma vez que os profissionais com mais idade são menos propícios, talvez, deva-se ao fato de que estes desenvolvem expectativas mais reais em relação ao seu trabalho, embora a idade não influencie diretamente.

As demais características pessoais que envolvem as habilitações literárias (61% Ensino Superior Incompleto), a função exercida (45% trabalham em todas áreas do setor da contabilidade), tempo de atuação na profissão (63% atuam a menos de 5 anos) e as atividades extras (78% não tem atividade extra), mostram que a presença do estresse nos profissionais da contabilidade da cidade de Campina Grande – PB é totalmente possível, uma vez que esses profissionais experimentam variáveis que desenvolvem o esgotamento físico e emocional, que quando atinge um nível crônico pode vir a transformar-se na síndrome.

O trabalho de Vieira et al. (2012), que trata do estresse do profissional de Contabilidade, menciona que o estresse dos contabilistas é similar e aproxima-se do apresentado na literatura; os sintomas predominantes foram os físicos. Tal como apontam as teorias pesquisadas em Rocha (1996), Ferreira (2011) e Fraga (2004), percebe-se que as mudanças e um nível favorável de pressão no trabalho são necessários e importantes para se manter e concorrer no mercado. Ressalta-se também a relevância do gerenciamento do estresse (LEITE JUNIOR, CHAMON e CHAMON, 2009). Todavia, tudo que é excessivo pode causar problemas e conflitos para a pessoa, provocando assim um nível de estresse prejudicial.

A pesquisa mostrou em seus resultados um perfil de profissional ainda em formação acadêmica, onde pode ser relatado a insuficiência de experiência em meio ao serviço contábil. São profissionais que atuam a pouco tempo na área e por isso, a pesquisa revelou que grande parte dos participantes tem uma renda extra, assim havendo um grande estresse no ambiente profissional, pela a dupla jornada de trabalho.

Os participantes citam em suas respostas as principais causas para ocorrência desse problema existencial, onde relatam o trabalho como estressante, pesado e cansaço após uma jornada de trabalho fadigada e principalmente a desvalorização dos seus gestores deixam ainda mais sem ânimo a vida profissional em seus setores.

Verificando se com base nos resultados, que as empresas contábeis, precisam reavaliar a sua administração e seu comportamento em virtude da acessibilidade entre os funcionários e os gestores das empresas. Devendo adequar seus colaboradores para alcançar o maior nível de satisfação entre eles, sendo assim, os mesmo devem ser treinados, motivados e integrados ao trabalho, e assim tenta reduzir o estresse do ambiente de trabalho.

A questão que trata sobre o que os gestores poderiam fazer para aliviar o estresse, alguns relatos sobre aplicação de mais treinamentos, melhor distribuição e organização de tarefas, maior valorização dos funcionários, mais suporte, melhores salários e contratação de funcionários mais capacitados.

Por fim, como limitação dessa pesquisa apresentam se o número reduzido de entrevistados, fato que não permite uma maior verificação dos resultados obtidos. Sugerindo-se a realização de novas pesquisas qualitativas em outras área e região da que foi pesquisada neste caso, para se ter uma satisfação maior em seus resultados. Além disso, é importante citar a incipiência e o caráter relativamente recente de publicações qualitativas sobre o estresse.

REFERENCIAS

ANDRADE, C. R. de; GUIMARÃES, L. V. M.; ASSIS, L. B. de. **Análise Crítica das Pesquisas em Estresse Ocupacional da Anpad: Afinal, Cadê o Sujeito? XXXIV EnANPAD**. Rio de Janeiro, setembro, 2010

ANDREWS, S. **Stress a seu favor: como gerenciar sua vida em tempos de crise**. Tradução de N. N. Gudme. São Paulo: Agora, 2003.

AYRES, K. V.; CAVALCANTI, G. A.; BRASILEIRO, M. do C. E. **Stress Organizacional: O Caso das Empresas de Base Tecnológica Incubadas da Região Nordeste**. EnANPAD, 2001.

_____. **Incidência de Stress e Características de Empreendedorismo: Contribuições e Ameaças ao Desempenho dos Empreendedores de Empresas Incubadas**. EnANPAD, 2003.

AZEVEDO, R. F. A.; CORNACCHIONE JUNIOR, E. B. **Ética Profissional Contábil: uma Análise Visual da Percepção Pública**. *Revista de Educação e Pesquisa em Contabilidade*. ISSN 1981-8610, REPeC, Brasília/DF, v. 6, n. 1, art. 2, p. 19-37, set/ 2020. Disponível em www.repec.org.br

BALLONE, G. J.; MOURA, E. C. **Estresse: o que é isso?** Disponível em: , revisto em 2008. Acesso em: 07 set. 2020.

BERNIK, V. Stress: O Assassino Silencioso – in Cérebro & Mente – Revista eletrônica de divulgação científica em neurociência, número 03, set/nov 1997.

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

CAMPIGLIA, Américo Oswaldo. **Contabilidade básica**. São Paulo: Ed. Universidade de São Paulo: 1966

CARDOSO, Jorge Luiz; SOUZA, Marcos Antonio de; ALMEIDA, Lauro Brito. **Perfil do Contador na Atualidade:Um Estudo Exploratório**. *Revista de Administração e Contabilidade da Unisinos*, Rio Grande do Sul, v. 3, n. 3, p.275-284, out. 2016. Disponível em: . Acesso em: 29 nov. 2017.

CUNGI, Charly. **Saber administrar o estresse na vida e no trabalho/ Charly Cungi;** tradução Bernardo Müller e Maria Ruzena. São Paulo: Larousse do Brasil, 2004.

CHIAVENATO, I. **Comportamento Organizacional**. 2 ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2010.

CONSELHO FEDERAL DE CONTABILIDADE (CFC). Resolução CFC nº. 560, de 28 de outubro de 1983. **Regulamentação da Profissão de Contador**. Disponível em: . Acesso em: 05 set. 2020.

FERREIRA, A. R. **Prazer e sofrimento no trabalho de empregados de escritórios de contabilidade em Belo Horizonte/MG. 2011.** Disponível em: < http://www.fpl.edu.br/2013/media/pdfs/mestrado/dissertacoes_2011/dissertacao_alcir_rodrigu es_ferreira_2011.pdf>. Acesso em: 16 set 2020.

FRAGA, G. S. **Ambiente de Trabalho, Estresse e Saúde em Médicos da Rede Municipal de Saúde de Goiânia. 2004.** Disponível em: < http://tede.biblioteca.ucg.br/tde_arquivos/10/TDE-2005-05-19T104948Z-50/Publico/Gutemberg%20da%20Silva%20Fraga.pdf>. Acesso em: 01 out. 2020

FIGLIOLI, José Osmeir. **Psicologia para administradores. Integrando Teoria e Prática. 5. ed.** São Paulo: Atlas, 2007.325p.

GOUVEIA, Nelson. **Contabilidade Básica. 2. ed.** São Paulo: Harbra, 1993.

HENDRIKSEN, Eldon S.; BRENDA, Michael F. Van. **Teoria da Contabilidade.** São Paulo: Atlas. 1999.

LADEIRA, M. B. (1996). **O processo de stress ocupacional e a psicopatologia do trabalho.** *Revista de Administração*, 31(1),

LEITE JUNIOR, J. A. P.; CHAMON, E. M. Q. de O.; CHAMON, M. A. **Estresse e Estratégias de Enfrentamento em um Instituto de Pesquisas: Comparação com a Média da População Brasileira. II ENGPR (II Encontro de Gestão de Pessoas e Relações de Trabalho).** Anais... Curitiba (PR), novembro 2009

LISBOA, L. P. **Ética geral e profissional em contabilidade. Fundação Instituto de Pesquisas Contábeis, Atuariais e Financeiras. 2. ed.** São Paulo: Atlas, 1997.

LIPP, M. E. e colaboradores. **Como enfrentar o stress.** São Paulo: Ícone/Campinas: Unicamp, 1998a.

LIPP, M. E. N. **Mecanismos neuropsicofisiológicos do stress: teorias e aplicações clínicas.** 3ª edição. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.

_____. **Stress: conceitos básicos. In: LIPP, M.E.N. (org.). Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco.** Campinas, SP: Papyrus, p.17-31, 1996a.

_____. **Stress: conceitos básicos. In: LIPP, M.E.N. (org.). Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco.** Campinas, SP: Papyrus, p.297-304, 1996b.

MASCI, C. **A Hora da Virada: enfrentando os desafios da vida com equilíbrio e serenidade.** São Paulo: Saraiva, 2001.

MARION, J. C.; MARION, M. M. C. **O ensino da contabilidade no Brasil. São Paulo: Atlas, 2000. VERGARA, S. C. Projetos e relatórios de pesquisa em administração. 3. ed.** São Paulo: Atlas, 2000

_____. **O Ensino da Contabilidade. 2. ed.** São Paulo: Atlas, 2001.

MOREIRA, M. S. A. **Síndrome do Estresse**. *Jornal Brasileiro de Medicina*, v. 48, n.4, p. 19-32, 1985.

MASCI, C. **A Hora da Virada: enfrentando os desafios da vida com equilíbrio e serenidade**. São Paulo: Saraiva, 2001.

ROCHA, L. E. **Estresse Ocupacional em profissionais de processamento de dados: condições de trabalho e repercussões na vida e saúde dos analistas de sistemas**. São Paulo, 1996.

TAMAYO, A. **Estresse e Cultura Organizacional**. São Paulo: Casa do Psicólogo: All Books, 2008.

VERGARA, S. C. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração**. 3 ed. São Paulo. Editora Atlas 2000.

VIEIRA, S. S. da C. et. al. **Análise do nível de estresse do profissional de Contabilidade**. 2012. Disponível em: < <http://dx.doi.org/10.507/2175-8069.2012v9n18p103>>. Acesso em: 15 ago 2020.

_____. **Projetos e Relatórios de Pesquisa em Administração**. 12. ed. São Paulo: Atlas, 2011.

SÁ, Antônio Lopes. **Teoria da Contabilidade**. São Paulo: Atlas, 1998. 349 p.19.

_____. **Teoria da Contabilidade**. 3 ed. São Paulo: Atlas, 2002.

_____. **Ética Profissional**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2004.

SZÜSTER, N.; SZÜSTER, F. R.; SZÜSTER F. R. **Contabilidade: atuais desafios e alternativa para seu melhor desempenho**. *Revista Contabilidade & Finanças*. USP, São Paulo/SP, v. 16, n. 38, p. 20 – 30, maio/agosto 2005. Disponível em: Acesso em: set/ 2020

RIBEIRO, Osni Moura. **Contabilidade Básica**. 20. ed. São Paulo: Saraiva, 1996

Revista. **DRAUZIO**. Disponível <https://drauziovarella.uol.com.br/entrevistas-2/estresse-entrevista/>

Revista. **ESPACIOS**. Disponível <https://www.revistaespacios.com/a16v37n28/16372804.html>

WEISZFLOG, Walter. Michaelis **Moderno Dicionário da Língua Portuguesa**. São Paulo: Melhoramentos, 2004. Disponível em: Acesso em: 18 set. 2020.

ANEXO I

Sou acadêmica do Curso de Ciências Contábeis, da Universidade Estadual da Paraíba e solicito sua colaboração respondendo as questões a seguir, para possibilitar o desenvolvimento do meu Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), cujo tema é “UM ESTUDO EM RELAÇÃO AO ESTRESSE E A SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS CONTÁBIL NO MUNICÍPIO DE CAMPINA GRANDE/PB.”

Por isso gostaria de contar com sua colaboração para responder às perguntas com seriedade. Informo que os dados coletados serão tratados com sigilo e a identidade só será necessária para dirimir eventuais dúvidas quanto ao preenchimento deste instrumento de pesquisa.

Agradeço sua valiosa colaboração e coloco-me à disposição para as informações que se fizerem necessárias.

Rafaela Morganna F. Dos Santos – Pesquisador.

Fone: (83) 986009970

E-mail: rmoorganna@gmail.com

GÊNERO *

- Masculino
- Feminino
- Outro

IDADE *

- 16 a 25 anos
- 25 a 35 anos
- 35 a 45 anos
- Acima de 45 anos

ESCOLARIDADE *

- Ensino Superior Completo
- Ensino Técnico Contábil
- Ensino Superior Incompleto
- Pós-Graduação

TRABALHA EM QUE SETOR/FUNÇÃO EXERCIDA? *

- Departamento Pessoal
- Departamento Contábil

- Fiscal/Tributário
- Consultoria/Assessoria
- Outro

HÁ QUANTO TEMPO ATUA NESSA FUNÇÃO? *

- De 1 á 5 anos
- De 6 á 10 anos
- De 11 á 15 anos
- Há mais de 16 anos

ATIVIDADE PROFISSIONAL EXTRA? *

- Sim
- Não

II – ESCALA DE ESTRESSE NO TRABALHO

INSTRUÇÕES

Abaixo estão listadas várias situações que podem ocorrer no dia a dia. Leia com atenção cada afirmativa e utilize a escala apresentada a seguir para dar sua opinião sobre cada uma delas.

DISCORDO TOTALMENTE - 1

DISCORDO - 2

CONCORDO EM PARTE - 3

CONCORDO - 4

CONCORDO TOTALMENTE - 5

Observe que quanto menor o número, mais você discorda da afirmativa e quanto maior o número, mais você concorda com afirmativa.

O tipo de controle existente em meu trabalho me irrita *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

A forma como as tarefas são distribuídas em minha área tem me deixado nervoso *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Sinto-me incomodado com a falta de informações sobre minhas tarefas no trabalho *

- 1
- 2
- 3

- 4
- 5

A falta de comunicação entre mim e meus colegas de trabalho deixa-me irritado *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Sinto-me incomodado por meu superior tratar-me mal na frente de colegas de trabalho *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Sinto-me incomodado por ter que realizar tarefas que estão além da minha capacidade *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Fico de mau humor por ter que trabalhar durante muitas horas seguidas *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Tenho me sentido incomodado com a deficiência nos treinamentos de capacitação profissional *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Fico irritado por ser pouco valorizado por meus superiores *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

A falta de compreensão neste trabalho tem me causado irritação *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

O tempo insuficiente para realizar meu volume de trabalho deixa-me nervoso *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

A competição no meu ambiente de trabalho tem me deixado de mau humor *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

As poucas perspectivas de crescimento na carreira têm me deixado angustiado *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Fico irritado por ser pouco valorizado pelo meu serviço *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

A falta de autonomia no meu trabalho tem sido desgastante *

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

III – Com relação ao que poderia ser feito para reduzir seu próprio nível de estresse: *
--

- Fazer atividade física diariamente
- Dedicar-se mais ao lazer
- Relaxar mais nos horários de folga
- Repensar a forma como o trabalho está sendo realizado
- Mais tempo para família
- Período de férias mais longo
- Relevar algumas coisas
- Outro