

UNIVERSIDADE DE CAXIAS DO SUL
ÁREA DO CONHECIMENTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS
CURSO DE CIÊNCIAS CONTÁBEIS

PATRIC PERUCHIN DE OLIVEIRA

**UM ESTUDO SOBRE O ESTRESSE E SUA INFLUÊNCIA NA ATIVIDADE DOS
PROFISSIONAIS DE CONTABILIDADE DA SERRA GAÚCHA**

CAXIAS DO SUL

2017

PATRIC PERUCHIN DE OLIVEIRA

**UM ESTUDO SOBRE O ESTRESSE E SUA INFLUÊNCIA NA ATIVIDADE DOS
PROFISSIONAIS DE CONTABILIDADE DA SERRA GAÚCHA**

Monografia apresentada como requisito
para a obtenção do Grau de Bacharel em
Ciências Contábeis da Universidade de
Caxias do Sul

Orientador TCC I e II: Prof. Dr. Fernando
Luís Bertolla

CAXIAS DO SUL

2017

PATRIC PERUCHIN DE OLIVEIRA

**UM ESTUDO SOBRE O ESTRESSE E SUA INFLUÊNCIA NA ATIVIDADE DOS
PROFISSIONAIS DE CONTABILIDADE DA SERRA GAÚCHA**

Monografia apresentada como requisito
para a obtenção do Grau de Bacharel em
Ciências Contábeis da Universidade de
Caxias do Sul

Orientador TCC I e II: Prof. Dr. Fernando
Luís Bertolla

Aprovado (a) em ____/____/____

Banca Examinadora:

Presidente

Prof. Prof. Dr. Fernando Luís Bertolla
Universidade de Caxias do Sul - UCS

Examinadores:

Prof. Ms. Eduardo Tomedi Leites
Universidade de Caxias do Sul - UCS

Prof. Ms. Sinara Jaroseski
Universidade de Caxias do Sul - UCS

Dedico a todos vocês, sempre estiveram ao meu lado, que me incentivando, em especial a minha noiva Paola e minha família, que muito contribuiu para que este trabalho atingisse seus objetivos.

AGRADECIMENTOS

Quero expressar meus agradecimentos a todas as pessoas que, de uma forma ou de outra, colaboraram para que este trabalho fosse realizado. Ao meu orientador, Prof. Dr. Fernando Luís Bertolla, pela sua competência e orientação durante todo o desenvolvimento desta monografia. Agradeço de forma toda especial, a minha noiva, Paola Balbinot, pela compreensão, paciência e apoio dedicados, que foram fundamentais para o desenvolvimento deste trabalho e agradeço também a minha família, por acreditarem em minhas escolhas de vida, apoiando-me sempre.

“A maior dádiva que podemos receber é ter a chance, mesmo que apenas uma vez, de fazer a diferença. Você tem noção de quantas vezes você fez a diferença? O bastante para centenas de vidas.”

Stephen Vincent Strange

RESUMO

As transformações do mercado ao longo dos anos e a cada vez maior implantação de tecnologias nos meios profissionais trazem facilidades aos processos, mas ao mesmo tempo exigem dos profissionais certo poder de adaptação, sendo o acúmulo de tarefas sinal de sobrecarga e estresse. O presente estudo teve como objetivo identificar o grau de estresse dos profissionais de contabilidade da Serra Gaúcha, além de averiguar os sintomas e os aspectos pessoais e profissionais dos indivíduos. No referencial teórico foi realizada a revisão relacionada ao tema, de forma a obter os conhecimentos necessários para o correto entendimento do assunto. A pesquisa de dados foi realizada através de um questionário adaptado de Sillas (2011) que abordou os aspectos pessoais e profissionais, e aspectos relacionados ao estresse. Este estudo constituiu-se de uma pesquisa descritiva quantitativa, com utilização de levantamento ou *survey*. Os questionários foram enviados para 276 profissionais no período de agosto a outubro de 2017, cadastrados na base de dados de duas entidades de classe da Serra Gaúcha. A amostra da pesquisa compreendeu 141 questionários respondidos. Através de análise pela ferramenta Microsoft Excel®, foram identificados os profissionais de contabilidade como em sua maioria mulheres, de faixa etária de 36 a 45 anos, estado civil casada, tem filhos e que está satisfeita com seus relacionamentos sociais. Quanto aos aspectos profissionais, a análise dos resultados revelou que a maior parte dos profissionais de contabilidade possui renda de 1 a 5 salários mínimos, atua na área em um período de 15 anos ou mais, trabalha na área de contabilidade, porém ainda possuindo certo foco tributário, não realiza atividades profissionais extras. Referente a classificação do estresse, 31% dos profissionais de contabilidade se encontram em resistência, sendo essa a fase decisiva para o organismo restaurar o equilíbrio, e em caso de falha se torna mais favorável ao aparecimento de doenças. Apenas 21% dos profissionais não se classificam em nenhuma fase do estresse, deixando claro que a maior parte dos profissionais de contabilidade da Serra Gaúcha sofrem com estresse em suas variadas fases, tendo como sintomas mais frequentes o desgaste físico constante, tensão muscular, irritabilidade excessiva e cansaço excessivo.

Palavras-chave: Comportamento profissional. Profissionais de contabilidade. Saúde ocupacional. Estresse.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Distribuição por gênero	36
Figura 2 - Distribuição por faixa etária.....	37
Figura 3 – Gênero x faixa etária	37
Figura 4 - Distribuição por grau de escolaridade	38
Figura 5 – Situação conjugal x filhos	39
Figura 6 - Distribuição por satisfação em relacionamento social	40
Figura 7 – Distribuição por renda familiar mensal	41
Figura 8 - Renda familiar x gênero	42
Figura 9 - Distribuição por tempo de atuação em contabilidade	43
Figura 10 - Tempo de atuação x gênero	43
Figura 11 - Distribuição por principal atividade em contabilidade	44
Figura 12 - Distribuição por fases do estresse.....	45
Figura 13 - Fase do estresse x gênero.....	46
Figura 14 - Fase do estresse x faixa etária	47
Figura 15 - Fase do estresse x situação conjugal	48
Figura 16 - Fase do estresse x renda familiar	48
Figura 17 - Fase do estresse x filhos	49
Figura 18 - Fase do estresse x tempo de atuação	50
Figura 19 - Fase do estresse x relação social	50
Figura 20 - Sintomas nas últimas 24h	51
Figura 21 - Sintomas na última semana.....	52
Figura 22 - Sintomas no último mês	53

LISTAS DE QUADROS

Quadro 1 - Serviços executados por Organizações Contábeis	28
Quadro 2 - Sintomas nas últimas 24 horas	32
Quadro 3 - Sintomas na última semana	33
Quadro 4 - Sintomas no último mês	33

LISTA DE SIGLAS

AIDF	Autorização da Impressão de Documentos Fiscais
CAGED	Cadastro Geral de Empregados e Desempregados
CFC	Conselho Federal de Contabilidade
CND	Certidão Negativa de Débitos
CRC	Conselho Regional de Contabilidade
CRF	Certificado de Regularidade do FGTS
DACON	Demonstrativo de Apuração de Contribuições Sociais
DARF	Documento de Arrecadação de Receitas Federais
DCTF	Declaração de Débitos e Créditos Tributários Federais
DIMOB	Declaração de Informações sobre Atividades Imobiliárias
DIPJ	Declaração de Informações Econômico-Fiscais da Pessoa Jurídica
DIRF	Declaração do Imposto sobre a Renda Retido na Fonte
DMED	Declaração de Serviços Médicos e de Saúde
FCONT	Controle Fiscal Contábil de Transição
FENACON	Federação Nacional das Empresas de Serviços Contábeis e das Empresas de Assessoramento, Perícias, Informações e Pesquisas
FGTS	Fundo de Garantia do Tempo de Serviço
GFIP	Guia de Recolhimento do FGTS e de Informações à Previdência Social
GIA	Guia de Informação e Apuração
GPS	Guia da Previdência Social
GRCS	Guia de Recolhimento da Contribuição Sindical
GRRF	Guia de Recolhimento Rescisório do FGTS
ICMS	Imposto sobre Circulação de Mercadorias e Prestação de Serviço
IPI	Imposto sobre os Produtos Industrializados
IR	Imposto de Renda
ISMA-BR	<i>International Stress Management Association</i> (Associação Internacional de Gestão do Estresse)

ISS	Imposto Sobre Serviços de Qualquer Natureza
ISSL	Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp
LALUR	Livro de Apuração do Lucro Real
LTCAT	Laudo Técnico das Condições Ambientais do Trabalho
PCMSO	Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional
PIS	Programa de Integração Social
PJSI	Programa Declaração Simplificada da Pessoa Jurídica
PPP	Perfil Profissiográfico Previdenciário
PPRA	Programa de Prevenção de Riscos Ambientais
RAIS	Relação Anual de Informações Sociais
SESCON	Sindicato das Empresas de Serviços Contábeis e das Empresas de Assessoramento, Perícias, Informações e Pesquisas
SINCONTEC	Sindicato dos Contadores e Técnicos em Contabilidade
SINTEGRA	Sistema Integrado de Informações sobre Operações Interestaduais com Mercadorias e Serviço
SPED	Sistema Público de Escrituração Digital

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	13
1.1	CONTEXTUALIZAÇÃO DO ESTUDO	13
1.2	TEMA E PROBLEMA DE PESQUISA	14
1.3	HIPÓTESES	15
1.4	OBJETIVOS	16
1.4.1	Objetivo geral	16
1.4.2	Objetivos específicos	16
1.5	ESTRUTURA DO ESTUDO	17
2	REFERENCIAL TEÓRICO	18
2.1	ESTRESSE	18
2.1.1	Conceito	18
2.1.2	Agentes causadores	19
2.1.3	Fases do estresse	20
2.1.4	Controle do estresse	22
2.1.5	Estresse Ocupacional	24
2.2	CONTABILIDADE	26
2.2.1	Conceito e objeto de Contabilidade	26
2.2.2	O profissional Contábil	27
3	METODOLOGIA	30
3.1	DELINEAMENTO DA PESQUISA	30
3.2	PROCEDIMENTOS DE COLETA E ANÁLISE DOS DADOS	31
4	APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DE DADOS	36
4.1	CARACTERÍSTICAS PESSOAIS	36
4.2	CARACTERÍSTICAS PROFISSIONAIS	40
4.3	CLASSIFICAÇÃO DOS PROFISSIONAIS ATRAVÉS DAS FASES DO ESTRESSE	45
4.4	NÍVEL DE ESTRESSE E OS ASPECTOS PESSOAIS E PROFISSIONAIS	46
4.5	SINTOMAS PREDOMINANTES NOS PROFISSIONAIS	51
5	CONCLUSÃO	55
	REFERÊNCIAS	59

APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO UTILIZADO NA COLETA DE DADOS DA PESQUISA.....	65
--	-----------

1 INTRODUÇÃO

1.1 CONTEXTUALIZAÇÃO DO ESTUDO

Com o avanço da competitividade, as empresas e os profissionais devem continuar se transformando para poder se adaptar as novas tendências e assim não ficar de fora no mercado. O tempo despedido com o trabalho também cresceu, de acordo com dados de 2008 do *International Stress Management Association - ISMA-BR* (Associação Internacional de Gestão do Estresse) algumas funções como gestão ou direção chegam a alcançar 65 horas trabalhadas por semana. Estas situações costumam contribuir muito para o aumento do estresse no ambiente de trabalho.

A incidência de estresse em uma população pode afetar seriamente a economia de um país, por ter consequências como absenteísmo, queda de produtividade, falta de motivação, problemas relacionados à saúde mental e física, e propensão ao aumento de acidentes de trabalho (SILLAS, 2011).

O estresse, como um fator causador de doenças e implicações no âmbito psicológico, social, profissional e familiar, tem se tornado preocupação mundial com diversas pesquisas sendo desenvolvidas sobre este tema e destaque nos meios de comunicação, através de informativos e propostas de combate ao problema.

Em parte da rotina dos profissionais de contabilidade está a quantidade de informações que se deve ter conhecimento, a velocidade com que ocorrem alterações nas áreas políticas, econômicas e fiscais, um mercado de trabalho que está em evidência, a dependência de terceiros para a obtenção de informações em muitos casos, e a responsabilidade com as finanças dos clientes. Portanto, a profissão contábil depende de complexidade técnica e envolve diversos elementos de pressão, se tornando favorável à existência de estresse.

Este estudo teve como objetivo avaliar e elucidar a existência de estresse nos profissionais associados às entidades de classe da Serra Gaúcha e em qual fase do estresse estes profissionais se classificam, comparando com o resultado encontrado em outros trabalhos, de Sillas (2011) e Succar-Junior (2012).

1.2 TEMA E PROBLEMA DE PESQUISA

O estresse, atualmente, é debatido em diversas áreas. O tema, inicialmente pesquisado somente em áreas como psicologia e medicina, ganhou uma abordagem universal conforme foi sendo divulgado de diversas formas através da mídia.

A incidência de estresse pode estar ligada com as pressões do dia a dia, sendo elas positivas, como a organização de uma viagem e o nascimento de um filho, ou negativas, como cargas de trabalho excessivas. Quando associado ao ambiente de trabalho, o estresse é denominado estresse ocupacional. No trabalho, podem existir diversos fatores que contribuem para a formação do estresse, como por exemplo, a insatisfação com o salário, poluição sonora, ambiente insalubre, metas fora da realidade, problemas com colegas ou chefias (MALAGRIS; FIORITO, 2006).

Com o objetivo de reduzir os impactos negativos gerados pelo estresse ocupacional como absenteísmo e redução de produtividade, diversos estudos são realizados em diferentes tipos de organizações, sendo assim possível aliar as necessidades dos profissionais com as da organização. Ao mesmo tempo, estudos na área oportunizam a redução de possíveis quadros patológicos (MARGIS *et al.*, 2003).

De acordo com Nahas (2003), algumas profissões apresentam níveis de estresse elevados, como policiais, bancários, entre outros. Embora já existam estudos na área da contabilidade, são poucos se comparados a estudos de outras áreas. A área contábil é considerada estressante devido à complexidade das tarefas e a responsabilidade com informações.

A contabilidade está em constante evolução, tendo se aproximado de forma internacional e utilizando cada vez mais a tecnologia a seu favor, podendo assim aumentar a confiabilidade e agilidade das informações para os usuários. O profissional de contabilidade deixou de gerar apenas dados para serem analisados por outros profissionais, passando a ter um papel cada vez mais importante na tomada de decisão dentro das organizações, conforme Iudicibus (2015).

Sendo assim, o profissional de contabilidade deve ter capacidade de adaptação em diversos sentidos (IUDICIBUS; MARION; FARIA; 2017). Durante este processo, sobressaem-se os fatores estressantes próprios da função, como prazos apertados, atualização constante da legislação, responsabilidade com a informação

do cliente, e a alta competitividade.

Com base na delimitação do tema de pesquisa proposto, destacando que é um desafio se manter saudável física e mentalmente no ambiente de trabalho, torna-se importante perguntar: Qual o nível de estresse dos profissionais de contabilidade associados as entidades de classe da Serra Gaúcha? As respostas a esta questão podem contribuir por apresentar as consequências do estresse no exercício da profissão, assim como confrontar os resultados obtidos com as pesquisas de Sillas (2011) e Succar-Junior (2012).

1.3 HIPÓTESES

Com o intuito de atingir os objetivos propostos neste estudo, foram consideradas quatro hipóteses, a fim de posteriormente confrontar os resultados com os obtidos nas pesquisas anteriormente citadas. De acordo com Levine *et al.* (2008), uma hipótese é um tipo de teoria ou declaração sobre um determinado parâmetro de uma população.

O primeiro objetivo era determinar se existe relação entre os níveis de estresse e os gêneros. Ao analisar o estresse e os gêneros, Bondan (2011) concluiu que o gênero feminino apresenta uma frequência maior de estresse em sua rotina por buscar soluções e se preocupar mais com a resolução imediata das questões, enquanto o gênero masculino trata as questões com mais distanciamento, assim envolvendo-se menos. Benavente (2012) corrobora, tendo concluído em seu estudo que o gênero feminino possui maior predominância de estresse. Portanto, a primeira hipótese a ser apresentada foi:

- Hipótese 1: as mulheres contabilistas apresentam maior nível de estresse do que os homens contabilistas;

Para o segundo objetivo, verificou-se se a segunda fase do estresse, a fase da resistência, possui maior frequência sobre as demais fases. Lameu, Salazar e Souza (2016) encontraram em sua pesquisa o resultado de maior predominância de indivíduos na fase da resistência (quando o indivíduo permanece com fatores estressantes por certo tempo, tendo um agravamento de sintomas), assim como o estudo de Mota *et al.* (2016), em que 50,7% dos indivíduos se encontram nesta mesma fase. Com base nisso, a segunda hipótese a ser apresentada foi:

- Hipótese 2: a fase de resistência possui um maior número de contabilistas quando comparada as demais fases do estresse;

A terceira hipótese era determinar se a classe de viúvos (as) possui maiores níveis de estresse do que as demais classes, com base no estudo de Pimenta e Assunção (2016), no qual demonstra em suas análises que indivíduos nesta situação conjugal apresentam maior predominância de estresse do que as outras situações conjugais. Sendo assim, a terceira hipótese a ser apresentada foi:

- Hipótese 3: viúvos (as) apresentam maiores níveis de estresse;

Além das hipóteses citadas anteriormente, o quarto objetivo avaliou se os indivíduos com menor renda familiar apresentam maiores níveis de estresse quando comparados com indivíduos de maior renda familiar. Em seu estudo, Lacerda *et al.* (2017) afirmam que indivíduos com rendas familiares abaixo de cinco salários mínimos possuem elevados índices de estresse e depressão. Desta forma, a quarta hipótese a ser apresentada foi:

- Hipótese 4: quanto menor a renda familiar, maior o nível de estresse.

1.4 OBJETIVOS

1.4.1 Objetivo geral

Identificar o nível de estresse na rotina dos profissionais de contabilidade associados as entidades de classe da serra gaúcha, verificando em qual fase do estresse os profissionais se classificam.

1.4.2 Objetivos específicos

- Realizar levantamento bibliográfico com a finalidade de verificar a literatura relacionada ao estresse.
- Aplicar pesquisa com o objetivo de mensurar o perfil e os níveis de estresse dos profissionais de contabilidade.
- Descrever qual o nível do estresse ocupacional que os respondentes da pesquisa se classificam, de acordo com as fases do estresse.
- Identificar como o estresse prejudica os profissionais de contabilidade.

- Comparar os resultados com os estudos de Sillas (2011) e Succar-Junior (2012).

1.5 ESTRUTURA DO ESTUDO

Tendo como objetivo a familiarização com o tema, e o correto desenvolvimento do conteúdo disposto no estudo, o presente estudo está segmentado em cinco capítulos, estruturados de forma a seguir:

No primeiro capítulo são apresentadas considerações iniciais, o tema e problema propostos, os objetivos, a justificativa e a estrutura do estudo.

No segundo capítulo é desenvolvida a fundamentação teórica, devidamente subdividida em seções. Na primeira sessão, é apresentado o conceito de estresse e seus aspectos históricos, suas características, implicações e algumas formas e tentativas de controle, assim como uma abordagem específica sobre o estresse ocupacional. Na segunda sessão, descreve-se o conceito, objeto e campo de aplicação da contabilidade, assim como uma apresentação do profissional contábil, abordando sua profissão e atividades.

O terceiro capítulo refere-se à parte prática do estudo. É definida a metodologia científica utilizada na abordagem, as limitações da pesquisa, a população-amostra estudada, os métodos utilizados para a coleta, para o tratamento e para a análise dos dados obtidos através do questionário. Por meio da análise, os objetivos específicos do estudo são atingidos, sendo identificados os agentes estressores, os níveis de estresse e os impactos a saúde física e mental dos contabilistas.

O quarto capítulo refere-se à apresentação e análise dos dados, aonde se busca descrever os aspectos pessoais e profissionais das amostras, a análise dos aspectos relacionados ao estresse e suas classificações, bem como análise conjunta dos dados de perfil e estresse. Também são abordados os sintomas predominantes na pesquisa e a discussão dos demais resultados.

No quinto capítulo é apresentada a conclusão, na qual se explora a validação das hipóteses apresentadas, os resultados da pesquisa, suas implicações gerenciais e as recomendações para estudos futuros.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 ESTRESSE

2.1.1 Conceito

O termo “estresse” se origina do latim, e sua utilização aconteceu inicialmente na física, sendo identificado representando certo grau de deformidade que uma determinada estrutura sofre quando submetida a um esforço (FRANÇA; RODRIGUES, 2005). A partir do século XVII, o termo passou a ser utilizado para designar angústia, aflição. Contudo, ao final do século XVIII, a utilização do termo passou a designar pressão, força ou esforço exercidos sobre mente e organismo de algum indivíduo (ROSSI, 2006).

Segundo Ballone (2005), o estresse pode ser considerado tão antigo quanto o próprio homem. Desde o tempo das cavernas, o ser humano enfrentava diversas situações de tensão, como intempéries do tempo, busca pelo alimento, ataques de animais, lutas entre tribos, etc. Sendo assim, naquele tempo os nossos ancestrais desenvolveram um mecanismo de estresse, que os ajudava a agir diante as situações de perigo que faziam parte da luta pela sobrevivência.

Para o mesmo autor, diante da evolução das civilizações, outros fatores geradores de estresse ocuparam o lugar dos que afligiam o homem ancestral. Se no tempo das cavernas as pessoas ficavam estressadas diante do ataque de um predador, ou da disputa geográfica com outras tribos, hoje em dia o estresse é causado por outras ameaças, que são abstratas, como o desemprego, a dificuldade de educar filhos, as perspectivas econômicas incertas. Então, se antes a adrenalina se elevava apenas em certos momentos, hoje ela se mantém alta constantemente.

O primeiro cientista a utilizar o termo “estresse” na área da saúde foi o médico Hans Selye, em seu trabalho intitulado *The general adaptation syndrome and the diseases of adaptation* (A síndrome de adaptação geral e as doenças de adaptação), de 1946 (ARANTES; VIEIRA, 2010). O cientista fez uso desta terminologia tendo como base o conceito da física, e foi inspirado pelas descobertas de dois fisiologistas: Bernard, que sugeriu no ano de 1879 que mesmo com mudanças no ambiente externo dos organismos o ambiente interno deve se manter constante, e Cannon, que no ano de 1939 utilizou o termo “homeostase” para definir o esforço de processos fisiológicos

para que se mantenha o equilíbrio interno do organismo. Selye então, tomando por base estes conceitos, definiu o estresse como um processo de resposta desenvolvido pelo organismo ao ser submetido por algum estímulo, tendo como objetivo reestabelecer o equilíbrio (homeostase) do organismo (LIPP, 1996).

Sendo assim, para o organismo o estresse não é um problema, mas sim uma solução para poder adaptar-se a momentos que envolvem certo risco (LIPP; MALAGRIS, 2001). Porém, se excessivo, este processo acaba se transformando em algo perigoso para o organismo do indivíduo (MALAGRIS; FIORITO, 2006).

2.1.2 Agentes causadores

Um equívoco geralmente cometido é a associação de uma situação de estresse apenas com fatores negativos. O agente estressor (que produz o estresse) pode ser tanto positivo quanto negativo, decorrendo de diversos estímulos. Em geral, estímulos não são, em sua essência, estressores (MALAGRIS; FIORITO, 2006). O que irá determinar a condição de estresse é a forma com que o organismo irá interpretar estes estímulos (STRAUB, 2014). Para Lipp e Rocha (1996), a interpretação do organismo está diretamente ligada com a experiência de vida de cada indivíduo.

Seguindo estas premissas, Nahas (2013) aponta que o estresse geralmente se deriva do estilo de vida adotado por cada pessoa e da forma com que cada um enfrenta adversidades, não sendo possível assim eliminar as situações em que o estresse ocorre, mas sim controlar e tentar alterar as formas de resposta a estes estímulos.

Sendo assim, cada agente estressor irá interferir de forma diferente no organismo de cada indivíduo, sendo que cada indivíduo pode reagir de formas diferentes ao mesmo agente estressor. O que determina a reação negativa do organismo é a capacidade de avaliar e enfrentar a situação em que ocorre o estresse, aliada com o agente estressor em si.

De acordo com França e Rodrigues (2005), os agentes estressores podem se manifestar através de três formas: através do ambiente externo, como calor, frio, condições insalubres; através do ambiente interno como emoções, pensamentos, preocupações, alegrias; e através do ambiente social, como trabalho, amigos e

família. Para Ballone (2005), os estímulos internos são os que representam maiores chances de desenvolvimento de estresse, por serem abstratos, constantes, e em alguns indivíduos ou situações, insuperáveis.

Contudo, para Lipp (2004), as fontes de estresse se dividem apenas entre externas e internas, sendo fontes externas os estímulos que estão além do controle do indivíduo, como a morte de um ente querido; e fontes internas os estímulos que estão relacionados com as características individuais de cada indivíduo, como ansiedade e medo. A exposição constante do indivíduo a estes estímulos é o que condiciona o organismo a vivenciar certo grau e fase de estresse, sendo que o estresse se diferencia de acordo com as particularidades de cada organismo e pode depender da intensidade com que as reações ocorrem (LIPP, 2015).

Um indivíduo com um acúmulo de agentes estressores e exposição constante a estes agentes está propenso a sentir os sintomas de alguma das fases do estresse, dependendo da reação de seu organismo aos agentes estressores. Ao gerar influências negativas ao indivíduo, o estresse repercute negativamente nas organizações, devido ao fato de que o indivíduo não está em suas plenas capacidades psíquicas.

2.1.3 Fases do estresse

De acordo com Selye (1956), o estresse produz reações de defesa e adaptação ao agente estressor. Com base no conjunto das reações gerais do organismo que acompanham o agente estressor, o processo de estresse pode ser dividido em três fases: a fase de alerta, a fase de resistência e a fase de exaustão.

A fase de alerta tem início quando o indivíduo percebe o agente estressor, desencadeando uma reação acentuada do sistema nervoso e ocorrendo a quebra do equilíbrio interno do organismo (homeostase). Isso faz com que o indivíduo fique de prontidão, sentindo uma excitação de agressão ou fuga do agente estressor, sendo assim uma reação automática do corpo, um comportamento de adaptação. Esta fase é caracterizada por alguns sintomas físicos e psicológicos, estando entre os físicos a taquicardia, tensão muscular, sudorese excessiva, insônia, aumento da pressão arterial, boca seca, nó no estômago; e entre os psicológicos o aumento de motivação, vontade súbita de iniciar novos projetos e entusiasmo.

De acordo com Lipp e Rocha (1996, p.12) esta fase tem uma reação curta, sendo assim, a adrenalina é eliminada e ocorre a restauração da homeostase, resultando na saída da fase de alerta sem complicações para o bem-estar do indivíduo.

A fase de resistência acontece quando o indivíduo permanece na fase de alerta por um longo período, ou quando a dimensão do agente estressor é grande demais para que o organismo consiga mostrar resistência. Nesta fase, o organismo se utiliza das reservas de energia para tentar reestabelecer o equilíbrio (MALAGRIS; FIORITO, 2006). Caso o organismo tenha sucesso e as energias forem suficientes para a restauração do equilíbrio, o indivíduo volta ao normal.

Caso a reserva de energia e a resposta do organismo não forem suficientes para retomar o controle do agente estressor, o indivíduo passa a apresentar novos sintomas e torna-se vulnerável para o aparecimento de algumas doenças. Os sintomas físicos e psicológicos que caracterizam esta fase são: entre os físicos, cansaço constante, problemas estomacais, dificuldade de memorização, tontura, mudanças de apetite, problemas dermatológicos, sensação de desgaste físico constante; entre os psicológicos a dificuldade de concentração, hipersensibilidade emotiva, dúvidas quanto a si próprio, desânimo, apatia, irritabilidade excessiva e diminuição da libido.

Na fase de exaustão, o estresse tornou-se intenso, ultrapassando as reservas de energia do organismo e o deixando fragilizado pelo excesso de atividades. Sendo assim, ocorre a quebra do equilíbrio do organismo e o aparecimento de diversas doenças (PERES, 2008). A partir do momento em que o indivíduo entra na fase de exaustão, geralmente é necessário tratamento especializado, médico e psicológico, para que a pessoa consiga sair desta fase. Nesta fase, ocorre também o agravamento dos sintomas físicos e psicológicos.

Dentre os sintomas físicos a insônia, náuseas, dificuldades sexuais, tiques nervosos, hipertensão contínua, mudanças extremas de apetite, excesso de gases, tontura frequente, enfarte, úlcera; entre os sintomas psicológicos acontece a impossibilidade de trabalhar, sensação de incompetência em todas as áreas, depressão, irritabilidade extrema, pesadelos, medo e ansiedade, dependência atípica das pessoas ao seu redor, pensar e falar somente no agente estressor.

Hanson (1989) faz uma associação das três fases do desenvolvimento de estresse elaboradas por Selye, comparando-as com as três fases básicas da vida,

sendo elas a infância correspondendo a fase de alerta, a fase de resistência correspondendo a vida adulta e a fase de exaustão sendo correspondida com a fase idosa, e conseqüentemente, a morte. O autor afirma também que a fase de exaustão pode transformar jovens em idosos, da noite para o dia.

De acordo com Lipp (2010), o modelo elaborado por Selye de desenvolvimento de estresse contendo as três fases, de alerta, resistência e exaustão, tem sido utilizado em diversas pesquisas desde sua formulação em 1956. Porém, Lipp (2010) identificou no decorrer da padronização do Inventário de Sintomas de Stress de Lipp (ISSL-2000) uma nova fase do estresse, que foi confirmada tanto clínica quanto estatisticamente, e foi denominada quase-exaustão, sendo posicionada entre as fases de resistência e exaustão.

A fase de quase-exaustão ocorre devido ao enfraquecimento do organismo, devido à grande utilização das reservas de energia e a falta de resistência do organismo ao agente estressor. Nesta fase ocorre o surgimento de algumas doenças, porém não tão graves quanto na fase de exaustão. Os sintomas são os mesmos da fase de resistência, porém com o início do aparecimento de alguns dos sintomas da fase de exaustão e de acordo com Costa (2007), grandes oscilações de humor.

Existem momentos em que o indivíduo se sente razoavelmente bem, porém outros momentos em que o indivíduo não resiste ao agente estressor, demonstrando que as defesas do organismo começam a ceder. O aparecimento de doenças demonstra que o equilíbrio interno do organismo foi quebrado.

A divisão dos sintomas de estresse em fases é importante, pois permite a identificação do nível de estresse do profissional e qual será o seu tratamento adequado. A evolução das fases se dá quando o indivíduo permanece exposto a um agente estressor por muito tempo, porém a intensidade das reações é diferenciada, de acordo com as vivências e o organismo de cada indivíduo.

2.1.4 Controle do estresse

Com a crescente incidência de indivíduos apresentando quadros de estresse na sociedade, ao longo do tempo foram sendo desenvolvidas diversas técnicas de administração do estresse. O objetivo destas técnicas é o de orientar os indivíduos

referente a diversos estilos de vida para serem adotados de forma com que os níveis de estresse sejam diminuídos, melhorando assim a qualidade de vida.

Conforme Antoniazzi, Dell'aglio e Bandeira (1998), *coping* é a denominação dos mecanismos que os indivíduos desenvolvem para enfrentar as situações que são prováveis causadoras de estresse. Quando o *coping* é focalizado no problema, existe um esforço para tentar alterar a situação que deu origem ao estresse, normalmente a relação entre a pessoa e o ambiente que está causando a tensão. O *coping* pode ser direcionado para uma fonte interna ou externa de estresse.

De acordo com Rodrigues e Chaves (2008), o *coping* é um esforço comportamental e cognitivo, sendo realizado para tolerar, reduzir ou até dominar os agentes estressores. Para os autores, não existem formas corretas ou erradas de realizar o *coping*, apenas formas mais efetivas, visto que a escolha de como enfrentar o estresse é muito individual, e cada indivíduo determina suas estratégias com base em recursos externos e internos, como recursos materiais ou crenças.

Kilimnik, Dias e Jamil (2012) afirmam que as estratégias de *coping* de cada indivíduo são escolhidas inconscientemente, porém sempre existe uma ligação de sua personalidade com o tipo de estresse que recebe. Com base nisso, Galvin (2013) afirma que cada tipo de profissão afeta o indivíduo de formas diferentes, existindo profissões consideradas mais propícias para o aparecimento de estresse.

Sendo assim, mesmo existindo variadas técnicas de *coping*, cada indivíduo realiza suas próprias tentativas de manejo do estresse, sendo que o método realizado irá depender de fatores individuais, baseados em vivências, recursos materiais, ou crenças. A efetividade destes métodos irá depender também da fase do estresse em que cada indivíduo se encontra.

Segundo Bachion (1998), existem três escalas de mecanismo de *coping*, sendo elas o evitamento, o confronto direto e o confronto indireto. O evitamento acontece quando o indivíduo procura esquecer o agente estressor realizando outra atividade, assim adiando o confronto com o agente estressor. O confronto direto acontece quando o indivíduo busca alternativas ao agente estressor. O confronto indireto ocorre quando o indivíduo opta por se ocupar com outras atividades, esportivas ou filantrópicas.

Do mesmo modo, Hanson (1989) definiu "Os Três Princípios de Hanson para a Administração do Estresse". Para o autor, uma boa administração do estresse

consiste em: tratar-se bem, com pequenas recompensas diárias para manter-se revigorado; parar de fazer obstruções, deixar de atribuir os problemas a fatores não controláveis e arranjar desculpas; e encarar a verdade, mantendo o foco apenas em problemas em que o indivíduo possa controlar.

Sendo assim, na maioria dos casos a solução para o estresse pode ser facilmente encontrada, porém a aplicação pode ter certo grau de dificuldade justamente por envolver algumas mudanças de hábitos (PITLIUK, 2007). Desta forma, em alguns casos o indivíduo não será capaz de identificar suas fontes de estresse ou realizar uma mudança de hábito consistente, devendo assim buscar ajuda profissional.

Como se pode observar, existem hoje diversas formas de administrar o estresse e atenuar os seus efeitos, evitando assim a sua progressão e a possibilidade de o estresse controlar a vida do indivíduo. Os métodos são variados e sua complexidade varia conforme o autor, porém o que determina se o método é eficaz é a fase do estresse em que se encontra o indivíduo.

2.1.5 Estresse Ocupacional

Com o objetivo de aumentar a produtividade e o conforto dos indivíduos, o trabalho cada vez mais faz uso do avanço da tecnologia, tornando-se assim mais leve fisicamente falando. Porém, no lado psicológico, tem se tornado algo pesado por agregar mais tarefas, exigir cada vez mais qualificação e ainda ser fonte de competição (STEFANO; BONANATO; RAIFUR, 2013). Atualmente, o trabalho tem gerado um ambiente de pressão contínua, levando em conta o fato de que os agentes estressores do trabalho acabam por se misturar aos agentes estressores da vida cotidiana. (CARVALHAL, 2008).

Assim sendo, o processo que leva ao estresse no ambiente de trabalho é proveniente de uma reação em cadeia, fruto de situações que exigem adaptação do indivíduo. Uma condição ou situação que exige certa adaptação por parte do indivíduo é considerada um fator estressante. Uma reação negativa ao fator estressante origina o desgaste no trabalho.

Para Spector (2012), desgaste no trabalho pode ser dividido em três categorias: reações físicas, reações comportamentais e reações psicológicas. Reações físicas

são a resposta do organismo para situações de estresse, sintomas físicos, como tontura, taquicardia, dor de cabeça, doenças do coração. Reações comportamentais são consequências ao comportamento do indivíduo que está passando por situações de estresse, como o uso de substâncias, acidentes, fumo, rotatividade. Reações psicológicas são os sentimentos do indivíduo que está passando por uma situação de estresse, estando entre eles a ansiedade, raiva, frustração, insatisfação.

Portanto, a condição para que exista estresse no ambiente de trabalho é a capacidade de adaptação de cada indivíduo relacionada com o equilíbrio do mesmo. Quando existe o equilíbrio, se obtém o bem-estar no trabalho, mas quando o indivíduo não possui equilíbrio obtêm-se incertezas, insegurança, conflitos. A administração dos níveis de estresse é vital para que exista a qualidade de vida no trabalho. De acordo com Fleury (2002), o ideal é que exista apenas a busca pelo lado bom do estresse, conhecido como eustresse, ao mesmo tempo procurando evitar o distresse, que é a tensão contínua e nociva que conhecemos e pode levar o indivíduo a doenças físicas e psicológicas.

Uma vez que os fatores estressantes são o que levam ao processo de desgaste do indivíduo, este processo não é o mesmo para cada um. Os fatores determinantes para que ocorra o processo dependem fundamentalmente da percepção e avaliação de cada indivíduo. Enquanto um indivíduo pode ver uma situação como uma oportunidade, outro indivíduo pode perceber a mesma situação como uma imposição, ou um risco, tendo assim a percepção de um fator estressante (SPECTOR, 2012).

Sendo assim, fatores estressantes percebidos no ambiente de trabalho são fenômenos cumulativos, com a tendência de aumentar os níveis de estresse a cada ocorrência. Deste modo, agentes estressores não devem ser observados de uma perspectiva individual, mas sim somados dentro de um mesmo contexto. (ROBBINS, 2011).

Para França e Rodrigues (2005), tanto as organizações quanto as pessoas necessitam de certo grau de estresse para o seu bom funcionamento. No entanto, se existir uma pressão muito intensa ou até inversamente, muito branda, o resultado será de ineficiência no desempenho. O mesmo afirma Chiavenato (2004), ressaltando que o estresse em si não é necessariamente nocivo, disfuncional. Há pessoas que trabalham melhor em ambientes de pressão e são mais produtivas quando existe

cobrança de metas, enquanto existem pessoas que estão sempre em busca de maior produtividade e um melhor trabalho.

Portanto, um nível adequado de estresse leva o indivíduo a exercitar uma maior criatividade, buscando novas ideias e soluções para situações adversas. Para muitas pessoas, pequenas situações de pressão no trabalho não são vistas com preocupação, desde que as mesmas conduzam a resultados positivos. O estresse no ambiente de trabalho provoca consequências tanto para as organizações quanto para os funcionários.

Para as organizações, o estresse interfere de maneira negativa na produtividade, na quantidade e na qualidade dos trabalhos realizados, no aumento do absenteísmo e conseqüentemente da rotatividade, assim como aumento nas queixas e reclamações dos funcionários, refletindo até em forma de greves. Para os funcionários, as consequências do estresse são de ansiedade, depressão, insatisfação, distúrbios gástricos e doenças, nervosismo, acidentes, podendo acarretar até na alienação, redução das relações interpessoais e uso de drogas.

2.2 CONTABILIDADE

2.2.1 Conceito e objeto de Contabilidade

Devido a necessidade de acompanhar a evolução dos patrimônios, ao longo das eras a Contabilidade foi se desenvolvendo, tendo seu uso e eficácia maximizados após o surgimento do capitalismo. Sendo assim, a Contabilidade se torna tão remota quanto o próprio homem, e seu avanço está diretamente relacionado ao progresso de cada sociedade, economicamente, socialmente e institucionalmente falando (IUDICIBUS, 2015).

Mesmo utilizando métodos quantitativos como suas principais ferramentas, tendo como exemplo a estatística e a matemática, a Contabilidade não é considerada uma ciência exata, mas sim uma ciência social aplicada, pois o que gera e modifica os fenômenos patrimoniais é a ação humana (IUDICIBUS; MARION 2017).

A contabilidade então foi desenvolvida como um método de controle dos patrimônios através da necessidade histórica de controle e planejamento, sendo

modificada através da ação humana e sendo realizada para que seus resultados sejam voltados para a entidade.

Na visão de Sá (2010, p46), a definição que estabelece os limites, objeto e natureza do estudo da ciência contábil é de ser “a ciência que estuda os fenômenos patrimoniais, preocupando-se com realidades, evidências e comportamentos dos mesmos, em relação a eficácia funcional das células sociais”.

Marion (2015) explica a Contabilidade como sendo um instrumento, com o objetivo de fornecer informações que sejam úteis para a tomada de decisões tanto em ambientes internos da empresa quando externos. Desde o início de sua existência, a Contabilidade foi pautada para fornecer subsídios para a tomada de decisões. Porém, ao longo do tempo, governos passaram a se utilizar dela para fins arrecadatários, tornando-a obrigatória para a maior parte das empresas com o intuito de visar um melhor controle da aplicação de impostos.

Do mesmo modo, Ludicibus (2015) define o principal objetivo da Contabilidade como sendo o de fornecer informações físicas, econômicas e relevantes para que os usuários possam tomar decisões com segurança, tendo ainda flexibilidade para fornecer informações diferenciadas para decisões específicas.

Percebe-se que a Contabilidade exerce uma importante tarefa para as empresas, registrando e compilando os dados de todas as movimentações patrimoniais possíveis de mensuração monetária, e fornecendo as informações para os usuários interessados na forma de relatórios.

Os usuários da informação contábil são as pessoas que buscam na Contabilidade suas respostas. Entre eles estão os diretores, investidores, sócios, bancos, governo, empregados, fornecedores, consultores, clientes, sindicatos, concorrentes, etc. (MARION, 2015).

2.2.2 O profissional Contábil

Visando atender as necessidades dos profissionais prestadores de serviços contábeis e das entidades, foi elaborado o Manual de Orientações e de procedimentos para as Organizações Contábeis, pelo Conselho Regional de Contabilidade do Rio Grande do Sul (CRC-RS). Nesta obra estão identificados os assuntos tratados e os serviços executados, sendo divididos por departamentos.

Quadro 1 - Serviços executados por Organizações Contábeis

Departamento de Pessoal: Admissões, rescisões, folhas de pagamento, cálculo e apuração de encargos trabalhistas, obrigações mensais e anuais como CAGED, GPS, GFIP, GRRF, DIRF, RAIS, GRCS, DARF do PIS/Folha de Pagamento, DARF IR sobre salário, férias e rescisão, solicitação de CND e CRF/ FGTS, controle do quadro de lotação, informe de rendimentos, férias, exames periódicos, PCMSO, PPRA, PPP, LTCAT e outros assuntos previdenciários e trabalhistas.
Departamento Fiscal: notas fiscais (entrada/saída/serviços), apuração de impostos (federais, estaduais e municipais), registro e escrituração de livros e demais obrigações mensais e anuais do ICMS, IPI, ISS, Carnê Leão, GIA mensal do ICMS, declaração mensal e anual de ISS, GIA Modelo B-Anual, SINTEGRA, SPED Fiscal, DMED; baixas de inscrições perante as esferas municipal, estadual e federal, solicitação de negativas e outros tributos e obrigações.
Departamento Contábil: escrituração dos livros Diário e Razão, elaboração do livro LALUR e Fcont, elaboração de Balancetes de Verificação, elaboração de todas as Demonstrações Contábeis exigidas pela legislação societária, análise das Demonstrações Contábeis, controle dos bens do Ativo Permanente, elaboração e entrega da DIPJ, PJSI, DACON, DCTF, DIMOB e DIRF, SPED Contábil.
Societário: constituições, alterações contratuais, elaboração de atas, registro de livros contábeis e fiscais, extinção de empresas, solicitação de certidões (positiva e negativa), cadastros e obtenção de AIDF.
Expedição: controle de protocolos de entrada e saída de documentos.
Recepção: atendimento ao público – pessoalmente ou por telefone.
Assessoria: orientação tributária, contábil, fiscal, trabalhista, societária e atendimento ao cliente, conforme previsto no contrato de prestação de serviços.
Consultoria: pareceres, trabalhos ou consultas especiais relacionados às áreas tributárias, contábil, fiscal, trabalhista e societária, não abrangidos pelo contrato de prestação de serviços.

Fonte: CRCRS (2012, P.8)

O exercício da profissão contábil é regulamentado pelo Conselho Federal de Contabilidade, através da resolução CFC nº 1.494/15, que dispõe:

Art. 1º Somente poderá exercer a profissão contábil, em qualquer modalidade de serviço ou atividade, segundo normas vigentes, o contador ou o técnico em contabilidade registrado em CRC.

Parágrafo único. Integram a profissão contábil os profissionais habilitados como contadores e técnicos em contabilidade, de acordo com a legislação em vigor.

Art. 35. É vedada a concessão de Registro Profissional aos portadores de diplomas/certidão de cursos de Gestão com especialização/habilitação em Contabilidade e de cursos de Tecnólogo em Contabilidade.

De acordo com Marion (2015), é chamado Bacharel em Ciências Contábeis, ou Contador, o profissional que concluiu o curso superior de Contabilidade. Aquele que cursou o nível técnico é denominado como Técnico em Contabilidade. Ambos, o Técnico em Contabilidade e o Contador, podem ser chamados de contabilistas e podem ser responsáveis pela contabilidade de empresas, análise de balanços, pesquisas contábeis e etc., porém apenas Contadores podem realizar as atividades de auditoria e perícia contábil. Zhenghong *et al.* (2013) afirmam que já existem certos níveis de estresse em estudantes de graduação em contabilidade.

Dentre todas as tarefas, pode-se afirmar que a tarefa principal do Contador é a de gerir ou elaborar informações úteis aos usuários da contabilidade tendo como objetivo a tomada de decisões. Porém, em alguns segmentos da economia nacional, principalmente nas pequenas empresas, a função do contador foi desviada, transformando-se em uma função com o objetivo de atender apenas as exigências do fisco (IUDICIBUS; MARION; FARIA; 2017).

Conforme Lemos-Junior, Santini e Silveira (2015), a contabilidade é uma área que contava com interesse e presença majoritariamente masculina no passado, mas nos últimos anos, a incidência de mulheres na área vem aumentando cada vez mais, ao ponto de existirem mais profissionais mulheres do que homens em diversas instituições.

Visto que um contabilista está apto a realizar diferentes atividades, desde o registro de dados até sua análise e divulgação para os usuários, sua rotina acaba sendo influenciada pelo horário de trabalho e demanda dos usuários, tendo como consequência a diminuição de horários para se dedicar ao lazer.

Para Iudicibus (2015), no futuro o contador será completamente cercado de tecnologia, podendo assim pensar mais e, portanto, se realizar como profissional e ser humano, visto que terá mais oportunidades para a realização de atividades de lazer. Ao mesmo tempo, a atuação do contabilista irá se ampliar cada vez mais devido a maior necessidade de informações, gerando assim mais oportunidades de trabalho e de realização profissional.

3 METODOLOGIA

3.1 DELINEAMENTO DA PESQUISA

Em relação aos procedimentos, este estudo utilizou levantamento ou *survey*. De acordo com Spector (2012), este método consiste em usar questões compiladas para avaliar diversas variáveis, sendo dirigidas à amostra em determinado momento. Para Gil (2008), é uma técnica de investigação contendo questões voltadas para pessoas com o objetivo de obter informações sobre opiniões ou características de certo grupo.

Segundo Spector (2012), a utilização do levantamento ou *survey* traz diversas vantagens ao pesquisador: o questionário é um meio barato e rápido, é aplicado diretamente na amostra participante da pesquisa, proporciona maior generalização dos resultados, e são muito utilizados no Brasil para analisar questões referentes ao ambiente de trabalho.

Quanto aos seus objetivos, este estudo constitui-se de uma pesquisa descritiva. Para Beuren (2006), uma pesquisa descritiva tem como foco descrever certas características de determinada população ou o estabelecimento de alguma relação entre as variáveis, utilizando-se de técnicas de coleta de dados padronizadas. Além disso, de acordo com Collis e Hussey (2005, p. 24-27), uma pesquisa descritiva expõe o comportamento dos fatos, sendo utilizada para a obtenção e identificação de características de uma determinada questão ou problema.

Quanto à abordagem do problema, este estudo se identifica como quantitativa. O fator que determina a escolha do processo vai de encontro ao propósito de pesquisa adotado pelo pesquisador. As pesquisas podem ser quantitativas ou qualitativas, porém em pesquisas que visam o estudo de fenômenos haverá uma combinação quantitativa-qualitativa de dados, sendo que o equilíbrio dependerá das exigências do pesquisador e do objetivo geral da pesquisa. (COLLIS; HUSSEY; 2005).

Conforme Marconi e Lakatos (2011), o método quantitativo tem como objetivo uma coleta sistemática de dados, com precisão e controle estatísticos, sendo utilizado em situações nas quais se pretende validar estatisticamente uma hipótese sem, necessariamente, entender as motivações que levaram às respostas.

O presente estudo teve como amostra populacional os profissionais associados das duas entidades de classe representantes da serra gaúcha: SINCONTEC (Sindicato dos Contadores e Técnicos em Contabilidade de Caxias do Sul e Região Nordeste) e SESCON (Sindicato das Empresas de Serviços Contábeis e das Empresas de Assessoramento, Perícias, Informações e Pesquisas da Região Serrana do Rio Grande do Sul).

O SINCONTEC desenvolve um trabalho de integração e união da classe contábil, realizando ações como cursos, palestras, eventos e grupo de estudos, tendo também a função de promover o aprimoramento profissional e intelectual dos associados. Atualmente a entidade representa 34 municípios e é conveniada com o CRC/RS (Conselho Regional de Contabilidade).

O SESCON Serra Gaúcha busca unir profissionais de atividades afins, em torno de uma entidade que os represente, realizando lutas pela classe, ações, cursos e eventos, estando envolvida em movimentos da categoria. A entidade representa 14 municípios da região, e é filiada à FENACON (Federação Nacional das Empresas de Serviços Contábeis e das Empresas de Assessoramento, Perícias, Informações e Pesquisas).

3.2 PROCEDIMENTOS DE COLETA E ANÁLISE DOS DADOS

A coleta de dados foi realizada através da aplicação de um questionário. De acordo com Gray (2016), questionários são ferramentas de pesquisa que devem ser aplicadas para um público relativamente grande, com perguntas padronizadas, permitindo assim uma abordagem analítica que explora a relação entre as variáveis.

O instrumento utilizado neste estudo foi elaborado tendo como base os instrumentos dos estudos de Sillas (2011) e Succar-Junior (2012) com o objetivo de comparar os resultados com os alcançados nos estudos dos autores. O questionário pode ser encontrado no apêndice deste estudo.

O questionário da pesquisa contém quinze questões e foi elaborado tendo como objetivo coletar dados relacionados ao perfil profissional e pessoal dos profissionais de contabilidade e seus sintomas de estresse, sendo dividido em duas sessões. A primeira sessão está relacionada aos aspectos pessoais e profissionais, como gênero, idade, situação conjugal, renda, grau de instrução, etc. A segunda

sessão, desenvolvida por Sillas (2011), aborda os sintomas do estresse na profissão, utilizando-se como referência o Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp – ISSL e fornecendo assim uma medida objetiva dos sintomas de estresse.

O desenvolvimento do modelo quadrifásico é dividido, segundo Lipp (2003), por fase de alerta, fase de resistência, fase de quase-exaustão e fase de exaustão.

Para se enquadrar na fase de alerta, uma pessoa deve apresentar nas últimas 24 horas mais de cinco sintomas do Quadro 2:

Quadro 2 - Sintomas nas últimas 24 horas

Sintomas nas últimas 24 horas
Mãos e/ou pés frios
Boca seca
Nó ou dor no estômago
Aumento de sudorese (muito suor)
Tensão muscular (dor muscular)
Aperto da mandíbula/ranger de dente
Diarreia passageira
Insônia, dificuldade para dormir
Taquicardia (batimentos acelerados)
Respiração ofegante, entrecortada
Hipertensão súbita e passageira
Mudança de apetite (muito ou pouco)
Aumento súbito de motivação
Entusiasmo súbito
Vontade súbita de realizar novos projetos

Fonte: Adaptado de Sillas (2011)

Para se enquadrar na fase de resistência, uma pessoa deve apresentar na última semana mais de três e menos de nove sintomas mencionados no Quadro 3:

Quadro 3 - Sintomas na última semana

Sintomas na última semana
Problemas de memória, esquecimento
Mal-estar generalizado, sem causa
Formigamento nas extremidades (pés /mãos)
Sensação de desgaste físico constante
Mudanças extremas de apetite
Surgimento de doenças de pele
Hipertensão arterial (pressão alta)
Cansaço constante
Gastrite prolongada, queimação, azia
Tontura, sensação de estar flutuando
Sensibilidade emotiva excessiva
Dúvidas de si mesmo, sensação de incompetência
Pensamentos sobre um só assunto
Irritabilidade excessiva
Diminuição da libido/desejo sexual

Fonte: Adaptado de Sillas (2011)

Para se enquadrar na fase de quase-exaustão, o sujeito deve apresentar nove ou mais sintomas semanais apresentados no quadro anterior.

Para ser classificado na fase de exaustão, o indivíduo deve apresentar mais que nove sintomas no último mês, apresentados no Quadro 4:

Quadro 4 - Sintomas no último mês

(continua)

Sintomas no último mês
Diarreias frequentes
Dificuldades sexuais
Formigamento extremidades (pés/mãos)
Insônia
Tiques nervosos
Hipertensão arterial confirmada

(conclusão)

Problemas dermatológicos prolongados
Mudança extrema de apetite
Taquicardia (batimentos acelerados)
Tontura frequente
Úlcera
Impossibilidade de trabalhar
Pesadelos
Sensação de incompetência em todas as áreas
Vontade de fugir de tudo
Apatia, vontade de nada fazer, depressão
Cansaço excessivo
Pensamento constante no mesmo assunto
Irritabilidade sem causa aparente
Angústia ou ansiedade diária
Hipersensibilidade emotiva
Perda de senso de humor

Fonte: Adaptado de Sillas (2011)

Vale ressaltar que, o acesso aos profissionais de contabilidade foi feito por intermédio das entidades de classe da Serra Gaúcha, considerando neste estudo apenas os profissionais que estão associados a estas entidades. O contato foi realizado via e-mail através da divulgação do *link* do questionário, sendo utilizada para aplicação a ferramenta *Google Forms*, que consiste em um formulário *online*, com acesso realizado via internet e com as respostas sendo armazenadas automaticamente na base de dados do sistema.

Para a devida avaliação do instrumento, primeiramente o questionário foi submetido a um pré-teste. Realizou-se o teste com uma amostra de dez contabilistas, com objetivo de verificar e eliminar possíveis erros no conteúdo das questões e nos enunciados das mesmas. O grupo piloto para o pré-teste pode ser formado por conveniência com amigos, estudantes, desde que tenham o mesmo perfil da amostra (PETERSON, 2000). A eles foi elucidado que o questionário fazia parte da pesquisa para um trabalho de conclusão de curso em Ciências Contábeis. Três deles relataram

dificuldades com as questões relacionadas aos sintomas, por não existir opção de resposta para quem não possuísse nenhum dos sintomas citados.

Posteriormente, as questões apontadas foram reformuladas e disponibilizadas a três contabilistas, que não encontraram dificuldades para responder o questionário no tempo proposto de cinco minutos. Definiu-se este como o instrumento que seria usado para coletar as informações necessárias para conclusão desta pesquisa, sendo que as respostas obtidas dos participantes do pré-teste não foram consideradas para as análises da pesquisa.

Para o tratamento estatístico deste estudo, os dados coletados por intermédio do questionário de pesquisa foram tabulados e analisados com o auxílio do software Microsoft Excel 2016® e apresentados na forma de tabelas e gráficos.

Primeiramente, foi analisado o perfil dos profissionais de contabilidade da Serra Gaúcha associados às entidades de classe, bem como identificados os aspectos profissionais que os caracterizam, elaborando o resultado a partir da frequência em cada item.

A análise que realizada a seguir teve como objetivo identificar a classificação dos participantes nas diferentes fases do estresse, considerando as quatro fases do estresse abordadas neste estudo e também elaborando o resultado através da frequência encontrada em cada tabela.

A etapa seguinte consistiu na verificação da relação entre os níveis de estresse apresentados pelos profissionais com seus respectivos aspectos profissionais e pessoais por meio de uma identificação entre convergências e divergências, procurando identificar se as hipóteses propostas serão atendidas.

Referente à verificação das hipóteses, para atender a hipótese 1 e 2 foi realizada uma verificação por frequência em cada tabela. Para a verificação das hipóteses 3 e 4, foi realizada uma verificação de valores convergentes e divergentes.

Após a verificação, realizou-se uma análise de convergência e divergência das respostas com o objetivo de comparar os resultados da pesquisa com os resultados obtidos nos estudos de Sillas (2011) e Succar-Junior (2012).

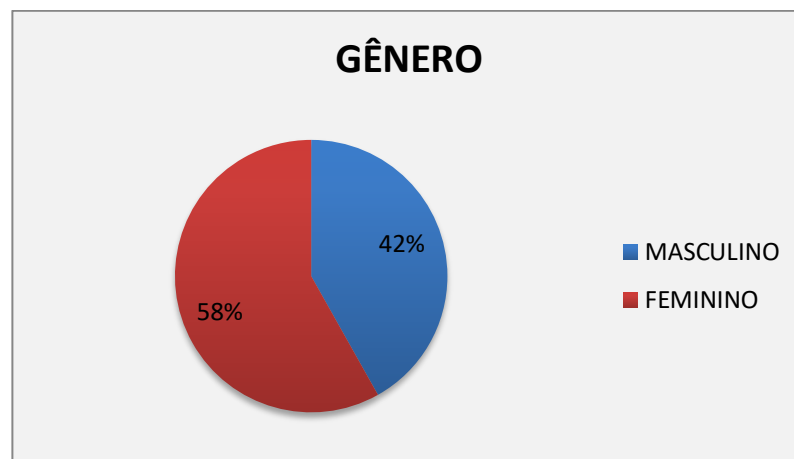
4 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DE DADOS

Neste capítulo serão abordadas as análises das características pessoais, profissionais e as fases de estresse que afetam os profissionais de contabilidade respondentes da pesquisa.

4.1 CARACTERÍSTICAS PESSOAIS

Neste item, são descritos os aspectos pessoais que caracterizam os profissionais de contabilidade da serra gaúcha. Para tanto, investigou-se gênero, faixa etária, escolaridade, situação conjugal, número de filhos e satisfação com relacionamentos sociais.

Figura 1 - Distribuição por gênero



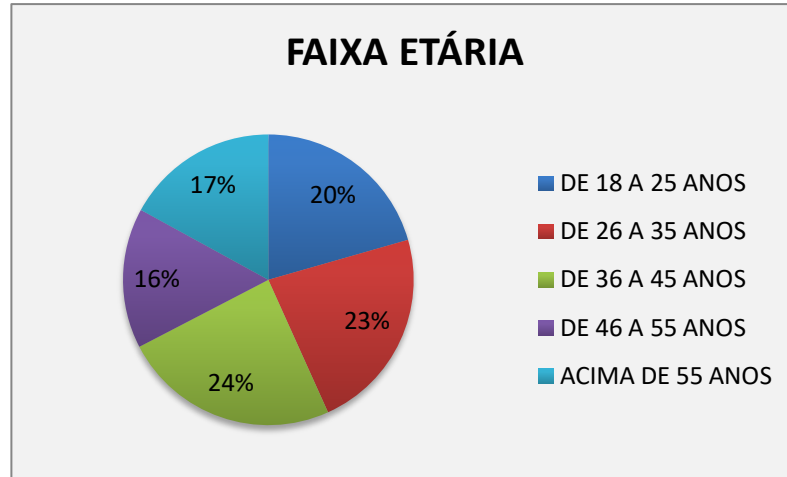
Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

Com relação ao gênero, pode ser observado na Figura 1 que 58% dos respondentes se identificam como sexo feminino, enquanto 42% dos respondentes se identificam como sexo masculino. O resultado encontrado vai de acordo com o estudo Lemos-Junior, Santini e Silveira (2015), no qual afirmam que a área vem passando por efeitos de feminização, ou seja, um aumento na quantidade de mulheres que exercem atividades na área de contabilidade.

Ao analisar o resultado com o estudo de Succar-Junior (2012), no qual 57% dos respondentes são femininos e 43% dos respondentes são masculinos, nota-se uma semelhança muito grande com os resultados obtidos na Figura 1, demonstrando

assim que existe uma predominância de mulheres na área contábil de diferentes regiões.

Figura 2 - Distribuição por faixa etária

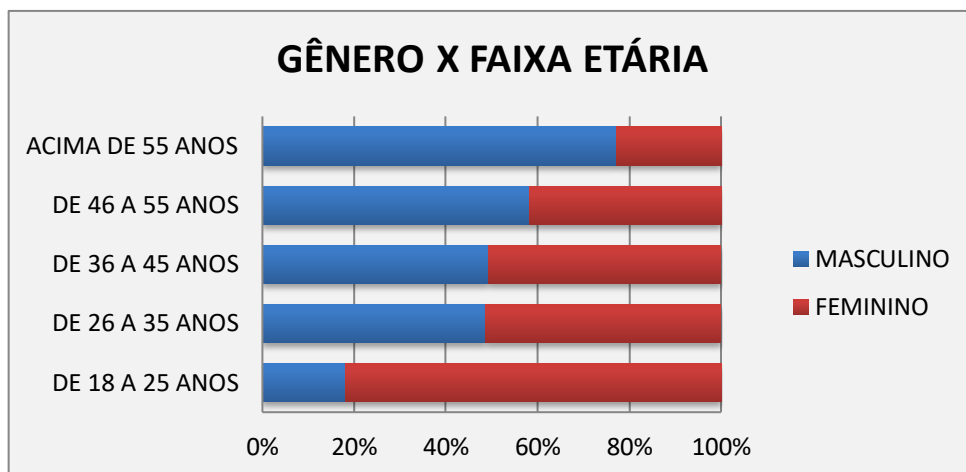


Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

Com relação a faixa etária, observa-se que a maior incidência de idade é de 36 a 45 anos, com 24%. Também pode-se observar que a quantidade de profissionais com idade acima de 46 anos é a com menor incidência de respondentes, sendo assim, 67% dos profissionais possui idade de até 45 anos.

Ao comparar com o estudo de Sillas (2011) e Succar-Junior (2012), nota-se que a maior parte dos respondentes da Serra Gaúcha possui idade superior aos respondentes do Paraná e Rio de Janeiro, no qual seus estudos identificaram predominância de idade entre 26 a 35 anos.

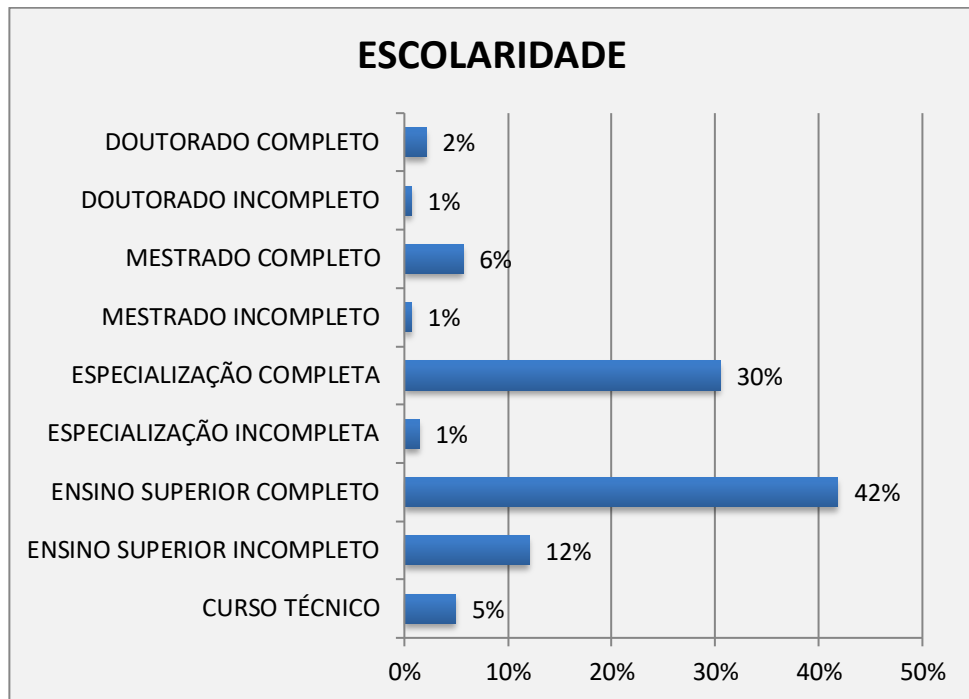
Figura 3 – Gênero x faixa etária



Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

Observa-se na Figura 3 o crescimento da participação das mulheres nas profissões de contabilidade, mostrando que elas vêm conquistando espaço nesta área. Este resultado converge com o encontrado por Succar-Junior (2012), no qual o gênero feminino é predominante nos respondentes com idade menor.

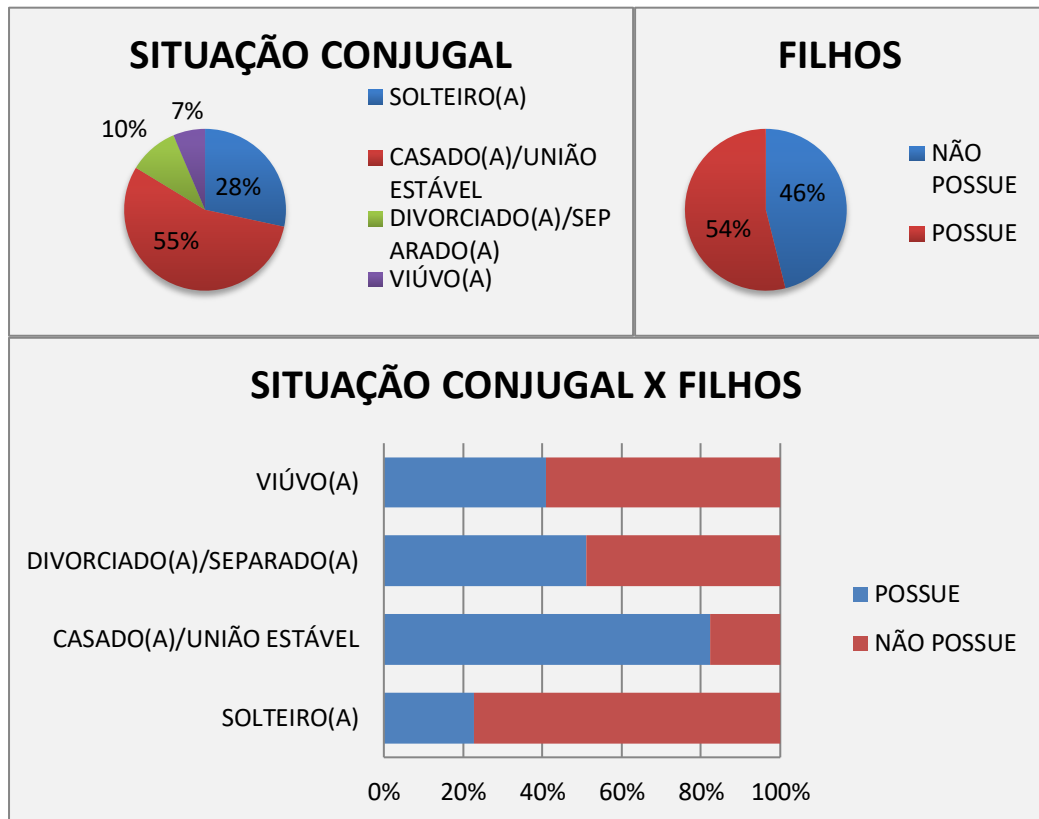
Figura 4 - Distribuição por grau de escolaridade



Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

Na Figura 4, observa-se o grau de escolaridade dos profissionais, sendo a maioria dos repondentes formado em ensino superior, seguidos de profissionais com especialização completa. Os menores índices são de profissionais que estão em níveis acadêmicos superiores, mestrado e doutorado obtiveram apenas 10% das respostas. Também destaca-se o fato de apenas 5% dos profissionais possuírem qualificação em cursos técnicos.

Figura 5 – Situação conjugal x filhos

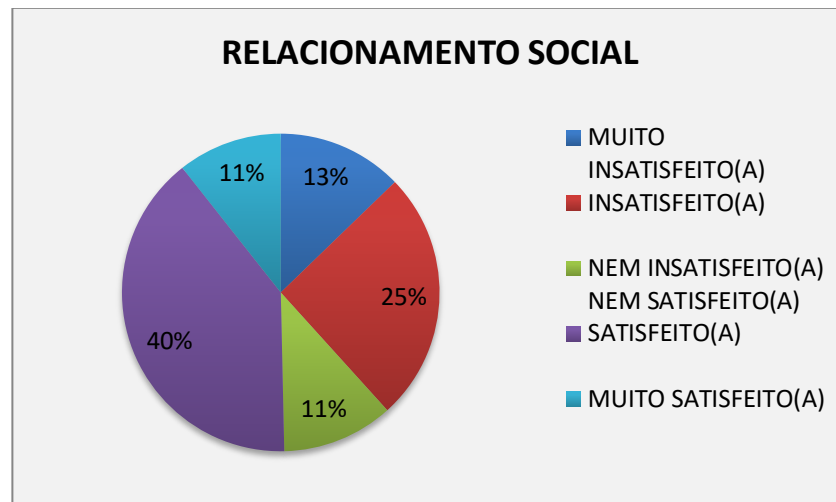


Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

No quesito de situação conjugal, a maior parte dos respondentes (55%) é casado, seguido por solteiros (28%), divorciados (10%) e viúvos em sua minoria. Através dos resultados, apura-se que 54% dos respondentes possuem filhos e 46% deles não possuem filhos, e ao analisar os dados de forma conjunta, verifica-se que a maior parte dos profissionais que possuem filhos são os casados, seguidos dos divorciados, viúvos e solteiros.

Na comparação de resultados com o estudo de Sillas (2011), é possível notar que os dados convergem, sendo a maior parte dos profissionais casados e com filhos. Porém, algumas informações divergem com o resultado de Succar-Junior (2012), no qual a maior parte dos profissionais não possui filhos, e a quantidade de casados e solteiros não exibe uma diferença significativa.

Figura 6 - Distribuição por satisfação em relacionamento social



Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

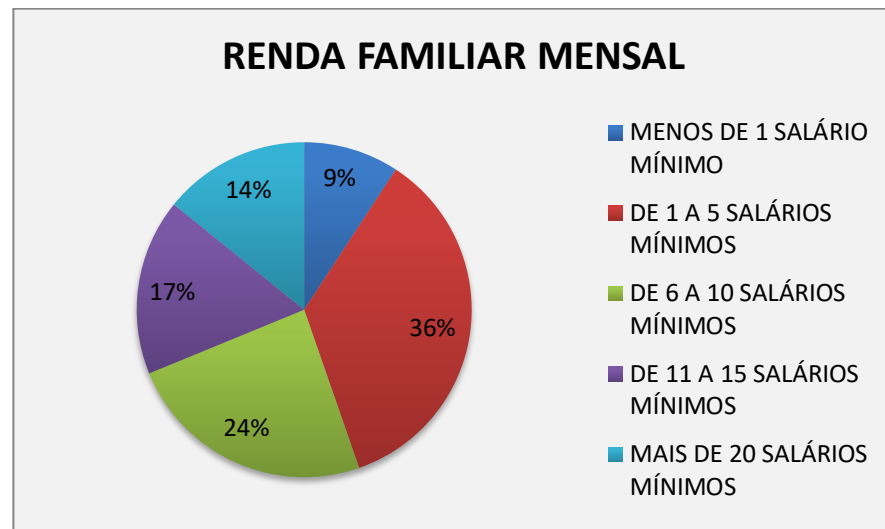
Ao serem questionados em como avaliavam seus relacionamentos sociais, 40% dos respondentes afirmaram estar satisfeitos, 25% dos respondentes estão insatisfeitos, tendo quantidades semelhantes de profissionais que estão muito satisfeitos e muito insatisfeitos com suas relações sociais.

Neste ponto, os resultados visíveis na Figura 6 convergem com os dados da pesquisa de Succar-Junior (2012), em que uma quantidade significativa dos profissionais está satisfeita com seus relacionamentos sociais.

4.2 CARACTERÍSTICAS PROFISSIONAIS

Quanto ao perfil dos profissionais de contabilidade, foram investigados também os aspectos profissionais que a amostra apresenta. Para isso, verificou-se a renda familiar, o tempo de atuação profissional e o papel e funções que desempenha no trabalho.

Figura 7 – Distribuição por renda familiar mensal

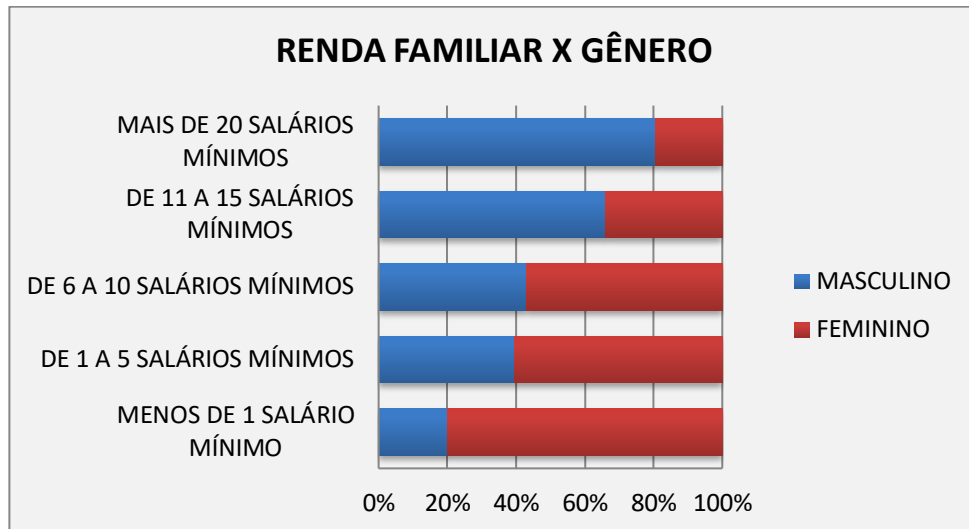


Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

A respeito da renda familiar mensal, observa-se que 36% dos respondentes tem uma renda familiar entre 1 a 5 salários mínimos mensais, seguido da faixa de 6 a 10 salários mínimos mensais, que representa 24% da amostra. Nestes dois grupos, estão contemplados 60% dos respondentes.

Sillas (2011), em sua pesquisa, encontrou uma maioria de respondentes com uma renda familiar mensal de 5 a 10 salários mínimos, enquanto na pesquisa de Succar-Junior (2012) verifica-se a maior incidência de renda familiar mensal de 15 a 20 salários mínimos. Como é visto acima, na Figura 7, o resultado foi o menor das pesquisas. Existem diversos fatores que podem explicar esta situação, desde custo de vida nos locais pesquisados quanto ao fato de que as outras pesquisas foram realizadas em 2011 e 2012, sendo nesta época o salário mínimo nacional menor do que em 2017.

Figura 8 - Renda familiar x gênero

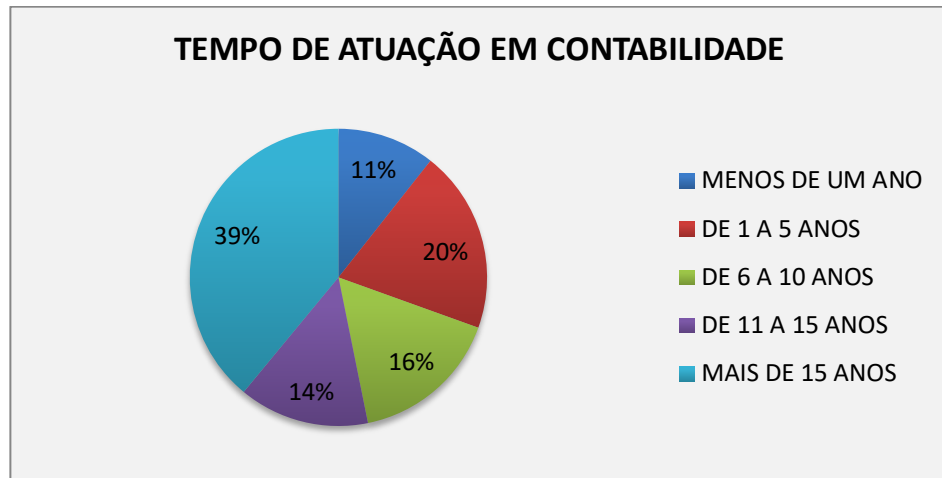


Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

Podemos verificar na Figura 8 a relação do gênero com a renda familiar. Observa-se que as maiores faixas de renda familiar são de pessoas do gênero masculino, enquanto as menores são dominadas por respondentes do gênero feminino. Como visto na Figura 3, a renda familiar pode estar sendo influenciada pela faixa etária, sendo que uma quantidade significativa dos respondentes está nas faixas superiores de idade, tradicionalmente masculinas.

Estes resultados divergem em partes com os dados exibidos na pesquisa de Succar-Junior (2012), na qual o gênero feminino tem predominância também na renda de 11 a 15 salários mínimos. Sinal de que na serra gaúcha, as mulheres podem ter ingressado na área contábil um pouco mais tarde do que no Rio de Janeiro, ou que a serra gaúcha exhibe níveis de desigualdade maiores entre os salários de mulheres e homens.

Figura 9 - Distribuição por tempo de atuação em contabilidade

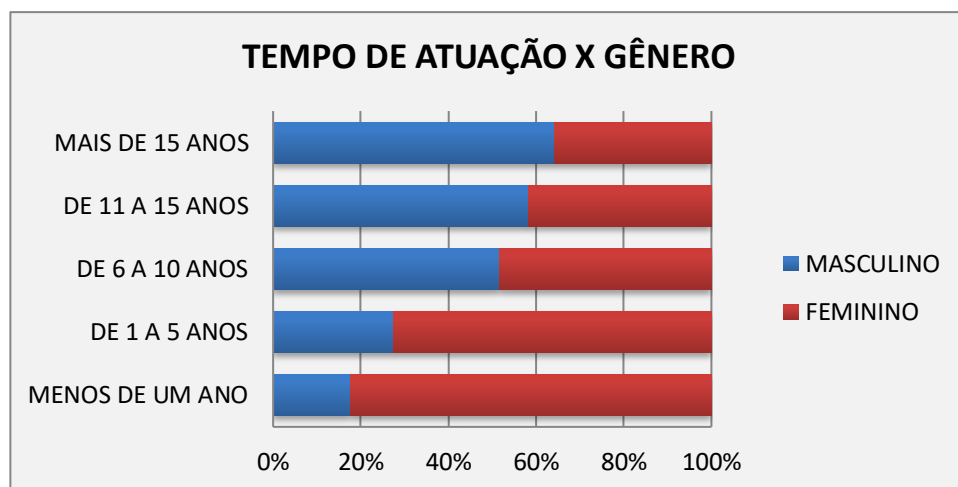


Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

Na Figura 9, apresenta-se os dados referentes ao tempo de atuação profissional, aonde é possível observar que 39% dos respondentes atua em contabilidade a mais de 15 anos, seguidos de 20% dos profissionais que atuam no intervalo de 1 a 5 anos. Isto demonstra que há interesse na área nos últimos anos, atraindo mais profissionais, porém ainda predominam profissionais com mais tempo de experiência.

Os dados acima divergem dos estudos de Sillas (2011) e Succar-Junior (2012), nos quais os resultados obtidos foram de uma predominância de experiência de 5 a 10 anos e menos de 5 anos, respectivamente.

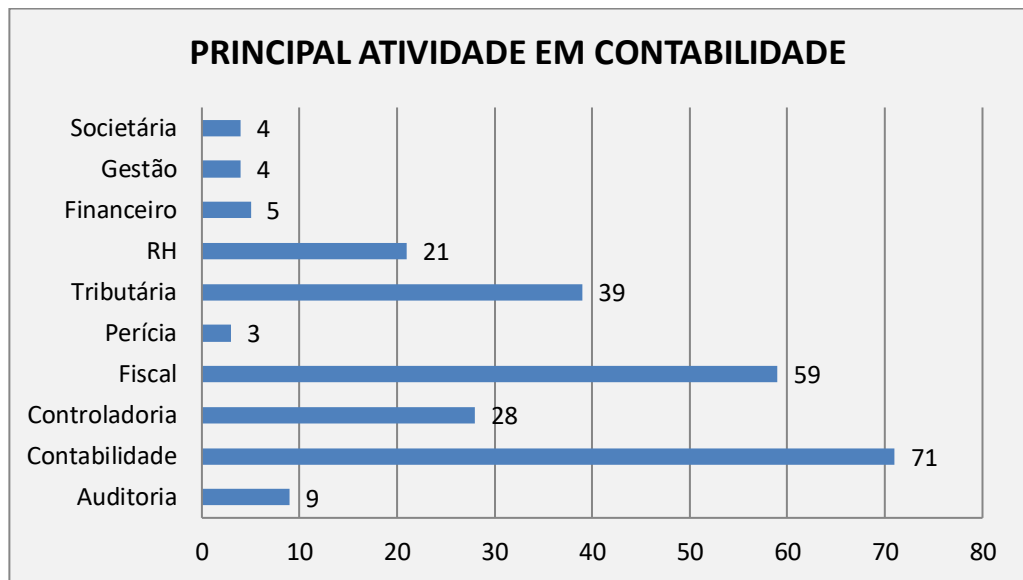
Figura 10 - Tempo de atuação x gênero



Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

A Figura 10 nos mostra um reflexo da Figura 3, aonde observa-se uma maioria masculina atuando a mais de 15 anos em contabilidade, enquanto podemos notar que a maior parte dos respondentes com menos de 5 anos de atuação na área são do gênero feminino, demonstrando um interesse recente em contabilidade por estas profissionais. Para esta análise, os dados da pesquisa de Succar-Junior (2012) convergem, tendo uma maior incidência masculina nos profissionais com mais de 15 anos de experiência e possuindo predominância feminina nos profissionais com menos de 5 anos de experiência.

Figura 11 - Distribuição por principal atividade em contabilidade



Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

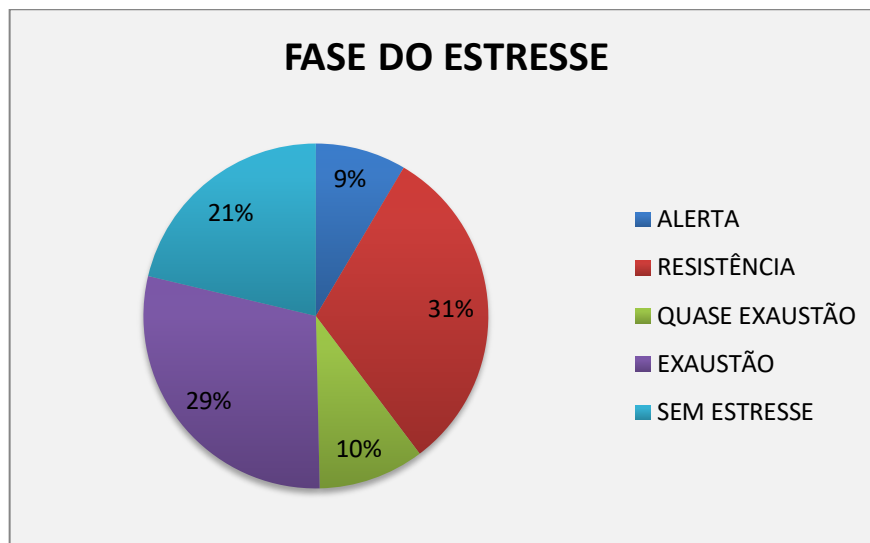
Na Figura 11 verifica-se que a maior parte dos profissionais atua em atividades de contabilidade, porém nota-se ainda uma forte influência tributária, com 64 respostas de profissionais que atuam em áreas relacionadas ao fiscal.

Para Sillas (2011), sua pesquisa demonstrou que a maior parte dos profissionais atua na área fiscal, enquanto para Succar-Junior (2012) a maior parte dos profissionais exerce sua profissão na função de controladoria.

4.3 CLASSIFICAÇÃO DOS PROFISSIONAIS ATRAVÉS DAS FASES DO ESTRESSE

Nesta etapa, com base nos sintomas apresentados pelos profissionais e utilizando o ISSL, podemos verificar a fase do estresse em que o respondente se encontra.

Figura 12 - Distribuição por fases do estresse



Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

Dando sequência, observa-se que 31% dos profissionais se encontram na fase de resistência, na qual o organismo se utiliza das reservas de energia na tentativa de reestabelecer o equilíbrio, sendo que se não for suficiente, o indivíduo torna-se vulnerável a doenças e caso tenha sucesso, os sintomas tendem a desaparecer.

Constata-se também que 21% dos respondentes não se classificam nas fases do estresse. Mesmo apresentando alguns sintomas, estes não aparecem em quantidade suficiente para se enquadrar em alguma das quatro fases, de acordo com o estabelecido no ISSL. Apenas 9% dos respondentes se enquadraram na fase de alerta, na qual o estresse geralmente é de curta duração.

Observa-se também que 10% da amostra se encontra na fase de quase exaustão, sendo nesta fase que o equilíbrio do organismo começa a ceder, tendo o indivíduo momentos em que se sente bem, e outros nos quais a tensão é aumentada.

Podemos verificar também que cerca de um terço (29%) dos respondentes se encontra na fase de exaustão, sendo esta o momento em que o equilíbrio é quebrado,

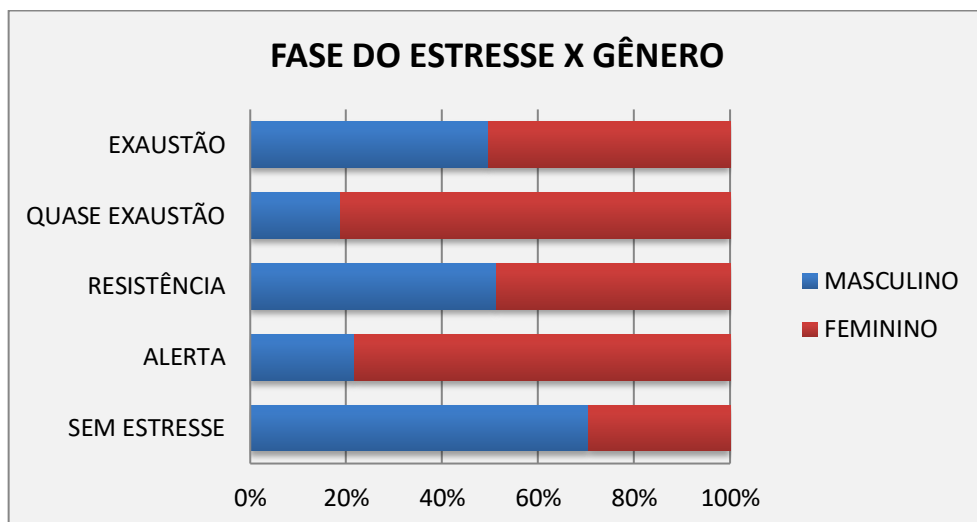
tendo como consequência o aparecimento de doenças. Como citado anteriormente, na fase de exaustão complicações aparecem, geralmente demandando tratamento médico e/ou psicológico.

Sendo assim, verifica-se que a Hipótese 2 se confirma: a fase de resistência possui um maior número de contabilistas quando comparada as demais fases do estresse. No caso dos profissionais de contabilidade da serra gaúcha, a predominância é de níveis mais elevados de estresse, ao contrário dos estudos realizados por Sillas (2011) e Succar-Junior (2012), nos quais a maior predominância foi a incidência de profissionais que não se enquadram em nenhuma das fases de estresse de acordo com o estabelecido no ISSL.

4.4 NÍVEL DE ESTRESSE E OS ASPECTOS PESSOAIS E PROFISSIONAIS

Após as análises anteriores, buscou-se verificar uma associação entre as características pessoais e profissionais e as fases de estresse encontradas nas respostas.

Figura 13 - Fase do estresse x gênero



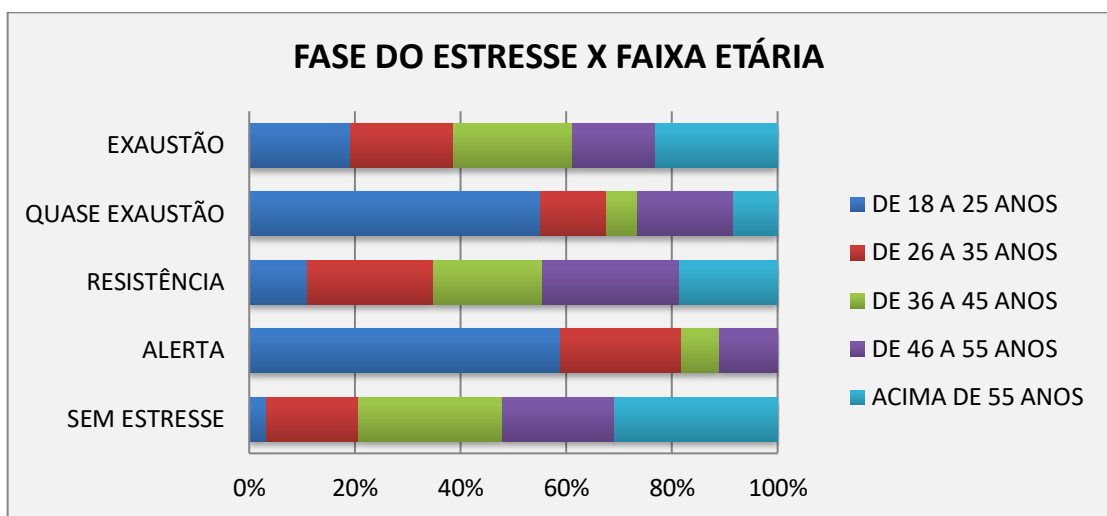
Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

Observa-se na Figura 13 que as mulheres apresentam mais frequência nas fases de estresse do que os homens. Dos profissionais que não se classificam em nenhuma das fases de estresse, 63% são homens e apenas 37% são mulheres. Em contraponto, em uma das fases mais graves do estresse, a fase de quase-exaustão,

as mulheres representam 86% e os homens apenas 14%.

Através desta figura valida-se a hipótese 1 deste estudo, de que as mulheres apresentam maior nível de estresse do que os homens, corroborando as pesquisas de Bondan (2011) e Benavente (2012). Estes dados são convergentes com a pesquisa de Succar-Junior (2012), na qual as mulheres são maioria na fase de exaustão, porém divergentes em relação aos profissionais considerados sem estresse, pois no estudo o gênero feminino apresenta maior frequência.

Figura 14 - Fase do estresse x faixa etária

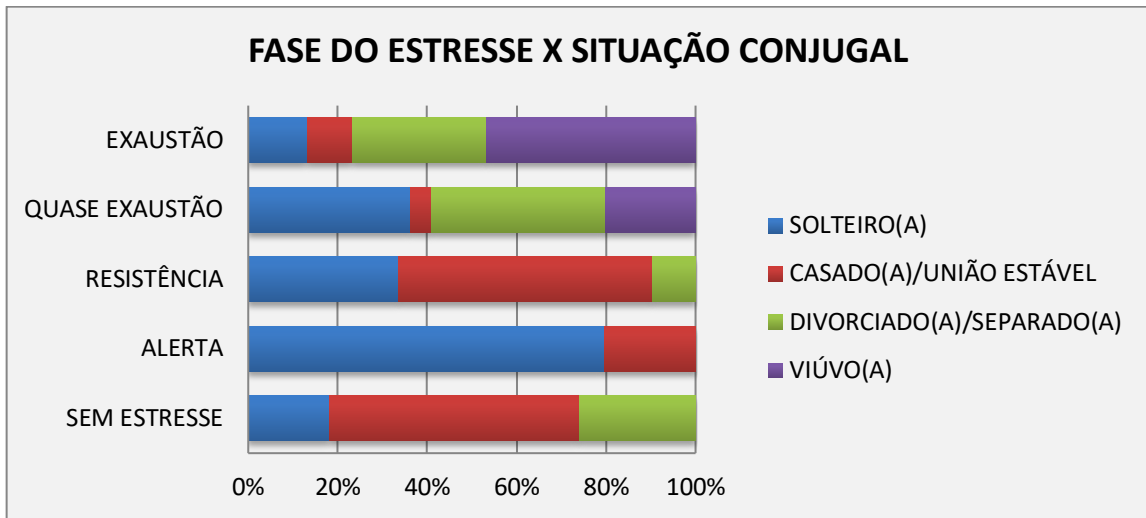


Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

Ao analisar a fase do estresse com a faixa etária dos respondentes, verifica-se que as faixas etárias que mais apresentam níveis elevados de estresse são de 18 a 25 anos e de 26 a 35 anos, respectivamente. Também pode-se observar que, quanto aos profissionais com idade superior a 55 anos, a maior parte se classifica como sem estresse, porém a segunda maior incidência é de profissionais já na fase de exaustão. O mesmo ocorre para profissionais que se encontram no intervalo de 36 a 45 anos.

As informações vistas na Figura 14 divergem do achado nas pesquisas de Sillas (2011) e Succar-Junior (2012), nas quais as faixas etárias que mais se aproximam dos maiores níveis de estresse são as de profissionais com idade superior aos 40 anos.

Figura 15 - Fase do estresse x situação conjugal

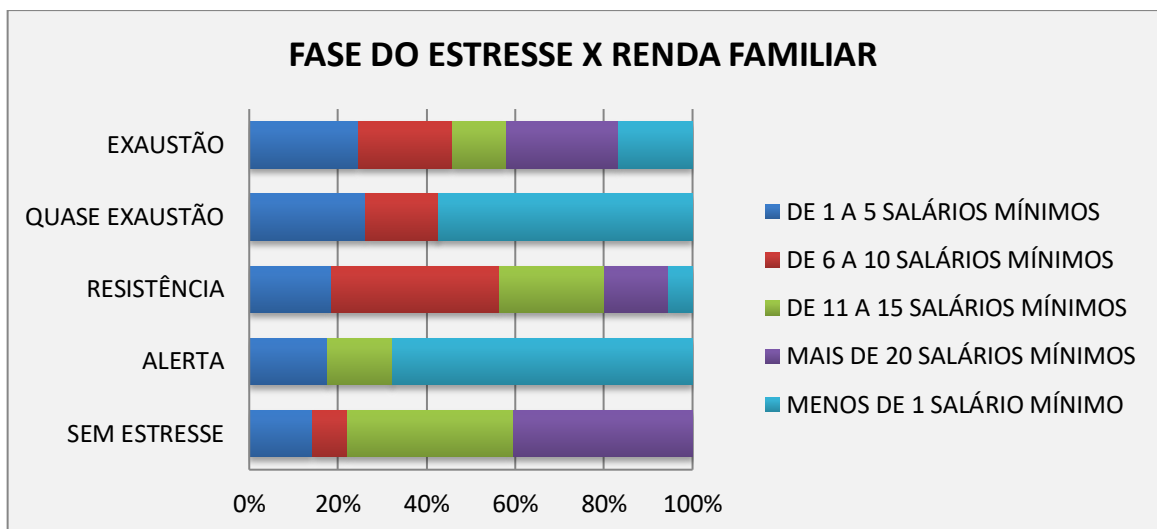


Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

Como podemos verificar, a Figura 15 valida a Hipótese 3: viúvos (as) apresentam maiores níveis de estresse, devido ao fato de que os viúvos são os únicos nos quais não existem respondentes que se classificam como sem estresse, em contraponto, todos se classificam nas fases mais agravantes do estresse. Dando sequência, verifica-se também que divorciados/separados estão em sua maioria nas mais avançadas fases do estresse, e que a classe com mais predominância de estresse é a dos solteiros.

Para Sillas (2011), os profissionais solteiros são os que menos apresentem sintomas de estresse, divergindo da Figura 15.

Figura 16 - Fase do estresse x renda familiar

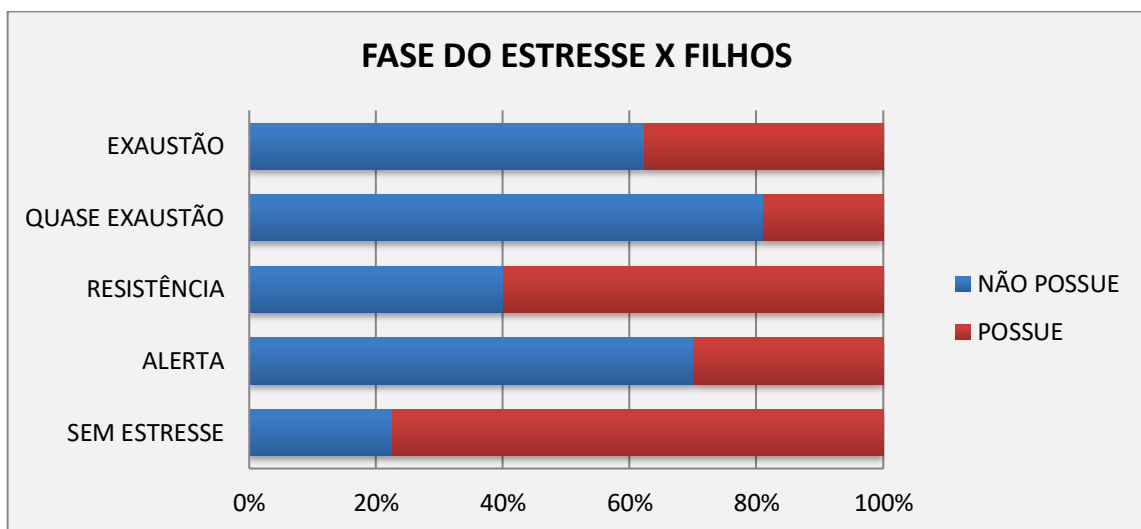


Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

Ao analisar as fases do estresse com relação a renda familiar, podemos observar na Figura 16 que os respondentes com renda menor de um salário mínimo são os únicos que não se enquadram como sem estresse, e também que de forma conjunta, os profissionais com renda menor de 5 salários mínimos são os que apresentam maior incidência de estresse. Desta forma, se confirma a Hipótese 4: quanto menor a renda familiar, maior o nível de estresse.

Para este item, Sillas (2011) não encontrou nenhum resultado relevante para esta análise, não existindo distância significativa entre as fases de estresse e a renda dos profissionais. Porém, na pesquisa de Succar-Junior (2012), observa-se que a faixa de renda que apresenta os maiores níveis de estresse é a que está entre 15 a 20 salários mínimos.

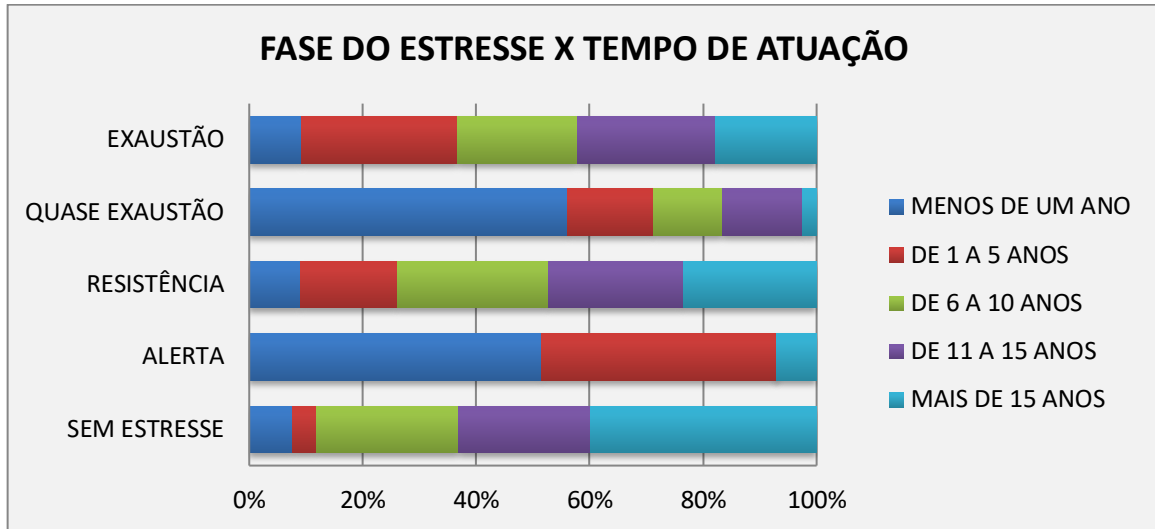
Figura 17 - Fase do estresse x filhos



Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

A Figura 17 demonstra a relação entre a fase de estresse dos profissionais e o fato de possuírem ou não filhos. Como se pode observar, a maior parte dos profissionais que não possui filhos se encontra nas maiores fases de estresse, enquanto a predominância de profissionais que possuem filhos é de se enquadrar como sem estresse. Estes dados divergem da pesquisa de Succar-Junior (2012), na qual a maior parte dos profissionais com filhos se concentra na fase de quase-exaustão e alerta.

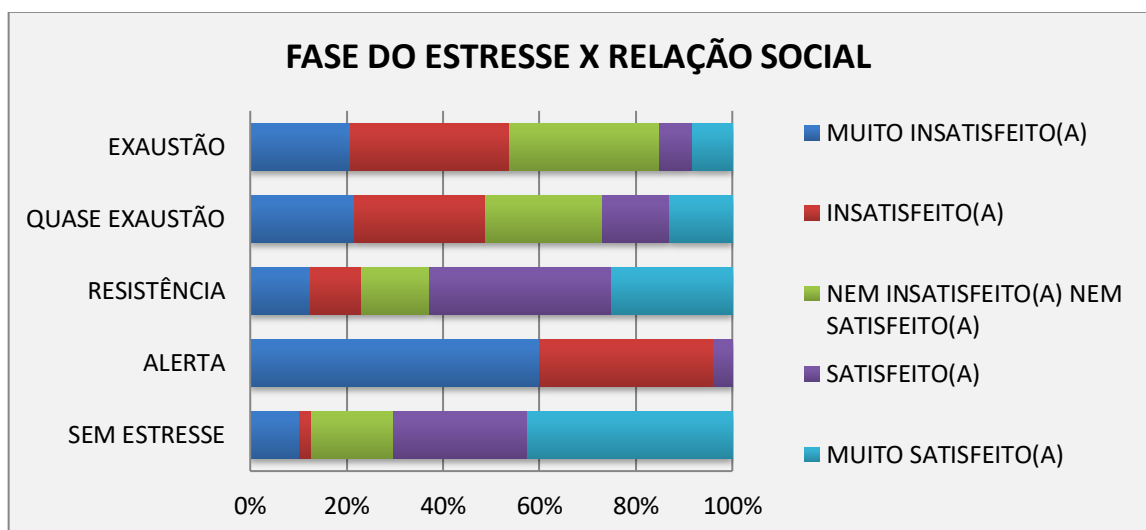
Figura 18 - Fase do estresse x tempo de atuação



Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

Neste caso, verifica-se que as informações encontradas vão de encontro com as da Figura 16. As maiores incidências de estresse são de profissionais com menos de 5 anos de atuação em contabilidade, enquanto uma parcela significativa dos profissionais com mais de 15 anos de atuação se encontram sem estresse. Aqui também existe divergência com a pesquisa de Succar-Junior (2012), mas existe convergência em parte com os dados apresentados por Sillas (2011), dos quais profissionais com menos de 5 anos de atuação apresentam maiores níveis de estresse.

Figura 19 - Fase do estresse x relação social



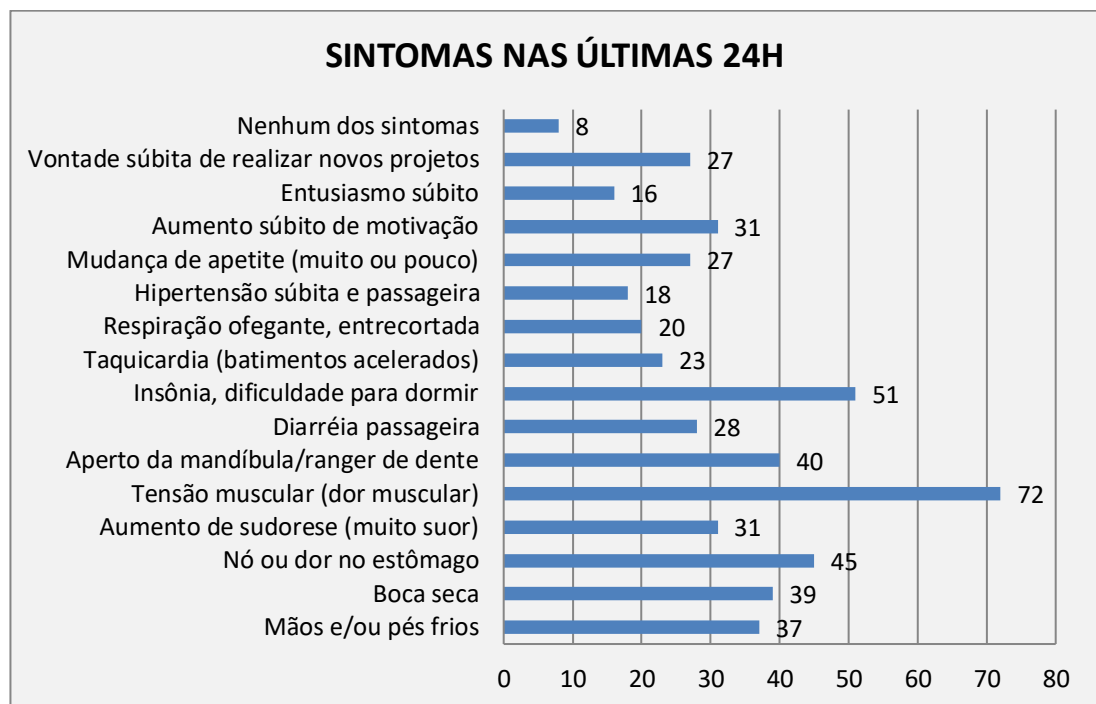
Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

Na Figura 19, observa-se a relação da fase de estresse com a satisfação dos profissionais com relacionamentos sociais. Podemos notar a relação do estresse com o convívio social, visto que a maior parte dos profissionais sem estresse afirmam estar satisfeitos com suas relações sociais. O mesmo pode ser visto nos resultados de Succar-Junior (2012).

4.5 SINTOMAS PREDOMINANTES NOS PROFISSIONAIS

Nesta sessão, serão abordados os sintomas predominantes nas respostas dos profissionais de contabilidade, independente da fase de estresse no qual eles se classificam.

Figura 20 - Sintomas nas últimas 24h

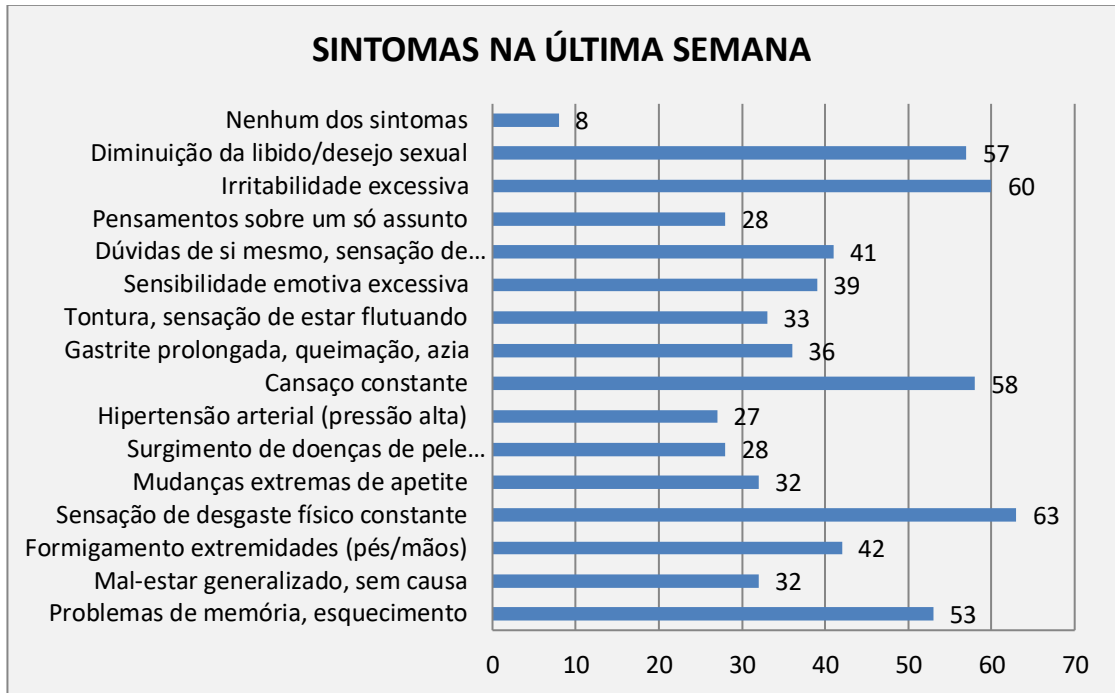


Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

Na Figura 20, verificamos a quantidade de respostas para cada sintoma sentido nas últimas 24 horas. Pode-se notar a predominância de tensão muscular e insônia por parte dos profissionais, seguido de nó ou dor no estômago. Existe ocorrência destes sintomas mesmo em profissionais que não se enquadram em nenhuma fase do estresse, e podemos notar que apenas 8 profissionais não exibem nenhum dos

sintomas. Para Sillas (2011) e Succar-Junior (2012), os três sintomas predominantes foram os mesmos, com exceção de que na pesquisa de Sillas (2011), mãos e/ou pés frios predominaram no lugar de nó ou dor no estômago.

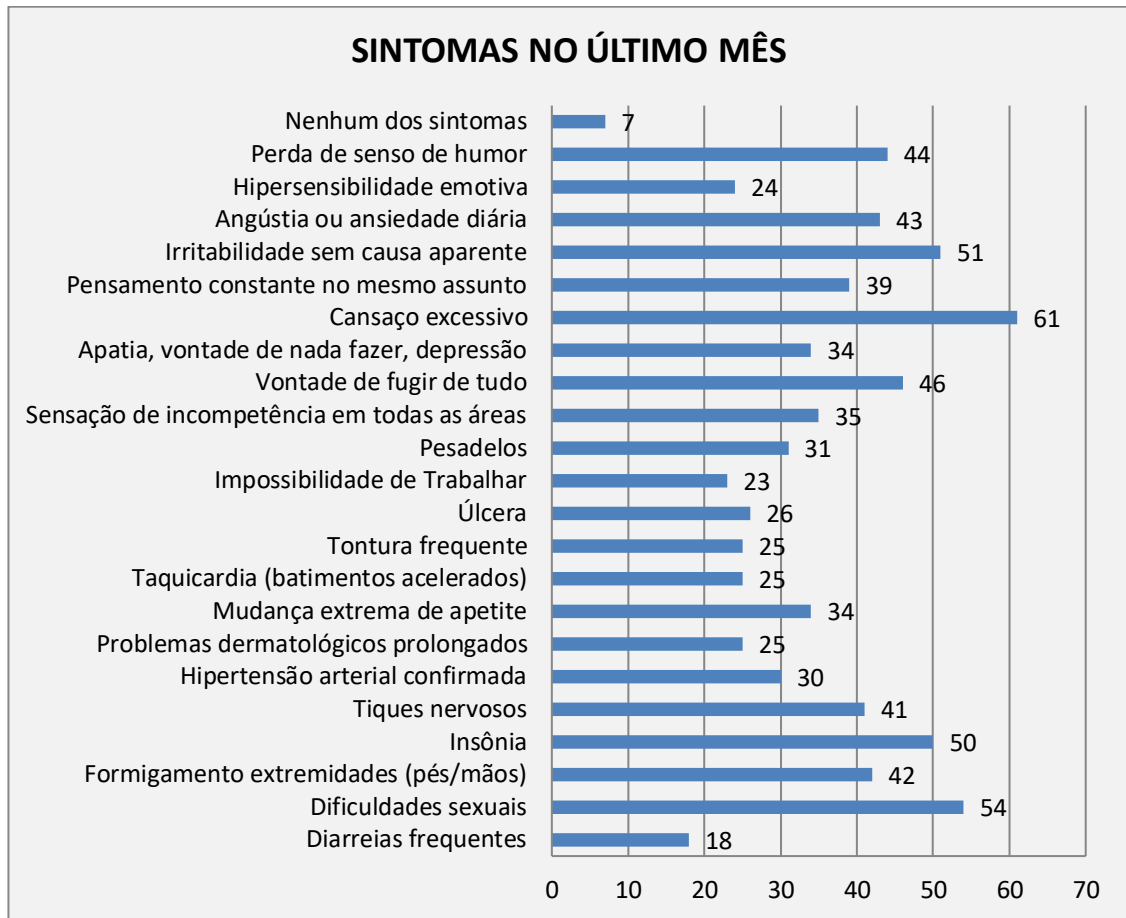
Figura 21 - Sintomas na última semana



Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

Na Figura 21, verificamos a quantidade de respostas para cada sintoma apresentado na última semana. Podemos observar que os sintomas predominantes são: sensação de desgaste físico constante, irritabilidade excessiva e cansaço constante. Novamente, apenas 8 profissionais afirmaram não possuir nenhum dos sintomas. Para Sillas (2011), os sintomas predominantes na última semana foram sensibilidade emotiva excessiva e mal-estar generalizado, sem causa. Enquanto para Succar-Junior (2012), os sintomas predominantes foram problemas de memória e esquecimento, seguidos de sensação de desgaste físico constante.

Figura 22 - Sintomas no último mês



Fonte: Adaptado pelo autor (2017)

Na Figura 22, observamos a quantidade de respostas para cada sintoma apresentado no último mês. Existe a prevalência de cansaço excessivo, seguido de dificuldades sexuais e irritabilidade sem causa aparente. Destes, apenas cansaço excessivo converge com as pesquisas de Sillas (2011) e Succar-Junior (2012). Para Sillas (2011), os sintomas predominantes são cansaço excessivo, angústia ou ansiedade diária e vontade de fugir de tudo. Para Succar-Junior (2012) são: insônia, cansaço excessivo e angústia ou ansiedade diária.

Os principais sintomas predominantes, independente da fase do estresse em que se encontram os profissionais de contabilidade, são: sensação de desgaste físico constante; tensão muscular; cansaço excessivo; problemas com a memória e esquecimento; e irritabilidade excessiva. Se observarmos cada um dos sintomas, podemos verificar que todos eles são extremamente prejudiciais para as funções relacionadas a contabilidade, uma vez que, sendo a Contabilidade uma ciência social, é de suma importância o relacionamento do profissional com clientes, parceiros e

colegas de empresa, como afirmam Ludicibus; Marion; Faria (2017).

Desgastes de relacionamentos profissionais, erros provocados por esquecimento ou outros fatores podem causar um impacto expressivo na qualidade da informação disponibilizada pelo profissional e eventual geração de multas ou erros em relatórios, podendo acabar até levando instituições a falência, conforme sua gravidade.

5 CONCLUSÃO

As funções profissionais relacionadas a Contabilidade são conhecidas por requererem diversas habilidades, conhecimentos e atitudes. Aliado a isso, estas funções têm evoluído de apenas prestação de serviço para parcerias estratégicas no gerenciamento de diversas informações, assim como planejamento, controle e gestão de negócios.

Para acompanhar esta evolução e se adaptar, os profissionais de contabilidade precisam, além de especializações e atualizações, saúde física e mental para desempenhar suas atividades de forma plena e mantendo uma boa qualidade de vida. Diante disso, o presente estudo buscou identificar o perfil dos profissionais de contabilidade da Serra Gaúcha, bem como investigar o nível de estresse que estes profissionais apresentam.

O objetivo geral do estudo consistiu em identificar o nível de estresse dos profissionais de contabilidade, verificando em qual fase do estresse os profissionais se enquadram, sendo relacionado com fatores individuais e profissionais, bem como os sintomas de estresse que apresentam.

Inicialmente, foi realizada a revisão da literatura relacionada ao tema estresse, buscando-se assim a obtenção de conhecimentos necessários ao correto entendimento do assunto. Destacou-se no referencial o fato de que o assunto é estudado e categorizado desde o século XVIII, porém sendo descrito com o nome de estresse apenas após 1946. Destacou-se também o modelo desenvolvido por Lipp e seus colaboradores, classificando o estresse de forma quadrifásica (fase de alerta, resistência, quase-exaustão e exaustão) de modo a equilibrar o modelo já existente criado por Hans Selye (fase de alerta, resistência e exaustão).

De forma a levantar os dados necessários para a obtenção das informações relacionadas aos objetivos específicos, utilizou-se um questionário adaptado a partir dos utilizados por Sillas (2011) e Succar-Junior (2012), que foi dividido em três aspectos para esta pesquisa, fornecendo assim uma medida objetiva dos sintomas de estresse.

O instrumento de pesquisa foi aplicado aos profissionais de contabilidade associados a duas entidades de classe da serra gaúcha, tendo em seu conteúdo a abordagem de aspectos pessoais (como idade, gênero e renda), aspectos

profissionais (tempo de profissão, atividades desempenhadas) e aspectos relacionados ao estresse na profissão, como sintomas percebidos pelos profissionais em determinados períodos de tempo.

Neste estudo, foram consideradas quatro hipóteses, sendo elas: 1) as mulheres contabilistas apresentam maior nível de estresse do que os homens contabilistas; 2) a fase de resistência possui um maior número de contabilistas quando comparada as demais fases do estresse; 3) viúvos (as) apresentam maiores níveis de estresse; e 4) quanto menor a renda familiar, maior o nível de estresse. Através das análises das respostas obtidas nos questionários, podemos observar que todas as hipóteses se confirmaram.

Avaliando primeiramente os aspectos pessoais, verificou-se a predominância de profissionais do gênero feminino, com média de faixa etária de 36 a 45 anos. A maior parte dos profissionais afirmou ser casado, possuir filhos e estar satisfeito com suas relações sociais. Além disso, a maioria dos profissionais afirmou ter como grau escolar graduação completa e morar acompanhado de outras pessoas.

Após esta análise, foram verificados os aspectos profissionais, sendo constatado que a renda familiar dos profissionais, em sua maioria, é de 5 a 10 salários mínimos, e que o tempo de atuação em contabilidade é de mais de 15 anos. Quanto ao papel de atuação dos profissionais, a prevalência é de profissionais que atuam em contabilidade, porém foi verificada uma forte influência tributária ainda sofrida pela área, sendo 42% das respostas em funções envolvidas com a área fiscal.

Através da aplicação do questionário, verificou-se como estão enquadrados os profissionais de contabilidade dentro das fases do estresse. Sendo assim, foi observado que 79% dos profissionais se enquadram em uma das fases do estresse. Desse percentual, 31% dos profissionais se encontram na fase de Resistência, na qual os agentes estressores permanecem por certo período de tempo e o organismo luta para manter o equilíbrio. Um ponto que merece atenção é que 29% dos profissionais se encontra na fase de Exaustão, pois é nesta fase em que o estresse está tão intenso que ultrapassa as reservas de energia e deixa o organismo fragilizado, geralmente demandando tratamento especializado, médico e psicológico, para que a pessoa consiga sair desta fase.

Do grupo considerado sem estresse, 83% dos profissionais já apresentam sintomas, porém em número insuficiente para caracterizar qualquer uma das fases.

De acordo com o instrumento desenvolvido por Lipp (ISSL – 2000), no qual o fator que determina a fase do estresse na qual o profissional se encontra é a quantidade de sintomas sentidos nas últimas 24 horas, no último dia e na última semana.

Os principais sintomas predominantes, independente da fase do estresse em que se encontram os profissionais de contabilidade, são: sensação de desgaste físico constante; tensão muscular; cansaço excessivo; problemas com a memória e esquecimento; e irritabilidade excessiva. Ao observar que estes sintomas também estão presentes em profissionais que não se classificam em nenhuma das fases do estresse, verificamos o quão preocupante é o estado de saúde e como a qualidade de vida dos profissionais está sendo prejudicada.

Os resultados deste estudo demonstram que o estresse está presente no cotidiano dos profissionais de contabilidade, trazendo assim consequências para a saúde física e mental do profissional. O estudo tem como intenção promover o interesse por esta área de estudos, pois o desempenho profissional e a qualidade de vida do profissional de contabilidade podem ser seriamente prejudicados caso o profissional apresente altos graus de estresse.

Levando em consideração a rotina profissional das funções relacionadas a contabilidade, ficou claro que este assunto merece visibilidade. Sendo assim, apresenta os fatores associados ao estresse ocupacional e quais são suas implicações, de forma a tornar aptos os profissionais de contabilidade para que identifiquem precocemente o estresse em seu local de trabalho, em sua equipe ou em si mesmo. Ao permitir que os profissionais identifiquem os sintomas de estresse, existe uma menor chance de progressão de doenças relacionadas a isso, visto que os profissionais poderão buscar ajuda precocemente, atuando preventivamente.

O resultado deste estudo pode servir como base para as entidades de classe alertar a sociedade, as instituições, as empresas e os profissionais sobre o risco e os danos que o estresse causa a saúde física e psicológica dos profissionais. Sendo assim, surge uma oportunidade para a abordagem da saúde ocupacional no meio contábil, podendo as entidades de classe, por exemplo, promover eventos e debates com o objetivo de melhorar a qualidade de vida dos profissionais desta área.

Como considerações finais, em função da importância deste tema para a qualidade de vida dos profissionais de contabilidade como também da amplitude e diversidade de variáveis que podem ser estudadas como potenciais agentes

estressores, recomenda-se a realização de outros estudos relacionados a este tema e classe profissional. A realização de novos estudos é proposta para verificação de influência de outros fatores individuais e profissionais não citados neste estudo, avaliação do impacto do nível de estresse no desempenho dos profissionais e a verificação da forma na qual os profissionais de contabilidade procuram reduzir seus níveis de estresse. Estes estudos poderão ampliar os resultados e o embasamento científico para o desenvolvimento de programas preventivos e de apoio ao controle do estresse nos profissionais de contabilidade.

REFERÊNCIAS

- ANTONIAZZI, Adriane Scomazzon; DELL'AGLIO, Débora Dalbosco; BANDEIRA, Denise Ruschel. O conceito de coping: uma revisão teórica. **Estudos de psicologia (Natal)**, Natal, v.3, n. 2, p. 273-294, dez. 1998. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X1998000200006&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 22 mar. 2017.
- ARANTES, Maria Auxiliadora de Almeida Cunha; VIEIRA, Maria José Femeias. **Estresse**. 3. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010. 126p.
- BALLONE, Geraldo Jose. **Estresse e Trabalho**. Disponível em: <<http://www.psiqweb.med.br>>, revisto em 2005. Acesso em 10 abr. 2017.
- BENAVENTE, Sonia Betzabeth Ticona. **Diferença entre gêneros na percepção do estresse e estratégias de coping de pacientes em tratamento quimioterápico para câncer colorretal**. 2012. Dissertação (Mestrado em Enfermagem na Saúde do Adulto) - Escola de Enfermagem, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2012. Disponível em: <<http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/7/7139/tde-23052014-123949/pt-br.php>>. Acesso em: 21 maio 2017.
- BEUREN, Ilse Maria; LONGARAY, André Andrade. **Como elaborar trabalhos monográficos em contabilidade: teoria e prática**. 3. ed. São Paulo: Atlas, 2006. 195p.
- BONDAN, Alzira Pimentel. **Saúde docente: relação entre gênero e estresse profissional**. 94p. Dissertação (Mestrado em Educação) – Faculdade de Educação, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2011. Disponível em: <<http://hdl.handle.net/10923/2836>>. Acesso em 20 maio 2017.
- CARVALHAL, Celia Regina. **Como lidar com o estresse em gerenciamento de projetos**. 1. ed. Rio de Janeiro: Brasport, 2008. 196p.
- COLLIS, Jill e HUSSEY, Roger. **Pesquisa em Administração**. 2. ed. São Paulo: Bookman, 2005. 352p.
- CONSELHO FEDERAL DE CONTABILIDADE. **Resolução CFC nº 1.494**, de 20 de novembro de 2015. Dispõe sobre o Registro Cadastral das Organizações Contábeis. Disponível em: <<http://www.cfc.org.br>>. Acesso em 01 maio 2017.
- CONSELHO REGIONAL DE CONTABILIDADE – RS. **Manual de Orientação e de procedimentos para organizações contábeis**. Porto Alegre: julho de 2012. Disponível em: <http://www.crcrs.org.br/arquivos/livros/livro_manual_OrientProcedOC.pdf>. Acesso em 08 maio 2017.
- COSTA, Denize Dalla. **O Estresse do Administrador de Empresas Privadas: Um Estudo em Cascavel-PR**. 88p. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Universidade Católica Dom Bosco – UCDB, Campo Grande/MS. 2007. Disponível em: <<http://site.ucdb.br/public/md-dissertacoes/7845-o-estresse-do-administrador-de->

empresas-privadas-um-estudo-em-cascavel-pr.pdf>. Acesso em: 05 abr. 2017.

FLEURY, Maria Tereza Leme. **As pessoas na organização**. 4. ed. São Paulo: Gente, 2002. 306p.

FRANÇA, Ana Cristina Limongi; RODRIGUES, Avelino Luiz. **Stress e trabalho - Uma Abordagem Psicossomática**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2005. 192p.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. 6. ed. São Paulo: Atlas 2008. 216p.

GRAY, David E. **Pesquisa no Mundo Real**. 2. ed. São Paulo: Penso, 2016. 486p.

HANSON, Peter G. **Aproveite o seu stress**. São Paulo: Siciliano, 1989. 270p.

INSTITUTO DE PSICOLOGIA E CONTROLE DO STRESS MARILDA EMMANUEL NOVAES LIPP. **Avaliação de stress em adultos**. Disponível em: <<http://www.estresse.com.br>>. Acesso em 25 mar. 2017.

IUDICIBUS, Sergio de. **Teoria da contabilidade**. 11. ed. São Paulo: Atlas, 2015. 368p.

IUDICIBUS, Sérgio de; MARION, José Carlos. **Introdução à teoria da contabilidade – para graduação**. 6. ed. SÃO PAULO: Atlas, 2017. 320p.

KILIMNIK, Zélia Miranda; DIAS, Sheila Mara Oliveira; JAMIL, George Leal. Fatores de pressão no trabalho e comprometimento com a carreira: um estudo com profissionais de tecnologia da informação. **Revista Eletrônica de Sistemas de Informação**, v. 11, n. 2, jul./dez 2012. Disponível em: <<http://www.periodicosibepes.org.br/index.php/reinfo/article/view/1044> >. Acesso em: 21 mar. 2017.

LACERDA, Marianna Sobral *et al.* Ansiedade, estresse e depressão de familiares de pacientes com insuficiência cardíaca. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 51, e03211, 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342017000100403&lng=pt&nrm=iso>. Acessos em 22 maio 2017.

LAMEU, Joelma do Nascimento; SALAZAR, Thiene Lívio; SOUZA, Wanderson Fernandes de. Prevalência de sintomas de stress entre graduandos de uma universidade pública. **Psicologia e Educação**, São Paulo, n. 42, p. 13-22, jun. 2016 Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-69752016000100002&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 20 maio 2017.

LEMOS-JUNIOR, Luiz Carlos; SANTINI, Rafael Barufaldi; SILVEIRA, Nereida Salette Paulo da. A Feminização da Área Contábil: um Estudo Qualitativo Básico. **Revista de Educação e Pesquisa em Contabilidade**, Brasília, n. 1, art. 4, p64-83, jan/mar. 2015. ISSN 1981-8610. Disponível em: <<http://www.repec.org.br/index.php/repec/article/view/1244/1023>>. Acesso em 23 set. 2017.

LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. **Manual do Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp (ISSL)**. 3. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2015. 76p.

LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. Org. **Mecanismos neuropsicofisiológicos do stress: teoria e aplicações clínicas**. 3. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010. 228p.

LIPP, Marilda Emmanoel Novaes; **O Stress Está Dentro de Você**. 5. ed. São Paulo: Contexto, 2004. 199p.

LIPP, Marilda Moraes; ROCHA, João Carlos. **Stress, hipertensão arterial e qualidade de vida: um guia de tratamento para o hipertenso**. 2. ed. Campinas: Papyrus, 1996. 130p.

LIPP, Marilda. Emmanoel Novaes; MALAGRIS, Lúcia Emmanoel Novaes. **Manejo do estresse**. In RANGE, Bernard (Org.): **Psicoterapia Comportamental e Cognitiva: Pesquisa, Prática, Aplicações e Problemas**, p.279-292. Campinas: Editora Livro Pleno, 2001.

MALAGRIS, Lúcia Emmanoel Novaes; FIORITO, Aurineide Canuto Cabraíba. Avaliação do nível de stress de técnicos da área de saúde. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, Campinas, v 23, n. 4, p. 391-398, dez. 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2006000400007&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 14 mar. 2017.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria **Metodologia Científica**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2011. 312p.

MARGIS, Regina *et al.* Relação entre estressores, estresse e ansiedade. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, Porto Alegre, v. 25, supl. 1, p. 65-74, abr. 2003. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-81082003000400008&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 12 Abr. 2017.

MARION, Jose Carlos. **Contabilidade básica**. 11. ed. São Paulo: Atlas, 2015. 274p.

MOTA, Nyanne Ingrid Farias *et al.* Estresse entre graduandos de enfermagem de uma universidade pública. **SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool Drogas (Ed. port.)**, Ribeirão Preto, v. 12, n. 3, p. 163-170, set. 2016. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762016000300005&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 22 maio 2017.

NAHAS, Markus Vinícius. **Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida: Conceitos e Sugestões para um Estilo de Vida Ativo**. 6. ed. Londrina: Midiograf, 2013. 335p.

PERES, Cláudia Maria. **Avaliação da Qualidade de Vida e dos Sintomas de Estresse em Mulheres Menopausadas com Disfunção da Articulação Temporomandibular**, 2008. 93 p. Dissertação (Mestrado em Educação Física). Universidade Estadual de Campinas – UNICAMP, Campinas/SP.

PIMENTA, Adriano Marçal; ASSUNCAO, Ada Ávila. Estresse no trabalho e hipertensão arterial em profissionais de enfermagem da rede municipal de saúde de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, São Paulo, v. 41, e6, 2016. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0303-76572016000100204&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 29 abr. 2017.

PITLIUK, Rubens. **Stress**. Revisado em 2007. Disponível em: <<http://www.mentalhelp.com>>. Acesso em 10 abr. 2017.

ROBBINS, Stephen P. **Comportamento organizacional**. 14. ed. Rio de Janeiro: Pearson Prentice Hall, 2011. 560p.

RODRIGUES, Andrea Bezerra; CHAVES, Eliane Corrêa. Fatores estressantes e estratégias de coping dos enfermeiros atuantes em Oncologia. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v.16, n.1, jan./fev. 2008. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/rlae/v16n1/pt_03.pdf Acesso em: 29/04/2017.

ROSSI, Ana Maria. **Autocontrole: nova maneira de gerenciar o estresse**. 1. ed. Rio de Janeiro: Best Seller, 2006. 208p.

SA, Antonio Lopes de. **Teoria da contabilidade**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2010. 448p.

SILLAS, Edson Paes. **Mulheres contabilistas: um estudo do nível de estresse das profissionais atuantes no estado do Paraná**. 2011. 72p. Dissertação (Mestrado em Contabilidade) – Instituto de Ciências Sociais Aplicadas, Pontifícia Universidade Federal do paraná, Curitiba. Disponível em: <http://www.ppgcontabilidade.ufpr.br/wp-content/uploads/2015/05/D055.pdf>. Acesso em: 22 mar. 2017.

SPECTOR, Paul E. **Psicologia nas organizações**. 4. ed. São Paulo: Saraiva, 2012. 430p.

STEFANO, Silvio Roberto; BONANATO, Flavia Marcela; RAIFUR, Léo. **Estresse em funcionários de uma instituição de ensino superior: diferenças entre gênero**. *Revista Economia e Gestão*, v. 13, n. 31, p. 73-92, 2013. Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/economiaegestao/article/view/P.1984-6606.2013v13n31p73/5331>. Acesso em: 07 maio 2017.

STRAUB, Richard O. **Psicologia da saúde**, 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014. 528p.

SUCCAR-JUNIOR, Farid. **Níveis de estresse dos contabilistas do estado do Rio de Janeiro**. 2012. 97p. Dissertação (Mestrado em Ciências Contábeis) Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro. Disponível em: http://www.bdt.d.uerj.br/tde_busca/arquivo.php?codArquivo=4351. Acesso em: 01 abr. 2017.

ZHENGHONG, J. Hou and Shinde, JAYSINHA S. and WILLEMS, John. Academic

stress in accounting students: an empirical study. **Asian Journal of Accounting and Governance**, 4. p. 1-10, 2013. ISSN 2180-3838. Disponível em: <<http://journalarticle.ukm.my/7017/>>. Acesso em: 23 ago. 2017.

LISTA DE APÊNDICES

APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO UTILIZADO NA COLETA DE DADOS DA PESQUISA	65
--	----

APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO UTILIZADO NA COLETA DE DADOS DA PESQUISA

Questionário de pesquisa: O estresse ocupacional na profissão contábil

Prezado (a) profissional, meu nome é Patric Peruchin de Oliveira, sou graduando do curso de Ciências Contábeis da Universidade de Caxias do Sul e convido você a responder este questionário anônimo, composto de 15 questões, que faz parte da coleta de dados da pesquisa monográfica sobre o estresse ocupacional dos profissionais de contabilidade.

Caso você concorde em participar, leia com atenção os pontos a seguir:

- 1 - Você tem total liberdade para não aceitar participar, assim como desistir do processo a qualquer momento;
- 2- As informações fornecidas por você serão tratadas de forma confidencial, com aplicação estatística e impessoal;
- 2 - Caso seja de seu interesse, você poderá ser informado a respeito dos resultados obtidos na pesquisa. Para isto, basta entrar em contato com o pesquisador.

Sua participação é muito importante!

Agradeço desde já e fico a disposição para eventuais esclarecimentos.

Atenciosamente,
 Patric Peruchin de Oliveira
 Ciências Contábeis - UCS
 (54) 99173-7981

SESSÃO 1 – Caracterização pessoal e profissional

*Obrigatório

1. GÊNERO *

- Masculino
- Feminino

2. IDADE *

- de 18 a 25 anos
- de 26 a 35 anos
- de 36 a 45 anos
- de 46 a 55 anos
- acima de 55 anos

3. ESCOLARIDADE *

- Curso Técnico
- Ensino Superior completo
- Ensino Superior incompleto
- Especialização completa
- Especialização incompleta
- Mestrado completo
- Mestrado incompleto
- Doutorado completo
- Doutorado incompleto

Outro:

4. RENDA FAMILIAR *

- Menos de 1 salário mínimo
- de 1 a 5 salários mínimos
- de 6 a 10 salários mínimos
- de 11 a 15 salários mínimos
- mais de 20 salários mínimos

5. SITUAÇÃO CONJUGAL *

- Solteiro(a)
- Casado(a)/União estável
- Divorciado(a)/Separado(a)
- Viúvo(a)

6. FILHOS *

- Possui
- Não possui

7. MORADIA *

- Mora sozinho(a)
- Mora acompanhado(a) de outra(s) pessoa(s)

8. TEMPO DE ATUAÇÃO EM CONTABILIDADE *Há quanto tempo você exerce o

cargo ou função atual?

- Menos de um ano
- de 1 a 5 anos
- de 6 a 10 anos
- de 11 a 15 anos
- mais de 15 anos

9. PRINCIPAL ATIVIDADE EM CONTABILIDADE *Na maior parte de suas horas de

trabalho, você atua em:

- Auditoria
- Contabilidade
- Controladoria
- Fiscal
- Perícia
- Tributária
- RH

Outro:

10. ATIVIDADE PROFISSIONAL EXTRA *Você desenvolve alguma atividade profissional além de sua jornada normal de trabalho?

- Sim
- Não

11. RELACIONAMENTO SOCIAL *Quão satisfeito(a) você está com suas relações pessoais (amigos, parentes, colegas)?

- muito insatisfeito(a)

- insatisfeito(a)
- nem insatisfeito(a) nem satisfeito(a)
- satisfeito(a)
- muito satisfeito(a)

12. LAZER E ENTRETENIMENTO *Das atividades relacionadas abaixo, quais você realiza pelo menos uma vez ao mês? (Pode marcar mais que uma resposta)

- Leitura de livros
- Cinema
- Teatro
- Happy hour com amigos
- Dançar, festas
- Academia
- Caminhar
- Viagens curtas (final de semana)
- Internet
- No meu atual momento, não tenho TEMPO para realizar NENHUMA atividade.
- No meu atual momento, não tenho condições FINANCEIRAS para realizar NENHUMA atividade.

Outro:

SESSÃO 2 - ISSL / Inventário de Sintomas de Stress de Lipp

Sinalize os sintomas que ocorreram com você nos períodos a seguir (pode-se marcar quantas alternativas desejar):

13. Dos sintomas abaixo, assinale todos que ocorreram com você NAS ÚLTIMAS 24 HORAS *

- Mãos e/ou pés frios
- Boca seca
- Nó ou dor no estômago
- Aumento de sudorese (muito suor)
- Tensão muscular (dor muscular)
- Aperto da mandíbula/ranger de dentes
- Diarreia passageira
- Insônia, dificuldade para dormir
- Taquicardia (batimentos acelerados)
- Respiração ofegante, entrecortada
- Hipertensão súbita e passageira
- Mudança de apetite (muito ou pouco)
- Aumento súbito de motivação
- Entusiasmo súbito
- Vontade súbita de realizar novos projetos
- Nenhum dos sintomas

14. Dos sintomas abaixo, assinale todos que ocorreram com você NA ÚLTIMA

SEMANA *

- Problemas de memória, esquecimento
- Mal-estar generalizado, sem causa

- Formigamento extremidades (pés/mãos)
- Sensação de desgaste físico constante
- Mudanças extremas de apetite
- Surgimento de doenças de pele (dermatológicos)
- Hipertensão arterial (pressão alta)
- Cansaço constante
- Gastrite prolongada, queimação, azia
- Tontura, sensação de estar flutuando
- Sensibilidade emotiva excessiva
- Dúvidas de si mesmo, sensação de incompetência
- Pensamentos sobre um só assunto
- Irritabilidade excessiva
- Diminuição da libido/desejo sexual
- Nenhum dos sintomas

15. Dos sintomas abaixo, assinale todos que ocorreram com você NO ÚLTIMO

MÊS*

- Diarreias frequentes
- Dificuldades sexuais
- Formigamento extremidades (pés/mãos)
- Insônia
- Tiques nervosos
- Hipertensão arterial confirmada
- Problemas dermatológicos prolongados
- Mudança extrema de apetite
- Taquicardia (batimentos acelerados)
- Tontura frequente
- Úlcera
- Impossibilidade de trabalhar
- Pesadelos
- Sensação de incompetência em todas as áreas
- Vontade de fugir de tudo
- Apatia, vontade de nada fazer, depressão
- Cansaço excessivo
- Pensamento constante no mesmo assunto
- Irritabilidade sem causa aparente
- Angústia ou ansiedade diária
- Hipersensibilidade emotiva
- Perda de senso de humor
- Nenhum dos sintomas