

## Saúde Emocional do Profissional Contábil: Mitos ou Verdades?<sup>1</sup>

LINN, Aline Cristiane de Moura<sup>2</sup>; TRETER, Jaciara<sup>3</sup>

### Resumo

Os contadores estão entre os profissionais mais propensos ao estresse e a depressão, de acordo com uma notícia publicada pelo Conselho Federal de Contabilidade (CFC) no portal Jusbrasil. O risco à saúde dos trabalhadores pode se dar por vários fatores como a constante atenção e concentração exigidas, e elevada pressão por cumprimento de prazos. Assim, o presente estudo faz essa relação entre a profissão contábil e os agentes estressores a que estes profissionais estão submetidos, com o intuito de identificar de que forma as atribuições e responsabilidades impostas aos contadores, em suas diferentes áreas de atuação, afetam sua saúde mental e ainda identificar possíveis formas de redução do estresse da profissão contábil. O trabalho desenvolveu-se como pesquisa bibliográfica e estudo de caso. Através das entrevistas realizadas com os profissionais das áreas estudadas, foi possível verificar que a profissão contábil vivencia diariamente situações de pressão, cobrança e estresse, e que se não forem controlados ao longo do tempo, podem afetar a saúde emocional destes profissionais. Porém mesmo assumindo estarem sob o efeito nocivo destas situações de pressão, nenhum dos entrevistados manifestou arrependimento na escolha da profissão, sentindo-se todos realizados profissionalmente.

**Palavras-chave:** Contador. Pressão. Estresse. Saúde mental.

### Abstract

Accountants are among professionals most prone to stress and depression, according to a report published by the Federal Accounting Council (CFC) at the Jusbrasil portal. The health risk of workers can be due to several factors such as the constant attention and concentration required, and high pressure for meeting deadlines. Thus, the present study makes this relationship between the accounting profession and the stressor agents to which these professionals are submitted, in order to identify how the attributions and responsibilities imposed on the accountants in their different areas affect their mental health and to identify possible ways of reducing the stress accounting profession. The work was developed as bibliographic research and case study. Through the interviews conducted with professionals in the areas studied, it was possible to verify that the accounting profession experiences daily situations of pressure, collection and stress, and that if they are not controlled over time, can affect the emotional health of these professionals. But even assuming that they were under the noxious effect of these pressure situations, none of the interviewees expressed regret in choosing the profession, feeling that they were all professionally performed.

**Keywords:** Accountant. Pressure. Stress. Mental health.

<sup>1</sup>Trabalho Final de Graduação apresentado ao Curso de Ciências Contábeis, da Universidade de Cruz Alta, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Ciências Contábeis

<sup>2</sup>Acadêmica do curso de Ciências Contábeis da Universidade de Cruz Alta – UNICRUZ – email: linnalinecm@gmail.com

<sup>3</sup>Professora do curso de Ciências Contábeis da UNICRUZ, bacharel em Ciências Sociais e Jurídicas e em Ciências Contábeis – UFSM e mestre em Desenvolvimento, Gestão e Cidadania – UNIJUÍ. Email: jtreter@unicruz.edu.br

## 1 INTRODUÇÃO

Em todo e qualquer aspecto social que se aborde, a preocupação com a saúde está sempre presente. Trata-se de um assunto ao qual todas as pessoas devem estar sempre atentas, pois cuidar da saúde é fundamental para a promoção da qualidade de vida.

Saúde pode ser definida como um bem estar físico e mental. Neste contexto, um tema que vem ganhando relevância nos últimos anos, é a saúde mental. Este é um termo usado para descrever o nível de qualidade de vida nos mais diversos ambientes de convívio social ou emocional ou a ausência de uma doença mental efetiva. A saúde mental está relacionada à capacidade que o indivíduo tem de administrar suas próprias emoções, equilibrar seus sentimentos e superar o estresse do dia a dia, sendo produtivo e contribuindo com o meio onde vive, a fim de obter um bem estar emocional.

Com a atual crise econômica que o país atravessa, o estresse e as enfermidades psicológicas estão cada vez mais presentes na vida dos trabalhadores. Devido à ainda elevada taxa de desemprego, a qual alcançou 12,6% no trimestre encerrado em agosto deste ano (IBGE, 2017), a preocupação com a instabilidade econômica e as situações de trabalho, podem afetar negativamente a saúde mental dos trabalhadores.

Em meio a crises econômicas, trabalhar com as finanças tanto pessoais quanto empresariais pode representar um fator de estresse maior, sobretudo para os profissionais da contabilidade. Os profissionais desta área possuem grandes responsabilidades ao gerenciarem as finanças de seus clientes, onde a inobservância de um pequeno detalhe pode trazer grandes consequências financeiras e até mesmo jurídicas.

O contador é visto como um profissional discreto, de grande seriedade, que passa boa parte do seu dia abarrotado de papeis, planilhas e guias, realizando cálculos e cumprindo prazos. Essas características passam a imagem de pessoas que vivem sob grande pressão, preocupadas, irritadas, nervosas e estressadas. Porém, atualmente o profissional contábil não pode ser encarado apenas como aquele que faz a escrituração, monta os demonstrativos contábeis, ou preenche guias de recolhimento de impostos ao governo, ele também é responsável por analisar planilhas, gerar e transmitir informações para auxiliar os gestores na tomada de decisão, organizando o patrimônio da empresa para garantir sua continuidade e crescimento. Portanto, é um profissional que exerce competências que lhe exigem atenção constante, sobretudo pelas responsabilidades implícitas.

O profissional contábil pode atuar em várias áreas, e suas responsabilidades variam muito de acordo com a atividade desempenhada. Por exemplo, os profissionais que atuam na

contabilidade dentro da empresa, podem ser encarregados pelo controle de todos os registros e descrições das movimentações financeiras, contabilidade de custos, apuração de impostos, realização de auditoria, elaboração de balanços, dentre outras. Já aqueles profissionais que trabalham em escritórios de contabilidade, podem atuar prestando serviços de escrituração fiscal, contábil, emissão de guias para recolhimento de impostos, departamento pessoal, entre outros serviços que também podem ser prestados, estes para mais de uma empresa.

Outro ramo em que os contadores também podem atuar é no setor público. Existem variados cargos que podem ser ocupados em âmbito nacional ou regional, através de concurso. Outro importante ramo profissional que contador pode seguir é a docência, de grande relevância pela necessidade de uma educação de qualidade, para a busca do desenvolvimento social.

O alto estresse a que os profissionais estão submetidos é uma constante preocupação na vida do contador, inclusive aos acadêmicos que muitas vezes já se preocupam com esta questão desde o ingresso no curso superior. Assim, caracterizou-se necessário um estudo para fazer essa relação entre a profissão contábil e os agentes estressores a que possivelmente estes profissionais estão submetidos, que desmistifique ou corrobore essa hipótese.

A realização deste estudo buscou identificar também quais as áreas de atuação destes profissionais que são propensas a um maior desgaste mental/emocional, podendo servir como uma referência aos acadêmicos para decidir qual área gostariam de se especializar. Busca-se então, esclarecer algumas questões relacionadas aos diversos ambientes de trabalho que os acadêmicos desse curso podem atuar.

O estudo também poderia servir como um parâmetro para as empresas em que os contadores atuam, pois o estresse em um nível mais avançado poderá trazer a queda da produtividade dos funcionários, do ritmo e da qualidade do trabalho, e ainda aumentar as despesas com assistências médicas. Além de possíveis afastamentos decorrentes a acidentes de trabalho, ou por eventuais distúrbios físicos ou emocionais.

Esta pesquisa buscou ainda promover o interesse dos profissionais que atuam nessa área, pelo fato de que se os mesmos estiverem estressados, com falta de atenção para desempenhar suas funções, estão sujeitos a cometer erros que possam gerar multas, vindo a prejudicar a organização onde trabalham e a si mesmos.

Assim, o objetivo geral deste trabalho foi analisar de que forma as atribuições e responsabilidades impostas aos contadores, em diferentes áreas de atuação, podem afetar sua saúde mental/emocional. Para alcançar este propósito foi necessário caracterizar quais seriam

as atribuições dos contadores nos mais diversos ambientes de atuação; identificar possíveis agentes estressores aos quais estão submetidos os contadores; relacionar as atribuições dos contadores e os possíveis agentes estressores a que estão submetidos e identificar possíveis formas de redução do estresse no dia a dia da profissão contábil.

## 2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O capítulo apresentado descreveu a opinião de diferentes autores sobre as atribuições e competências dos profissionais contábeis, conceitos, definições e características de saúde emocional e alguns dos fatores determinantes de estresse no trabalho.

### 2.1 Atribuições e competências do contador

A contabilidade é responsável por gerar e fornecer o máximo de informações úteis para as tomadas de decisões. Quem assume o compromisso de produzir todas essas informações de forma fidedigna é o contador.

De acordo com Iudícibus (2000) a Contabilidade, na qualidade de ciência social aplicada, tem um campo de atuação muito amplo, com metodologia especialmente concebida para captar, registrar, acumular, resumir e interpretar os fenômenos que afetam as situações patrimoniais, financeiras e econômicas de qualquer ente, seja esta pessoa física, entidade de finalidades não lucrativas, empresa, seja mesmo pessoa de Direito Público, tais como Estado, Município, União, Autarquia etc.

Os profissionais retratam a situação patrimonial da empresa através dos demonstrativos contábeis, que servem para gerar informações e assim auxiliar os gestores na tomada de decisão. “A finalidade fundamental da Contabilidade é gerar informações de ordem física, econômica e financeira sobre o patrimônio, com ênfase para o controle e o planejamento” (BASSO, 2005, p. 24).

Para gerar estas informações que são de grande importância para as organizações, existem diversas atividades que os profissionais podem escolher desempenhar. Em relação às atividades profissionais do contador, a Resolução CFC nº. 560, de 28 de outubro de 1983, em seu capítulo I, artigo 3º, prevê as atribuições privativas dos profissionais da contabilidade. Entre elas citam-se 16 por serem as mais expressivas, conforme Quadro 1.

Quadro 1: Atribuições dos profissionais da contabilidade

01) avaliação de acervos patrimoniais e verificação de haveres e obrigações, para quaisquer finalidades, inclusive de natureza fiscal;	07) implantação e aplicação dos planos de depreciação, amortização e diferimento, bem como de correções monetárias e reavaliações;
--	--

09) escrituração regular, oficial ou não, de todos os fatos relativos aos patrimônios e às variações patrimoniais das entidades, por quaisquer métodos, técnicas ou processos;	10) classificação dos fatos para registros contábeis, por qualquer processo, inclusive computação eletrônica, e respectiva validação dos registros e demonstrações;
11) abertura e encerramento de escritas contábeis;	12) execução dos serviços de escrituração em todas as modalidades específicas, conhecidas por denominações que informam sobre o ramo de atividade, como contabilidade bancária, contabilidade comercial, contabilidade de condomínio, contabilidade industrial, contabilidade imobiliária, contabilidade macroeconômica, contabilidade de seguros, contabilidade de serviços, contabilidade pública, contabilidade hospitalar, contabilidade agrícola, contabilidade pastoril, contabilidade das entidades de fins ideais, contabilidade de transportes, e outras;
13) controle de formalização, guarda, manutenção ou destruição de livros e outros meios de registro contábil, bem como dos documentos relativos à vida patrimonial;	14) elaboração de balancetes e de demonstrações do movimento por contas ou grupos de contas, de forma analítica ou sintética;
15) levantamento de balanços de qualquer tipo ou natureza e para quaisquer finalidades, como balanços patrimoniais, balanços de resultados, balanços de resultados acumulados, balanços de origens e aplicações de recursos, balanços de fundos, balanços financeiros, balanços de capitais, e outros;	19) análise de custos e despesas, em qualquer modalidade, em relação a quaisquer funções como a produção, administração, distribuição, transporte, comercialização, exportação, publicidade, e outras, bem como a análise com vistas à racionalização das operações e do uso de equipamentos e materiais, e ainda a otimização do resultado diante do grau de ocupação ou do volume de operações;
20) controle, avaliação e estudo da gestão econômica, financeira e patrimonial das empresas e demais entidades;	22) análise de balanços;
34) auditoria externa independente;	35) perícias contábeis, judiciais e extrajudiciais;
44) magistério das disciplinas compreendidas na Contabilidade, em qualquer nível de ensino, inclusive no de pós-graduação;	47) declaração de Imposto de Renda, pessoa jurídica;

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

Além destas, há também algumas atividades compartilhadas pelo profissional contábil, as quais a mesma Resolução traz em seu capítulo II artigo 5º, cujo exercício é prerrogativa de outras profissões. O Quadro 2 exhibe alguns exemplos dessas atividades.

Quadro 2: Atividades compartilhadas pelo profissional contábil

3) execução de tarefas no setor financeiro, tanto na área pública quanto privada;	6) organização de quadros administrativos;
9) assessoria fiscal;	10) planejamento tributário;
12) elaboração e análise de projetos, inclusive quanto à viabilidade econômica;	18) exercício de quaisquer funções administrativas;

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

Todas estas atividades devem seguir alguns princípios, conforme a Resolução CFC nº 750/93, com alterações dadas pela Resolução CFC nº 1.282/10, sendo que os princípios de contabilidade são: da entidade, da continuidade, da oportunidade, do registro pelo valor original, da competência e da prudência. Esses servem para conservar sua universalidade e veracidade em qualquer circunstância.

## 2.2 Saúde mental/emocional

O conceito ou definição de saúde mental é bastante complexo, como assevera a própria Organização Mundial da Saúde (OMS), dizendo não existir uma definição “oficial” de saúde mental:

Diferenças culturais, julgamentos subjetivos, e teorias relacionadas concorrentes afetam o modo como a "saúde mental" é definida. Saúde mental é um termo usado para descrever o nível de qualidade de vida cognitiva ou emocional. A saúde Mental pode incluir a capacidade de um indivíduo de apreciar a vida e procurar um equilíbrio entre as atividades e os esforços para atingir a resiliência psicológica. Admite-se, entretanto, que o conceito de Saúde Mental é mais amplo que a ausência de transtornos mentais (GOVERNO DO ESTADO DO PARANÁ, 2017, não paginado).

Saúde mental pode ser considerada como o equilíbrio emocional entre o patrimônio interno e as exigências ou vivências externas. É a capacidade de administrar a própria vida e as suas emoções. É ser capaz de ser sujeito de suas próprias ações sem perder a noção de tempo e espaço. É buscar viver a vida na sua plenitude máxima, respeitando o legal e o outro. Saúde mental é estar de bem consigo e com os outros. Aceitar as exigências da vida. Saber lidar com as boas emoções e também com as desagradáveis: alegria/tristeza; coragem/medo; amor/ódio; serenidade/raiva; ciúmes; culpa; frustrações. Reconhecer seus limites e buscar ajuda quando necessário (GOVERNO DO ESTADO DO PARANÁ, 2017).

Quando não se está com a saúde mental em perfeita ordem, com os sentimentos tumultuados, com a sensação de cansaço, estresse e tristeza, seja em relação à vida pessoal e/ou profissional, a pessoa pode desenvolver depressão. Conforme Glina e Rocha (2000) os episódios depressivos caracterizam-se por humor triste, perda do interesse e prazer nas atividades cotidianas, sendo comum uma sensação muito grande de cansaço. O paciente pode se queixar de dificuldade de concentrar-se, pode apresentar baixa autoestima e autoconfiança, desesperança e ideias de culpa e inutilidade; visões desoladas e pessimistas do futuro. O sono encontra-se frequentemente perturbado. O paciente se queixa de diminuição do apetite, geralmente com perda de peso notável. Sintomas de ansiedade são muito frequentes. As

alterações da psicomotricidade podem variar da lentificação à agitação. Podendo levar à lentificação do pensamento.

Uma das características que pode levar ao desenvolvimento de quadros depressivos é a fadiga relacionada ao trabalho, que é a presença de cansaço constante, resultante do esgotamento acumulado ao longo de meses ou anos em situações de trabalho em que não há oportunidade de obter descanso necessário e suficiente. A fadiga é mencionada pelo paciente como sendo constante “acordar cansado”, simultaneamente mental e física, caracterizando uma fadiga geral. Outras manifestações importantes são: a má qualidade do sono (dificuldade de aprofundar o sono, despertares frequentes durante a noite, especificamente a insônia inicial - “dificuldade para adormecer: a cabeça não consegue desligar”); a irritabilidade (“falta de paciência”); e o desânimo. Outros sintomas que podem fazer parte da síndrome são: dores de cabeça, dores musculares (geralmente nos músculos mais utilizados no trabalho), perda do apetite e mal-estar geral. Trata-se, então, de um quadro crônico resultante da fadiga acumulada ao longo de meses ou anos (GLINA; ROCHA, 2000).

Quando existir um estado de tensão emocional e estresse crônicos provocado por condições de trabalho desgastantes pode haver o desenvolvimento de uma síndrome, a Síndrome de Burnout. Conforme Schmitz (2015) a Síndrome de Burnout é objeto de estudo desde a década de 1970 e discutida por áreas do conhecimento que abordam a relação entre o homem e o trabalho. O termo burnout é de origem inglesa e sugere que algo deixou de funcionar por falta de energia, chegando ao seu limite. Atualmente a Síndrome de Burnout é considerada pelo Ministério da Saúde, um transtorno mental e do comportamento relacionado ao trabalho.

Fatores presentes no dia-a-dia no trabalho, como a sobrecarga de atividades, excesso de cobranças e frustração de expectativas, são citados com frequência por autores como característicos de um ambiente laboral problemático e são vistos como desencadeadores da Síndrome de Burnout. A literatura evidenciou também que determinados padrões comportamentais individuais apresentam maior probabilidade de serem afetados pelo ambiente de trabalho, tais como tendência a assumir muitas responsabilidades, cobrança excessiva em relação ao próprio desempenho e falta de habilidades específicas para a função exercida (SCHMITZ, 2015).

Assim, pode-se observar que com todas as atribuições e responsabilidades que são atribuídas ao profissional contábil, e como todas essas informações e cobranças podem afetar a saúde mental, é preciso ficar atento para que não haja excessos nas atividades diárias que se

estendam por longos períodos, para que estas não passem a ser prejudiciais à vida profissional.

### **2.3 Fatores determinantes do estresse no trabalho**

A ergonomia no trabalho é um assunto muito comentado nas empresas, algumas até possuem setor específico para cuidar dessa questão, porém a carga de trabalho e suas condições no sentido psicológico não recebem o mesmo tratamento. Nesse contexto Dejours (1992, p.66-67) coloca:

Se a relação corpo-condições de trabalho muitas vezes é estudada corretamente, ao contrário, nunca se faz menção das repercussões do perigo real a nível mental, da carga (de trabalho) psíquica inerente ao trabalho perigoso que, entretanto, faz parte do desgaste do organismo. O medo relativo ao risco pode ficar sensivelmente amplificado pelo desconhecimento dos limites deste risco ou pela ignorância dos métodos de prevenção eficazes. Além de ser um coeficiente de multiplicação do medo, a ignorância aumenta também o custo mental ou psíquico do trabalho.

O profissional contábil trabalha diariamente com um campo muito amplo de informações, necessita ter conhecimento de tudo o que acontece dentro e fora do ambiente onde trabalha, para poder usar da melhor forma os dados que possui, precisando também ter conhecimento das legislações vigentes, as quais têm alterações frequentes. Para Figueiredo e Silva Filho (2001) o homem dentro desse contexto, se encontra hoje com uma grande massa de informação nova que escapa ao seu controle. Ainda para Figueiredo e Silva Filho (2001, p.13) “As tensões, as dificuldades e a violência da vida social tornam-se “estresses”, “traumatismos”, levando a “depressões”.”

Um exemplo bastante contundente de alguém que viveu o esgotamento físico e mental ao exercer as atividades de sua profissão foi o atual presidente do Conselho Regional de Contabilidade do Rio Grande do Sul (CRCRS), Antônio Carlos Palácios:

Aos 60 anos de idade e 42 deles dedicados à carreira de contador, o vice-presidente de Gestão do Conselho Regional de Contabilidade do Rio Grande do Sul (CRCRS), Antônio Carlos Palácios, está descobrindo o caminho do meio para que as pressões do trabalho não afetem sua saúde. Antes disso, porém, vivenciou na própria pele as consequências das turbulências profissionais. Há dois anos, Palácios teve um infarto, o que evidenciou o ápice do esgotamento físico e mental que vinha sofrendo. "Nossa profissão é estressante porque ainda não é devidamente reconhecida pela sociedade e empresários", sugere o dirigente. "Como o contador não consegue mostrar para o cliente a importância e dificuldade desse trabalho, acaba sendo cobrado de forma desconexa em relação à sua efetiva carga de trabalho", acrescenta.

Palácios ainda destaca que, principalmente entre os iniciantes no ramo, é preciso acumular mais clientes do que a capacidade real de atendimento. Isso porque nem sempre o contador consegue negociar honorários suficientes para manter o negócio e valorizar seu trabalho. "Em função dessas questões, eu já tive infarto e todos os problemas relacionados ao estresse que se pode imaginar, mas tudo isso ensina que nenhum problema vale a pena, a ponto de pegar mais clientes do que tenho condição de atender", sentencia. Hoje, o contador está sempre atento ao volume de



atendimentos, a fim de pisar no freio e cuidar da mente e do corpo (JUSBRASIL, 2013, não paginado).

O estudo das inter-relações entre saúde mental e trabalho situa-se num campo interdisciplinar complexo, abrangente e ainda pouco examinado. O trabalho é uma atividade tão específica do homem, que funciona como fonte de construção, realização, satisfação, riqueza, bens materiais e serviços úteis à sociedade humana. Entretanto o trabalho pode significar também escravidão, exploração, sofrimento e doença (TUNDIS; COSTA, 2000).

Para Glina e Rocha (2000) os transtornos mentais e do comportamento relacionados ao trabalho podem ser definidos como aqueles determinados pelos lugares, pelo tempo e pelas ações do trabalho, pois as ações implicadas no trabalho podem não só atingir o corpo dos trabalhadores, produzindo disfunções e lesões biológicas, como também reações e efeitos psíquicos nas situações de trabalho.

Entre os fatores de estresse associados ao conteúdo do trabalho, Glina e Rocha (2000, p.59) citam:

- A possibilidade de influenciar o próprio trabalho. Por exemplo, a adoção de determinadas soluções técnicas ou medidas gerenciais podem restringir a influência do trabalho. Quanto menos o controle sobre o trabalho, maior o estresse nas relações da atividade;
- A presença de grande quantidade de informações e necessidade de tomada de decisões rápidas;
- A responsabilidade no trabalho, seja por outras pessoas ou por materiais;
- A presença de trabalhos extremamente monótonos;
- A possibilidade de um pequeno erro ou um lapso momentâneo de atenção, terem consequências graves ou mesmo desastrosas.

Alguns destes fatores podem estar ligados também às atividades do contador, principalmente no que diz respeito aos erros que o mínimo de desatenção pode causar. Na visão de Angerami *et al.* (1986) quanto mais prolongada for uma jornada de trabalho na qual um trabalhador necessite concentrar sua atenção, maior será o cansaço tanto físico quanto mental. Assim torna-se praticamente impossível distinguir um do outro.

O esgotamento profissional é um tipo de resposta prolongada a estressores emocionais e interpessoais crônicos no trabalho. Tem sido descrito como resultante da vivência profissional em um contexto de relações sociais complexas, que envolvem a representação que as pessoas têm de si e dos outros. O trabalhador antes era muito envolvido efetivamente com os seus clientes ou com o trabalho em si, desgasta-se e, em um dado momento, desiste, perde a energia ou “queima completamente”. O trabalhador perde o sentido de sua relação com o trabalho, desinteressa-se, e qualquer esforço lhe parece inútil (GLINA; ROCHA, 2000).

As relações entre saúde mental e trabalho tendem a estruturar-se como um novo campo de estudos que, talvez pela complexidade da interdisciplinaridade que envolve, ainda não obteve uma denominação definitiva. Este novo campo deverá assumir cada vez maior importância para os profissionais da saúde e da produção, assim como para as organizações de trabalhadores que buscam condições mais saudáveis de trabalho (ANGERAMI *et al.*, 1986).

Por mais que seja um assunto de grande importância, ainda são poucos os estudos que fazem essa ligação entre a saúde mental e o trabalho. Assim fica o alerta que sensação de cansaço extremo, nervosismo, falta de atenção e de concentração, ansiedade podem ser sinais de desgaste da saúde mental, o qual pode gerar desconforto na realização das atividades diárias e prejuízo do rendimento.

### **3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

Neste capítulo foi apresentada a metodologia realizada quanto aos objetivos, aos procedimentos técnicos, à forma de abordagem do problema, ao plano de coleta e análise de dados.

A pesquisa foi realizada com embasamento em opiniões de profissionais que trabalham em diferentes áreas de atuação contábil. Quanto aos objetivos, a classificação foi descritiva e exploratória. Descritiva, que segundo Gil (2008, p.28) “As pesquisas deste tipo têm como objetivo primordial a descrição das características de determinada população ou fenômeno ou o estabelecimento de relações entre variáveis.” Assim a pesquisa visou descrever os julgamentos destes profissionais em relação à saúde emocional, e as relações dos mesmos com as suas atribuições e responsabilidades cotidianas. Ainda conforme Gil (2008, p.28) “São incluídas neste grupo as pesquisas que têm por objetivo levantar as opiniões, atitudes e crenças de uma população”. Classificou-se como exploratória por o tema escolhido ter sido pouco explorado até o momento. De acordo com Gil (2008) as pesquisas exploratórias têm como principal finalidade desenvolver, esclarecer e modificar conceitos e ideias, tendo em vista a formulação de problemas mais precisos ou hipóteses pesquisáveis para estudos posteriores. Habitualmente envolvem levantamento bibliográfico, entrevistas não padronizadas e estudos de caso.

Quanto aos procedimentos técnicos a pesquisa foi bibliográfica e estudo de caso. A pesquisa foi bibliográfica porque foi necessário utilizar de materiais, conhecimentos e produções já existentes. A pesquisa bibliográfica abrange bibliografia já tornada pública em

relação ao tema do estudo. Sua finalidade é colocar o pesquisador em contato direto com tudo o que já foi escrito ou dito sobre determinado assunto (MARCONI; LAKATOS, 2003).

Devido ao estudo ter buscado a opinião de um delimitado número de pessoas, mais especificamente um profissional de cada área a ser estudada, terá a abordagem de estudo de caso. Estas áreas de atuação foram divididas em quatro: profissional contábil de empresa, profissional contábil de escritório de contabilidade, profissional que atua como docente e profissional contábil que atua no setor público. Estes profissionais foram escolhidos no município de Cruz Alta - RS, conforme a importância da função que desempenham no meio em que atuam, pelo critério de acessibilidade. Esta escolha buscou obter uma visão diferenciada dos variados ambientes de trabalho, e das realidades sociais de cada um. Para Gil (2008, p.57) “O estudo de caso é caracterizado pelo estudo profundo e exaustivo de um ou de poucos objetos, de maneira a permitir o seu conhecimento amplo e detalhado”. Assim, a pesquisa usou como base a bibliografia em relação ao tema do estudo e buscou alicerçar as informações e atribuir uma nova leitura, considerando o estudo de caso.

Quanto à forma de abordagem do problema, o trabalho foi classificado como qualitativo, respondendo a questões muito particulares, e se preocupando com um nível de realidade que não pode ou não deveria ser quantificado. Ou seja, a pesquisa trabalha com o universo dos significados, dos motivos, das aspirações, das crenças, das opiniões, dos valores e das atitudes. Esse conjunto de fenômenos humanos é entendido como parte da realidade social, pois o ser humano se caracteriza não só por agir, mas por pensar sobre o que faz e por interpretar suas ações dentro e a partir da realidade vivida e partilhada com seus semelhantes (MINAYO, 2009).

Quanto aos instrumentos de coleta de dados foram utilizados a observação e a entrevista. A observação foi um meio de analisar e buscar interpretar o comportamento e a forma de se expressar dos entrevistados, ou seja, a forma como eles descreveram suas vivências profissionais acerca da sua saúde emocional. Para Marconi e Lakatos (2003, p.190) “A observação é uma técnica de coleta de dados para conseguir informações e utiliza os sentidos na obtenção de determinados aspectos da realidade”.

Buscando certa homogeneidade em relação aos questionamentos, para que as informações e opiniões que foram encontradas tenham sido coletadas de forma semelhante, mas sem perder a possibilidade de novos questionamentos que poderiam surgir no transcórre da conversação, agregando assim, valor a pesquisa, a entrevista foi semiestruturada. Beuren (2003) coloca que a entrevista semiestruturada permite maior interação e conhecimento das

realidades dos informantes. Para alguns tipos de pesquisas qualitativas, esse tipo de entrevista parece ser um dos principais instrumentos de coleta de dados de que o pesquisador dispõe.

A análise e interpretação de dados foram descritivas, pois foram avaliadas as respostas dos entrevistados em relação a sua saúde emocional e suas atividades profissionais. Buscou descrever se as atividades atribuídas ao profissional contábil podem ou não afetar sua saúde mental. Em relação à análise descritiva Beuren (2003) coloca que ela pode ser empregada nos trabalhos que procuram descobrir e investigar a relação entre variáveis, bem como investigar a relação de causalidade entre fenômenos.

## 4 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS

Neste capítulo serão apresentados os resultados da pesquisa, bem como serão analisados os dados referentes às entrevistas realizadas com os quatro profissionais atuantes na cidade de Cruz Alta, um de cada área estudada. A divisão do capítulo foi estruturada da seguinte forma: atribuições dos contadores nas áreas de atuação estudadas, agentes estressores aos quais estão submetidos os contadores e seus reflexos na saúde emocional destes profissionais e possíveis formas de redução do estresse no dia a dia da profissão contábil.

### 4.1 Atribuições dos contadores nas áreas de atuação estudadas

A caracterização dos entrevistados foi considerada a partir da identificação das seguintes variáveis: sexo, idade, grau de escolaridade, data(s) da(s) formação(ões), função que exerce e quanto tempo atua na área contábil, conforme quadro 3.

O campo de atuação do profissional contábil é vasto, nessa pesquisa foram analisadas apenas as áreas de atuação da Docência, do Setor Público, Empresa Privada e Escritório Contábil, todas no município de Cruz Alta - RS. Os contadores entrevistados serão denominados Contadora A, Contador B, Contador C e Contadora D, respectivamente, conforme quadro 3 abaixo:

Quadro 3: Perfil dos entrevistados

Entrevistados	Área de Atuação	Sexo	Idade	Escolaridade
<b>Contadora A</b>	Docência	F	40	Mestrado
<b>Contador B</b>	Setor Público	M	37	Pós Graduação
<b>Contador C</b>	Empresa	M	35	Cursando Mestrado
<b>Contadora D</b>	Escritório Contábil	F	58	Bacharelado

Fonte: Elaborada pela autora (2017)

A Contadora A é Bacharel em Direito (2000), Bacharel em Ciências Contábeis (2002) e Mestre (2004). Exerce a função de professora e coordenadora do curso de Ciências

Contábeis, atua na área contábil há 14 anos. O Contador B é Bacharel em Ciências Contábeis (2014) e Pós-Graduado em Especialização em Formação Pedagógica para Docentes da Educação Profissional Técnica e Tecnológica (2017). Exerce a função de contador da Câmara de Vereadores, atua na área contábil há seis anos. O Contador C é Bacharel em Ciências Contábeis (2006) e atualmente cursa Mestrado. Exerce a função de contador em uma empresa, atua na área contábil há 13 anos. A Contadora D é Bacharel em Ciências Contábeis (1994). Exerce a função de proprietária de um escritório contábil, empresária administrativa contábil e delegada do Conselho Regional de Contabilidade, atua na área contábil há 28 anos.

Em relação às atividades desenvolvidas pela Contadora A, hoje ela é professora em tempo integral no curso de ciências contábeis e também ministra disciplinas da área da contabilidade no curso de administração e coordena o curso de ciências contábeis desde 2014. Suas atribuições e responsabilidades estão divididas em dois níveis, enquanto professora e enquanto coordenadora do curso. Enquanto coordenadora do curso as suas atribuições são o gerenciamento de todos os aspectos administrativos do curso, toda questão burocrática, em relação à documentação de cada aluno, gerenciamento do quadro de professores, elaboração dos horários, regulamentação e constante avaliação do plano político pedagógico do curso, revisão das bibliografias, ementas, gerenciamento dos eventos, interface com a secretaria acadêmica, envolvimento com questão de matrícula e rematrícula de cada aluno, documentação dos formandos, verificação das horas de atividades complementares, entre outras. E as atribuições de professora são a elaboração das aulas, elaboração dos cronogramas, elaboração dos conteúdos das disciplinas, gerenciamento dos alunos em sala de aula, elaboração e correção de avaliações, publicações de avaliações, manutenção das informações no portal, reuniões periódicas com alunos com núcleo docente estruturante e com o colegiado, visitas regulares às salas de aula para manter um diálogo aberto com todo o corpo discente, contato ininterrupto com os professores repassando todas as informações do curso, auxílio no vestibular, nas atividades de feira das profissões, seminário interinstitucional, semana acadêmica, fórum de sustentabilidade, e outros.

As atividades do Contador B são a contabilidade pública e a contabilidade comercial, e em época de eleições ainda a contabilidade política, que é a dos partidos políticos e que, segundo o entrevistado, é uma área que está crescendo, pois agora é obrigatório ter um contador. Em suas palavras “é só se ter interesse no meio que se tem como trabalhar”. Na Câmara de Vereadores ele é responsável por todos os empenhos e pela conferência de todos os pagamentos; na área comercial ele é responsável pela contabilidade gerencial, de auxiliar o

seu cliente e no caso é responsável também pela emissão das guias, que em sua maioria é simples nacional.

O Contador C é o contador da empresa, responsável pela área contábil e fiscal, e hoje possui uma equipe de dez pessoas. Sua função específica é coordenar as atividades operacionais da equipe e ainda tem uma função gerencial, de relacionamento com a direção, relacionamento com bancos, com conselhos e atendimento às auditorias externas. Ele é o responsável técnico por toda a contabilidade, suas atividades diárias em si são muito mais gerenciais hoje que operacionais. Na verdade ele identifica como sendo sua principal função ser o responsável técnico pela escrita contábil e fiscal da empresa. Paralelo a isso, tem toda uma questão gerencial de apoio à tomada de decisão, prestação de informação para a direção, e também para todos os interessados na empresa.

Já a Contadora D citou o desenvolvimento das seguintes atividades no seu cotidiano:

- elaboração de DCTF, DIRF;
- conferência de Balanços, ECF, ECD's;
- as alterações contratuais;
- imposto de renda pessoa física (escrituração do livro caixa e afins);
- parcelamentos;
- estudo da legislação para os clientes;
- regularização de obras.

Além dessas, como proprietária do escritório contábil ela relatou que se envolve em todas as áreas, que precisa ter conhecimento geral, mesmo que não vá exercer de fato no dia a dia, mas a orientação e a distribuição das tarefas no escritório partem dela. Dessa forma, ela precisa introduzir todas as atualizações de cada área, repassando para os responsáveis. Então o gerenciamento total do pessoal e o acompanhamento das atividades é ela quem faz diretamente. Como a responsável técnica dentro do escritório, ela ressaltou que tudo o que acontecer é ela quem responde.

#### **4.2 Agentes estressores aos quais estão submetidos os contadores e seus reflexos na saúde emocional destes profissionais**

Como visto no tópico anterior, os profissionais contábeis possuem diversas responsabilidades nas suas rotinas de trabalho. Quando questionados sobre o que lhes incomoda nas suas atividades do dia a dia, as respostas foram bem variadas. A Contadora A colocou que as coisas que mais incomodam, mais especificamente na área de gestão de curso,

são algumas decisões que muitas vezes não dependem apenas dela. São determinadas coisas que precisam ser feitas e que dependem de uma chefia imediata ou de recursos, ou de outros setores da instituição e que muitas vezes entram o trabalho. E na atividade de ministrar aulas a maior das dificuldades que ela sente é em relação àqueles alunos que ela percebe que não conseguem atingir o nível esperado, isso lhe causa bastante preocupação. Ela afirma que fica tensa em não conseguir que eles acompanhem aquele seu raciocínio, então isso muitas vezes também lhe tira um pouco a tranquilidade. Ela colocou também que percebe no dia a dia em sala de aula aqueles alunos que seguramente não conseguiram assimilar conteúdo e isso para ela é de certa forma uma fonte de instabilidade, por se comprometer muito e querer muito que os alunos aprendam. Ela finalizou:

Eu fico pensando que talvez seja minha culpa, então isso muitas vezes me causa um certo desconforto. Talvez seja uma característica minha, de me preocupar com algumas coisas que talvez não seriam só de minha responsabilidade, e que acaba entrando na mesma questão das atividades de coordenação, fazer coisas que não dependem de mim, que o alcance do resultado não dependa só de mim. Que não é só decisão minha e isso é fonte de instabilidade.

Já o Contador B afirmou não haver nada que lhe incomode nas suas atividades do dia a dia, que por se tratar de atividades da contabilidade pública, ele não possui muitas preocupações, apenas a questão dos prazos. Quem trabalha na área tem conhecimento dos prazos das obrigações tributárias contábeis e fiscais, e que se estes não forem entregues nas datas pode gerar muita dor de cabeça aos profissionais contábeis. Nesse sentido ele afirmou: "Contador tem que ter em mente que prazo é a vida dele, perder um prazo é preocupante, porque para o cliente pagar 50 reais a mais é difícil, mas na hora de pagar uma multa ele vai te infernizar a vida, prazo é tudo...tem que tá pronto, não importa o resto."

O Contador C quando questionado, disse que enfrenta muitos problemas diariamente, vinculados a pessoas que não fazem os processos da forma correta, que eventualmente possui alguma demanda que precisa avaliar e que os prazos geralmente são muito curtos. Porém, explicou que estes são problemas que fazem parte, e que particularmente não lhe incomodam, porque ele já está acostumado com essa rotina e compreende que isso está dentro das suas atribuições. Por exemplo, os prazos de fechamento de resultado, que a direção cobra muito, sendo que efetivamente o que eles querem ver é o resultado mensal, e aí depende de que os outros setores façam suas rotinas dentro dos prazos deles pra que ele (contabilidade) consiga atingir o seu prazo. Então ele afirmou que os problemas existentes não lhe causam tanto estresse, pois está acostumado a eles pelo tempo de exercício da atividade. Conforme relatos do entrevistado, todo mês dá um estresse com algum setor, que sempre tem problemas, mas é

uma coisa que ele absorve tranquilamente, não é algo que lhe incomode. Como já dito anteriormente por outro entrevistado, quem trabalha na área da contabilidade deve estar ciente que prazo faz parte da sua vida profissional, assim como a pressão e a cobrança em cumpri-lo. Nesse sentido o Contador C destacou:

As vezes alguém da direção ou outros funcionários me ligam perguntado se eu já tenho o Resultado, ai eu digo que não recebi nem a precificação ainda. Em alguns momentos isso já me incomodou, principalmente essa questão de fechamento de resultado, do pessoal ficar cobrando, pressionando, querendo saber o resultado, mas eu não tenho tudo definido ainda. Depois de determinado momento que eu sentei com a direção e disse que eu precisava de dois dias depois que sair a precificação, então eles aceitaram esse meu prazo e ficou tudo mais tranquilo, porque agora antes de eles monitorarem o resultado, eles monitoram a precificação.

De acordo com o entrevistado, tem um procedimento que ele elaborou por sua iniciativa, que amenizou bastante essa questão de pressão por prazos pra entrega do resultado. Ele criou um simulador de resultado, com um grau de 90% de precisão e passa essa informação para direção. Isso ele faz do dia primeiro ao dia dois, ele passa que o resultado tal mês vai ser entre três milhões e três milhões e meio, então eles já tem uma ideia, que vai ser mais ou menos por ali. Como o grau de precisão está muito próximo disso, pois o simulador erra muito pouco, então o resultado geralmente fica dentro desse patamar. “Na verdade eles não querem saber no centavo quanto que é o resultado, eles querem ter uma ideia se está negativo, se está positivo, se está muito positivo, se está muito negativo”. Dentro disso ele relatou ainda:

Como eu já no começo do mês consigo dar um posicionamento pra eles, botei lá no simulador e deu que a estimativa fica em dois milhões, eu sempre chego em um número preciso, ai boto 10% de margem pra cima ou pra baixo, se deu dois milhões então vai ser entre R\$ 1.800.000,00 e R\$ 2.200.000,00, vai ser dentro dessa margem e ai “acalma o coração” deles (direção) e eles não ficam me pressionando. Mas assim, hoje não porque hoje já tá bem mais organizado, mas em algum momento essa pressão por prazo já me incomodou um pouco. Porém, não me incomodar não quer dizer que a gente não tenha problema no dia a dia, tem claro, mas a gente consegue administrar, acostuma...

Pela fala da Contadora D pode-se perceber que o fator que mais a incomoda e gera frustração é a repetição de alguns vícios dos clientes como omissão de receita e não envio de documentos ao escritório. Ela admitiu ainda, que tem algumas empresas que o escritório faz a contabilidade para “deixar guardada”. Lamentavelmente até os dias de hoje, muitas vezes o que está no balanço, balancete não é a realidade da empresa. Eles não representam a veracidade da empresa, e isso acaba por vezes decepcionando os profissionais contábeis que atuam nesse ramo, pois eles fazem um trabalho cuja prerrogativa é fazer contabilidade e eles fazem da melhor forma, com as documentações que eles recebem das empresas. Ela revelou:



Muitas vezes o escritório fica sabendo que os clientes abriram conta em um banco porque o banco ligou e pediu algum documento pra atualizar o cadastro. E não é por falta de cobrança, porque quando a empresa nos contrata a gente diz que todas as despesas bancárias ou se abriu conta no banco é preciso nos trazer o extrato mensal, então toda essa conversa a gente tem. Eu acredito que tem muitos que acham que a gente quer “bisbilhotar”, tem essa mentalidade ainda. Ainda têm pessoas que me mandam algumas notas de entrada e omitem outras, só que agora não tem mais isso, porque além de eles nos mandarem, a gente vai e importa no arquivo do Sefaz e então nós perguntamos por que não nos mandaram tais notas, e eles ainda perguntam como que nós sabemos da existência de tais notas se elas não foram enviadas?

Acredita-se que essas empresas que querem omitir receitas, que não estão muito preocupadas com a veracidade das informações contábeis, seriam de empresários mais antigos, pois eles estão habituados àquele comportamento de anos, dentro daquele patamar, não são visionários, tem o pensamento de que se com o que ganham conseguiram sobreviver até agora, mantiveram sua família, formaram seus filhos, está bom, e eles seguem assim. Outra dificuldade que este profissional menciona são as mudanças muito radicais da legislação, pois nem todos os clientes são abertos a essas mudanças e conseguem se adaptar às alterações que vão acontecendo. Novamente foi citada a questão dos prazos como preocupação do dia a dia, pois tudo obedece a prazos, a área tributária principalmente. Assim todas as informações, os serviços acessórios, tem prazo para prestar a informação, e com muitas caso não forem entregues antes do vencimento. Nesse sentido ela colocou:

Antes não havia tanta aplicação de multas por informação, hoje qualquer informação fora de prazo é com multa e a responsabilidade é nossa de fazer isso. O cliente não quer saber e ele paga o escritório para que a coisa aconteça como deve ser. Em função disso a preocupação é grande quando chega no dia 7, quando chega no dia 10, no dia 20 e os clientes na verdade não entendem que é complicado me trazer no último dia a informação, pois pode acontecer um problema no sistema e às vezes isso acontece.

Quando os contadores foram questionados se já tiveram problemas de estresse no trabalho, todos responderam positivamente. Vale destacar a Contadora A, que já teve estresse no trabalho em função de situações que ocorreram onde ela não pôde ter autonomia. Por exemplo, situações de gerenciamento de alunos, de notas, de procedimentos de avaliação em que o aluno ou mesmo familiares se envolveram, não concordando com as ações praticadas e que por terem recorrido a instâncias superiores ela precisou fazer uma reavaliação o que lhe gerou muito estresse.

O Contador C descreveu que o seu pior momento de estresse no trabalho foi na sua primeira auditoria de fechamento de ano quando assumiu a contabilidade da empresa em abril de 2008, ele reconheceu: “esse é o momento bem claro que eu tenho que foi o maior momento de estresse que eu já passei dentro da empresa”. As primeiras auditorias foram um pouco tensas, hoje ele diz ser tranquilo. Ele justificou que isso aconteceu por causa da insegurança e

da pouca experiência, pois ele trabalhava no setor fiscal e de lá ele foi para o cargo de contador sem passar pela contabilidade.

Ele contou que a equipe de auditoria chegou na empresa na segunda-feira, era uma equipe de três auditores e eles conseguiram ir embora apenas no domingo, e que deveriam estar entre uns dez auditores, de tão desorganizadas que as contas estavam. Segundo o contador ao final da auditoria sempre se fazia uma reunião entre contador, o auditor responsável e a direção, assim ele lembrou a saia justa pela qual passou:

Na reunião com a direção, o auditor começou a falar como havia sido a auditoria, e pediu para eu falar, aí eu disse que havia sido horrível pela falta de experiência e tudo mais, daí ele me disse que esperava que das próximas vezes fosse melhor, que eu precisava focar no que realmente era importante. Resumindo me chamou a atenção na frente da direção. Saímos da reunião e eu chamei minha chefe e disse que meu prazo era um ano, se chegasse no final do próximo ano e tivesse sido parecido com o que foi aquele ano, eu iria pedir minhas contas. Aquela semana eu passei por um estresse que eu nunca havia passado na minha vida, uma coisa assim de loucura. Aquilo o que eu vivi nessa semana eu não queria pra mim!

Porém depois, com o passar do tempo ele percebeu que realmente era falta de experiência. Mas com muito esforço, trabalho e dedicação de toda equipe tudo saiu bem. Ele finalizou:

Eu mesmo sempre me desafiei muito, então aceitei o desafio e pensei que era o momento de aprender. O primeiro ano foi muito difícil, bastante estressante, mais pela falta de experiência. Hoje em dia os problemas continuam, mas nada tão grave que faça perder o sono.

Já a Contadora D disse que é impossível não ter pequenos problemas de estresse no trabalho, pois lida diretamente com pessoas, precisa ter contato direto com os clientes e com os próprios funcionários, e que às vezes é preciso estar amenizando os ânimos daqueles mais irritados, porque nem sempre a pessoa está em um dia bom de conversar ou de ouvir. Mas o que a deixa mais chateada e mais irritada é lhe acusarem de uma coisa que ela não fez ou dizer ela não fez e ela fez. Ela relatou a seguinte situação:

Uma vez um cliente disse que não pagou as guias porque eu não as havia mandado. Como eu envio várias guias, num primeiro momento eu disse que iria verificar, eu fui procurar protocolo, perdi tempo pra responder que eu havia sim enviado e ele me dizer que não sabia onde tinha guardado. Isso me deixa muito irritada.

Diante disso, pode-se perceber que esses problemas de estresse e inconvenientes no trabalho se dão por diversos motivos, como a falta de autonomia para tomar decisões, a falta de experiência diante das adversidades e a grande necessidade de “jogo de cintura” para conviver com pessoas de diferentes personalidades.

Quando indagados se o estresse pode interferir nas suas atividades do dia a dia, todos responderam seguramente que sim. A Contadora A justificou que se pode ficar absorvida pelo problema que está acontecendo no momento e isso prejudica a capacidade de gerenciar outras situações que ocorrem concomitantemente, acaba tirando o foco das outras atividades.

O Contador B explicou que na realidade tem problemas que podem acontecer e que vão gerar estresse, mas tem correção. O maior problema é o fator de estresse, é a pressão, as cobranças que acabam afetando o psicológico. Tem prazo, tem o estresse do dia a dia, tem que conciliar família, trabalho e lazer, e segundo ele o contador hoje não consegue conciliar lazer e trabalho, e que esse é o erro maior dos contadores, ficar muito apegado à profissão e acabar ficando estressado por trabalhar demais. Ele lamentou: “É a profissão que tu trabalha e não é reconhecido.”

O Contador C fundamentou que quando se está estressado a capacidade de raciocínio é menor, a atenção é menor, a capacidade de priorizar as coisas diminui, e ter prioridades é de suma importância. Ele exemplificou:

Não posso pensar que enquanto eu tiver serviço eu vou ficar aqui na empresa, se for assim eu vou morar aqui, porque sempre tem muito serviço. Hoje em dia principalmente com a crise econômica, as equipes estão cada vez mais enxutas, então é menos pessoas fazendo mais coisas. Devemos saber priorizar as coisas, se não isso gera estresse, e o estresse tira o poder de raciocínio e o poder de concentração, eu acho que influencia muito.

A Contadora D revelou que ultimamente o estresse tem interferido no seu sono, ela tem tido insônia em função do estresse, por se agitar muito durante o dia, ficar muito ansiosa, dependendo do dia a preocupação é muito grande, e na hora do descanso ela não consegue desligar. Além disso, ela afirma que o estresse pode afetar também a saúde, ela contou: “Depois do período de declaração de IR eu estava com muita dor no estômago e era daquele estresse, daquela pressão dessa época do ano, porque depois foi passando. Eu tenho outro problema que desencadeia com o estresse, a psoríase, que é uma doença de pele e no momento que eu estou estressada ela aflora.”

Em relação à convivência com os colegas todos destacaram a importância de um bom relacionamento para o bom desenvolvimento das atividades. A Contadora A mencionou que estando na função de coordenadora do curso ela acaba tendo que tomar decisões e que muitas vezes elas não são recebidas 100% pelos colegas e professores, então ela precisa articular todo um trabalho de convencimento, de simpatia aos colegas para que eles possam ser aliados nas atividades que planeja para curso. Ela procura fazer uma gestão bastante socializada, procura não decidir questões cruciais sozinha, procura sempre compor um acordo com todos e ouve

muito o que seus colegas falam. Pois a primeira coisa que ela como gestora do curso pensa é na formação dos alunos, o que acontecer no grupo ela não deixará que de alguma maneira atinja a qualidade das aulas e a qualidade da relação professor–aluno, então suas atribuições com certeza podem interferir no relacionamento com outros profissionais da área.

O Contador B salientou a importância de ter um bom convívio com os colegas pela necessidade de interagir o tempo todo com todos, pois se depende deles para alimentar a contabilidade. Depende-se desde a pessoa que emite nota até a pessoa que recebe uma mercadoria, tudo interfere no trabalho do dia a dia e é necessário conciliar isso, deve haver uma união, é igual uma engrenagem, onde se uma peça quebrar o resto desmancha junto, não se consegue trabalhar, essa é a realidade.

Vindo ao encontro disso, o Contador C defendeu que a contabilidade é o final de um processo, o “atestado de óbito”, tudo o que acontece durante as operações da empresa, no final a contabilidade tem que registrar e tem que de alguma forma tirar informações de tudo o que aconteceu para subsidiar algumas decisões, então necessariamente ele precisa ter esse relacionamento com a sua equipe, e com praticamente todos os setores. Pois todos os setores de alguma forma influenciam no resultado do setor de contabilidade, então é necessário ter um bom relacionamento, um relacionamento profissional com todos os setores, às vezes é um relacionamento de cobrança, porém faz parte. O Contador C complementou:

E é bom dentro de uma equipe se ter perfis diferentes, ter aquela pessoa que é mais rígida, mas ter também aquela pessoa que é mais flexível. Eu considero o meu perfil extremamente flexível, quando eu vou cobrar tento sempre me colocar no lugar do outro, para tentar cobrar de uma forma que seja mais razoável para não gerar conflito. Porque eu preciso cobrar, dentre as minhas atribuições está essa de manter os processos que afetam a contabilidade de forma que eles funcionem. Mas com todos os encarregados de setor eu tenho um relacionamento muito bom, por causa disso eu acho, de buscar se colocar no lugar do outro.

Quando indagados se conseguem separar assuntos profissionais da vida pessoal, as respostas foram unânimes em dizer que desassociar completamente é impossível. A Contadora A disse que nem sempre consegue separar, que depende o tamanho do problema, que no pessoal é impossível manter 100% de foco nas atividades e dissociar sua vida pessoal da vida profissional. Ela reconhece ter uma maior tendência aos problemas pessoais a afetarem mais do que os problemas profissionais, por causa do seu perfil mais passional. Ela justificou:

Os problemas profissionais eu penso que de uma maneira ou outra eles vão ser resolvidos, e quando eu saio do meu ambiente de trabalho eu procuro fazer um exercício de abstrair os problemas, pra eu poder ir mais leve, descansar e voltar com o meu raciocínio mais nítido para eu poder resolver os problemas do dia seguinte, porque se eu levar os problemas pra casa e continuar martelando com eles quando eu

voltar no outro dia eu não vou conseguir ver uma saída. Agora no lado pessoal já é mais difícil eu fazer isso, porque isso me acompanha o tempo todo, ainda mais que a gente está muito ligado às pessoas, aos problemas principalmente através do telefone então tem muitas coisas que a gente não consegue desligar por mais que você esquece do teu problema pessoal daqui a pouco chega uma mensagem, alguma coisa uma ligação que te lembra, que te pergunta, que te questiona e causa certo mal estar e por mais que talvez não interfira nas atividades normais tipo, não vou deixar de ir numa reunião por causa de problemas pessoais, não vou deixar de vir trabalhar por causa disso, mas eu posso estar mais dispersa, posso estar um pouco mais desmotivada, muitas vezes até triste e aí eu não consigo lidar tão bem com as demandas profissionais, acho que seria mais ou menos por aí.

O Contador B afirmou que não tem como separar, que às vezes vai sim para casa pensando nos problemas do trabalho. Ele defendeu que o que precisamos fazer é deixar de lado o profissional e pensar um pouco no nosso lazer, porque senão não conseguimos descansar, relaxar e nos acalmar da correria do dia a dia e aproveitar a vida. O Contador C disse que consegue separar sim, porém que 100% é impossível, mas que ele tem uma boa facilidade de se desligar das atividades profissionais, e viver sua vida particular.

Eu consigo, acho que isso é foco. 100% ninguém consegue, óbvio que não. Tem dias que meu filho tá doente, por exemplo, e eu venho trabalhar, é óbvio que durante o dia eu vou pensar nele, eu vou pensar como ele está eu vou ligar pra saber, mas não de uma forma que prejudique o trabalho, e isso eu peço muito para o pessoal da minha equipe, que eles tentem desligar a “chavezinha” dos problemas pessoais, e eu digo pra eles também quando saírem daqui e irem pra casa desliguem, vão curtir a família, lazer...Porque não vão poder fazer nada de lá.

Já a Contadora D contou que por muito tempo conseguiu separar muito bem o profissional do pessoal, mas que de uns tempos pra cá já não consegue mais fazer totalmente. Ela disse às vezes leva para casa os problemas do trabalho, e que acaba perdendo o sono por causa disso, que tem insônia por ficar pensando nas questões de trabalho. Porém ela ressaltou:

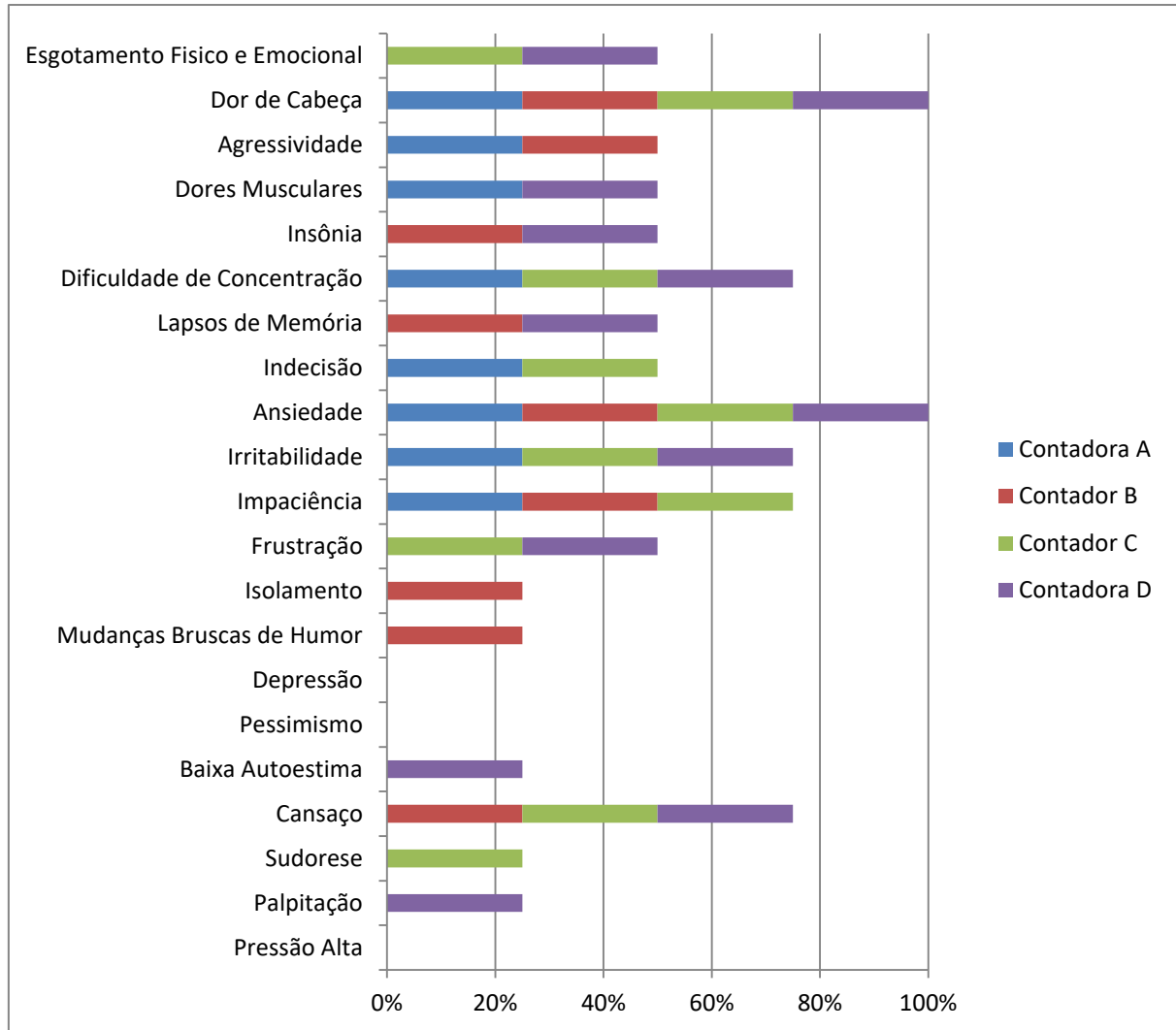
Não podemos misturar as coisas, porque nossa vida pessoal também às vezes tem dificuldades e não podemos trazer isso pra dentro do nosso ambiente de trabalho, se não enlouquecemos! Ou atendemos uma coisa ou atendemos a outra.

Toda essa pressão sobre os profissionais contábeis pode desencadear uma síndrome. A Síndrome de Burnout, ou síndrome do esgotamento profissional, que é um distúrbio psíquico descrito em 1974 pelo médico americano Freudenberg. Sua principal característica é o estado de tensão emocional e estresse crônicos provocado por condições de trabalho físicas, emocionais e psicológicas desgastantes. A síndrome se manifesta especialmente em pessoas cuja profissão exige envolvimento interpessoal direto e intenso. O sintoma típico da Síndrome de Burnout é a sensação de esgotamento físico e emocional que se reflete em atitudes negativas, como ausências no trabalho, agressividade, isolamento, mudanças bruscas de humor, irritabilidade, dificuldade de concentração, lapsos de memória, ansiedade, depressão,

pessimismo, baixa autoestima. Dor de cabeça, enxaqueca, cansaço, sudorese, palpitação, pressão alta, dores musculares, insônia, crises de asma, distúrbios gastrintestinais são manifestações físicas que podem estar associadas à síndrome (DRAUZIO VARELLA, 2011).

Na pesquisa foi questionado aos entrevistados se eles possuíam alguns desses sintomas, as respostas encontram-se no gráfico abaixo:

Gráfico 01: Sintomas da Síndrome de Burnout identificados pelos entrevistados



Fonte: Elaborado pela autora (2017)

No gráfico pode-se perceber que os sintomas mais relatados pelos entrevistados com 100% das respostas, foram dor de cabeça e ansiedade. Após, com 75% das respostas ficaram os sintomas: dificuldade de concentração, irritabilidade, impaciência e cansaço. Tiveram 50% de respostas os sintomas: sensação de esgotamento físico e emocional, agressividade, dores musculares, insônia, lapsos de memória, indecisão e frustração. Com apenas 25% das respostas ficaram os sintomas: isolamento, mudanças bruscas de humor, baixa autoestima, sudorese e palpitação. E, sem nenhuma resposta ficaram os sintomas: depressão, pessimismo

e pressão alta. Foi possível perceber também o profissional que mais apresentou sintomas, que foi a Contadora D(Escritório Contábil), com 12 sintomas. E o profissional que apresentou menos sintomas que foi a Contadora A(Docência), com 8 sintomas.

No momento que foram questionados se suas responsabilidades profissionais podem lhe causar um alto nível de estresse, afetando assim sua saúde emocional, as opiniões se dividiram 50% afirmou que sim e 50% declarou que não. A Contadora A entende que não, que não chega a lhe provocar um alto nível de estresse porque são incomodações administráveis, não chegam a afetar sua saúde emocional, não chega a lhe tirar do eixo. São algumas situações isoladas que acontecem e que ela acredita acontecer em todos os ambientes de trabalho e que são plenamente administráveis, algumas mais pesadas, outras mais leves, algumas questões de irritabilidade que acontecem momentaneamente, então ela acredita não ser um alto nível de estresse. Ela concluiu: “não classificaria assim, eu diria que é um estresse normal, do cotidiano que eu acho que não interfere na saúde não.” Por outro lado o Contador B acredita que sim, que as grandes responsabilidades do profissional contábil podem afetar sua saúde emocional, ele finalizou:

Porque toda nossa vida está relacionada ao trabalho, isso é pra todas as profissões, querendo ou não afeta o nosso psicológico e a carga de responsabilidade que nós temos é muito grande, estamos sempre preocupados, pois tentamos fazer a coisa certa, porém não depende só de nós.

A maioria dos entrevistados nunca precisou buscar ajuda de um profissional da saúde para se sentir melhor emocionalmente no trabalho. Uma das entrevistadas já procurou um profissional da saúde para se sentir melhor na sua vida pessoal, mas no trabalho não. Outra entrevistada disse ter uma filha que é médica e que ela já lhe receitou remédio para aumentar a imunidade, mas dentro do contexto se entende que não é uma “ajuda emocional”. Assim apenas um dos profissionais afirmou que sim, que já precisou de ajuda para se sentir melhor emocionalmente no trabalho, contou que estava até tomando Fluoxetina, para dar uma “relaxada”. Fluoxetina é indicada no tratamento da depressão, associada ou não com ansiedade. Também é indicada para o tratamento da bulimia nervosa, do transtorno obsessivo compulsivo (TOC), irritabilidade e disforia (BULARIO, 2017).

#### **4.3 Possíveis formas de redução do estresse no dia a dia da profissão contábil**

Diante de atribuições e responsabilidades variadas e constantes, pressões para cumprir prazos e gerar informações, somadas à correria da atualidade que se vive, é necessário buscar formas para reduzir o estresse do dia a dia, para melhorar a qualidade de vida. Pois não apenas estes como todos os demais profissionais, muitas vezes passam mais tempo no seu ambiente

de trabalho do que em suas casas, com seus colegas de trabalho do que com seus familiares e amigos, então é imprescindível que esse estresse profissional não torne sua profissão desgastante, cansativa e “sofrida”. Assim, foi questionado o que os contadores consideram que possa ser feito para diminuir o nível de estresse profissional.

A Contadora A acredita que existem algumas dicas que ela aprendeu durante os anos de exercício profissional, como saber separar aquilo que merece atenção e aquilo que é perda de tempo ficar sofrendo, e isso depende muito da pessoa, não do ambiente nem dos colegas. Ela contou que procura fazer bem esse exercício, e exemplificou:

Isso aqui é um problema do qual eu preciso me preocupar além do que eu precisaria normalmente? Sim ou não. Se for um problema contornável, alguma coisa que eu sei que eu vou conseguir resolver logo mais adiante eu procuro não dar importância maior do que a importância que realmente tem, e isso me faz bem.

Outra dica que a Contadora A passou é procurar gerenciar o tempo, não procurar mais atribuições do que aquelas que se pensa dar conta. Procurar não marcar mais de um compromisso no mesmo horário, porque isso seria fonte de estresse, ansiedade, porque reuniões atrasam, imprevistos acontecem, então ela aconselhou não criar uma agenda muito apertada, pois isso seria fonte de estresse. Ela contou que é um cuidado que ela tem tomado há uns três anos e tem dado certo, por exemplo, se ela tem uma atividade marcada em um determinado horário ela dá uma margem bem grande pra marcar a próxima atividade, e isso a tem mantido calma e serena para tomar decisões, pois dessa forma é possível gerenciar as situações e não tornar o dia tão pesado.

Outra coisa que ela também costuma fazer são apontamentos, não em uma agenda, pois ela diz esquecer-se de olhar, mas sim em um *post it*, ela aponta o que é mais urgente, o que tem prazo para cumprir antes das outras coisas e então ela coloca por ordem de prazo e na hora que ela senta para trabalhar ela começa por aqueles mais urgentes e vai seguindo, e assim ela consegue dar conta do que precisa fazer e evita o estresse. A prioridade é o que é urgente e não o que veio primeiro ou que veio por último, é por ordem de prazo de cumprimento, por mais que tenham graus de importância diferentes.

A dica que o Contador B passou é separar a vida pessoal da vida profissional. “Tu tem que entender que o teu profissional vai só até ali e tua vida pessoal continua, tu tem que começar a separar, se não tu não vive...tu vive só em função do teu serviço”

O Contador C acredita que o que poderia realmente diminuir o estresse profissional seria as pessoas se divertirem mais no trabalho, que isso deixaria os ambientes mais leves, e as pessoas terem um pouco mais de respeito umas com as outras, e claro estar preparado pra



função que se vai assumir. Ele defendeu que um pouco de tensão profissional não é ruim, que é bom porque isso deixa ligado, isso faz sair da zona de conforto. Mas ele explicou: “Não o estresse de enlouquecer, mas um pouquinho de desconforto às vezes é bom.” Há alguns dias o Contador C relatou que leu uma reportagem de um ex-funcionário da Apple que divulgou 11 regras que se recebe quando começa a trabalhar na empresa e que em uma determinada situação quis passar para sua equipe:

Achei a reportagem, aí o que queria mostrar pra eles entre as 11 regras, era a décima primeira regra que dizia o seguinte: divirta-se, porque se não, não vale a pena. Aí eu disse pro pessoal, vocês passam o dia todo de vocês aqui...vocês tem que se divertir enquanto vocês estão aqui. Isso eu acho que diminuiria muito a sensação de estresse, se as pessoas conseguissem se divertir mais enquanto produzem, isso é que importante se divertir enquanto produz, não é se divertir ah vô pra lá fica por conta própria, não...tornar o ambiente mais agradável, mais leve. Isso permanentemente eu tento fazer aqui.

A Contadora D disse que varia muito de pessoa para pessoa, tem pessoas que são mais emocionais, são mais irritadas, outras são mais tranquilas e que cada uma deve administrar do seu jeito. Ela diz estar se policiando pra não entrar num estresse, que quando se sente cansada, tenta diminuir o horário de trabalho do dia, sair mais cedo à tarde. Um conselho que ela passou e que ela pratica é se doar um pouco para os projetos sociais, pois tem pessoas que só se fixam no trabalho e ela acredita que precisa fazer aquela contrapartida da doação. “Eu faço muito isso! Eu acho que fico em casa de noite uma vez por semana, nos outros dias eu estou envolvida nem que seja ir lá uma meia hora, uma ajuda. Assim, tu ajuda quem precisa, mas quem mais é ajudado é você! Na doação é assim que funciona.”

Sendo assim, como possíveis formas de reduzir o estresse profissional foram citadas:

- a organização dos horários e atividades, procurando sempre não se sobrecarregar;
- buscar tornar o ambiente de trabalho mais leve, respeitando os colegas, divertindo-se, mas sem que isso interfira na produtividade;
- não assumir um cargo se não está realmente preparado, pois isso pode ser uma grande fonte de sobrecarga e estresse;
- não fazer longas jornadas de trabalho;
- fazer algum tipo de ação social.

Além destas, acredita-se também que atividades físicas regulares e exercícios de relaxamento ajudam a controlar o estresse.

Quando questionados se já haviam pensado em trocar de profissão ou se arrependeram de alguma forma de escolher a área contábil, todos responderam que não. Destacam-se as respostas da Contadora A e do Contador B.

A Contadora A contou que já pensou trocar a área de atuação contábil, por uma possível maior remuneração e não pelo estresse talvez, ela até fundamentou que o estresse é o que a motiva a não mudar de área e continuar na docência. Ela pensa que se por um lado ela não ganha tão bem quanto ela pensa que ganharia se ela não estivesse trabalhando na área da docência, por outro lado também pensa que se estressa menos do que ela se estressaria se estivesse em um escritório, e ela diz que isso vale a pena e faz a diferença, promovendo assim uma maior qualidade de vida. Ela finalizou: “Eu não me vejo assim como uma pessoa estressada ou emocionalmente prejudicada em função do meu trabalho, não me vejo assim e sou muito feliz com a profissão que eu adotei.”

O Contador C disse que não se arrependeu de forma alguma de escolher a área contábil e que mudar de profissão pode ser uma tendência natural. Ele está cursando mestrado já pensando em algum momento migrar para a área da docência. Outra pretensão que ele possui é que com o passar do tempo ele possa sair do cargo de contador e ter outro cargo com responsabilidades maiores e com outras atribuições dentro da empresa.

#### **4.4 Considerações finais**

A realização desse estudo se justifica em analisar as variadas áreas de atuação dos profissionais contábeis e as suas atribuições, relacionando se estes impactam ou não na saúde emocional dos mesmos. Pois gerir um patrimônio que não é seu, estar sobre constante pressão para cumprir prazo, ter uma alta demanda de atividades, precisar de um alto nível de concentração e ser responsável pelo aprendizado dos alunos não são tarefas nada fáceis.

A pesquisa serviu para demonstrar um pouco da vivência de trabalho de cada área estudada. Através das entrevistas realizadas foi possível sentir um pouco da realidade de cada ambiente de trabalho, os entrevistados relataram suas experiências diárias e expressaram suas opiniões diante das questões abordadas.

O estudo trouxe a qualificação dos entrevistados e identificou quais são as atividades realizadas pelos quatro profissionais analisados. A pesquisa apresentou também o que eles consideram como incômodos no dia a dia para identificar os possíveis agentes estressores aos quais estão submetidos os contadores, eles citaram a falta de autonomia para tomar decisões, o cumprimento dos prazos das obrigações tributárias contábeis e fiscais, problemas vinculados a pessoas que não fazem os processos da forma correta, cobrança para apresentar o Resultado, a omissão de receitas, os clientes que não mandam os documentos para o escritório, e as mudanças de legislação que são muito radicais e constantes. Cada área tem

agentes estressores diversos e variados, dada à pluralidade das suas atribuições e responsabilidades.

Os sintomas de estresse causados pelas suas atribuições profissionais mais relatados pelos entrevistados com 100% das respostas foram dor de cabeça e ansiedade. Foi possível perceber também a profissional que mais apresentou sintomas, que foi a Contadora D(Escritório Contábil), com 12 sintomas. E a profissional que apresentou menos sintomas foi a Contadora A(Docência), com 8 sintomas.

Como possíveis formas de reduzir o estresse profissional foram citadas a organização dos horários e atividades, procurando sempre não se sobrecarregar. Buscar tornar o ambiente de trabalho mais leve, respeitando os colegas, divertindo-se, mas sem que isso interfira na produtividade. Não assumir um cargo eu não se está realmente preparado, pois isso pode ser uma grande fonte de sobrecarga e estresse. Não fazer longas jornadas de trabalho, e tentar fazer algum tipo de ação social.

É essencial separar a vida profissional da vida pessoal, ter momentos de descanso com a família e com os amigos. Acredita-se também que atividades físicas regulares e exercícios de relaxamento também ajudam a controlar o estresse. Não se deve usar a falta de tempo como desculpa para não praticar exercícios físicos e não desfrutar momentos de descontração e lazer. É importante avaliar o quanto as condições de trabalho estão interferindo na qualidade de vida e prejudicando a saúde física e mental.

Em análise ao título do artigo, foi possível concluir que o a imagem do contador como profissional atarefado e estressado, por viver sob grande pressão, com diversas preocupações e responsabilidades não é mito e sim verdade. Assim, diante da pesquisa realizada é possível afirmar que a profissão contábil vivencia diariamente situações de pressão, cobrança e estresse, e que se estes não forem controlados ao longo do tempo, podem afetar a saúde emocional destes profissionais. Porém, mesmo com todas as atribuições da profissão, nenhum dos entrevistados se arrependeu de escolher a área contábil para atuar, muito pelo contrário são realizados profissionalmente e não se veem fazendo outra coisa. Vale ressaltar que esta pesquisa não generaliza o profissional contábil, mas sim se refere aos casos estudados, pois o estresse varia muito de pessoa para pessoa, existe pessoas com perfis diferentes e com diferentes formas de lidar com as adversidades.

Para a academia esta pesquisa pôde contribuir por ser um assunto de grande importância e suscitar maiores estudos, uma vez que são poucos os estudos publicados nessa área. Até para futuros profissionais e também profissionais já atuantes no mercado saberem identificar

quais são os agentes estressores e quais são seus efeitos e melhor ainda, o que fazer para reduzi-los. Por fim, como sugestão de trabalhos futuros, para dar maior argumentação ao que foi descrito até o momento, poderia ser feita uma pesquisa com uma maior quantidade de profissionais, com aplicação de questionário por exemplo. Assim daria mais representatividade e relevância ao estudo. Outra sugestão seria realizar a pesquisa com profissionais da mesma faixa etária, para analisar se o fator idade pode interferir no estresse no trabalho, levando em conta que quem apresentou mais sintomas da Síndrome de Burnout foi a Contadora D, a mais experiente dos quatro contadores entrevistados. Outra proposta seria realizar o estudo com os alunos formandos do curso de Ciências Contábeis, considerando o estresse, a alta demanda de atividades e responsabilidades do último ano de graduação.

## REFERÊNCIAS

ANGERAMI, Valdemar Augusto; SILVA, Edith Seligmann; STEINER, Maria Helena C. de Figueiredo; SILVA, Moacir Carlos da. **Crise, Trabalho e Saúde Mental no Brasil**. São Paulo: Traço, 1986.

BASSO, Irani Paulo; **Contabilidade Geral Básica**. 3. ed. Ijuí: Unijuí, 2005.

BEUREN, Ilse Maria. **Como Elaborar Trabalhos Monográficos em Contabilidade: Teoria e Prática**. São Paulo: Atlas, 2003.

BRASIL. Resolução CFC nº. 560, de 28 de outubro de 1983 - CONSELHO FEDERAL DE CONTABILIDADE. Dispõe sobre as prerrogativas profissionais de que trata o artigo 25 do Decreto-lei nº 9.295, de 27 de maio de 1946. Disponível em: <[www.cfc.org.br/sisweb/sre/docs/RES\\_560.doc](http://www.cfc.org.br/sisweb/sre/docs/RES_560.doc)>. Acesso em 08 abr. 2017.

BRASIL. Resolução CFC nº. 750, de 29 de dezembro de 1993 - CONSELHO FEDERAL DE CONTABILIDADE. Dispõe sobre os Princípios de Contabilidade (PC). Disponível em: <[cfc.org.br/sisweb/sre/docs/RES\\_750.doc](http://cfc.org.br/sisweb/sre/docs/RES_750.doc)>. Acesso em 23 mai. 2017.

BRASIL. Resolução CFC nº. 1.282, de 28 de maio de 2010 – CONSELHO FEDERAL DE CONTABILIDADE. Atualiza e consolida dispositivos da Resolução CFC nº. 750/93, que dispõe sobre os Princípios Fundamentais de Contabilidade. Disponível em: <[http://www1.cfc.org.br/sisweb/SRE/docs/RES\\_1282.pdf](http://www1.cfc.org.br/sisweb/SRE/docs/RES_1282.pdf)>. Acesso em 23 mai. 2017.

BULÁRIO.COM. **Bula de Fluoxetina**. Disponível em: <<https://www.bulario.com/fluoxetina/>>. Acesso em 14 set. 2017.

CANAL RURAL. Disponível em: <<http://www.canalrural.com.br/noticias/reportagem-especial/brasil-fecha-2015-com-pior-idade-economica-anos-60233>> Acesso em 05 mar. 2017.

CARVALHO, Daniele Cristina Nascimento de; COLARES, Ana Carolina; FERREIRA Cássia Oliveira. **Análise das dimensões de demanda psicológica, controle e apoio social no trabalho do profissional contabilista com registro ativo no conselho regional de contabilidade de Minas Gerais.** CONVIBRA, 2015. Disponível em: <[http://www.convibra.com.br/upload/paper/2015/81/2015\\_81\\_11801.pdf](http://www.convibra.com.br/upload/paper/2015/81/2015_81_11801.pdf)>. Acesso em 25 fev. 2017.

DEJOURS, C. **A loucura do trabalho** – estudo de psicologia do trabalho. 5. Ed. São Paulo, Cortez, 1992.

DRAUZIO VARELLA. **Doenças e Sintomas: Síndrome de Burnout.** Disponível em: <<https://drauziovarella.com.br/doencas-e-sintomas/sindrome-de-burnout/>>. Acesso em 18 ago. 2017.

FERREIRA, Márcio Carvalho C. **Uma Reflexão Acerca da Docência no Ensino Superior.** WEBARTIGOS, 2010. Disponível em: <<http://www.webartigos.com/artigos/uma-reflexao-acerca-da-docencia-no-ensino-superior/33586/>>. Acesso em 09 abr. 2017.

FERREIRA, Thais. **É preciso falar sobre saúde mental dentro das empresas.** Diário do Comércio. São Paulo, 2016. Disponível em: <[http://www.dcomercio.com.br/categoria/vida\\_e\\_estilo/e\\_preciso\\_falar\\_sobre\\_saude\\_mental\\_dentro\\_das\\_empresas](http://www.dcomercio.com.br/categoria/vida_e_estilo/e_preciso_falar_sobre_saude_mental_dentro_das_empresas)>. Acesso em 28 fev. 2017.

FIGUEIREDO, Ana Cristina; SILVA FILHO João Ferreira. **Ética e Saúde Mental.** 2.ed. Rio de Janeiro: Topbooks, 2001.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social.** 6.ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GLINA, Miriam Raab; ROCHA Lys Esther. **Saúde Mental No Trabalho: Desafios e Soluções.** São Paulo: VK, 2000.

GOVERNO DO ESTADO DO PARANÁ - SECRETARIA DA SAÚDE. Disponível em: <<http://www.saude.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteudo=2862>> Acesso em 23 abr. 2017

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E PESQUISA (IBGE). Disponível em: <<https://www.ibge.gov.br/estatisticas-novoportal/sociais/trabalho/9171-pesquisa-nacional-por-amostra-de-domicilios-continua-mensal.html?&t=resultados>> Acesso em 21 out. 2017.

IUDÍCIBUS, Sérgio. de; **Teoria da contabilidade.** São Paulo: Atlas. 2000.

JORNAL O POVO ONLINE. **Taxa de desemprego no País fica em 12,6% no trimestre encerrado em agosto.** Disponível em: <<https://www.opovo.com.br/noticias/economia/2017/09/taxa-de-desemprego-no-pais-fica-em-12-6-no-trimestre-encerrado-em-ago.html>> Acesso em 21 out. 2017.

JUSBRAZIL. Disponível em: <<https://cfc.jusbrasil.com.br/noticias/100318311/contadores-estao-entre-os-profissionais-com-mais-risco-de-estresse-e-depressao>>. Acesso em 25 fev. 2017.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos de metodologia científica**. 5.ed. São Paulo: Atlas, 2003.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **Pesquisa Social** – teoria, método e criatividade. 28.ed. Petrópolis: Vozes, 2009.

NEGRI, Katia. **O que é saúde emocional?** Associação pela Saúde Emocional das Crianças (ASEC), 2016. Disponível em: <<http://www.asecbrasil.org.br/blog/o-que-e-saude-emocional/>>. Acesso em 13 mar. 2017.

RMC, Revista Mineira de Contabilidade, v. 16, jan./abril 2015. Disponível em: <<http://revista.crcmg.org.br/index.php?journal=rmc&page=article&op=view&path%5B%5D=61>>. Acesso em 04 mar. 2017.

SCHMITZ, Giliane Aparecida. Síndrome de Burnout: uma proposta de análise sob enfoque analítico-comportamental. 2015. 59 f. Dissertação (Mestrado em Análise do Comportamento) - Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2015. Disponível em: <<http://www.uel.br/pos/pgac/wp-content/uploads/2015/10/S%C3%ADndrome-do-burnout-uma-proposta-de-an%C3%A1lise-sob-enfoque-anal%C3%ADtico-comportamental.pdf>>. Acesso em 19 nov. 2017.

TUNDIS, Silvério Almeida; COSTA, Nilson do Rosário. **Cidadania e Loucura**. 6.ed. Petrópolis: Vozes, 2000.