ÁREA TEMÁTICA: SAÚDE

NÍVEL DE ESTRESSE DOS FUNCIONÁRIOS DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DE PONTA GROSSA

SANSANA, L. R.
SALOMÃO, A. G.
DIAS, D.
OLIVEIRA, H. F. R.

RESUMO: A qualidade de vida no trabalho está diretamente ligada ao bem-estar do mesmo neste ambiente. O medo da demissão, a pressão de chefes e supervisores, pode levar os funcionários a quadros de exaustão física e mental, caracterizando assim, o estresse. Diante deste cenário, esta pesquisa tem por objetivo identificar o grau de estresse dos funcionários da Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG), participantes do Projeto Qualidade de Vida. Sendo assim, a problemática encontrada é: Qual o nível de estresse dos funcionários da UEPG – Universidade Estadual de Ponta Grossa? Desta forma, tem-se como hipótese que por meio da ginástica laboral, aplicada aos funcionários, será possível reduzir este índice, visto que a atividade desenvolvida funcionará como uma "válvula de escape" aos participantes. Para tanto, metodologicamente utilizou-se de pesquisa bibliográfica e de campo, com a elaboração de um questionário – realizado pelos próprios acadêmicos, com trinta e cinco perguntas fechadas, aplicado a quarenta funcionários da UEPG. De posse desses dados, conclui-se que oitenta e oito por cento (88%) dos funcionários encontram-se estressados.

PALAVRAS CHAVE: qualidade de vida, ginástica laboral, trabalho.

[1] Lucas Rafael Sansana, apresentador - lucasansana@hotmail.com
[2] Amine Glaci Salomão, apresentadora – aglceregato@brturbo.com.br
[3] Daniele Dias, autora – dani--dias@hotmail.com
[4] Heleise Faria dos Reis de Oliveira, orientadora – heleise@gmail.com