QUALIDADE DE VIDA E ESTRESSE: REVISTAS VOCÊ S/A, VOCÊ R.H. E PEQUENAS EMPRESAS E GRANDES NEGÓCIOS*

MAURÍCIO BENÍCIO VALADÃO**, SEBASTIÃO BENÍCIO
DA COSTA NETO***

Resumo: o artigo analisa as revistas quando tematizam qualidade de vida no trabalho-QVT, estresse/saúde. Objetivou-se comparar a quantidade de artigos e como os temas são enfatizados. Utilizou-se a análise de conteúdo de Bardin (2011). Resultou-se em 144 matérias encontradas; 61,11% se relacionam à QVT. Há relação entre home-office, QVT e estresse; categoria crescimento profissional foi a que mais se destacou nas matérias.

Palavras-chave: *QVT. Estresse. Revistas.*

Este presente estudo consiste em análise qualitativa de três revistas de editoras do estado de São Paulo, publicadas no primeiro semestre do ano de 2015, que abordaram a respeito de estresse/saúde e qualidade de vida no trabalho. Considerando a importância dos temas, torna-se fundamental a realização de pesquisas que busquem ainda mais subsidiar as discussões.

Para efeito de seleção do material apresentado nas revistas, foi considerado qualquer unidade de texto ou matéria que fizesse alusão aos temas supracitados. Esta análise é de muita importância, pois os meios de comunicação, neste caso as revistas, desempenham um papel na construção das opiniões (EBERLE; JOHN, 2009), corroborando ainda estes autores, Scalzo (2003, p. 14) é mais incisivo quando se fala em estudos das revistas, “[...] as revistas vieram para ajudar na complementação da educação, no aprofundamento de assuntos, na segmentação, no serviço utilitário que podem oferecer a seus leitores”.

O estudo qualitativo foi configurado como base a análise de conteúdo de Bardin (2011) e observou-se a quantidade de textos e publicidades apresentados nas revistas, levando-se em consideração o estresse e a qualidade de vida no trabalho.

* Recebido em: 03.05.2016. Aprovado em: 05.06.2016.

** Professor da Escola de Gestão da Faculdade Cambury. Especialista, Mestrando em Psicologia pela PUC Goiás. E-mail: mvaladao@gmail.com.

*** Doutor em Psicologia. Professor da PUC Goiás. E-mail: sebastiaobenicio@gmail.com.

A pesquisa pautou-se em analisar as revistas *Você S/A* e *Você RH*, da Editora Abril S.A. e, *Pequenas Empresas e Grandes Negócios - PEGN*, da Editora Globo S.A. Estas publicações se destinam ao público empresarial e apresentam em seu conteúdo várias matérias e anúncios de publicidade sobre qualidade de vida no trabalho, negócios, empreendedorismo, finanças, saúde no trabalho, carreira, gestão de pessoas, ou seja, várias situações do mundo organizacional.

O ESTRESSE

O termo *stress* foi criado por Selye, que teve influência de dois fisiologistas. A primeira influência foi de Bernard em 1879, que sugeriu que o organismo deveria permanecer constante, independentemente das mudanças do meio externo. A segunda foi Cannon em 1939, que sugeriu o nome de homeostase ao processo fisiológico que o organismo utiliza para se ter um equilíbrio interno, então, o termo stress define-se sobre as tensões ou pressões que a doença exerce sobre o organismo (LIPP, 2003).

Durante a época da utilização do termo *stress* por Selye, as pesquisas sobre o estresse, propriamente ditas, eram restritas em laboratório, mas, na segunda guerra mundial que houve uma mudança de situação, quando observou-se nos soldados desequilíbrios, denominados de “neurose de guerra”, que foram relacionados às reações emocionais ou mentais de soldados que abandonaram o campo de batalha ou ficaram incapazes para o combate. Nos dias atuais, as pesquisas sobre o estresse estão em várias áreas, embasando teorias fisiológicas, psicológicas e biológicas (LIPP, 1996). De maneira ampla, o estresse pode ser colocado como reação interna do organismo para lidar com determinadas situações que possam preparar o indivíduo para agir, enfrentar ou fugir delas (MILSTED; AMORIM; SANTOS, 2009).

Lipp (1996) entende como estresse uma situação em que o organismo do indivíduo reage física e psicologicamente ocorrida por situações que possam irritar, excitar, amedrontar, confundir e até deixar o indivíduo em uma situação extremamente feliz.

Já para os estudiosos Lazarus e Folkman (1984), o estresse, em uma perspectiva psicológica, é o termo usado para um conjunto orquestrado de defesas corpóreas contra várias formas de estímulos nocivos, isto é, qualquer evento que demande do ambiente interno ou externo, que taxee ou exceda as fontes de adaptação de um indivíduo ou sistema social. O estresse intenso e até mesmo prolongado pode ter um impacto negativo no indivíduo, tanto físico como mentalmente (COOPER; COOPER; EAKER, 1988).

QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO

O estresse no trabalho varia de acordo com a situação, ou seja, é importante situar o contexto do trabalho no qual o indivíduo está inserido. É sabido que as organizações buscam melhorar o desempenho e a produtividade dos trabalhadores, esta busca é que pode ou não submeter o indivíduo a um novo contrato psicológico e o submetendo a um novo processo organizacional (MAFFIA; PEREIRA, 2014). O indivíduo no trabalho, as pressões derivadas da natureza do trabalho, o contexto social e as relações do emprego no emprego se relacionam a uma situação estressante (COOPER; MARSHALL, 1976).

Segundo Sobrinho (2012), o número de pesquisas com relação ao bem-estar do colaborador vem aumentando gradativamente. Focadas nas perspectivas hedônicas e eudaimônicas, é interessante observar que estas perspectivas estão diretamente ligadas ao prazer e a

autorrealização que, dentro de uma organização, dependem na sua grande parte, de um gestor e conseqüentemente, de seu estilo de liderança.

Com o passar do tempo, a compreensão de que os colaboradores também são parte dos ativos de uma empresa aumentou significativamente. Em algumas organizações já são computados como investimento e fazem parte de seus centros de custo contábil. Segundo Oliveira e Limongi-França (2005), as pessoas compõem os ativos intangíveis da organização e consistem em seus principais diferenciais competitivos.

Os gestores e líderes assumem papéis importantes na organização, principalmente em relação ao comportamento e bem-estar dos colaboradores. Algumas empresas já concretizam essa intensa busca pelo bem-estar, ou seja, funcionários desmotivados ou estressados são prejuízos para a organização.

Com a crescente preocupação com a saúde dos colaboradores dentro das empresas, inclui-se então programas de Qualidade de Vida no Trabalho – QVT, responsáveis por gerar benefícios em sua totalidade, desde a redução dos níveis de estresse até o aumento da produtividade (ANGELUCCI; COPACHESKI; CIESLACK, 2005 *apud* ALVES, 2011).

O desgaste físico e mental do colaborador gera uma diminuição da capacidade de trabalho e conseqüentemente da produtividade, fazendo com que a empresa crie ações preventivas, ou seja, o trabalhador ganhando, a empresa também ganha (ALVES, 2011). A QVT faz parte da humanização do indivíduo dentro do trabalho, faz com que a empresa se responsabilize socialmente pelo indivíduo, devendo então se organizar para que forme pessoas e uma equipe melhor (WALTON, 1974). Segundo Walton (1974) a QVT depende de haver um equilíbrio entre o trabalho e outros ambientes da vida do indivíduo e, a empresa realmente fazer um papel social neste meio.

De forma generalizada, a investigação da QVT pode preocupar-se principalmente com a satisfação do colaborador em relação a inúmeros fatores, como: salário; segurança; saúde no trabalho; condições físicas de trabalho que reduzam ao mínimo o risco de doenças ocupacionais e acidentes de trabalho; desenvolvimento das capacidades e múltiplas habilidades; autonomia; informação; crescimento profissional; integração social, e espaço de vida no trabalho e fora dele (TIMOSSI *et al.*, 2010, p. 472).

Se a organização aumentar pelo menos a sensação de bem-estar perante aos colaboradores, estará diminuindo as faltas no trabalho, aumentará a produtividade do indivíduo e até incrementando o comprometimento (LIMONGI-FRANÇA; SHIRRMEISTER, 2012).

METODOLOGIA

O levantamento das matérias e publicidades das revistas foi realizado pelo pesquisador. Para o presente artigo, foram selecionadas as revistas publicadas no período de janeiro a julho de 2015. Posteriormente, foi realizada uma triagem, selecionando as matérias referentes aos temas “qualidade de vida”, “saúde” e “estresse” nos seguintes meios de comunicação: revista *Você S.A.*, revista *Você R.H.* e revista *Pequenas Empresas e Grandes Negócios*. A escolha destas revistas por parte do pesquisador se deu por dois motivos: o primeiro foi a relevância do público alvo de cada magazine, ou seja, público pertencente ao mundo organizacional; já o segundo motivo é que as revistas em questão fazem parte do *rol* de assinaturas de exemplares, facilitando o acesso por parte do autor.

Preliminarmente foi realizada uma classificação preliminar dos temas das matérias e publicidades das revistas, após, submetidas a análise de conteúdo. A análise de conteúdo é uma técnica para tratar dados de pesquisa voltada para uma descrição mais objetiva. Iniciou-se com uma “leitura flutuante” dos artigos, ou seja, o primeiro contato com o que está escrito para se ter uma ideia do mesmo (BARDIN, 2011). Ao longo da leitura do material das revistas, foram selecionados aqueles que mencionavam ou tratavam dos temas em questão, após, analisados individualmente e separados em categoria. A análise individual por categoria contemplou os seguintes tópicos: (a) qualidade de vida no trabalho; (b) crescimento profissional; (c) ergonomia no trabalho; (d) ambiente físico; (e) saúde física e psicológica; (f) estresse; (g) desempenho pessoal e (h) incentivos salariais (GUIMARÃES, 1998 *apud* MÔNACO; GUIMARÃES, 2000).

Com o objetivo de minimizar qualquer efeito subjetivo das avaliações, estabeleceu-se um fluxograma para evitar duplicação do artigo em categoria, ou seja, o mesmo artigo foi analisado duas vezes para se evitar de encaixar o mesmo em várias categorias diferentes. Quando esta divergência era encontrada, o artigo da revista era repassado a um “juiz” com formação em publicidade, para que auxiliasse e debatesse para qual categoria poderia ser mais bem encaixado.

RESULTADOS

Foram encontradas 19 revistas, destas, 144 matérias extraídas que estavam de acordo com as categorias estabelecidas nesta pesquisa, ou seja, que envolviam o tema qualidade de vida – QVT, estresse e saúde, todos veiculados no primeiro semestre do ano de 2015. Os artigos sobre QVT representam 61,11% do total de matérias e publicidades analisados. Já estresse e saúde representam 39,89% encontrados nos exemplares. Com relação à publicidade, ou seja, anúncios encontrados nas revistas, 15,97% abordam o estresse/saúde do trabalhador nas organizações e, apenas, 4,86% versam sobre QVT.

ANÁLISE E DISCUSSÃO

A revista *Você S/A*, publicada pela Editora Abril S.A., é a revista dedicada para os colaboradores que querem viver e trabalhar de uma forma melhor, visando interesses profissionais e pessoais do executivo em evolução. O público alvo da revista é composto de empreendedores e empresários. A revista tem periodicidade mensal, neste caso, com tiragem aproximada de 170 mil exemplares (ABRIL, 2016).

Foram analisadas 07 revistas, do primeiro semestre de 2015, iniciando em janeiro e terminando em julho. O período compreendido do estudo se deu por fácil acesso aos exemplares. No *corpus* analisado, a revista *Você S/A* traz diversas seções relacionadas à saúde, estresse e qualidade de vida. A tabela abaixo mostra a quantidade de matérias e publicidades ao longo dos 07 exemplares pesquisados, que abordavam estresse, saúde e/ou qualidade de vida. Foram encontradas 11 fotos em publicidade que tratam de qualidade de vida e 02 fotos em publicidades que tratavam de estresse e saúde, ao mesmo tempo, conforme tabela abaixo.

Tabela 01: Quantidade de matérias e publicidades encontradas na Revista Você S.A.

Assunto	Matérias/Artigos	Publicidades
Estresse/Saúde	15	11
Qualidade de Vida	47	02
Total	62	13

A tabela acima demonstra a quantidade de matérias e publicidades encontradas relativas aos temas gerais, ou seja, estresse/saúde e qualidade de vida. Destaca-se que das 15 matérias encontradas na categoria estresse e saúde, apenas 02 matérias faziam alusão ao estresse, ou seja, não citava especificadamente o termo “estresse”, mas delimitava em matéria, aquilo que realmente significava estresse.

A maioria das matérias sobre o crescimento profissional faz referência à valorização que a empresa deve dar ao colaborador, como exemplo: “Por dentro” (VOCÊ S.A, 2015), que engloba a empresa como um todo, mas enfatiza a importância do crescimento profissional, que pode ser atrelado à satisfação do trabalho e consequentemente à qualidade de vida (SAM-PAIO, 2012), “Muitos reclamam que o plano de carreira não é claro e que as promoções demoram”, enfatizando um crescimento demorado, “a queixa, inclusive, faz com que alguns deixem a companhia” (VOCÊ S.A., 2015a, p. 21).

Tabela 2: Crescimento profissional e qualidade de vida (Revista Você S.A)

QVT no Trabalho	N	%
Crescimento Profissional*	235	46

Legenda: *Algumas matérias mencionaram crescimento profissional mais de uma vez.

O crescimento profissional foi apresentado nestas matérias como um fator que está praticamente atrelado ao crescimento profissional, principalmente no fator de retenção de talentos dentro de uma organização.

Os autores das matérias em grande parte dos artigos estabelecem uma relação entre o ambiente físico e a saúde física e psicológica do colaborador. Em um dos artigos é citada a falta de concentração como uma problemática dentro das organizações: “Os motivos para a falta de foco são as interrupções frequentes dos colegas, as mudanças na prioridade das tarefas e o barulho no escritório. A falta de concentração leva à baixa produtividade” (VOCÊ S.A., 2015b, p. 11), um ambiente de trabalho organizado, limpo, com segurança e sem fatores de distração, faz parte de uma qualidade de vida no trabalho, que parte da qualidade de vida de cada indivíduo (COBÊRO; MOREIRA; FERNANDES, 2012). A mesma reportagem faz ainda uma menção ao estresse, quanto mais estresse, mais o foco será no que incomoda e não no trabalho em si.

Preocupados em informar ainda o leitor, a revista traz também matérias mencionando diretamente o termo qualidade de vida, neste caso, demonstrou uma pesquisa realizada no Brasil e ainda em 12 países, que já está na hora do *home office* e, ainda, 54% dos entrevistados produzem mais fora do escritório (VOCÊ S.A., 2015c). Esta reportagem une o fato da tecnologia dos dias atuais a um modo de trabalho que as pessoas estão fazendo ultimamente e, que as grandes empresas estão visualizando como uma nova etapa, neste caso, mostra-se que existe uma preocupação em conhecer fontes que remetem à qualidade de vida no traba-

lho, pois se sabe que profissionais motivados e competentes tendem a procurar empresas que proporcione o menor número de situações estressantes (PIZZOLI, 2004; STACCIARINI; TRÓCCOLI, 2001).

Tabela 3: Ambiente físico e qualidade de vida no trabalho, tendo como base também à saúde física e psicológica

QVT no Trabalho	n	%
Ambiente Físico*	58	12
Saúde Física e Psicológica*	46	9,2
Estresse*	36	7,2
Desempenho pessoal	28	5,6
Incentivos Pessoais	5	1,0

Legenda: *Algumas matérias mencionaram crescimento profissional mais de uma vez.

Em grande parte das matérias descritas, na tabela 3, observou-se a presença de várias situações que envolvem ambiente físico e saúde do colaborador, simultaneamente. A relação negativa destes dois como ambiente físico e saúde conseqüentemente irá acarretar em estresse. A relação estresse é citada como um problema decorrente de vários fatores, mas ela não é abordada de maneira enfática, algumas manchetes sendo: “Colorir para relaxar” (VOCÊ S.A., 2015b); “7 verdades para fazer seu cérebro trabalhar melhor para você” (VOCÊ S.A., 2015b); “Atitude Positiva” (VOCÊ S.A., 2015d) repassam melhor este entendimento.

O desempenho pessoal e incentivos pessoais foram menos citados, se encontravam englobados em situações como ambiente físico ou crescimento profissional. “Trabalhar em uma empresa que é líder global traz grande oportunidade de crescimento profissional, que depende exclusivamente do desempenho pessoal de cada indivíduo” (VOCÊ S.A., 2015e).

A *Você R/H* também é publicada pela Editora Abril S.A., o público alvo são gestores de empresa e profissionais de recursos humanos. A publicação apresenta pesquisas, tendências e novidades do setor, fortalecendo as empresas, ou seja, fomentando a área de gestão de recursos humanos de uma organização. A revista possui publicação bimensal (VOCÊ R.H., 2016).

Foram analisadas 04 revistas, do primeiro semestre de 2015, iniciando em janeiro e terminando em julho. Houve a necessidade de incluir o mês de dezembro de 2014 na análise, pois o exemplar é publicado conjuntamente com o mês de janeiro de 2015, por ser bimensal. No corpus analisado, a revista *Você R.H.* traz diversas matérias e publicidades relacionadas à saúde, estresse e qualidade de vida. O gráfico abaixo demonstra a quantidade de matérias e publicidades ao longo dos 04 exemplares pesquisados, que abordavam estresse, saúde e/ou qualidade de vida.

Tabela 4: Quantidade de matérias e publicidades encontradas na Revista *Você R.H.*

Assunto	Matérias/Artigos	Publicidades
Estresse/Saúde	16	12
Qualidade de Vida	26	03
Total	42	15

Diferentemente da revista *Você S/A*, a revista *Você R.H.* aborda os temas relacionados ao estresse/saúde e qualidade de vida de modo indireto, ou seja, aborda esses assun-

tos dentro de determinados temas, tais como: lucro, desenvolvimento de pessoas, liderança, formação de pessoas, mercado, conhecimento e até compartilhamento. Neste caso, alguns tópicos abordam o impacto destes assuntos dentro dos temas selecionados.

A reportagem “Massagem Especial” aborda a compra de uma cadeira especial para uma empresa, com o objetivo de relaxar os colaboradores. Dentro deste tópico, diretamente, não se aborda saúde, qualidade de vida ou estresse, mas aborda de forma indireta o benefício do relaxamento. “[...] empresa global de biotecnologia, comprou uma cadeira desenvolvida pelos cientistas da agência espacial (Nasa) para que seus 70 funcionários do escritório em São Paulo possam relaxar” (SENDIN, 2015a, p.7).

Grande parte das matérias selecionadas atrela à qualidade de vida do trabalhado a um departamento de recursos humanos que funcione de forma estratégica, consequentemente retém o talento da empresa e faz com que o negócio possa ter menos prejuízo com o desenvolvimento de pessoas. “A diferença entre o RH que gera lucro e o RH comum é que o primeiro sabe exatamente o que engaja os empregados, e assim, consegue criar uma forte proposta de valor” (SENDIN, 2015a, p. 22). Fazer com que o colaborador fique engajado dentro da organização faz parte da qualidade de vida no trabalho, este engajamento beneficia o trabalhador na medida em que aumenta seu sentido de valor, consequentemente ele se torna mais confiante e seguro dentro da empresa (RUEDA; SERENINI; MEIRELES, 2014). Os estilos de matérias da revista Você R.H. sempre abordam a qualidade de vida no trabalho, de forma direta ou indireta, apontadas 29 vezes nas matérias e publicidades, sendo citada 85 vezes, até mais de uma vez dentro de uma reportagem.

Uma linguagem única que as duas revistas apresentaram, Você S.A e Você R.H., foi no quesito estresse e trabalho em estilo *home-office*. A revista Você S.A. alega aumento de produtividade dos profissionais que trabalham em casa e a Revista Você R.H. enfatiza a produção do colaborador e saúde. “Os profissionais que trabalham de casa são mais produtivos – mesmo quando estão doentes. 53% dizem estar menos estressados” (SENDIN, 2015b, p.7).

Com relação ao ambiente físico, uma das matérias faz a relação qualidade de vida do trabalho e ambiente físico, no que tange aos espaços abertos e compartilhados. “A falta de privacidade não é único fator de descontentamento dos profissionais que trabalham em ambientes abertos. Normalmente, ela vem acompanhada de outra sensação ruim: a de estar sendo vigiado o tempo todo” (VOCE R.H, 2015b, p. 24).

A REVISTA PEQUENAS EMPRESAS E GRANDES NEGÓCIOS

Publicada pela Editora Globo S.A., a revista Pequenas Empresas e Grandes Negócios é voltada para o público empresarial com ênfase nas áreas de *marketing*, finanças, tecnologia e gestão. A periodicidade da revista é mensal (GLOBO, 2016).

Foi realizada uma análise em 07 revistas, também do primeiro semestre de 2015, iniciando em janeiro e terminando em julho. São retratados vários assuntos em termos de tecnologia, gestão, *internet*, *marketing*, empreendedorismo, lucro e segredos de sucesso de empreendedores. Foram encontradas poucas matérias e publicidades com relação à QVT e estresse/saúde (tabela 5).

O conteúdo das matérias e publicidades relacionadas ao estresse/saúde foi um pouco diferenciado dos demais. Uma das matérias faz alusão ao “sono perdido” e a possível diminuição do estresse no dia a dia do indivíduo em geral, ou seja, procura iniciativas para que

a noite de sono seja mais produtiva. “O dispositivo usa um microfone de alta sensibilidade e cinco sensores (de proximidade, temperatura, umidade, luminosidade e até de partículas) para fazer um diagnóstico preciso do ambiente de descanso e mostrar ao usuário o que ele necessita para dormir melhor” (PEGN, 2015a, p. 22).

Tabela 5: Quantidade de matérias e publicidades encontradas na Revista Pequenas Empresas e Grandes Negócios (PEGN)

Assunto	Matérias/Artigos	Publicidades
Estresse/Saúde	2	0
Qualidade de Vida	8	2
Total	10	2

Outra manchete sobre o estresse “Saúde é o que interessa” (PEGN, 2015b), mas foca a abertura de academias para o público acima de 50 anos, mas enfatizou o empreendedor do negócio, que viu neste público e negócio uma possibilidade de ganhos maiores. Neste caso, mesmo a reportagem estando inserida no tema saúde, não está vinculada especificadamente à saúde do trabalhador e estresse.

Poucos artigos apresentaram menções diretas em relação aos cuidados do colaborador. As intervenções mais mencionadas foram relativas à QVT (5,3%), em especial o ambiente físico e o trabalho fora do escritório. Neste caso, matérias parecidas com as das outras duas revistas. Algumas das manchetes que exemplificaram este dado foram: “Faço reuniões sentado embaixo do coqueiro”, “Ficar no escritório não faz sentido”, “Espaço para sonhar” (PEGN, 2016a) e “Sorriso Luxuoso” (PEGN, 2016c).

A gestação da mulher foi apresentada por uma revista, durante a descrição de vários direitos e deveres, relacionados à legislação trabalhista específica, observou-se a importância que a empresa deve ter com as funcionárias grávidas, principalmente com relação à saúde. “A mulher grávida precisa zelar pela sua própria saúde e pelo bem-estar do bebê. Da mesma maneira, o empregador da profissional nessa situação deve proteger a sua funcionária” (PEGN, 2016c, p.100). Já outra reportagem foi enfática em dizer que é preocupada com a saúde das funcionárias e com sua qualidade de vida na gestação: “Entendemos que a gravidez faz parte dos planos de muitas mulheres e não queremos que elas evitem isso ou deixem de se cuidar” (PEGN, 2016d, p. 74).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo da QVT e estresse/saúde tem se mostrado importante, principalmente dentro da mídia impressa analisada, pois é vista como umas das ferramentas para aumentar produtividade dentro da empresa e reter talentos.

No geral, observar-se que os conteúdos das revistas que se referem à Qualidade de Vida no Trabalho são os principais agentes encontrados, já estresse e saúde em menor quantidade, mesmo assim, não interferem na qualidade do produto lido, abordando a importância do assunto em pauta. Verifica-se aqui que existe então uma preocupação por parte dos editoriais e conseqüentemente dos leitores, já que os assuntos demonstraram uma realidade do mercado, apresentando por diversas vezes nomes de empresas e estudos de caso.

Com isto, conclui-se que os exemplares analisados cumprem o papel de informar, aliando interpretação e a profundidade de certas matérias, muitas citando relatos científicos.

A revista *Você S.A.*, que dentre as três analisadas, possui o maior número de informações relativos aos temas expostos, já exemplificado pelas quantidades de citações encontradas, neste caso específico, faz uma abordagem mais detalhada exaltando à QVT e a relação produtividade, eficiência e organização, consequentemente buscando a melhora de vida do colaborador.

Esta pesquisa serve de base para o desenvolvimento de outros trabalhos, pois são os inúmeros dados que podem ser trabalhados de forma específica. Mesmo abordando públicos diferentes, nota-se que todos os exemplares não deixam de abordar os temas propostos, mesmo sendo em menor quantidade como na revista PEGN. Dessa forma, os sentidos trabalhados pelas revistas podem revelar mudanças nos sujeitos com relação a preocupação com a saúde do trabalhador de forma geral.

QUALITY OF LIFE AND STRESS IN MAGAZINES VOCÊ S/A, VOCÊ R.H. AND PEQUENAS EMPRESAS E GRANDES NEGÓCIOS: A QUALITATIVE STUDY

Abstract: the article analyzes the magazines when these deal quality of working life - QVT, stress /health. The objective is to compare the amount and how the themes are emphasized. We used the Bardin content analysis (2011). Resulted in materials found 144; 61.11 % relate to QVT. There is a relationship between home-office, QVT and stress; professional growth category was the one that stood out in the field.

Keywords: QVT. Stress. Magazines.

Referências

ALVES, E. Programas e ações em qualidade de vida no trabalho: possibilidades e limites das organizações. *Revista FATIC/FACIC*, v. 02, n. 01, p. 14-25, jun./2011.

BARDIN, L. *Análise de Conteúdo*. Lisboa: Edições 70, 2011.

COBÊRO, C.; FERNANDES, L.; MOREIRA, W. Impacto da Síndrome de *Burnout* na Qualidade de Vida no Trabalho dos Colaboradores de um Centro Público de Saúde. In: *IX Simpósio de Excelência em Gestão e Tecnologia*, 2012, Rio de Janeiro. Disponível em: <<http://www.aedb.br/seget/arquivos/artigos12/21816105.pdf>>. Acesso em: 05 fev. 2016.

COOPER, C.; MARSHALL, J. Occupational sources of stress: a review of the literature relating to coronary heart disease and mental ill health. *J. occup. Psychol.*, v. 49, p. 11-28, 1976.

COOPER, C.; COOPER, R.; EAKER, L. *Living with stress*. London: Penguin Books, 1988.

EBERLE, T.; JOHN, V. Veja só o Brasil – a construção social da realidade em duas mil capas da Revista *Veja*. In: *XXXII Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação*. Anais Eletrônico. Curitiba. 2009. Disponível em: <<http://www.intercom.org.br/papers/nacionais/2009/resumos/r4-3182-1.pdf>>. Acesso em: 02 dez. 2015.

LAZARUS, R.; FOLKMAN, S. *Stress, appraisal & coping*. Nova York: Springer; 1984.

LIPP, M. *Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco*. Campinas, SP: Papirus, 1996.

- _____. *Manual do inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp*. 3º ed. Rio de Janeiro: Casa do psicólogo, 2000.
- _____. O modelo quadrifásico do stress. In: _____. (Org.). *Mecanismos neuropsicofisiológicos do stress: teoria e aplicações clínicas*. São Paulo: Casa dos psicólogos, 2003, p. 17-21.
- MAFFIA, L.; PEREIRA, L. Estresse no Trabalho: estudo com gestores públicos do estado de Minas Gerais. *Revista REAd*, Porto Alegre, ed. 79, n. 03, p. 658-680, dez./2014.
- MILSTED, J.; AMORIM, C.; SANTOS, M. Nível de Estresse em Alunos de Psicologia do Período Noturno. *IX Congresso Nacional de Educação – EDUCERE*. Anais. Porto Alegre, 2009.
- MÔNACO, F.; GUIMARÃES, V. Gestão da qualidade total e qualidade de vida no trabalho: o caso da Gerência de Administração dos Correios. *Rev. Adm. Contemp.*, v. 4, n. 3, p. 67-88, dez./2000.
- OLIVEIRA, P.; LIMONGI-FRANÇA, A. Avaliação da gestão de programas de qualidade de vida no trabalho. *RAE – Revista de Administração Eletrônica*, v. 4, n. 1, art. 9, jan./jul. 2005.
- PEGN. Disponível em: <<http://www.assineglobo.com.br/produtos/pegn/PE/>>. Acesso em: 12 fev. 2016.
- PEGN, Revista. *Em busca do sono perdido*. São Paulo, n. 315, Editora Globo, abr./2015a.
- PEGN, Revista. São Paulo, n. 318, Editora Globo, jul./2015b.
- PEGN, Revista. São Paulo, n. 319, Editora Globo, ago./2015c.
- PEGN, Revista. São Paulo, n. 317, Editora Globo, jun./2015d.
- PIZZOLI, L. Enfermeiras e qualidade de vida no trabalho. *Nursing* (São Paulo), v. 7, p 42-48, maio/2004.
- RUEDA, F. J.; SERENINI, A. L.; MEIRELES, E. Relação entre qualidade de vida no trabalho e confiança do empregado na organização. *Rev. Psicol., Organ. Trab.*, Florianópolis, v. 14, n. 3, p. 303-314, set. 2014. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572014000300006&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 17 fev. 2016.
- SAMPAIO, J. Qualidade de vida no trabalho: perspectivas e desafios atuais. *Rev. Psicol., Organ. Trab.*, Florianópolis, v. 12, n. 1, p. 121-136, abr./2012.
- SCALZO, M. *Jornalismo de Revista*. São Paulo: Editora Contexto, 2003.
- SENDIN, T. Massagem Espacial. Boletim. *Revista Você RH*, São Paulo, Ed.36, Editora Abril. Fev/Mar. 2015a.
- _____. Na saúde e na doença. Boletim. *Revista Você RH*, São Paulo, Ed.37, Editora Abril. abr./maio. 2015b.
- SHIRRMEISTER, R.; LIMONGI-FRANÇA, A. C. A qualidade de vida no trabalho: relações com o comprometimento organizacional nas equipes multicontratuais. *Rev. Psicol., Organ. Trab.*, v. 12, n. 3, p. 283-298, dez./2012. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpot/v12n3/v12n3a04.pdf>>. Acesso em: 02 fev. 2016.
- SOBRINHO, F.; PORTO, J. Bem-estar no Trabalho: um estudo sobre suas relações com clima social, coping e variáveis demográficas. *RAC - Revista de Administração Contemporânea*

- nea*, Rio de Janeiro, v. 16, n. 2, art. 5, p. 253-270, mar./abr. 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rac/v16n2/v16n2a06.pdf>>. Acesso em: 10 out. 2015.
- STACCIARINI, J.; TRÓCCOLI, B. Estresse na atividade ocupacional do enfermeiro. *Rev Latino Am. Enferm*, v. 9, p. 17-25, mar./2001. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rlae/v9n2/11510.pdf>>. Acesso em: 09 fev. 2016.
- TIMOSSI, L. et al. Análise da qualidade de vida no trabalho de colaboradores com diferentes níveis de instrução através de uma análise de correlações. *Produção*, v. 20, n. 3, p. 471-480, set./2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/v20n3/AOP_200901009.pdf>. Acesso em: 02 fev. 2016.
- VOCÊ RH. Revista Você RH. Assine Abril. Portal Abril. Disponível em: <<http://www.assine.abril.com.br/portal/assinar/revista-voce-rh>>. Acesso em: 10 fev. 2016.
- VOCÊ S/A. Revista. Você S/A. Assine Abril. Portal Abril. Disponível em: <<http://www.assine.abril.com.br/portal/assinar/revista-voce-sa>>. Acesso em: 10 fev. 2016
- VOCÊ S/A. Revista. Por dentro. São Paulo. Editora Abril. jun./ 2015a.
- VOCÊ S/A, Revista. Qualidade de Vida. São Paulo. Editora Abril. mar./2015c.
- VOCÊ S/A. Revista. Recepção. São Paulo. Editora Abril. abr./2015b.
- WALTON, R. Improving the quality of work life. *Harvard Business Review*, p. 12-16, jun./1974.