

Objetivo da análise

O objetivo desta análise é buscar informações relevantes dos artigos que serão analisados, a fim de que estas informações coletadas possam contribuir para o desenvolvimento do projeto que será produzido. O problema a ser resolvido, é como passar os problemas de stress do cotidiano das pessoas para uma aplicação de dispositivo móvel, e de quais formas essa aplicação poderá ser útil para suprir estas necessidades.

Trabalhos correlatos

O primeiro trabalho analisado visou identificar os fatores de stress nos profissionais de T.I no Brasil e avaliar a influência de estratégias que combatem isso no meio de trabalho. Os autores levantaram hipóteses sobre os principais fatores de estresse que ocorrem e quais os métodos para evitar este problema. A sua metodologia deu-se em aplicar um questionário para os profissionais de T.I, no qual incluiu profissionais com faixa etária dos 24 aos 57 anos de idade. Os principais resultados que foram coletados com esta pesquisa foi:

- O principal fator de estresse foi a sobrecarga de trabalho;
- A melhor estratégia contra o estresse foi a resolução de problemas.

E suas conclusões finais foram que, de acordo com os resultados, o fator dominante de estresse deu-se pela sobrecarga de trabalho, tempo insuficiente para a realização do trabalho e pela falta de comunicação para os desenvolvedores das diversas áreas da tecnologia.

O segundo trabalho analisado visou investigar o estresse ocupacional e a qualidade de vida dos magistrados da Justiça do Trabalho no Brasil, explorando também as diferenças entre homens e mulheres. Os autores queriam avaliar a incidência de stress, as principais fontes de estresse, as estratégias de enfrentamento e os impactos na qualidade de vida dos juízes. A sua metodologia foi incluir 75 juízes da Justiça do Trabalho, utilizando de questionários tais como o Inventário de Sintomas de Stress (ISS) e o Inventário de Qualidade de Vida (IQV). E a coleta de dados foi quantitativa, com análise estatística, incluindo o teste t-test para verificar as diferenças entre sexos e correlações entre stress e qualidade de vida. Como principais resultados, 71% dos magistrados apresentavam sintomas de stress, com maior incidência entre as mulheres (82% das juízas contra 56% dos juízes). As principais fontes de stress foram a sobrecarga de processos, falta de reconhecimento e sacrifício de vida familiar e social. A mais comum estratégia para se lidar com este stress foi conversar com seus cônjuges, sendo 69% eficaz.

O estudo concluiu que a profissão de magistrado da Justiça do Trabalho é altamente estressante, e que suas limitações foram se restringir aos magistrados da Justiça do Trabalho e não explora outros ramos da magistratura ou profissões jurídicas. Isso representa uma oportunidade para ampliar o escopo da pesquisa, examinando stress em outras áreas do judiciário.

O terceiro trabalho analisado visou investigar os sintomas físicos e psicológicos do stress em professores e busca compreender as causas desse stress no ambiente educacional. A hipótese é que o ambiente de trabalho, combinado com as exigências profissionais, afeta a saúde física e mental dos docentes, especialmente devido à

sobrecarga de trabalho e condições inadequadas. A metodologia utilizada foi de modo qualitativo, envolvendo dados que foram retirados de artigos e revistas utilizando de plataformas como o Scielo. Os principais resultados que foram adquiridos com o estudo foram que, um dos fatores principais para o stress foi a sobrecarga de trabalho aos professores, sendo as mulheres apresentando níveis mais altos de stress.