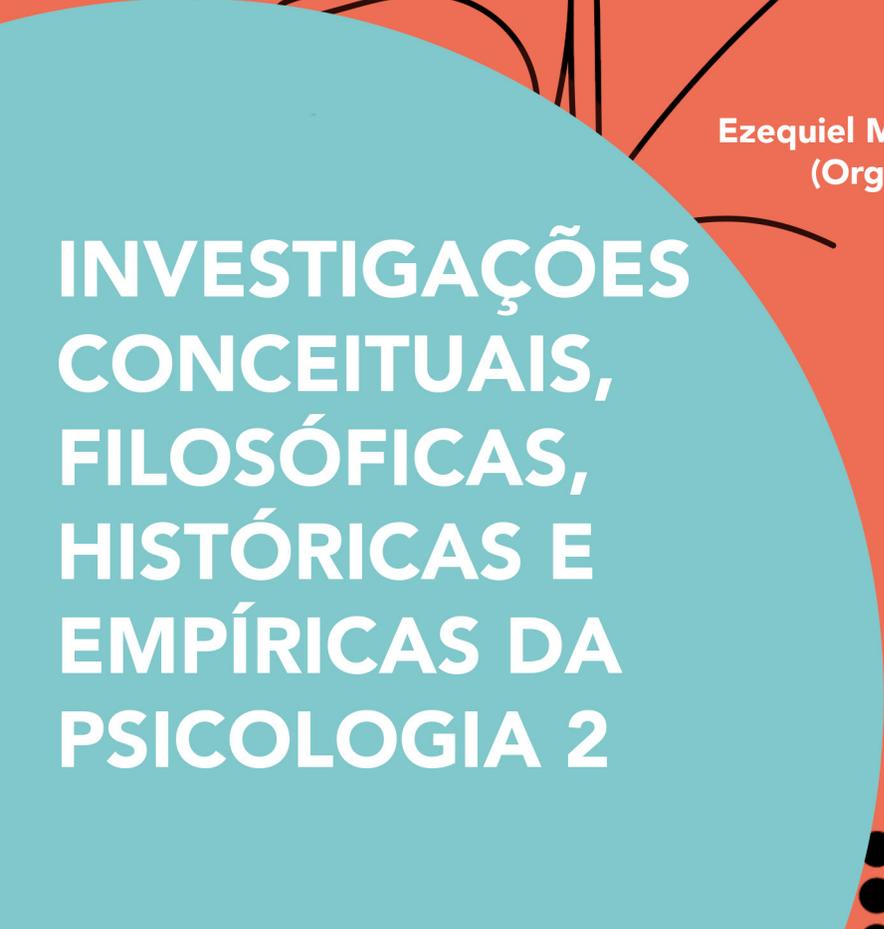




Atena  
Editora  
Ano 2020

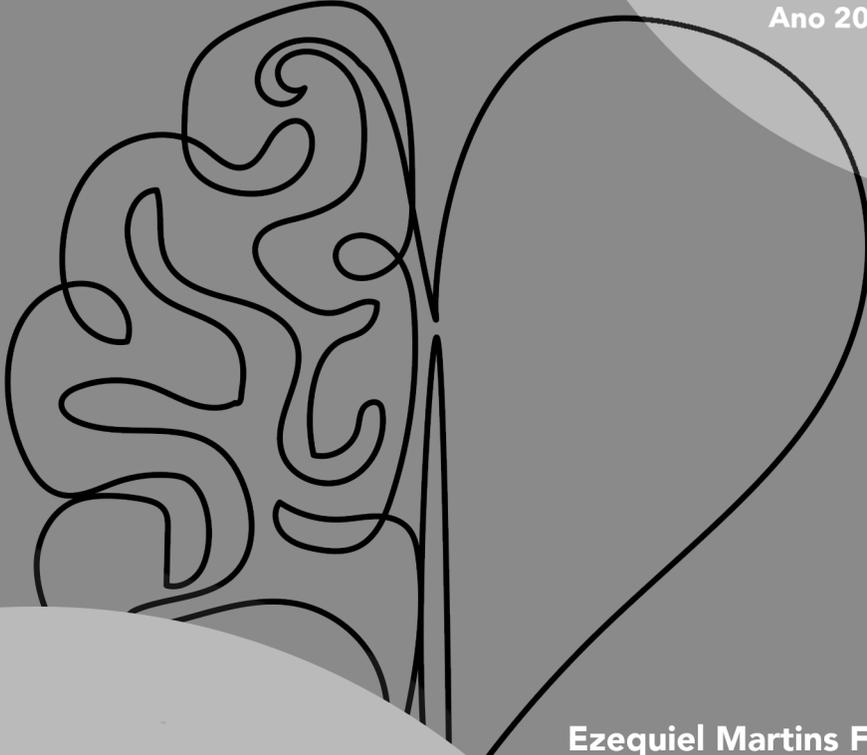
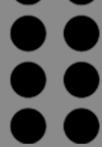


Ezequiel Martins Ferreira  
(Organizador)



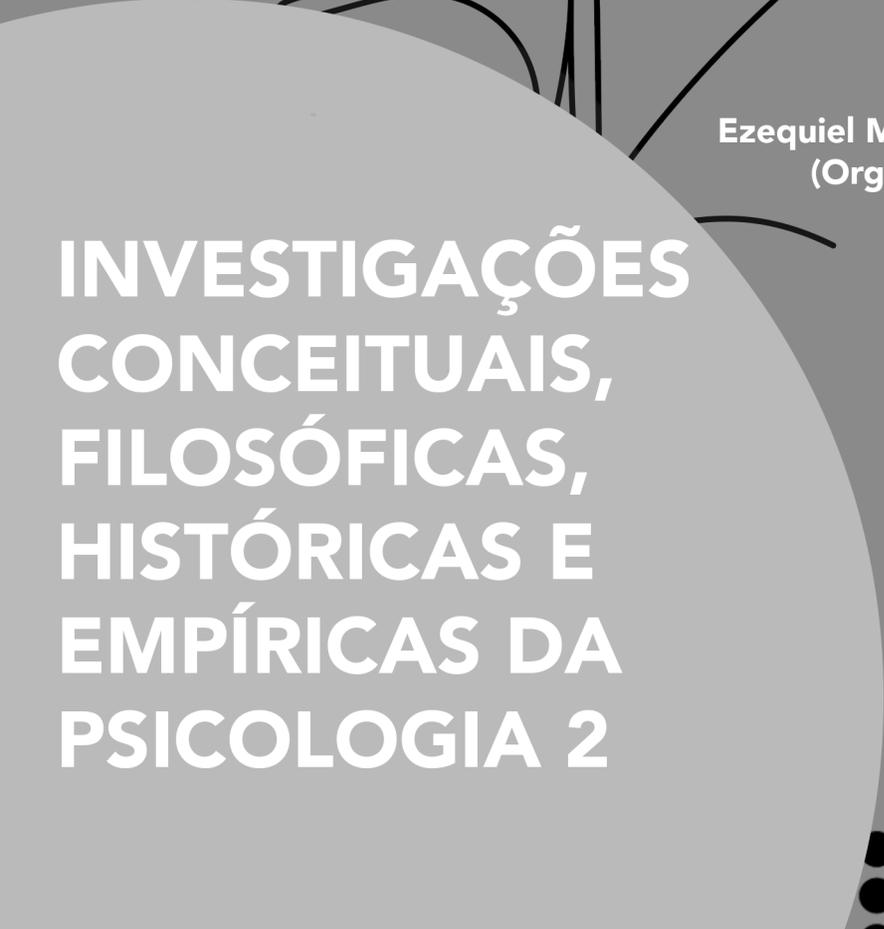
**INVESTIGAÇÕES  
CONCEITUAIS,  
FILOSÓFICAS,  
HISTÓRICAS E  
EMPÍRICAS DA  
PSICOLOGIA 2**





Atena  
Editora  
Ano 2020

Ezequiel Martins Ferreira  
(Organizador)



**INVESTIGAÇÕES  
CONCEITUAIS,  
FILOSÓFICAS,  
HISTÓRICAS E  
EMPÍRICAS DA  
PSICOLOGIA 2**



**Editora Chefe**

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

**Assistentes Editoriais**

Natalia Oliveira

Bruno Oliveira

Flávia Roberta Barão

**Bibliotecária**

Janaina Ramos

**Projeto Gráfico e Diagramação**

Natália Sandrini de Azevedo

Camila Alves de Cremonesi

Luiza Alves Batista

Maria Alice Pinheiro

**Imagens da Capa**

Shutterstock

**Edição de Arte**

Luiza Alves Batista

**Revisão**

Os Autores

2020 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do Texto © 2020 Os autores

Copyright da Edição © 2020 Atena Editora

Direitos para esta edição cedidos à Atena Editora pelos autores.



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição-Não-Comercial-NãoDerivativos 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial da Atena Editora. Permitido o *download* da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação.

A Atena Editora é comprometida em garantir a integridade editorial em todas as etapas do processo de publicação. Situações suspeitas de má conduta científica serão investigadas sob o mais alto padrão de rigor acadêmico e ético.

**Conselho Editorial**

**Ciências Humanas e Sociais Aplicadas**

Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná

Prof. Dr. Américo Junior Nunes da Silva – Universidade do Estado da Bahia

Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior – Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais

Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília

Prof. Dr. Carlos Antonio de Souza Moraes – Universidade Federal Fluminense  
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa  
Prof. Dr. Daniel Richard Sant’Ana – Universidade de Brasília  
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia  
Profª Drª Dilma Antunes Silva – Universidade Federal de São Paulo  
Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá  
Prof. Dr. Elson Ferreira Costa – Universidade do Estado do Pará  
Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima  
Prof. Dr. Gustavo Henrique Cepolini Ferreira – Universidade Estadual de Montes Claros  
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice  
Prof. Dr. Jadson Correia de Oliveira – Universidade Católica do Salvador  
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense  
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins  
Prof. Dr. Luis Ricardo Fernandes da Costa – Universidade Estadual de Montes Claros  
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Pontifícia Universidade Católica de Campinas  
Profª Drª Maria Luzia da Silva Santana – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul  
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Drª Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador  
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará  
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande  
Prof. Dr. William Cleber Domingues Silva – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

#### **Ciências Agrárias e Multidisciplinar**

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano  
Profª Drª Carla Cristina Bauermann Brasil – Universidade Federal de Santa Maria  
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás  
Prof. Dr. Cleberton Correia Santos – Universidade Federal da Grande Dourados  
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná  
Profª Drª Diocléa Almeida Seabra Silva – Universidade Federal Rural da Amazônia  
Prof. Dr. Écio Souza Diniz – Universidade Federal de Viçosa  
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul  
Prof. Dr. Fágner Cavalcante Patrocínio dos Santos – Universidade Federal do Ceará  
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Prof. Dr. Jael Soares Batista – Universidade Federal Rural do Semi-Árido  
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Profª Drª Lina Raquel Santos Araújo – Universidade Estadual do Ceará  
Prof. Dr. Pedro Manuel Villa – Universidade Federal de Viçosa  
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão  
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará  
Profª Drª Talita de Santos Matos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Prof. Dr. Tiago da Silva Teófilo – Universidade Federal Rural do Semi-Árido  
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

## **Ciências Biológicas e da Saúde**

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília  
Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas  
Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás  
Profª Drª Débora Luana Ribeiro Pessoa – Universidade Federal do Maranhão  
Prof. Dr. Douglas Siqueira de Almeida Chaves -Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri  
Profª Drª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília  
Profª Drª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina  
Profª Drª Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira  
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Profª Drª Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras  
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria  
Prof. Dr. Helio Franklin Rodrigues de Almeida – Universidade Federal de Rondônia  
Profª Drª Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco  
Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande  
Prof. Dr. Jefferson Thiago Souza – Universidade Estadual do Ceará  
Prof. Dr. Jesus Rodrigues Lemos – Universidade Federal do Piauí  
Prof. Dr. Jônatas de França Barros – Universidade Federal do Rio Grande do Norte  
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará  
Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas  
Profª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande  
Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Profª Drª Maria Tatiane Gonçalves Sá – Universidade do Estado do Pará  
Profª Drª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma  
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federaci do Rio Grande do Norte  
Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá  
Prof. Dr. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados  
Profª Drª Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino  
Profª Drª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora  
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

## **Ciências Exatas e da Terra e Engenharias**

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto  
Prof. Dr. Carlos Eduardo Sanches de Andrade – Universidade Federal de Goiás  
Profª Drª Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná  
Prof. Dr. Douglas Gonçalves da Silva – Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia  
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná  
Profª Drª Érica de Melo Azevedo – Instituto Federal do Rio de Janeiro  
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará  
Profª Dra. Jéssica Verger Nardeli – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho  
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande  
Profª Drª Luciana do Nascimento Mendes – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte

Prof. Dr. Marcelo Marques – Universidade Estadual de Maringá  
Profª Drª Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba  
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Profª Drª Priscila Tessmer Scaglioni – Universidade Federal de Pelotas  
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

### **Linguística, Letras e Artes**

Profª Drª Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins  
Profª Drª Angeli Rose do Nascimento – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro  
Profª Drª Carolina Fernandes da Silva Mandaji – Universidade Tecnológica Federal do Paraná  
Profª Drª Denise Rocha – Universidade Federal do Ceará  
Prof. Dr. Fabiano Tadeu Grazioli – Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões  
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná  
Profª Drª Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná  
Profª Drª Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará  
Profª Drª Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste  
Profª Drª Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia

### **Conselho Técnico Científico**

Prof. Me. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo  
Prof. Me. Adalberto Zorzo – Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza  
Prof. Me. Adalto Moreira Braz – Universidade Federal de Goiás  
Prof. Dr. Adaylson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba  
Prof. Dr. Adilson Tadeu Basquerote Silva – Universidade para o Desenvolvimento do Alto Vale do Itajaí  
Prof. Me. Alexsandro Teixeira Ribeiro – Centro Universitário Internacional  
Prof. Me. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão  
Profª Ma. Andréa Cristina Marques de Araújo – Universidade Fernando Pessoa  
Profª Drª Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico  
Profª Drª Andrezza Miguel da Silva – Faculdade da Amazônia  
Profª Ma. Anelisa Mota Gregoleti – Universidade Estadual de Maringá  
Profª Ma. Anne Karynne da Silva Barbosa – Universidade Federal do Maranhão  
Prof. Dr. Antonio Hot Pereira de Faria – Polícia Militar de Minas Gerais  
Prof. Me. Armando Dias Duarte – Universidade Federal de Pernambuco  
Profª Ma. Bianca Camargo Martins – UniCesumar  
Profª Ma. Carolina Shimomura Nanya – Universidade Federal de São Carlos  
Prof. Me. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Prof. Ma. Cláudia de Araújo Marques – Faculdade de Música do Espírito Santo  
Profª Drª Cláudia Taís Siqueira Cagliari – Centro Universitário Dinâmica das Cataratas  
Prof. Me. Clécio Danilo Dias da Silva – Universidade Federal do Rio Grande do Norte  
Prof. Me. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará  
Profª Ma. Daniela da Silva Rodrigues – Universidade de Brasília  
Profª Ma. Daniela Remião de Macedo – Universidade de Lisboa  
Profª Ma. Dayane de Melo Barros – Universidade Federal de Pernambuco

Prof. Me. Douglas Santos Mezacas – Universidade Estadual de Goiás  
Prof. Me. Edevaldo de Castro Monteiro – Embrapa Agrobiologia  
Prof. Me. Eduardo Gomes de Oliveira – Faculdades Unificadas Doctum de Cataguases  
Prof. Me. Eduardo Henrique Ferreira – Faculdade Pitágoras de Londrina  
Prof. Dr. Edwaldo Costa – Marinha do Brasil  
Prof. Me. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita  
Prof. Me. Ernane Rosa Martins – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás  
Prof. Me. Euvaldo de Sousa Costa Junior – Prefeitura Municipal de São João do Piauí  
Profª Ma. Fabiana Coelho Couto Rocha Corrêa – Centro Universitário Estácio Juiz de Fora  
Prof. Me. Felipe da Costa Negrão – Universidade Federal do Amazonas  
Profª Drª Germana Ponce de Leon Ramírez – Centro Universitário Adventista de São Paulo  
Prof. Me. Gevair Campos – Instituto Mineiro de Agropecuária  
Prof. Me. Givanildo de Oliveira Santos – Secretaria da Educação de Goiás  
Prof. Dr. Guilherme Renato Gomes – Universidade Norte do Paraná  
Prof. Me. Gustavo Krahl – Universidade do Oeste de Santa Catarina  
Prof. Me. Helton Rangel Coutinho Junior – Tribunal de Justiça do Estado do Rio de Janeiro  
Profª Ma. Isabelle Cerqueira Sousa – Universidade de Fortaleza  
Profª Ma. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia  
Prof. Me. Javier Antonio Albornoz – University of Miami and Miami Dade College  
Prof. Me. Jhonatan da Silva Lima – Universidade Federal do Pará  
Prof. Dr. José Carlos da Silva Mendes – Instituto de Psicologia Cognitiva, Desenvolvimento Humano e Social  
Prof. Me. Jose Elyton Batista dos Santos – Universidade Federal de Sergipe  
Prof. Me. José Luiz Leonardo de Araujo Pimenta – Instituto Nacional de Investigación Agropecuaria Uruguay  
Prof. Me. José Messias Ribeiro Júnior – Instituto Federal de Educação Tecnológica de Pernambuco  
Profª Drª Juliana Santana de Curcio – Universidade Federal de Goiás  
Profª Ma. Juliana Thaisa Rodrigues Pacheco – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Drª Kamilly Souza do Vale – Núcleo de Pesquisas Fenomenológicas/UFPA  
Prof. Dr. Kárpio Márcio de Siqueira – Universidade do Estado da Bahia  
Profª Drª Karina de Araújo Dias – Prefeitura Municipal de Florianópolis  
Prof. Dr. Lázaro Castro Silva Nascimento – Laboratório de Fenomenologia & Subjetividade/UFPR  
Prof. Me. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Ma. Lilian Coelho de Freitas – Instituto Federal do Pará  
Profª Ma. Liliani Aparecida Sereno Fontes de Medeiros – Consórcio CEDERJ  
Profª Drª Lúvia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás  
Prof. Dr. Lucio Marques Vieira Souza – Secretaria de Estado da Educação, do Esporte e da Cultura de Sergipe  
Prof. Me. Luis Henrique Almeida Castro – Universidade Federal da Grande Dourados  
Prof. Dr. Luan Vinicius Bernardelli – Universidade Estadual do Paraná  
Prof. Dr. Michel da Costa – Universidade Metropolitana de Santos  
Prof. Dr. Marcelo Máximo Purificação – Fundação Integrada Municipal de Ensino Superior

Prof. Me. Marcos Aurelio Alves e Silva – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo

Profª Ma. Maria Elanny Damasceno Silva – Universidade Federal do Ceará

Profª Ma. Marileila Marques Toledo – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri

Prof. Me. Ricardo Sérgio da Silva – Universidade Federal de Pernambuco

Profª Ma. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal

Prof. Me. Robson Lucas Soares da Silva – Universidade Federal da Paraíba

Prof. Me. Sebastião André Barbosa Junior – Universidade Federal Rural de Pernambuco

Profª Ma. Silene Ribeiro Miranda Barbosa – Consultoria Brasileira de Ensino, Pesquisa e Extensão

Profª Ma. Solange Aparecida de Souza Monteiro – Instituto Federal de São Paulo

Prof. Me. Tallys Newton Fernandes de Matos – Faculdade Regional Jaguaribana

Profª Ma. Thatianny Jasmine Castro Martins de Carvalho – Universidade Federal do Piauí

Prof. Me. Tiago Silvio Dedoné – Colégio ECEL Positivo

Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

**Editora Chefe:** Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira  
**Bibliotecária:** Janaina Ramos  
**Diagramação:** Maria Alice Pinheiro  
**Correção:** Kimberlly Elisandra Gonçalves Carneiro  
**Edição de Arte:** Luiza Alves Batista  
**Revisão:** Os Autores  
**Organizador:** Ezequiel Martins Ferreira

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**

162 Investigações conceituais, filosóficas, históricas e empíricas da psicologia 2 / Organizador Ezequiel Martins Ferreira. – Ponta Grossa - PR: Atena, 2020.

Formato: PDF  
Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader  
Modo de acesso: World Wide Web  
Inclui bibliografia  
ISBN 978-65-5706-622-5  
DOI 10.22533/at.ed.225202311

1. Psicologia. 2. Filosofia. 3. História. I. Ferreira, Ezequiel Martins (Organizador). II. Título.

CDD 150.1

**Elaborado por Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166**

**Atena Editora**

Ponta Grossa – Paraná – Brasil

Telefone: +55 (42) 3323-5493

[www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)

[contato@atenaeditora.com.br](mailto:contato@atenaeditora.com.br)

## DECLARAÇÃO DOS AUTORES

Os autores desta obra: 1. Atestam não possuir qualquer interesse comercial que constitua um conflito de interesses em relação ao artigo científico publicado; 2. Declaram que participaram ativamente da construção dos respectivos manuscritos, preferencialmente na: a) Concepção do estudo, e/ou aquisição de dados, e/ou análise e interpretação de dados; b) Elaboração do artigo ou revisão com vistas a tornar o material intelectualmente relevante; c) Aprovação final do manuscrito para submissão.; 3. Certificam que os artigos científicos publicados estão completamente isentos de dados e/ou resultados fraudulentos.

## APRESENTAÇÃO

A psique sempre esteve envolvida em articulações de vários campos de saber. De um lado, tivemos a Filosofia e a Teologia rondando, esclarecendo e mascarando os mistérios da interioridade humana. De outro, tivemos a medicina avaliando e medicalizando sofrimentos que não eram visíveis.

Mas tudo mudou com a virada para o século XX. Da Psicologia Experimental de Wundt à Psicanálise de Freud, o novo século abraçou a emergência de novos olhares para a interioridade humana.

Pensando nessa multiplicidade de olhares, a coleção “Investigações Conceituais, Filosóficas, Históricas e Empíricas da Psicologia” tem por objetivo reunir parte dessa diversidade e apresentar aos leitores a possibilidade de articulação que o saber psicológico estabelece nos dias atuais.

Contamos nesse 2º Volume com 15 capítulos. Abrimos a presente edição discutindo as relações de Gênero. Temos no Capítulo de 1 a 3 a representação da Saúde pública no atendimento à mulheres lésbicas, bissexuais, transexuais e travestis; aspectos patológicos em mães e companheiras de homem mantidos e cárcere; e mulheres que desempenham duplas funções na sociedade.

Os Capítulos de 4 a 7 investem em pesquisa sobre a educação. Desde o atendimento socioeducativo, o processo inclusivo de alunos com Transtorno do Espectro Autista, uma revisão dos principais transtornos psiquiátricos que marcam presença em estudantes universitários, até a abordagem do contexto escolar a partir de uma visão Bioecológica.

Nos Capítulos de 8 a 10 o enfoque recai sobre o mundo organizacional abordando o compromisso com a satisfação dos educandos, os riscos psicossociais e sua influência na cultura organizacional e da autopercepção de lideranças em sua relação com a qualidade de vida.

É com o Direito que os Capítulos de 11 a 13 vão articular a psicopatologia, a violência contra a mulher e a alienação parental. E finalizamos esta edição com dois capítulos destinados ao tratamento da Síndrome de Burnout, por meio da flexibilidade psicológica e da alegria como ferramenta de enfrentamento.

Espero que apreciem a leitura e que esta lhes abra o horizonte para novas articulações.

Ezequiel Martins Ferreira

## SUMÁRIO

### **CAPÍTULO 1..... 1**

“CADA DIA UM DESAFIO”: PERSPECTIVAS SOBRE ACESSO E QUALIDADE DA ATENÇÃO À SAÚDE DE MULHERES LÉSBICAS, BISSEXUAIS, TRANSEXUAIS E TRAVÉSTIS

Andréia Santos Carvalho  
Ana Maria de Brito  
Tereza Maciel Lyra  
Celestino José Mendes Galvão Neto  
Flávia Bonsucesso Teixeira

**DOI 10.22533/at.ed.2252023111**

### **CAPÍTULO 2..... 17**

MULHERES DO CÁRCERE: ASPECTOS DEPRESSIVOS E ANSIÓGENOS EM MÃES E COMPANHEIRAS DE HOMENS PRIVADOS DE LIBERDADE

Caroline Mayara Gabriel Coelho Ortiz  
Camila Santos de Assis  
Franciele Aparecida Silva  
Beatriz Santana dos Santos  
Cinthia Lira Vieira  
Marta Ferreira Bastos

**DOI 10.22533/at.ed.2252023112**

### **CAPÍTULO 3..... 27**

MULHERES QUE DESEMPENHAM O DUPLO PAPEL E HABILIDADES DE VIDA

Cristina Villaseñor Rodríguez  
Laura Hernández Barrera  
Belem Medina Pacheco

**DOI 10.22533/at.ed.2252023113**

### **CAPÍTULO 4..... 40**

SITUAÇÃO DE INTERNOS EM UNIDADES DA FUNDAÇÃO RENASCER E ANÁLISE DE PROJETOS SOCIOEDUCATIVOS E DE REINTEGRAÇÃO SÓCIOFAMILAR

Renata Maria Santos Oliveira  
Madelene Rodrigues Limeira  
Marlizete Maldonado Vargas

**DOI 10.22533/at.ed.2252023114**

### **CAPÍTULO 5..... 54**

APROXIMAÇÕES DO ENSINO MATEMÁTICO COM A INCLUSÃO ESCOLAR DE CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA: REVISÃO LITERÁRIA

Vinícius Barbosa de Freitas Silva

**DOI 10.22533/at.ed.2252023115**

**CAPÍTULO 6..... 61**

**TRANSTORNOS PSIQUIÁTRICOS COMUNS EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS:  
UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Nataly Camila Gomes de Arrais Figueredo  
Bentinelis Braga da Conceição  
Luana de Oliveira  
Camylla Layanny Soares Lima  
Annielson de Souza Costa  
Angela Raquel Cruz Rocha  
Daniel Berguem Altino da Silva  
Marhesca Carolyne de Miranda Barros Gomes  
Barbara Maria Rodrigues dos Santos  
Rhanyele de Moura Cardoso  
Layane Mayhara Gomes Silva  
Adriano Nogueira da Cruz  
Ricardo Clayton Silva Jansen  
Edilane Henrique Leôncio  
Adriana Carvalho Araújo  
Ronaldo Alves Pinheiro

**DOI 10.22533/at.ed.2252023116**

**CAPÍTULO 7..... 72**

**O CONTEXTO ESCOLAR À LUZ DA TEORIA BIOECOLÓGICA DO DESENVOLVIMENTO  
HUMANO**

Rosana Assis dos Santos

**DOI 10.22533/at.ed.2252023117**

**CAPÍTULO 8..... 79**

**COMPROMISO ORGANIZACIONAL Y SATISFACCIÓN ESTUDIANTIL EN UNA ESCUELA  
DE ARTE DEL PERÚ**

Tania Maria Anaya Figueroa

**DOI 10.22533/at.ed.2252023118**

**CAPÍTULO 9..... 93**

**OS RISCOS PSICOSSOCIAIS DO TRABALHO E SEUS POSSÍVEIS IMPACTOS NA  
SUSTENTABILIDADE ORGANIZACIONAL**

Regina Márcia Brolesi de Souza

Rodrigo Meister de Almeida

**DOI 10.22533/at.ed.2252023119**

**CAPÍTULO 10..... 104**

**LÍDERES EM EMPRESAS BRASILEIRAS E AUTOPERCEPÇÃO SOBRE SUA QUALIDADE  
DE VIDA NO TRABALHO**

Cláudia Lopes da Silva

Andrea Fujie

Angélica Gutierrez Ursuga

Fernando José Lopes

Julia Maria Nunes Arantes

Larissa Silva  
Silas Melo de Chiara  
Vanessa Neglisoli  
Ana Cristina Limongi- França  
**DOI 10.22533/at.ed.22520231110**

**CAPÍTULO 11..... 122**

**PSICOPATIA SOB O ENFOQUE PENAL: DA INIMPUTABILIDADE AO CÁRCERE**

Tatiane Cristina Camargo Ferreira

**DOI 10.22533/at.ed.22520231111**

**CAPÍTULO 12..... 134**

**INTERFACE ENTRE A PSICOLOGIA E O DIREITO EM CASOS DE VIOLÊNCIA CONTRA MULHERES NO NUDEM**

Ângela Fernanda Santiago Pinheiro

Eurico Soares Reis

Líbera Naysse de Barros Ferreira

Rubia Caroline Neves

Valquíria Oliveira Santana

Vanessa Júnia Silva Barbosa

**DOI 10.22533/at.ed.22520231112**

**CAPÍTULO 13..... 142**

**A FAMÍLIA EM CRISE: A FORMAÇÃO DA ALIENAÇÃO PARENTAL**

Ivana Suely Paiva Bezerra de Mello

Mônica Félix de Brito

Leda Maria Maia Rodrigues Carvalho

Silvana Barbosa Mendes Lacerda

Daniela Heitzmann Amaral Valentim de Sousa

**DOI 10.22533/at.ed.22520231113**

**CAPÍTULO 14..... 150**

**PSYCHOLOGICAL FLEXIBILITY, EMOTIONAL SYMPTOMATOLOGY AND BURNOUT SYNDROME IN NURSES**

Maria Blanca Cuenca

Maria Belen Garcia Martin

Maria Jose Calero Garcia

**DOI 10.22533/at.ed.22520231114**

**CAPÍTULO 15..... 164**

**ALEGRIA COMO RECURSO DE ENFRENTAMENTO (EUCOPING): REFLEXÕES À PARTIR DA PSICONEUROENDOCRINOLOGIA**

Larissa Silva

Cláudia Lopes da Silva

Esdras Guerreiro Vasconcellos

Fátima Ferreira Bortoletti

Ana Cristina Limongi-França

Sigmar Malvezzi

**DOI 10.22533/at.ed.22520231115**

<b>SOBRE O ORGANIZADOR.....</b>	<b>177</b>
<b>ÍNDICE REMISSIVO.....</b>	<b>178</b>

# CAPÍTULO 15

## ALEGRIA COMO RECURSO DE ENFRENTAMENTO (EUCOPING): REFLEXÕES À PARTIR DA PSICONEUROENDOCRINOLOGIA

Data de aceite: 01/10/2020

Data de submissão: 29/09/2020

**Sigmar Malvezzi**

Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo (USP)

São Paulo – SP

<http://lattes.cnpq.br/9251332435399660>

**Larissa Silva**

Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo (USP)

Núcleo Gestão de Qualidade de Vida no Trabalho (FEA/USP)  
São Paulo- SP

<http://lattes.cnpq.br/9624754529568448>

**Cláudia Lopes da Silva**

Núcleo Gestão de Qualidade de Vida no Trabalho (FEA/USP)  
São Paulo- SP

<http://lattes.cnpq.br/3021435668589491>

**Esdras Guerreiro Vasconcellos**

Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo (USP)

São Paulo - SP

<http://lattes.cnpq.br/5193928720629315>

**Fátima Ferreira Bortoletti**

Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP)

São Paulo- SP

<http://lattes.cnpq.br/9847807706966502>

**Ana Cristina Limongi-França**

Universidade de São Paulo – FEA  
Núcleo Gestão de Qualidade de Vida no Trabalho (FEA/USP)

São Paulo – SP

<http://lattes.cnpq.br/1863386276344238>

**RESUMO:** Nossa rotina diária é permeada por fatores *stressores* que demandam constante ativação de recursos de enfrentamento em circunstâncias adversas. A escolha de recursos efetivos desencadeia o processo de *eucoping*, caso contrário teremos o *distress* e possibilidades de adoecimento. *Eucoping* é fundamental na prevenção do *distress*. A Síndrome de Burnout se instala à partir do *distress* laboral crônico e falha dos recursos de *eucoping*. O processo de *distress* é permeado por sofrimento e consequente liberação hormonal comprometendo a saúde física e mental. O objetivo desse trabalho é uma reflexão crítica acerca dos efeitos da Alegria como recurso de enfrentamento (*Eucoping*) frente ao *stress* laboral visando resgate e promoção da saúde mental do trabalhador. Realizamos um estudo analítico conceitual do Protocolo Assistencial de Burnout, como embasamento para reflexão entre os recursos técnicos utilizados e a promoção do bem-estar. Nossa reflexão transitou pelos conceitos de *Stress*, *Síndrome de Burnout*, Alegria, *Eucoping* sob a ótica da Psiconeuroendocrinologia. Os instrumentos técnicos preconizados pelo Protocolo Assistencial de *Burnout* desenvolvem recursos efetivos de *Eucoping* frente às situações de *Distress*, promovendo sentimentos de Alegria, desencadeando liberação de hormônios

relacionados ao bem estar e qualidade de vida, fortalecendo o sistema imunológico. Construímos reflexões e hipóteses relacionados ao *Stress*, *Eucoping*, *Burnout* e Alegria. Nossa reflexão concluiu que pode haver compatibilidade do Protocolo Assistencial de *Burnout* e a promoção do bem-estar e Alegria.

**PALAVRAS - CHAVE:** *Burnout*; *Stress*; Alegria; Qualidade de vida; Bem-estar.

## JOY AS COPING RESOURCE (EUCOPING): REFLECTIONS FROM PSYCHONEUROENDOCRINOLOGY

**ABSTRACT:** Our daily routine is permeated by stressors that demand constant activation of coping resources in adverse circumstances. The choice of effective resources triggers the eucoping process, otherwise we will have distress and possibilities of illness. Eucoping is fundamental in preventing distress. Burnout Syndrome occurs from chronic labor distress and failure of eucoping resources. The distress process is permeated by suffering and consequent hormonal release, compromising physical and mental health. The objective of this work is a critical reflection on the effects of Joy as a coping resource (Eucoping) in the face of work stress aiming at rescue and promotion of workers' mental health. We carried out a conceptual analytical study of the Burnout Assistance Protocol, as a basis for reflection between the technical resources used and the promotion of well-being. Our reflection went through the concepts of Stress, Burnout Syndrome, Joy and Eucoping from the perspective of Psychoneuroendocrinology. The technical instruments recommended by the Burnout Assistance Protocol develop effective Eucoping resources in the face of distress situations, promoting feelings of joy, triggering the release of hormones related to well-being and quality of life, strengthening the immune system. We build reflections and hypotheses related to Stress, Eucoping, Burnout and Joy. Our reflection concluded that should be compatibility between the Burnout Assistance Protocol and the promotion of well-being and joy.

**KEYWORDS:** Burnout; Stress; Joy; Quality of life; Well being.

## 1 | INTRODUÇÃO

O stress faz parte da vida de todos os seres vivos cotidianamente, porém, a forma como nós percebemos e reagimos às situações adversas irá propiciar circunstâncias favoráveis ao bem-estar ou desencadear doenças físicas e mentais relativas ao sofrimento e mal-estar. No ambiente de trabalho não é diferente, diante das dificuldades laborais encontramos profissionais que superam o impacto do *stress* enquanto outros adoecem, podendo chegar ao limite e desenvolver, por exemplo, a Síndrome de *Burnout*.

Buscar maneiras efetivas de enfrentamento às adversidades laborais são recursos preventivos ao adoecimento. Estudos recentes têm explorado as emoções relacionadas aos sintomas e diagnósticos do esgotamento físico e mental, Síndrome de *Burnout*. A literatura científica tem importantes lacunas em estudos que abordam a Alegria, uma emoção positiva, vinculada a prevenção de burnout e a promoção de bem-estar dos profissionais no ambiente de trabalho. Razão pela qual se justifica a escolha desse tema

para reflexão.

Nesse trabalho utilizaremos o Protocolo Assistencial de *Burnout* (BORTOLETTI, 2017), que é um instrumento que prioriza a abordagem psicoterápica no desenvolvimento de *Eu coping* diante das adversidades da vida, oferecendo recursos que desencadeiam a liberação de hormônios que promovem o prazer e a Alegria. À partir das práticas psicoterápicas propostas pelo Protocolo, é possível associar a o bem-estar com as emoções positivas, seria a alegria uma delas?

Nos propusemos a refletir sobre Alegria como recurso de enfrentamento (*Eu coping*) para situações de stress e também propor técnicas que auxiliem o desenvolvimento de uma vida mais alegre no ambiente de trabalho.

## 2 | OBJETIVO

O objetivo desse trabalho é uma reflexão crítica acerca dos efeitos da Alegria como recurso de enfrentamento (*Eu coping*) frente ao *stress* laboral visando resgate, promoção e prevenção da saúde mental do trabalhador.

## 3 | MÉTODOS E PROCEDIMENTOS

A metodologia é baseada no estudo analítico conceitual do Protocolo Assistencial de *Burnout* (BORTOLETTI, 2017), como embasamento para reflexão entre os recursos técnicos utilizados e a promoção do bem-estar.

O protocolo assistencial de *Burnout* foi elaborado à partir de uma pesquisa realizada para investigar os fatores desencadeadores de *Burnout* em médicos em uma universidade pública do Estado de São Paulo – Brasil. BORTOLETTI, 2012a, 2017).

Conforme a figura 1, os recursos preconizados pelo Protocolo envolvem intervenções personalizadas nas diversas áreas, envolvendo ações psicológicas, neurológicas e endocrinológicas, conforme se apresenta no modelo abaixo:

## PROTOCOLO ASSISTENCIAL DE BURNOUT



Figura 1- Protocolo Assistencial de Burnout.

Fonte: Bortoletti (2017)

Como é possível observar, na Figura 1. o Protocolo preconiza o recurso psicoterápico objetivando desenvolvimento de atitudes de *Eucoping* frente aos estímulos distressores; associado a recursos de meditação, relaxamento, atividades físicas e artísticas, desenvolvimento de um hobby, investimento pessoal intelectual, administração da carga horária e atividade sexual satisfatória.

## 4 | FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

### 4.1 O Stress e a Psiconeuroendocrinologia

LIPP (2004) descreve que o *stress* pode ser considerado um estado de tensão que causa uma ruptura no equilíbrio interno do organismo. O conceito de Stress e suas fases foi desenvolvido por Hans Seley e nos anos trinta, conforme relatam FRANÇA & RODRIGUES (2009). De uma maneira geral, o corpo humano funciona em sintonia com todos os órgãos, o coração bate no ritmo adequado, assim os pulmões, pâncreas, estômago também tem seu próprio ritmo. Diante de um evento estressor, se o indivíduo interpretar a situação como um estado de tensão, pode ocorrer aceleração do batimento cardíaco, dor no estômago, insônia, entre outros sintomas causando um desequilíbrio.

Vasconcellos (2017) apresenta um modelo psiconeuroendocrinológico do *stress* como característica principal do *stress* saudável, o *eustress*.

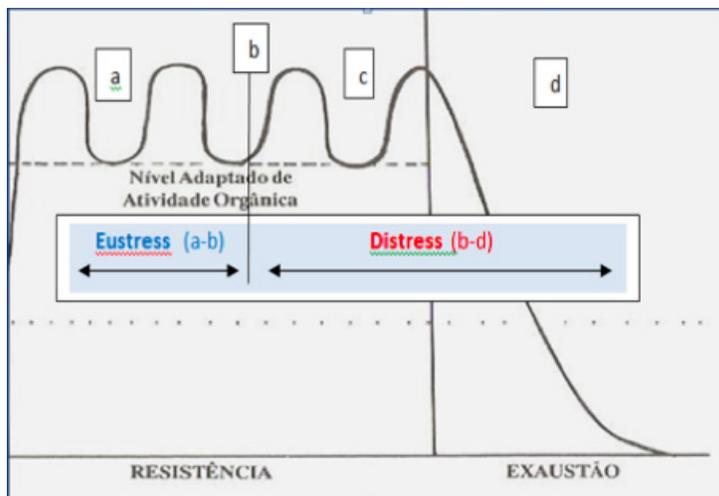


Figura 2 – Modelo psiconeuroendocrinológico do stress.

Fonte: Vasconcellos (2017)

Após a fase de excitação, o organismo consegue voltar aos níveis basais, quando o organismo não consegue voltar ao estado normal, ele adapta-se aos níveis elevados de stress e daí emerge a síndrome de adaptação local. Os sintomas físicos desaparecem e nessa circunstância se instala o stress e suas consequências lesivas ao organismo, *à partir desse momento inicia a fase de exaustão*.

Diante da situação distressora Vasconcellos (2017) considera que quando o indivíduo elege *Eucopings* efetivos ocorre a retomada da homeostase. Quando isso não ocorre, ou seja, o recurso utilizado é um *Discoping*, o indivíduo pode adoecer.

Para compreendermos melhor esse processo, observe a figura 2 abaixo:

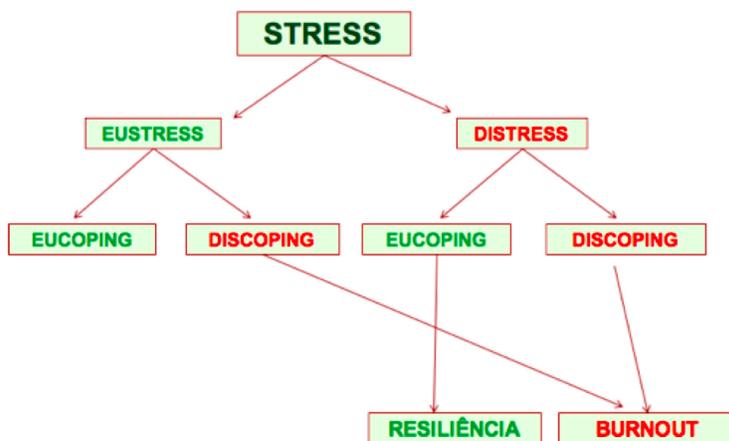


Figura 3 – Stress, Coping, Burnout, Resiliência.

Fonte: Vasconcellos (2017)

1. Diante de uma situação distressora se ocorre um *Eucoping* o indivíduo pode retomar a homeostase.
2. Diante de uma situação distressora se ele desenvolve um *Discoping* pode adoecer.
3. Diante de uma situação de Eustress se houver um *Eucoping* o indivíduo pode retomar a homeostase.
4. Diante de uma situação de Eustress se houver *Discoping* ele pode adoecer.

## 4.2 A Síndrome de Burnout

As pesquisas sobre a síndrome de *Burnout* tem avançado nas últimas décadas, desde maio de 2019 durante uma Assembleia da Organização Mundial da Saúde (OMS) a Síndrome de *Burnout*, também conhecida como “Síndrome do Esgotamento Profissional” será incluída na 11ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-11) prevista para entrar em vigor em 2022 como um fenômeno ocupacional e apresenta a seguinte definição:

*Burnout* é uma síndrome conceituada como resultante do estresse crônico no local de trabalho que não foi gerenciado com sucesso tendo por característica três dimensões: sentimentos de exaustão ou esgotamento de energia; aumento do distanciamento mental do próprio trabalho, ou sentimentos de negativismo ou cinismo relacionados ao próprio trabalho; e redução da eficácia profissional. (OMS, 2019)

De acordo com Freudenberger 1972 (apud Vasconcellos, 2017), a Síndrome de *Burnout* foi definida como um estado de fadiga ou frustração produzido pela dedicação a uma causa com a qual esperava-se obter resultados positivos, que entra em conflito diante de uma realidade que não corresponde à expectativa. A síndrome pode ser desencadeada por fatores institucionais e pessoais, podendo gerar repercussões físicas, psíquicas, sociais, profissionais e jurídicas.

Os sintomas do *Burnout* podem ser resultados de um esforço pouco adaptativo e realista, provocando a exaustão em decorrência da negligência das próprias necessidades em prol da plena dedicação ao trabalho (MORENO; HERRER; HERNANDEZ, 2007). À partir desse enfoque é possível verificar que essa exaustão sofre interferência interna e externa, ou seja, tanto das características individuais quanto do ambiente de trabalho.

São considerados desencadeantes individuais: pessoas idealistas, altamente motivadas, identificados com trabalho, empáticos, com altas expectativas, responsáveis e perfeccionistas.

Os desencadeantes organizacionais são: relações interpessoais, carga horária excessiva, ambiente de trabalho insalubre, tipo de atividade, sobrecarga de trabalho, falta de suporte organizacional, pressão, falta de autonomia, entre outros. (BORTOLETTI, 2017)

As repercussões do *Burnout* afetam várias esferas da vida do indivíduo. Na esfera psíquica o indivíduo sente-se acabado, sem energia para o trabalho refletindo em outras áreas, desmotivado para viver. Exibe aumento da agressividade e irritabilidade; queda da autoestima; compromete a vida social desencadeando um isolamento social progressivo; afeta a vida familiar dificultando a comunicação e aumentando as chances de divórcio; estados depressivos, entre outros. Como o *Burnout* é decorrente do stress, na esfera física podem ocorrer as doenças adquiridas como disfunções sexuais, diabetes, cardiopatias, hipertensão, gastrites, doenças musculares, cefaleias, entre outras. Na esfera institucional observa-se queda da produtividade e qualidade do trabalho, aumento do absenteísmo e acidentes de trabalho, causando prejuízo financeiro à instituição. Na esfera profissional observa-se piora nas relações interpessoais, impressão de falta de aptidão, queda da autoconfiança e sentimento de incompetência, sensação de desamparo, percepção negativa da instituição, queda da realização pelo trabalho, risco de aparecimento de erros com consequente vulnerabilidade a processos jurídicos (BORTOLETTI, 2012b).

De uma forma sucinta podemos afirmar que o *Burnout* é decorrente da falha na busca de um *Eucoping* diante da situação distressante.

### **4.3 A Alegria**

Podemos descrever a Alegria a partir de textos encontrados na literatura que permeiam a compreensão em seus aspectos fisiológicos, psicológicos e sociais.

Segundo Edgard Morin (2013) o homem é um sujeito singular mas contém a trindade humana (indivíduo, sociedade e espécie). Ele está potencialmente destinado a

sentir o amor, a tristeza, o ciúmes, a raiva, a alegria, enfim emoções que são partilhadas. Afirmo ainda o autor que tudo que é humano comporta a afetividade, inclusive na racionalidade, possibilitando ao homem, ser capaz de se expressar criativamente em diversas performances seja na música, no teatro ou na dança, justifica-se assim afirmar que o primeiro capital humano é a cultura.

O ser humano é social, ou seja, ele vive para si e também para o outro dialogicamente. Às vezes se revela um sujeito engraçado, no mundo real ou no mundo imaginário, na busca de se comunicar de forma afetiva e cordial com o outro, gerando bem estar e alegria a sua volta. No entanto, não podemos deixar de mencionar que embora o homem seja um ser social, ele vive o dilema humano: ser um indivíduo mais aberto às relações interpessoais, a sua necessidade de pertencimento, aos seus desejos e expectativas e paralelamente ser fechado no seu egocentrismo e sua singularidade (MORIN, 2015).

A alegria é confundida no senso comum com prazer. Convém esclarecer que o prazer está relacionado aos cinco sentidos, como por exemplo, a sensação ao degustar uma taça de um bom vinho ou sentir uma sensação prazerosa ao ouvir uma música que lhe toca o coração. Além disso, os prazeres são percebíveis e momentâneos.

O que seria então a alegria? No livro “Felicidade, foi-se embora?” Betto et al (2002) define alegria como um afeto que nos causa bem estar momentâneo, como por exemplo, quando reencontramos uma pessoa querida ou quando somos reconhecidos por uma conquista merecida por vencer um desafio profissional.

Dito de outra forma, quando um profissional enfrenta a frustração por não ter seu nome citado numa premiação ele provavelmente sentirá tristeza, se tal emoção se estender por mais tempo, ela pode se transformar e evoluir para um estado depressivo.

Os poetas Tom Jobim e Vinicius de Moraes diferenciam a felicidade da tristeza em um magnífico poema, que diz: “Tristeza não tem fim, felicidade sim “. A tristeza infinita denota a fragilidade humana frente à imprevisibilidade da vida cotidiana que entre dor, lágrimas e intenso sofrimento reforçam a resiliência humana a cada novo drama vivido.

Constatamos também que qualquer indivíduo, na sua condição humana singular e complexa, vivencia afetos ambíguos sentidos diante de alguns sonhos, desejos e expectativas que ora o faz sorrir ora o faz chorar. Ou seja, vivencia emoções opostas: ora alegria ora tristeza.

Tom Jobim, compositor brasileiro, internacionalmente reconhecido traz na sua belíssima música *Wave* um refrão que diz “É impossível ser feliz sozinho”, parafraseando o poeta podemos afirmar que é impossível estar alegre sozinho, a medida em que entendemos que a alegria deve ser compartilhada.

O tema Alegria é pouco discorrido na Filosofia, porém com mais frequência na Religião, onde a presença de Deus ou do Espírito Santo são motivos geradores de alegria plena. O apóstolo São Paulo vai dizer que onde está o espírito, está a alegria.

## 4.4 Alegria e Eu coping

O humor é compreendido na expressão genuína do riso, da gargalhada ou na expressão facial de alegria como uma estratégia de buscar: à proximidade entre as pessoas; a redução da distância entre níveis hierárquicos; descontração e alívio decretado diante de uma situação tensa entre outras possibilidades. O humor pode possibilitar também um *Eu coping* visando expressar críticas ou indicações de forma velada e socialmente mais aceita no ambiente colaborativo resultando numa sensação de bem-estar e animosidade entre os envolvidos quando a estratégia é assertiva.

Podemos citar a alegria, como um exemplo de *eu coping*, uma atitude que promova a alegria no dia a dia pode minimizar o *stresse*. O fundador da Associação Doutores da Alegria, Nogueira (2015), ao afirmar que “um bom antídoto contra o mau humor e, conseqüentemente, para ter alegria é você aprender a respirar e tentar rir de si mesmo”, sinaliza os efeitos importantes da alegria no enfrentamento do *distress*.

Na mesma linha de raciocínio Dalgalarondo (2008) também afirma que alegria pertence ao reino das sensações corporais positivas e os sentimentos da esfera da alegria são euforia, contentamento, satisfação, confiança, gratificação, esperança, expectativa, etc. Sendo assim, o cultivo das emoções positivas fortalece o sistema imunológico e confere às pessoas maior resistência às enfermidades.

Para Damásio (1996), a “*palavra emoção em geral traz à mente uma das assim chamadas emoções primárias ou universais: alegria, tristeza, medo, raiva, surpresa ou repugnância*”. Sendo a alegria é uma emoção primária, uma forma de expressão do humor entre suas múltiplas expressões, ela que pode ser utilizada como um promissor recurso psicossocial frente ao *stress*, ou seja, a alegria pode ser utilizada como um *Eu coping*.

Alguns indivíduos são mais pessimistas, tendem a se achar sem sorte, negativos e impotentes. Outros tendem a ser mais otimistas diante de uma dificuldade buscando formas de enfrentá-la e se fortalecerem. As ideias negativas promovem emoções desagradáveis e favorecem um desequilíbrio interno, quando o indivíduo tem pensamentos pessimistas pode entrar num processo de angústia, ansiedade, tensão, depressão, entre outros. Já as ideias otimistas fazem com que o indivíduo se sinta mais motivado, favorecendo o desenvolvimento e crescimento pessoal.

Seligman (1990), argumenta que ser otimista não se reduz a ter pensamentos positivos, e sim ao modo como a pessoa pensa sobre as causas de eventos ruins. A interpretação que o indivíduo faz de uma determinada situação é construída à partir da sua história de vida, sua cultura, relacionamentos, experiências gerando suas crenças. Dessa forma, diante de uma situação, as crenças do indivíduo desencadeiam pensamentos automáticos, positivos ou negativos, que podem gerar uma emoção e ela por sua vez pode desencadear o *Eustress* ou *Distress*.

A experiência emocional varia de pessoa para pessoa, sendo assim, a Alegria é

vivenciada de forma singular porque cada um busca onde terá prazer. Quando o indivíduo ressignifica a situação estressora ele pode desenvolver alegria e ter como benefício bem-estar e melhor desempenho profissional.

#### 4.5 Interrelação da Alegria e Neurociência

De acordo com a neurociência, durante muito tempo o Sistema Nervoso Central e Sistema Imunológico eram considerados entidades distintas, sem influência entre eles, mas nas últimas décadas foi descoberto que existe sim. A correlação entre as emoções e as doenças tem sido explorada nas últimas décadas e estes avanços revelaram diversas conexões entre os sistemas neuroendócrino, neurológico e o sistema imunológico e, dessa forma, entre emoções e doenças. Muitos estudos também têm demonstrado que uma variedade de estressores físicos e psicossociais podem alterar a resposta imune através dessas conexões (MARQUES-DEAK; STEMBERG, 2004).

Nascimento e Quinta (1998) afirmam que o estado emocional do indivíduo interfere na sua vulnerabilidade às doenças, como também pode dificultar a recuperação devido à mútua interação que existe entre o Sistema Nervoso Central e o Sistema Imunológico. Segundo esses autores existem hormônios relacionados à Doença e à Saúde. Os hormônios das doenças são emoções e sentimentos negativos que atordoam a criatura do seu dia-a-dia: maldade, egoísmo, depressão, ódio, angústia, intolerância, raiva, tristeza, pessimismo, ganância, ciúme, rancor, ansiedade, má alimentação, insatisfação geral, vida sexual insatisfatória. E, os hormônios da Saúde são emoções e sentimentos positivos que desencadeiam o bem-estar. São emoções positivas autênticas: o amor e a alegria.

Berk, Tan e Berk (2008) realizaram uma pesquisa intitulada de *Cortisol and Catecholamine stress hormone decrease is associated with the behavior of perceptual anticipation of mirthful laughter* e descobriu que a antecipação do riso reduziu os níveis de três hormônios do estresse. Cortisol (denominado “o hormônio do estresse”), epinefrina (também conhecida como adrenalina) e dopac, um catabólito da dopamina. Como os níveis elevados de hormônio do estresse liberados cronicamente podem enfraquecer o sistema imunológico, essas descobertas neuroendócrinas têm implicações na modulação imunológica benéficas na redução do estresse para o bem-estar e prevenção.

A serotonina é o neurotransmissor responsável pela transmissão de impulsos nervosos e age como mensageira de bons e maus sentimentos. A serotonina atua no cérebro e em outros sistemas do corpo e proporciona a sensação de bem-estar e seu desregulamento pode gerar transtornos (DAMASIO, 1996). Dessa forma, quando o indivíduo tem a alegria, ele produz substâncias no organismo como endorfina, serotonina, dopamina e oxitocina, essas substâncias geram bem-estar e podem ser recursos de *Eucoping*.

Berk (2001) descreve alguns efeitos fisiológicos do humor, dentre eles:

Funcionamento mental: o riso melhora o funcionamento mental, aumentando os níveis de catecolaminas no organismo.

Hormônios do *stress*: Em resposta ao stress, o organismo aumenta a secreção de hormônios e é visto como um tipo de “*Eustress*”, estresse saudável.

Sistema imunológico: Vários estudos fornecem evidência do benefício fisiológico do riso para redução de stress e também para estimulação do sistema imunológico.

## 5 | RESULTADOS E ANÁLISES

Através dos recursos preconizados pelo Protocolo Assistencial de *Burnout* o indivíduo pode desenvolver atitudes de *Eu coping* frente às situações de Distress fortalecendo seu sistema imunológico. A meditação é um instrumento que auxilia no acesso aos recursos internos através do estado alterado de consciência; o relaxamento promove o equilíbrio das funções corpóreas; a atividade sexual satisfatória promove a liberação de hormônios que causam prazer, aumentando o desempenho nas atividades diárias; a atividade física personalizada promove a liberação de endorfina; o lazer promove alegria e motivação; o *hobby* é o trabalho escolhido pelo prazer; a atividade artística estimula a criatividade favorecendo prazer e alegria; o investimento pessoal intelectual é um alimento para repor o esvaziamento causando bem estar; e, administrar a carga horária é o caminho para uma atividade laboral produtiva sem desgaste excessivo.

## 6 | CONCLUSÕES

Inspirados pela contribuição dos conceitos teóricos dos autores aqui citados construímos reflexões e hipóteses relacionados ao *Stress*, *Eu coping*, *Burnout* e Alegria .

Concluimos que quando há um aumento da autoestima, o indivíduo tem mais prazer, inspiração, inteligência e capacidade de resolução de problemas que melhora o bem-estar e o desempenho profissional naturalmente.

À partir das nossas reflexões sobre o tema é possível compreender que o uso do Protocolo Assistencial de *Burnout* pode colaborar para promoção do bem-estar e Alegria e da prevenção do *Burnout*.

Sugerimos dar prosseguimento com um estudo experimental para comprovar tal hipótese. Até o momento existem poucos estudos sobre o tema, no entanto, entendemos que promover estudos e pesquisas para explorar as emoções, em especial a Alegria, como estratégia de *Eu coping*, e dessa forma, subsidiar as organizações e seus líderes a repensar e reinventar projetos e políticas organizacionais que promovam a Qualidade de Vida no ambiente de trabalho.

## REFERÊNCIAS

- BERK, L.; TAN, S.A.; BERK, D. **Cortisol and Catecholamine stress hormone decrease is associated with the behavior of perceptual anticipation of mirthful laughter.** *Faseb Journal*, 2008, Vol.22.
- BERK, R. A. The active ingredients in humor: psychophysiological benefits and risks for older adults. *Educational gerontology*, 2001.
- BETTO, F.; BOFF, L.; CORTELLA, M.S. **Felicidade foi-se embora?** Petrópolis, RJ, Vozes, 2016.
- BÍBLIA – Bíblia de Jerusalém. São Paulo: Paulus, 2002.
- BORTOLETTI, F.F. et al. Triggering risk factors of the Burnout Syndrome in Ob/Gyn physicians from a reference public University of Brazil. *Internacional Scholarly Research Network. ISRN Obstetrics and Gynecology*, 2012a. Article ID 593876 doi: 10.5402/2012/593876
- BORTOLETTI, F.F. Fatores desencadeadores da Síndrome de Burnout em Obstetras. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal de São Paulo – Brasil, 2012b.
- BORTOLETTI, F.F.; VASCONCELLOS, E.G.; SEBASTIANI, R.W. A síndrome de Burnout: quando o cuidador adoece. Uma abordagem neuropsicoendócrinoimunológica. In: Angerami VA, editor. *E a psicologia entrou no hospital ...* Editora Artesã, Belo Horizonte, 2017.
- BORTOLETTI, F.F.; VASCONCELLOS, E.G.; SEBASTIANI, R.W. Burnout em profissionais que laboram em Obstetrícia. Uma visão psiconeuroendócrinoimunológica. *Book of proceedings. V Congresso Ibero-Americano e Luso -Brasileiro de Psicologia da Saúde – University of Algarve.* 2019.
- DALGALARRONDO, P. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais.** Porto Alegre, Porto Alegre : Artmed, 2008.
- DAMASIO, A. R. **O Erro de Descartes: Emoção, Razão e o Cérebro Humano.** Companhia das Letras, São Paulo, 1996
- FRANÇA, A.C. L. e RODRIGUES, A.L. *Stress & Trabalho: uma abordagem psicossomática.* São Paulo: Editora Atlas, 2009
- LIPP, M. E. N. **O stress está dentro de você.** 6 ed. São Paulo: Contexto, 2004.
- MARQUES-DEAK, A. ; STEMBERG, E. **Psiconeuroimunologia: a relação entre o sistema nervoso central e o sistema imunológico.** *Rev Bras Psiquiatr.* 2004.
- MORNENO- JEMÉNEZ, B.; HERRER, M.G.; HERNANDEZ, E.G. **Burnout: Sofrimento psíquico dos profissionais que atuam em Obstetrícia.** In: *Bortoletti FF, Moron AF, Bortoletti Filho J, Nakamura UM, Mattar R, Santana RM. Psicologia na prática obstétrica – Uma abordagem Interdisciplinar.* São Paulo: Editora Manole, 2007.
- MORIN, E. **O método cinco: A humanidade da humanidade- A Identidade Humana.** Porto Alegre: Editora Sulina, 2013.
- MORIN, E. **Ensinar a viver: Manifesto para mudar a educação.** Porto Alegre: Editora Sulina, 2015.

NASCIMENTO, E.; QUINTA, E.M. **Terapia do Riso**. 4ed. São Paulo: Editora Arbra, 1998.

NOGUEIRA, W. in Masetti, M. **The Ethics of Joy in the Hospital Context**. Rio de Janeiro: Folio Digital: Letra e Imagem, 2015.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Síndrome de Burnout**. 2019. Disponível em: <<https://nacoesunidas.org/sindrome-de-burnout-e-detalhada-em-classificacao-internacional-da-oms/>> Acesso em: 20 jun. 2019.

SELIGMAN, M. E. P. **Aprenda a ser otimista: como mudar sua mente e sua vida**. Rio de Janeiro: EDITORA SCHWARCZ S.A, 1990.

VASCONCELLOS, E.G. **Stress, Coping, Burnout, Resiliência: Troncos da mesma raiz**. In: Silva Jr N, Zangari W. (organizadores) *Psicologia Social e a questão do hífen*. Editora Bluher, 2017: 20,285-294.

## **SOBRE O ORGANIZADOR**

**EZEQUIEL MARTINS FERREIRA** - Possui graduação em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás (2011), graduação em Pedagogia pela Faculdade de Ciências de Wenceslau Braz (2016) e graduação em Artes Cênicas pela Universidade Federal de Goiás (2019). Especializou-se em Docência do Ensino Superior pela Faculdade Brasileira de Educação e Cultura (2012), História e narrativas Audiovisuais pela Universidade Federal de Goiás (2016), Psicopedagogia e Educação Especial, Arteterapia, Psicanálise pela Faculdade de Tecnologia e Ciências de Alto Paranaíba (2020). Possui mestrado em Educação pela Universidade Federal de Goiás (2015). É doutorando em Performances Culturais pela Universidade Federal de Goiás. Atualmente é professor da Prefeitura Municipal de Goiânia, pesquisador da Universidade Federal de Goiás e psicólogo clínico - ênfase na Clínica Psicanalítica. Pesquisa nas áreas de psicologia, educação e teatro e nas interfaces fronteiriças entre essas áreas. Tem experiência na área de Psicologia, com ênfase em Psicanálise, atuando principalmente nos seguintes temas: inconsciente, arte, teatro, arteterapia e desenvolvimento humano.

## ÍNDICE REMISSIVO

### A

Adolescência 40, 41, 42, 52, 53, 125

Alegria 9, 12, 164, 165, 166, 170, 171, 172, 173, 174

Ansiedade 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 62, 63, 64, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 97, 116, 125, 143, 147, 150, 172, 173

Assistência a saúde 1

Autismo 54, 55, 56, 58, 59, 60

Auto percepção do Líder 105

### B

Bem-estar 27, 29, 33, 35, 36, 37, 104, 105, 106, 108, 110, 113, 114, 115, 116, 119, 124, 140, 164, 165, 166, 172, 173, 174

Burnout 9, 12, 68, 69, 150, 151, 152, 154, 155, 156, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 163, 164, 165, 166, 167, 169, 170, 174, 175, 176

### C

Companheiras de presos 17, 24

Comportamento Organizacional 105

Contexto Escolar 9, 11, 55, 72, 73, 74, 76, 77, 78

### D

Depressão 17, 18, 20, 21, 22, 23, 25, 50, 62, 66, 67, 68, 69, 70, 97, 126, 150, 172, 173

Desenvolvimento Humano 11, 28, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 124, 177

Direito 9, 12, 8, 9, 13, 14, 18, 25, 44, 54, 55, 99, 102, 122, 123, 126, 128, 129, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 140, 141, 144, 146, 148, 149

### E

Educação 9, 23, 24, 44, 45, 49, 52, 53, 54, 55, 59, 60, 72, 73, 76, 78, 135, 146, 147, 175, 177

Estresse 30, 31, 32, 33, 35, 38, 62, 64, 66, 67, 68, 69, 70, 95, 105, 106, 109, 116, 121, 150, 169, 173, 174

Estudantes 9, 11, 57, 58, 59, 61, 62, 63, 64, 67, 68, 69, 70, 71

### F

Família 12, 14, 18, 19, 23, 24, 29, 30, 32, 33, 40, 41, 46, 48, 49, 50, 52, 53, 55, 72, 73, 74, 76, 77, 78, 96, 97, 109, 124, 125, 128, 139, 142, 144, 145, 146, 147, 148, 149

## H

Habilidades de vida 10, 27, 28, 29, 35, 38

Homens privados de liberdade 10, 17, 20

## I

Indústria 93, 94

Inimputabilidade 12, 122, 128, 129, 130

Integralidade do Cuidado 1

## M

Mães de Presos 17

Matemática 54, 55, 56, 60

Mulheres Trabalhadoras 27

## P

Papéis Duplos 27

Psicologia 2, 9, 12, 15, 26, 40, 42, 44, 52, 53, 59, 66, 76, 78, 102, 121, 122, 123, 124, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 138, 140, 141, 142, 148, 164, 175, 176, 177

Psicopatia 9, 12, 122, 123, 124, 126, 127, 128, 131

## Q

Qualidade de vida 9, 11, 27, 28, 29, 30, 35, 38, 95, 102, 104, 110, 112, 116, 118, 120, 121, 165

Qualidade de Vida no Trabalho 11, 104, 105, 106, 108, 110, 113, 114, 115, 117, 118, 119, 120, 121, 164

Queixa Escolar 72, 73, 74, 76, 77, 78

## R

Ressocialização 40, 48, 49, 123, 124, 130, 131

## S

Sanção 122, 130, 131

Saúde LGBT 1

Saúde Mental 24, 44, 61, 62, 67, 68, 70, 71, 93, 95, 98, 99, 101, 102, 129, 130, 131, 164, 166

Saúde Mental e Trabalho 93

Stress 38, 62, 97, 105, 116, 119, 120, 150, 151, 152, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 164, 165, 166, 167, 168, 169, 170, 172, 173, 174, 175, 176

Sustentabilidade Organizacional 11, 93, 96, 102

## **T**

Teoria Bioecológica 11, 72, 73, 74, 76, 77

Transtorno Mental 62, 64, 126

Transtorno Psíquico 62

## **V**

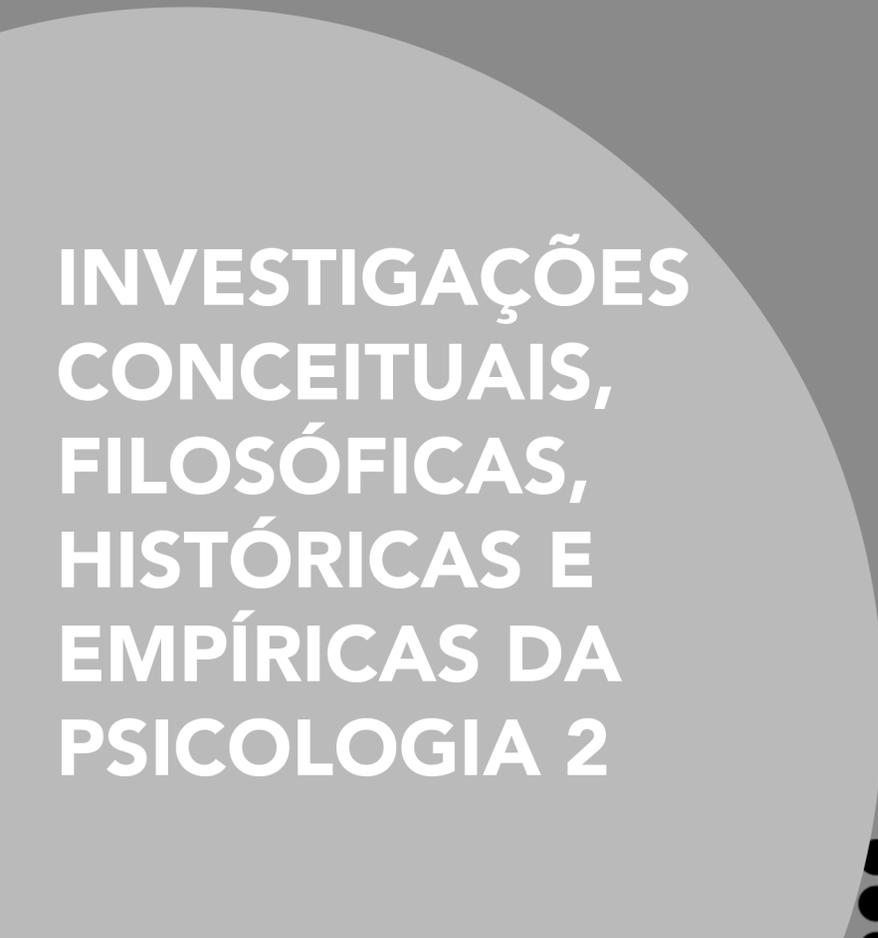
Violência Contra a Mulher 9, 134, 139

[www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br) 

[contato@atenaeditora.com.br](mailto:contato@atenaeditora.com.br) 

[@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora) 

[www.facebook.com/atenaeditora.com.br](https://www.facebook.com/atenaeditora.com.br) 



**INVESTIGAÇÕES  
CONCEITUAIS,  
FILOSÓFICAS,  
HISTÓRICAS E  
EMPÍRICAS DA  
PSICOLOGIA 2**

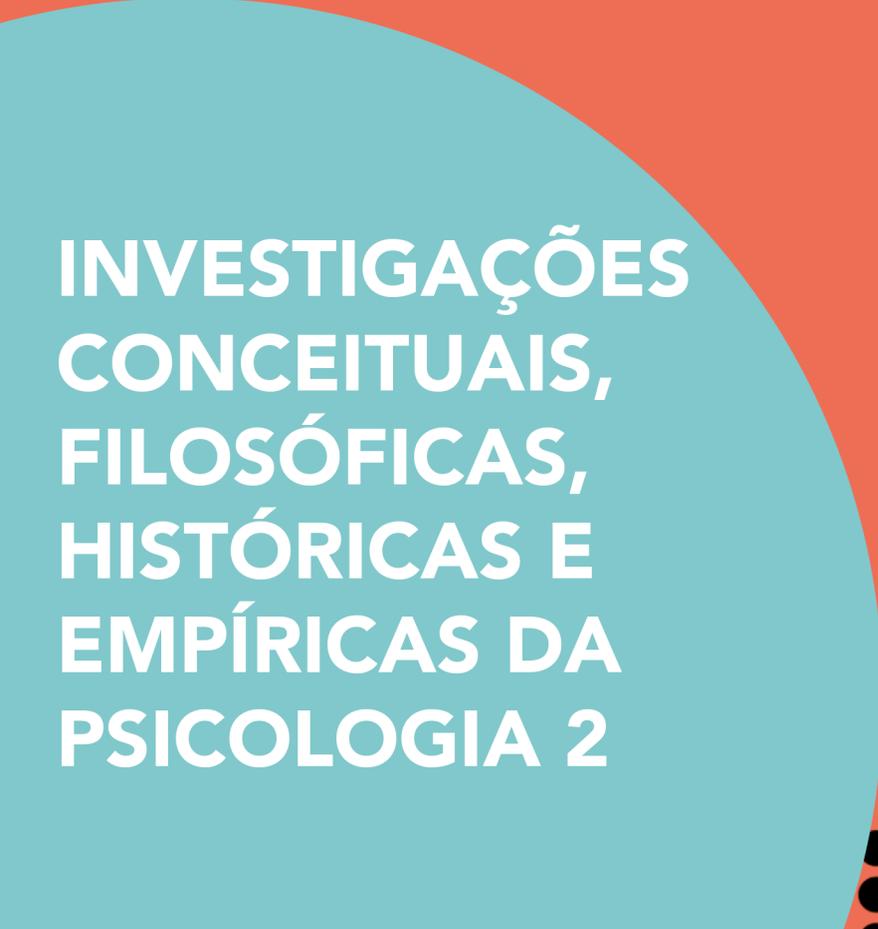


[www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br) 

[contato@atenaeditora.com.br](mailto:contato@atenaeditora.com.br) 

[@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora) 

[www.facebook.com/atenaeditora.com.br](https://www.facebook.com/atenaeditora.com.br) 



**INVESTIGAÇÕES  
CONCEITUAIS,  
FILOSÓFICAS,  
HISTÓRICAS E  
EMPÍRICAS DA  
PSICOLOGIA 2**

