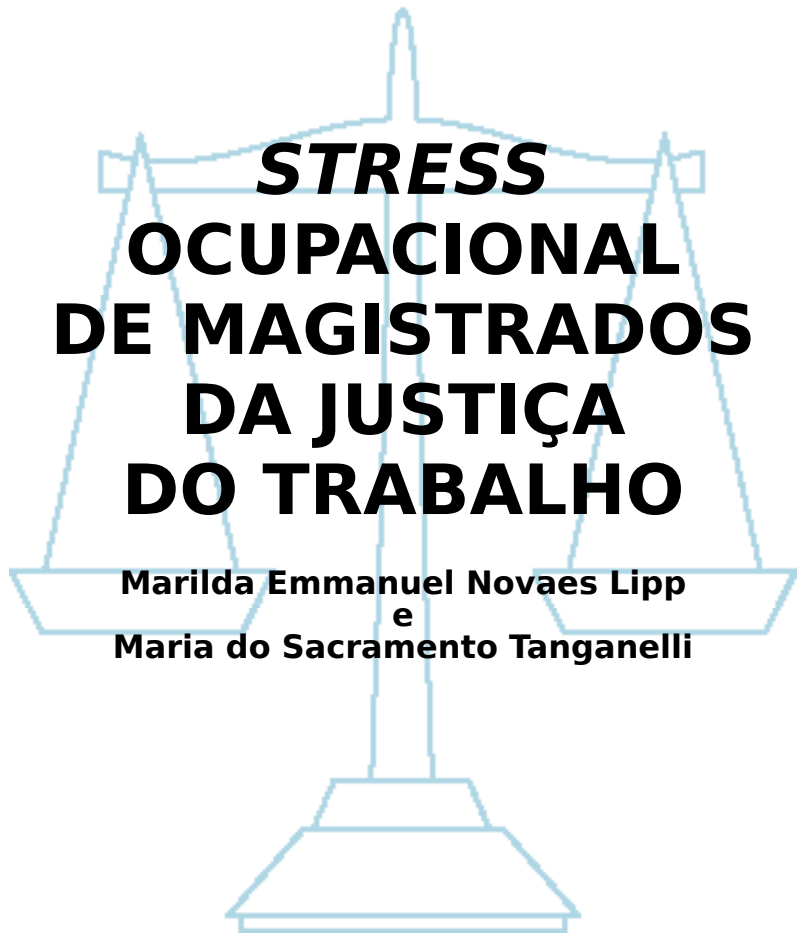


**Escola da Magistratura da
Justiça do Trabalho da 15ª Região**

**Estudos Jurídicos
Cidadania e Direito**



***STRESS*
OCUPACIONAL
DE MAGISTRADOS
DA JUSTIÇA
DO TRABALHO**

**Marilda Emmanuel Novaes Lipp
e
Maria do Sacramento Tanganelli**

**Escola da Magistratura da
Justiça do Trabalho da 15ª Região**

***STRESS* OCUPACIONAL
DE MAGISTRADOS
DA JUSTIÇA DO TRABALHO**

Marilda Emmanuel Novaes Lipp

e

Maria do Sacramento Tanganelli

Escola da Magistratura da Justiça do Trabalho da 15ª Região

Juiz Eduardo Benedito de Oliveira Zanella
Diretor

Juiz Flavio Allegretti de Campos Cooper
Coordenador

Conselho Consultivo e de Programas

Juíza Vera Teresa Martins Crespo
Representante dos Juízes do Tribunal

Juiz José Otávio de Souza Ferreira
Representante dos Juízes Titulares de Vara do Trabalho

Juíza Alzeni Aparecida de Oliveira Furlan
Representante dos Juízes Substitutos

Representantes das Circunscrições

Juiz João Alberto Alves Machado - Araçatuba
Juiz José Carlos Ábile - Bauru

Juíza Thelma Helena Monteiro de Toledo Vieira - Campinas

Juíza Katia Liriam Pasquini Braiani - Presidente Prudente

Juiz Amauri Vieira Barbosa - Ribeirão Preto

Juíza Scynthia Maria Sisti Tristão - São José do Rio Preto

Juiz Lúcio Salgado de Oliveira - São José dos Campos

Juiz Marcelo Carlos Ferreira - Sorocaba

Ematra

Rua Barão de Jaguara, 901 - 14º andar - Centro

13015-927 Campinas SP

Telefone: (19) 3031-4183 - Fax: (19) 3236-0585

e-mail: ematra@trt15.gov.br

TRT da 15ª Região - Juizes em ordem de antigüidade

José Pedro de Camargo Rodrigues de Souza
Eurico Cruz Neto
Ernesto da Luz Pinto Dória
Irene Araium Luz
Fany Fajerstein
Luiz Carlos de Araújo
Luís Carlos Cândido Martins Sotero da Silva
Laurival Ribeiro da Silva Filho
Maria Cecília Fernandes Álvares Leite
Carlos Roberto do Amaral Barros
Antônio Miguel Pereira
Olga Aida Joaquim Gomieri
Eduardo Benedito de Oliveira Zanella
I. Renato Buratto
Henrique Damiano
Flavio Allegretti de Campos Cooper
Luiz Antonio Lazarim
José Pitas
Nildemar da Silva Ramos
Luiz Roberto Nunes
Lorival Ferreira dos Santos
José Antonio Pancotti
Manuel Soares Ferreira Carradita
Fernando da Silva Borges
Vera Teresa Martins Crespo
Paulo de Tarso Salomão
Flavio Nunes Campos
Elency Pereira Neves
Gerson Lacerda Pistori
Mariane Khayat
Ana Maria de Vasconcellos
Helena Rosa Mônaco da Silva Lins Coelho
Gisela Rodrigues Magalhães de Araújo e Moraes
Edmundo Fraga Lopes
Tereza Aparecida Asta Gemignani
Ana Amarylis Vivacqua de Oliveira Gulla

Sumário

Prólogo	7
Apresentação	9
<i>Stress</i> Ocupacional de Magistrados da Justiça do Trabalho	10
Perfil do Magistrado Brasileiro	16
Método	19
Participantes	19
Material	19
Procedimento	21
Resultados e Discussão	21
A amostra	21
Época de maior <i>stress</i>	22
Percepção do <i>stress</i> ocupacional	22
Incidência de <i>stress</i> e sintomatologia mais frequente	23
Gráfico 1 - Percentagem de juízes com <i>stress</i>	24
Comparação entre o nível de <i>stress</i> de juízes e juízas	25
Gráfico 2 - Juízes com <i>stress</i> segundo o sexo	26
Avaliação da qualidade de vida	26
Gráfico 3 - Juízes com má qualidade de vida	27
Comparação entre juízes e juízas quanto à qualidade de vida	27
Fontes de <i>stress</i> da atividade judicante	28
Estratégias de enfrentamento mais utilizadas	29
Correlação entre níveis de <i>stress</i> e qualidade de vida	30
Conclusão	30
Referências Bibliográficas	32
Expediente	36

Prólogo

Há cerca de cinco anos foi realizado um estudo científico com juízes da 15ª Região denominado “*Stress* ocupacional de Magistrados da Justiça do Trabalho”.

Na apresentação daquele trabalho, já alertavam as doutoras Marilda E. Novaes Lipp e M. Sacramento Tanganelli que “setenta e um por cento dos juízes apresentam sintomas significativos de *stress*”.

A publicação e a divulgação daquele trabalho pelo TRT da 15ª Região atingiram proporções sequer imaginadas.

Realmente. Ao participar de um curso em Brasília sobre “Formação de Formadores de Escolas de Magistratura do Trabalho”, tive a grata satisfação de saber que o referido trabalho ensejou que alguns Tribunais, preocupados com a qualidade de vida dos seus magistrados, implantassem programas visando minimizar seus efeitos.

Ainda como reflexo desse trabalho, a Dra. Marilda Lipp proferiu palestra no 4º Encontro de Magistrados da Justiça do Trabalho da 10ª Região (10/06/2004), no TRT da 24ª Região (07/10/2005) e no I Congresso Internacional de Excelência Judiciária (15 a 18/11/2004).

Em maio de 2005 foi instituída em nosso Tribunal a Assessoria de Apoio aos Magistrados com a específica atribuição de elaborar e executar, com a participação da Diretoria de Saúde, programas anuais destinados à prevenção do *stress*.

Diante da relevância e atualidade do tema, assim como da solicitação de algumas Escolas da Magistratura do Trabalho, resolvi, como responsável pela direção da Ematra, publicar o estudo nesta coleção.

Meu intuito é que os responsáveis pela condução de cada uma de nossas instituições se debruçam sobre o trabalho que poderá fornecer-lhes subsídios para tratar do problema.

EDUARDO BENEDITO DE OLIVEIRA ZANELLA
Juiz Diretor da Ematra

Apresentação

O presente estudo examina o *stress* ocupacional de Magistrados da Justiça do Trabalho e sua relação com níveis de qualidade de vida nas áreas social, profissional, afetiva e da saúde, bem como as fontes de *stress* mais comuns nesta classe ocupacional e as estratégias mais utilizadas pelos juízes para poderem lidar com as tensões geradas pela atividade judicante. A amostra se constituiu de 75 juízes que completaram quatro inventários visando o levantamento do nível de *stress*, sintomatologia mais tipicamente apresentada, tipo e magnitude de fontes estressoras significativas e estratégias de enfrentamento mais usadas para atenuar o *stress*.

Setenta e um por cento dos juízes apresentam sintomas significativos de *stress*, sendo que o número de juízas com *stress* é significativamente maior do que de seus colegas do sexo masculino exercendo as mesmas funções. As fontes estressoras mais frequentemente mencionadas foram a sobrecarga dos processos a serem julgados e a interferência da atividade judicante com a vida familiar. A estratégia mais utilizada é conversar com o cônjuge ou alguém afetivamente significativo. A qualidade de vida dos respondentes mostrou-se muito prejudicada nos quadrantes estudados. As mulheres possuem melhor qualidade de vida na esfera social e pior em todas as outras.

A análise correlacional mostrou que o *stress* emocional está associado a uma baixa qualidade de vida nas áreas afetiva e relacionada à saúde. Os resultados são discutidos não só em termos das implicações para os membros desta classe ocupacional mas também quanto aos possíveis efeitos adversos do *stress* e da má qualidade de vida dos profissionais no exercício da Magistratura.

Marilda E. Novaes Lipp e
M. Sacramento Tanganelli

Stress Ocupacional de Magistrados da Justiça do Trabalho

Os mecanismos de ação do *stress* no funcionamento humano têm recebido a atenção de pesquisadores em nível internacional (Everly, 1995) que identificaram conseqüências negativas em nível de comprometimento físico (Di Martino, 1992) e mental (Myers, 1995), em formas do desencadeamento de várias doenças físicas e psiquiátricas, e também no que se refere ao bem estar psicológico e à qualidade de vida das pessoas (Lipp, 1997). As pesquisas na área do *stress* têm ultimamente incluído o estudo dos efeitos negativos do *stress* no que se refere à profissão. Muitas ocupações têm recebido atenção, sendo que no Brasil já se encontram trabalhos sobre o *stress* ocupacional de policiais militares (Romano, 1989), executivos (Soares, 1990), de psicólogos (Covolán, 1989), bancários (Silva, 1992), atletas (Maciel, 1997), professores (Reinhold, 1997), jornalistas (Proença, 1998), médicos (Lipp, Sassi & Batista, 1997) entre outros. No entanto pouco se conhece do *stress* em juízes. O número de estudos nesta área é mínimo e a maioria se refere à realidade americana. Por exemplo, Showalter & Martell (1985) estudaram características da personalidade de juízes, Zimmerman (1981) o conflito enfrentado pelos juízes gerado pelo que seria o ideal em um caso e a realidade da esfera legal e Eells & Showalter (1994) analisaram o nível de *stress* em juízes de tribunal e seu impacto na habilidade de tomar decisões judiciais. No Canadá, Rogers, Freeman & LeSage publicaram em 1991 o primeiro levantamento sistemático sobre o *stress* ocupacional de juízes naquele país e identificaram a solidão e isolamento da atividade judicante como

uma das maiores fontes de *stress* na profissão. No Brasil, encontra-se o trabalho de Vianna, Carvalho, Melo & Burgos (1997) intitulado “Corpo e alma da Magistratura Brasileira” que embora não direcionado para o estudo do *stress*, revela várias características e fontes de *stress* na Magistratura.

A atividade judicante encontra-se entre as mais conceituadas e respeitadas universalmente, mas ao mesmo tempo, ela envolve uma responsabilidade de grande monta pelo seu impacto na sociedade no geral e uma solidão pronunciada que envolve o ato de julgar. A isto se acrescenta uma carga grande de processos a serem julgados e o peso emocional do julgamento, além das expectativas da comunidade quanto a um comportamento e um viver absolutamente exemplar por parte das pessoas que a exercem. O próprio ato de julgar já foi identificado por Rogers, Freeman & LeSage (1991) como um estressor de grande impacto. No que se refere à sobrecarga dos processos, Zimmerman (1981) verificou, em uma pesquisa que envolveu entrevistas extensas com juizes americanos, que quando os processos a serem julgados se acumulam, surge uma sensação de falta de controle, desalento e angústia mesmo nos mais competentes e dedicados dos juizes.

O *stress* pode ser definido como uma reação muito complexa, composta de alterações psicofisiológicas que ocorrem quando o indivíduo é forçado a enfrentar situações que ultrapassem sua habilidade de enfrentamento (Lipp, 1997). A função destas respostas é a adaptação do indivíduo à nova situação, gerada pelo estímulo estressor. O *stress* pode produzir efeitos negativos como a fadiga, tensão muscular que pode aparecer não só quando ocorre uma experiência trágica, como a morte de algum amigo ou parente, mas também em outras situações diversas, como mudanças de emprego, trabalho com excesso de tarefas que devem ser

realizadas em curto espaço de tempo, pressão constante no trabalho, exigências ocupacionais exageradas e outros fatores.

O processo do *stress* divide-se em três fases: alerta, resistência e exaustão, sendo que os sintomas diferenciam-se dependendo da seriedade do *stress*. Pesquisadores mencionam inúmeras complicações que podem surgir como parte de reações a situações estressantes: arteriosclerose, distúrbios no ritmo cardíaco, enfarte e derrame cerebral. Outras doenças que podem ocorrer em função do *stress* são diabetes, câncer (em face da diminuição da imunidade), úlceras, gastrites, doenças inflamatórias, colites, problemas dermatológicos (micoses, psoríase, queda de cabelo), problemas relacionados à obesidade e problemas sexuais como impotência e frigidez, entre outros. Além das patologias físicas e mentais que podem ocorrer, há também uma queda na habilidade de concentrar-se e de pensar de modo lógico com conseqüente queda de produtividade.

Lipp *et al.* (1986) e Fontana (1991) descrevem os efeitos do *stress* excessivo na produtividade: ocorre um decréscimo da concentração e atenção aumentando a desatenção e diminuindo os poderes de observação. A memória de curto e longo prazo deteriora-se reduzindo a sua amplitude e o reconhecimento, mesmo de aspectos familiares, diminui. A velocidade da resposta torna-se imprevisível, aumentam os índices de erros, perdem-se os poderes de organização e o planejamento a longo prazo. Aumentam as tensões e os distúrbios de pensamento. Ocorrem mudanças nos traços de personalidade e crescem os problemas já existentes. Enfraquecem-se as restrições de ordem moral e emocional e aparecem a depressão e a sensação de desamparo. A auto-estima diminui. Adicionalmente, podem aumentar ou aparecer os problemas de articulação verbal, diminuir o interesse e o entusiasmo pelo trabalho aumentando o número

de faltas. Os níveis de energia ficam reduzidos, rompem-se os padrões de sono e o uso de drogas pode se instalar. É comum ocorrer o cinismo em relação aos colegas ou à própria clientela e uma tendência a ignorar novas informações resolvendo os problemas de forma cada vez mais superficial.

Além disto, o desgaste causado pelo *stress* pode levar a pessoa ao estado de “burnout”, termo popular nos Estados Unidos nos últimos dez anos, que descreve uma realidade de *stress* crônico em profissionais cujas atividades exigem um alto grau de contato com as pessoas (Perlman & Hartman, 1982). É caracterizado por sintomas e sinais de exaustão física, psíquica e emocional que ocorrem quando as tarefas intelectuais exigem grande qualificação intelectual, decisões importantes e têm um peso emocional muito intenso (França, 1987).

A relação entre *stress* e qualidade de vida tem recebido atenção dos pesquisadores brasileiros, como Cúrcio (1991), Silva (1992) e Malagris (1992). Qualidade de vida é um estado de bem estar físico, mental e social e não só a ausência de doenças. As pessoas que se consideram felizes atribuem sua felicidade ao sucesso em quatro áreas (social, afetiva, da saúde e profissional). A própria Organização Mundial de Saúde (OMS) descreve que a maior fonte de *stress* para os adultos é o *stress* profissional. O *stress* ocupacional segundo Couto (1987) interfere na qualidade de vida modificando a maneira como o indivíduo interage nas diversas áreas da sua vida. Dessa forma, na área familiar pode ocorrer alta incidência de desajustamentos. O pouco tempo dedicado à família em função do alto investimento no trabalho acarreta a falta de suporte e apoio, quando necessário. Na área social, pode ocorrer isolamento e conseqüente falta de amigos. Culturalmente, pode ocorrer rigidez comprometedora do desempenho em fun-

ção da grande resistência a mudanças desenvolvidas. A criatividade fica prejudicada e um empobrecimento de valores pode ocorrer, principalmente se a pessoa assume uma forte tendência a buscar ou a se manter no poder.

Torna-se claro que os efeitos do *stress* excessivo e contínuo não se limitam ao comprometimento da saúde no geral, mas também ao prejuízo para a qualidade de vida e à produtividade do ser humano, o que leva a um interesse grande pelas causas e pelos métodos de redução do *stress*.

Segundo Lipp (1984), o *stress* pode ser originado de fontes externas e internas. As fontes internas estão relacionadas com a maneira de ser do indivíduo, tipo de personalidade e seu modo típico de reagir à vida. Muitas vezes não é o acontecimento em si que pode ser estressante, mas a maneira como é interpretado pela pessoa. Os estressores externos podem estar relacionados com as exigências do dia-a-dia do indivíduo, como os problemas de trabalho, familiares, sociais, morte ou doenças de um filho, perda de uma posição na empresa, não concessão de um objetivo de trabalho, perda de dinheiro ou dificuldades econômicas, notícias ameaçadoras, assaltos e violências das grandes cidades, etc. Muito freqüentemente, o *stress* ocorre em função da ocupação que a pessoa exerce.

Kyriacow & Sutcliffe (1981) definem o *stress* ocupacional como um estado emocional desagradável, pela tensão, frustração, ansiedade, exaustão emocional em função de aspectos do trabalho, definidos pelos indivíduos como ameaçadores. O *stress* ocupacional agrava-se quando há por parte do indivíduo a percepção das responsabilidades e poucas possibilidades de autonomia e controle. As dificuldades em adaptar-se a essas situações levam ao *stress*. Dessa forma, a adaptação de um indivíduo a uma nova situação requer um

investimento de recursos que vai depender do seu tipo de comportamento, suas crenças e expectativas frente ao mundo.

Para Albrecht (1988), pode-se subdividir em três categorias os estressores na situação de trabalho: fatores físicos, fatores sociais e fatores emocionais. Para Lazarus & Lazarus (1994) a sobrecarga de trabalho, causada pela designação de muitas tarefas com prazos para a execução e muitas interrupções, a ambigüidade de prioridades, nível de autoridade e autonomia, incerteza quanto ao futuro e convívio com colegas insatisfeitos são fatores estressantes relacionados com o *stress* ocupacional.

No que se refere às fontes de *stress* identificadas nos juízes, os poucos trabalhos existentes nos EUA e no Canadá apontam para fatores como: sobrecarga de processos (Zimmerman, 1981), solidão do ato de julgar (Rogers *et al.*, 1991), conflitos entre valores profissionais e pessoais (Eells & Showalter, 1994) e determinadas características de personalidade (Suran, 1982; Showalter & Martell, 1985). Nenhum trabalho foi encontrado enfocando especificamente as fontes de *stress* ocupacional do juiz brasileiro.

A carreira de juiz apresenta-se como uma que além de ser especialmente difícil, importando em grandes quantidades de sacrifícios de ordem pessoal, exige uma perfeita consciência das limitações impostas. Por outro lado, o juiz não se mantém indiferente e imperturbável diante dos múltiplos problemas e situações que se lhe apresentam. O juiz no seu papel de intérprete e distribuidor de justiça deve ter a permanente preocupação de bem aferir as desigualdades sociais, o que pode levar a um considerável nível de *stress* (Zimmerman, 1981).

Perfil do Magistrado Brasileiro

Vianna *et al.* (1997) traçaram o perfil do juiz brasileiro como se descreve a seguir. No Brasil, a idade média dos juízes concursados em atividade é de 42,4 anos. As diferenças no perfil etário da magistratura são significantes quando considerados alguns estados. Rio Grande do Sul, São Paulo e Pernambuco têm, respectivamente, 51%, 54% e 56% dos juízes com até 40 anos de idade, distinguindo-se do Rio de Janeiro, cujo índice é de cerca de 33,7%. A Justiça Federal e a Justiça do Trabalho apresentam um perfil etário mais jovem. Quanto à participação feminina, as regiões Norte e Sul assinalam índices superiores a 20%, sendo que o Rio de Janeiro conta com cerca de 30% de mulheres nos quadros da magistratura.

No que diz respeito à formação universitária, idade média de ingresso no curso de Direito é de 21,8 anos, situando-se a mediana em 25 anos. A duração média do curso é de 5,3 anos. Observa-se, ainda, que a trajetória universitária do magistrado é significativamente dependente de suas origens familiares: o ingresso tardio no curso de Direito associa-se a um perfil familiar de escolaridade mais baixa e de ocupações menos qualificadas. Com relação ao ingresso na magistratura, o intervalo médio entre a graduação em Direito e o concurso para a magistratura é de 5,9 anos, situando-se a mediana em 5 anos. Este fato sugere que a opção pelo concurso público é majoritariamente precoce, observando-se, ainda, uma tendência ao ingresso mais rápido na magistratura entre aqueles que se graduaram mais cedo.

A trajetória típica de um juiz inclui a passagem por um período probatório de dois anos – em geral, em

juízo único, antes de adquirir vitaliciedade. No estágio inicial de sua carreira, o juiz experimenta uma significativa mobilidade: cerca de 60% dos magistrados permaneceram um tempo inferior a cinco anos no órgão em que adquiriram vitaliciedade. Quanto ao tempo de permanência na carreira, 71,9% dos juízes aposentados à época da pesquisa exerceram suas atividades por mais de dez anos, sendo o tempo médio o de 17,6 anos.

O juiz de primeiro grau da Justiça Comum – bem como dos demais ramos da Justiça – inicia sua carreira como juiz não vitalício, cumprindo um período probatório de dois anos, usualmente em uma comarca de menor importância situada no interior do estado. Nessas condições, ele se encontra exposto a uma multiplicidade temática, exercendo judicatura penal, cível, administrativa, e, em alguns casos menos frequentes, matérias federal e trabalhista – 65,5% dos juízes adquiriram vitaliciedade em juízos únicos, onde são julgados feitos de toda natureza. Sua confirmação como juiz vitalício depende, pelo menos em tese, da aferição do seu bom desempenho durante esses dois primeiros anos de atividade.

Especialmente nessas pequenas comarcas, mais do que viver um processo solitário em que ele internaliza os papéis descritos e esperados da sua profissão, o juiz tem a sua experiência dramatizada pelo desenraizamento e pelo isolamento cultural e social – 49,4% adquiriram vitaliciedade em comarcas de primeira entrância. Para os juízes de segundo grau concursados, o tempo médio de permanência como juiz vitalício de primeiro grau situa-se em 16,3 anos.

Há uma elevada mobilidade no início da carreira do magistrado, cujo primeiro patamar o retém por muito pouco tempo, ao estilo da carreira militar. O juiz transita rapi-

damente pelos estágios iniciais da carreira, permanecendo estacionado por um longo período nas principais entrâncias, aguardando uma eventual promoção para os tribunais de segundo grau. A grande concentração dos juízes no patamar intermediário da carreira consiste em um elemento estrutural que tensiona o sistema, incentivando entre eles uma competição, cujas regras tornam-se evidentes apenas quando o critério de promoção está referido à antigüidade.

A dinâmica de trabalho dos juízes, profissionais cuja rotina implica em excesso de tarefas com tempo escasso para a sua realização, responsabilidade por estar diante de tomada de decisões sobre a vida do outro, falta de reconhecimento, são alguns dos estressores que podem comprometer a saúde física e psicológica se estratégias adequadas e suficientes não forem utilizadas.

Os poucos estudos encontrados na área do *stress* ocupacional de juízes, além de referirem-se a outros países, abrangem todos os tipos de juízes, não averiguando as diferenças entre as várias funções por eles exercidas. Por exemplo, não se encontrou nenhum estudo que especificamente abordasse o *stress* do Magistado do Trabalho.

A presente pesquisa visou suprir esta lacuna estudando o *stress* ocupacional de juízes do trabalho no Brasil. Os objetivos principais foram averiguar a incidência e sintomatologia de *stress*, bem como o nível de qualidade de vida nas áreas social, da saúde, profissional e afetiva de Magistrados do Trabalho. Adicionalmente, pesquisaram-se as fontes de *stress* relacionadas com a atividade judicante para melhor se conhecer as variáveis que possam vir a ocasionar dificuldades nesta classe ocupacional. Investigaram-se também as estratégias mais tipicamente utilizadas por juízes do trabalho em uma tentativa natural de lidar com o *stress* excessivo.

Método

Participantes

A amostra foi composta por 75 Magistrados da Justiça do Trabalho da 15ª Região que aceitaram participar anonimamente da pesquisa.

Material

A coleta de dados utilizou um questionário de identificação elaborado com a finalidade de obter informações gerais sobre os participantes como o sexo, estado civil, tempo de profissão, cargo ocupado, dados do cônjuge e filhos. Incluía, também, uma questão sobre a fase da carreira quando o *stress* foi percebido como mais intenso e solicitava-se que incluíssem outros dados que eles considerassem relevantes. O nível de *stress* e sua sintomatologia foram avaliados por meio do uso do Inventário de Sintomas de *Stress* (ISS) elaborado com base nos conceitos de Selye e validado por Lipp e Guevara (1994). O ISS permite avaliar os sintomas de *stress* tanto em nível cognitivo como em nível somático. Possibilita ainda identificar a fase de *stress* em que o indivíduo se encontra.

A fim de verificar qual a percepção que os juízes tinham quanto ao *stress* ocupacional que o exercício da Magistratura do Trabalho envolve, foi solicitado que cada respondente desse uma nota de 1 a 10, sendo 10 a nota indicadora de “extremamente estressante” e 1 “pouco estressante” ao *stress* ocupacional da sua atividade. Esta escala de avaliação do *stress* foi utilizada pelo Instituto de Ciência e Tecnologia da Universidade de Manchester em 1992, em um estudo que comparou 19 profissões quanto ao nível de *stress* ocupacional envolvido em cada uma (University of Manchester, 1987).

O Inventário de Qualidade de Vida (IQV), publicado por Lipp e Rocha em 1995, foi utilizado com o objetivo de identificar o nível de qualidade de vida dos participantes. O IQV é composto por questões referentes a aspectos da vida quanto aos quadrantes profissional, saúde, social e afetivo. O conjunto de respostas dadas aos quadrantes indica o nível de qualidade de vida da pessoa.

A fim de identificarem-se as causas do *stress* ocupacional do grupo, utilizou-se o Inventário de Fontes de *Stress* de juízes (IFSJ) especialmente elaborado para esta pesquisa com base em um estudo piloto do qual fizeram parte quatro juízes. As principais fontes de *stress* por eles mencionadas foram relacionadas às dificuldades na vida familiar em função das exigências do trabalho, à sobrecarga, à falta do reconhecimento do seu trabalho e às dificuldades no relacionamento com os colegas de trabalho. As respostas foram então classificadas em categorias de eventos segundo a área das dificuldades apontadas. Entre eles citam-se os eventos econômicos, eventos que indicam insegurança, eventos que envolvem sentimentos de impotência e fracasso, eventos ligados ao relacionamento no trabalho, e outros.

Como parte do estudo piloto, coletaram-se dados que permitiram a elaboração do instrumento, Inventário de Estratégias de Manejo do *Stress* dos Magistrados (IESM) utilizado. O IESM foi também baseado nos conceitos de Girdano e Everly (1979) quanto às estratégias de enfrentamento. Algumas das estratégias utilizadas, segundo as respostas dos participantes, foram: “peço ajuda a Deus, converso com o cônjuge, pratico exercícios físicos, vou ao cinema” e outras.

Procedimento

Os juízes foram contatados por carta enviada pela Associação dos Magistrados da Justiça do Trabalho da 15ª Região (Amatra XV) na qual o presidente da associação solicitava a colaboração dos juízes em responderem aos questionários. Uma carta das pesquisadoras foi incluída explicando os objetivos da pesquisa e fornecendo informações sobre o sigilo e a liberdade em optar pela participação ou não no estudo. Os instrumentos que compõem a bateria de testes organizada especificamente para a avaliação do nível de *stress* do juiz do trabalho foram anexados. Os inventários foram enviados à Amatra XV em envelopes fechados e, posteriormente, enviados ainda nos envelopes fechados para as pesquisadoras, para análise. Deste modo, somente as pesquisadoras e sua equipe tomaram contato com as respostas dos participantes, o que garantiu o sigilo das respostas.

Resultados e Discussão

A amostra

A análise dos dados revelou que a amostra espontânea era constituída de 51% de mulheres e 49% de homens, com 47% do total na faixa etária entre 30 e 39 anos. Embora esta predominância tenha sido encontrada tanto para juízes de um sexo como do outro, identificou-se mais mulheres com menos de 29 anos, ou seja 18% de mulheres e 11% de homens, revelando uma tendência mais recente da entrada de mulheres na Magistratura, como já encontrado por Vianna *et al.* em 1997. Somente 12% da amostra total tinha mais de 50 anos, revelando o rejuvenescimento da Magistratura. No que se refere ao estado civil, 57 dos 75 respondentes eram casados, notando-se uma incidência de somente 4 divorciados na amostra, sendo 3 mulheres e 1

homem. Sessenta e três por cento da amostra total havia ingressado na Magistratura há menos de 5 anos e somente 11% há mais de 10 anos, o que se explica pela idade bastante jovem da maioria dos respondentes. Quarenta e um por cento dos juízes estavam casados há mais de 10 anos e tinham 2 filhos. Do total, 30% residia com mais três pessoas em casa e somente um juiz residia sozinho.

Época de maior *stress*

Quase metade da amostra considerou que o primeiro ano do exercício da carreira havia sido a mais estressante, 31% considerou que o *stress* ocupacional do juiz tem caráter cíclico e 20% alegou que o *stress* tende a acumular-se, aumentando com o tempo. O alto nível de *stress* experimentado no primeiro ano aponta para a necessidade de uma melhor iniciação e de apoio dos colegas mais experientes no início da carreira de Magistrado da Justiça do Trabalho. O caráter cíclico e cumulativo do *stress* através dos anos torna clara a necessidade de um treinamento especializado no manejo do *stress* que possa evitar o impacto aversivo do *stress* em uma população tão jovem e de tanta responsabilidade perante a sociedade.

Percepção do *stress* ocupacional

A média da nota aferida pelos juízes à sua atividade profissional, no geral, foi a de 8 com desvio-padrão de 2, indicando que o grupo considera o exercício da atividade da Magistratura do Trabalho como altamente estressante. A nota de 8,3 aferida pelos juízes foi semelhante ao estudo que o Instituto de Ciência e Tecnologia da Universidade de Manchester (University of Manchester, 1987) obteve para as pessoas que trabalham em minas (8,3), maior do que a de policiais (7,5), piloto de avião (7,5) e bombeiros (6,3).

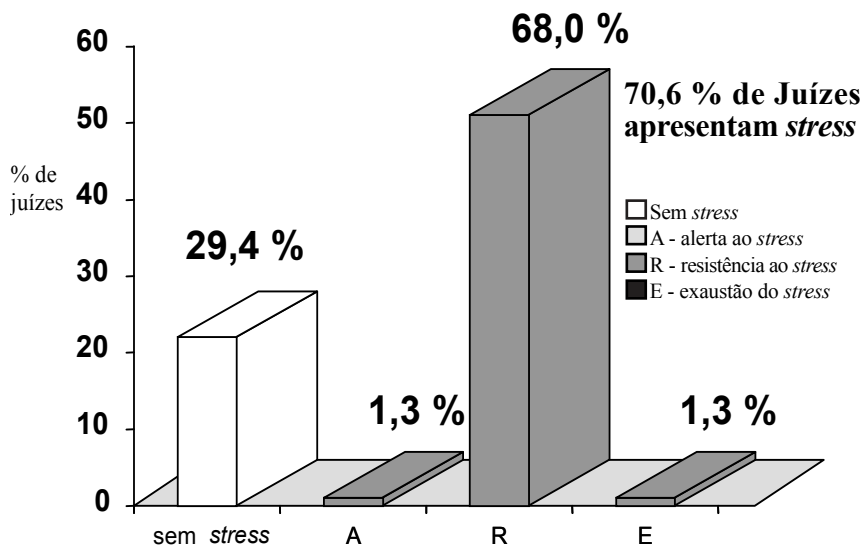
Incidência de *stress* e sintomatologia mais freqüente

O gráfico 1 mostra as percentagens de juízes com e sem *stress*, onde pode-se verificar que aproximadamente 71% da amostra apresentava sintomatologia típica de um quadro de *stress*. Observe-se também que 1,3% encontrava-se na fase de exaustão do *stress*, que é a fase mais adiantada onde doenças graves já estão presentes. Somente 29% não tinham sintomas de *stress*. A incidência de *stress* nos juízes do trabalho foi a mais alta encontrada nas pesquisas nacionais sobre o *stress* ocupacional, quando se compara policiais militares com 65% (Romano, 1989), jornalistas com 62% (Proença, 1998), enfermeiras com 60% (Villar, 1992) e executivos com 41% (Proença, Bortoletto & Lipp, 1996). O alto nível de *stress* encontrado confirma a avaliação realizada pelos próprios juízes quanto ao fato de ser a profissão altamente estressante, comparando-se com dados da literatura internacional com o *stress* de trabalhadores de minas, é maior do que o de pilotos de avião (University of Manchester, 1987).

A avaliação dos sintomas mais freqüentemente mencionados pelos juízes revelou que 71% deles tinham uma sensação de desgaste físico constante, 60% sofriam de tensão muscular e 52% apresentavam irritabilidade excessiva. Considerando-se as exigências habitualmente colocadas nesta classe ocupacional quanto à paciência que é necessária na análise e julgamento dos processos e sobrecarga de trabalho habitual, há de considerar-se a seriedade da alta incidência do *stress* e sintomatologia encontradas. A fim de desenvolver suas atividades de modo produtivo e preciso, pessoas com este nível elevado de *stress* precisariam despende um esforço extraordinariamente alto.

Sabe-se que o *stress* excessivo interfere no raciocínio lógico, a memória e a habilidade de decisão (Lipp & Malagris, 1995), deste modo torna-se de grande importância para a sociedade que trabalhos de prevenção do *stress* excessivo sejam realizados com os juízes da Justiça do Trabalho a fim de garantir-se julgamentos que não reflitam as complicações do *stress* ocupacional. Qualquer profissão que seja capaz de criar tais níveis de *stress* em quem a exerça exige uma atenção especial por parte de profissionais da saúde e também por parte das associações de classe, a fim de que o bem-estar não só destes profissionais seja preservado mas também para que a sociedade possa ser protegida das conseqüências que o *stress* excessivo pode acarretar.

Gráfico 1 Percentagem de Juízes com *stress*



Comparação entre o nível de *stress* de juízes e juízas

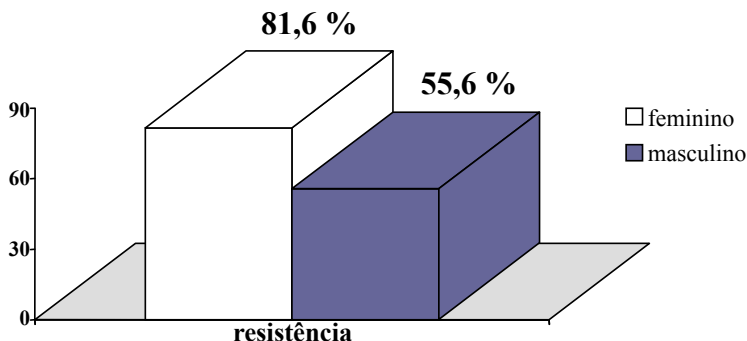
A grande maioria dos entrevistados encontrava-se na fase de resistência do *stress* (68%). Esta fase, a intermediária no processo do *stress*, caracteriza-se pelo cansaço físico e mental, dificuldades com a memória e uma maior vulnerabilidade a que doenças geneticamente programadas ou infecciosas ocorram devido à baixa no funcionamento do sistema imunológico. A produtividade pode também ser reduzida devido aos sintomas que aparecem. Se o organismo não consegue reverter o processo, a pessoa entra na fase de exaustão onde ela fica quase que impossibilitada de exercer suas funções.

Analisou-se a diferença entre juízes de acordo com o sexo e verificou-se, como pode ser visto no gráfico 2, que aproximadamente 82% das juízas e 56% dos juízes apresentavam *stress*, mostrando uma diferença significativa entre os sexos ($t = 2,24$, $p = 0,02$).

Pesquisas recentes têm revelado uma maior incidência de *stress* em mulheres brasileiras do que em homens (Lipp, Pereira, Floksztrumpf, Muniz & Ismael, 1996), mas a diferença encontrada na amostra de juízes é muito grande significando que o *stress* é maior em juízas em função da ocupação exercida. Este dado, que tem inclusive implicações para o bem-estar das famílias, aponta para a necessidade de um melhor preparo emocional e treinamento do *stress* para o exercício da Magistratura do Trabalho. Isto é especialmente importante considerando-se que, de acordo com Vianna *et al.* (1997), a maior concentração de juízas encontra-se na Justiça do Trabalho.

Gráfico 2

Juízes com *stress* segundo o sexo

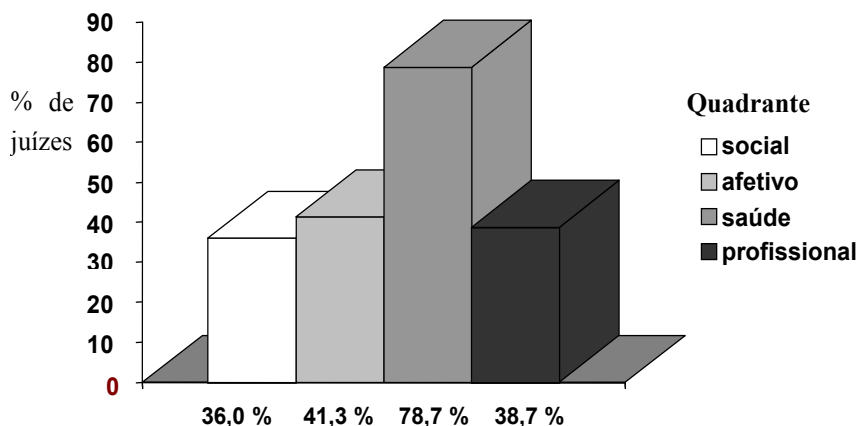


Avaliação da qualidade de vida

O nível de qualidade de vida dos Magistrados da Justiça do Trabalho foi avaliado no que se refere às áreas social, afetiva, profissional e da saúde. O gráfico 3 revela que aproximadamente 80% dos avaliados tinham má qualidade de vida na área da saúde, 41% tinham dificuldades na área afetiva, 39% gozavam de má qualidade de vida na área profissional e 36% não possuíam uma boa qualidade de vida social. No total, verifica-se que a amostra de juizes encontra-se bastante prejudicada em termos de qualidade de vida, o que é de se esperar considerando a alta incidência de *stress* verificada no grupo. É preocupante, no entanto, verificar que a Magistratura, órgão de tal importância para a sociedade no geral, esteja sendo exercida por profissionais que, devido às próprias pressões ocupacionais, se encontrem tão altamente prejudicados na área da saúde

e na sua qualidade de vida, no sentido mais amplo. Os dados apontam para a conclusão de que o exercício da Magistratura da Justiça do Trabalho deveria incluir um intenso treino de controle do *stress*, com reciclagens periódicas, a fim de garantir a saúde e o bem-estar de seus membros e a qualidade do processo judicial trabalhista.

Gráfico 3 Juízes com má qualidade de vida



Comparação entre juízes e juízas quanto à qualidade de vida

No quadrante social, um número maior de mulheres (71%) tinha uma qualidade de vida boa em comparação com homens (58%). Em todas as outras áreas, os dados se invertem e encontra-se sempre um número menor de mulheres usufruindo de uma qualidade de vida adequada em comparação com o número mais elevado de homens

com qualidade de vida melhor. Na área afetiva, onde 67% dos juizes do sexo masculino possuem qualidade de vida boa em comparação com 50% das mulheres. No quadrante profissional, 70% dos homens tinham boa qualidade de vida em comparação com 55% das juizas. Na área da saúde, tanto homens quanto mulheres apresentaram hábitos de vida comprometedores de sua qualidade, sendo que enquanto a situação dos homens era ruim, com somente 28% apresentando sucesso, apenas 16% das mulheres revelaram ter boa qualidade de vida neste setor tão importante do funcionamento humano. As maiores áreas de dificuldades quanto à qualidade de vida se referiam à percepção de falta de segurança oferecida pelo trabalho, a não fazer uso de técnicas de relaxamento ou de exercícios físicos para controlar a tensão física e mental e sentir que não havia tempo suficiente para se dedicarem à família.

Fontes de *stress* da atividade judicante

No levantamento das causas do *stress* observado, quatro itens foram mencionados por quase a totalidade dos respondentes. Eles foram: (1) número de feitos a julgar assinalado por 96% dos juizes; (2) salários que não correspondem às responsabilidades, desgaste e importância do cargo (95%); (3) falta de tempo para atualização (93%) e (4) sacrifício do tempo dedicado à vida familiar e social (92%). As fontes de *stress* mencionadas mais frequentemente pelos juizes avaliados fazem parte daquelas identificadas por Lazarus & Lazarus (1994) como algumas das mais intensas na criação do nível de *stress* ocupacional. A importância da sobrecarga de processos a serem julgados, como uma poderosa fonte estressora, já havia sido ressaltada no tocante a juizes americanos por Zimmerman (1981) e Nalimi (1992).

Outras fontes mencionadas foram solidão do ato de julgar, conflitos entre valores profissionais e pessoais. Existe evidência na literatura de que estas fontes estão também presentes em Magistrados de outros países, conforme mencionado por Eells & Showalter (1994) quanto a conflitos de valores de juízes americanos e Rogers *et al.* (1991) quanto à solidão do ato de julgar nos juízes canadenses.

Estratégias de enfrentamento mais utilizadas

Foi interessante verificar que a estratégia mais comumente utilizada por 69% dos juízes para fazer frente ao *stress* alto que experimentam no exercício de sua profissão é conversar com o cônjuge ou alguém com quem esteja afetivamente ligado. Pensar nos filhos foi outra estratégia assinalada pelos juízes casados (36%) e passear foi a segunda mais escolhida pelos solteiros (53%). A grande maioria (73%) alegou não ter feito ou estar fazendo no momento terapia. Os dados revelam a importância de um vínculo afetivo na minimização do *stress* uma vez que conversar com alguém significativo é uma estratégia frequentemente utilizada pelos juízes. Naturalmente, isto também aponta para um possível nível elevado de *stress* em cônjuges de juízes, uma vez que o *stress* de uma pessoa pode criar níveis elevados de *stress* nas outras com quem convive. Considerando o alto nível de *stress* do grupo e sua qualidade de vida tão prejudicada, uma das estratégias para lidar com a situação seria justamente a busca de uma terapia especializada em *stress* que lhes garantisse a aquisição de estratégias de enfrentamento, o que 73% disse não fazer. Talvez isto indique a necessidade de um melhor esclarecimento para o grupo quanto à contribuição que um psicólogo especializado nesta área pode prestar para a classe.

Correlação entre níveis de *stress* e qualidade de vida

A influência do *stress* nos quadrantes da qualidade de vida foi avaliada pelo uso da estatística Qui-quadrado. Verificou-se existir uma correlação significativa entre ter *stress* e o nível de qualidade de vida nas áreas da saúde (Qui-quadrado = 6,63, $p < 0,01$) e afetiva (Qui-quadrado = 6,10, $p < 0,01$). Considerando-se que a estratégia mais utilizada pelos juízes para lidar com o *stress* é a conversa com alguém afetivamente importante, conclui-se que essas pessoas que dão apoio enfrentam uma situação difícil, pois além de darem o apoio, não estão recebendo em troca a atenção e o tempo de convivência agradável com os parceiros, uma vez que o *stress* está afetando a qualidade do relacionamento afetivo dos participantes.

Conclusão

O presente trabalho revelou que os juízes da Justiça do Trabalho avaliados percebiam sua profissão como uma das mais estressantes, semelhante a de trabalhadores de minas e maior do que a dos pilotos de avião. A percentagem dos juízes com sintomas significativos de *stress* foi muito alta (71%), sendo que o número de juízas com *stress* era significativamente maior do que o de seus colegas do sexo masculino exercendo as mesmas funções. A qualidade de vida dos respondentes estava muito prejudicada em vários aspectos, principalmente na área da saúde. O quadrante afetivo também apresentava um número grande de juízes com uma qualidade aquém do esperado. O fracasso nestas duas áreas estava significativamente correlaciona-

do com o nível alto de *stress* detectado. A fonte de *stress* mais freqüentemente mencionada foi o número excessivo de processos a julgar e a estratégia mais comumente utilizada para lidar com a tensão era a de conversar com o cônjuge ou alguém afetivamente importante. Os sintomas de *stress* mais encontrados foram a sensação de desgaste, cansaço e tensão muscular. Só uma minoria fez ou fazia terapia, praticava exercícios físicos ou fazia uso de técnicas de relaxamento.

Os dados obtidos revelam um quadro preocupante no que toca a uma classe ocupacional que exerce a função fundamental de julgar processos trabalhistas, onde a capacidade de raciocínio, o poder da lógica, a memória e a paciência são qualidades absolutamente imprescindíveis para o adequado desenvolvimento dos processos e tomada de decisões justas. A saúde e a qualidade de vida desta classe trabalhista estão sofrendo o impacto de um nível de *stress* excessivamente alto e isto, por si só, já mereceria uma atenção especial das associações de classe e de profissionais da área da saúde. Acrescente-se à esta preocupação humanista, outra, mais abrangente, que é a do impacto que tal nível de *stress* poderia, se não controlado, causar nos processos trabalhistas a serem julgados. Uma ação preventiva em forma de um treinamento na administração do *stress* é de fundamental importância para aqueles que se encontram no exercício da Magistratura da Justiça do Trabalho.

Referências Bibliográficas

ALBRECHT, K. **O gerente e o estresse**. Rio de Janeiro: Zahar. Work. (2nded.). London: Peguin, 1988.

COUTO, H. A. **Stress e qualidade de vida dos executivos**. Rio de Janeiro: COP, 1987.

COVOLAN, M. **O stress ocupacional do psicólogo clínico: seus sintomas, suas fontes e as estratégias utilizadas para controlá-lo**. Dissertação (Mestrado)-Departamento de Pós-Graduação em Psicologia Clínica, Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas, 1989.

CÚRCIO, M. A. C. **Estudo do estresse e qualidade de vida de uma amostra de pacientes oncológicos**. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica). Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas, 1991.

DI MARTINO, V. Occupational stress: a preventive approach. International Labour Office. **Conditons of work digest**, v. 11, n. 2, p. 3-22, 1992.

EELLS, T. D.; SHOWALTER. Work-related stress in American trial judges. **Bulletin American Academy of Psychiatry Law**, v. 22, n. 1, p. 71-83, 1994.

EVERLY, G.S. **Innovations in disaster and trauma psychology**. Mryland: Chevron Publ. Co., 1995.

FONTANA, D. **Estresse**. São Paulo: Saraiva, 1991.

FRANÇA, H. H. A Síndrome de “burnout”. **Revista Brasileira de Medicina**, v. 44, n. 48, p.197, 1987.

GIRDANO, D. A., EVERLY, G. S. **Controlling stress and tension**. Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1979.

KYRIACOW, C., SUTCLIFFE, J. Social support and occupational stress among school teachers. **Educational Studies**, v. 7, n. 1, p. 55-60, 1981.

LAZARUS, R. S.; LAZARUS, B. N. **Passion and reason: making sense of our emotions**. N.Y.: Oxford University Press, 1994.

LIPP, M. E. N. Stress e suas implicações. **Estudos de Psicologia**, v. 3, p. 5-19, 1984.

LIPP, M. E. N. **Pesquisas sobre stress no Brasil**. Campinas: Papyrus, 1997.

LIPP, M. E. N.; GUEVARA. Validação empírica do Inventário de Sintomas de Stress. **Estudos de Psicologia**, v. 11, n. 3, p. 42-49, 1994.

LIPP, M. E. N.; ROCHA, J. C. **Stress, hipertensão e qualidade de vida**. Campinas: Papyrus, 1995.

LIPP, M. E. N.; ROMANO, A. S. P. F.; NERY, M. I. **Como enfrentar o stress**. São Paulo: Ícone Editora, 1986.

LIPP, M. E. N.; SASSI, L.; BATISTA, I. Stress ocupacional na equipe cirúrgica. **Cadernos de Pesquisa**, v. 3, n. 1-2, p. 57-64, 1997.

MACIEL, S.V. Atleta juvenil feminina: correlação entre características psicológicas, stress e lesões osteomusculares.

In: LIPP, M. E. N. Lipp (Org.). **Pesquisas sobre stress no Brasil**. Campinas: Papyrus, 1997.

MALAGRIS, L. E. N. Stress e úlceras gastroduodenais: interações clínico-psicológicas. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica). Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas, 1992.

MYERS, D. Worker stress during longterm disaster recovery efforts. In G. S. Everly (Ed). **Innovations in disaster and trauma Psychology**. Maryland: Chevron Publ. Co., 1995.

PERLMAN, S. B.; HARTMAN, E. A. Burnout: sumary and future research. **Human relations**. v. 35, p. 283-305, 1982.

PROENÇA, I. M. **Stress Ocupacional e Qualidade de vida de jornalistas da mídia impressa diária**. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica). Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas, 1998.

REINHOLD, H. H. Stress ocupacional no Professor. In: LIPP, M. E. N. (Org.). **Pesquisas sobre stress no Brasil**. Campinas: Papyrus, 1997.

ROGERS, J. M.; FREEMAN, S. J.; LESAGE, P. The occupational stress of judges. **Canadian J. Psychiatry**, v. 36, p. 317-322, 1991.

ROMANO, A. S. P. F. **Levantamento das fontes de stress ocupacional de soldados da polícia militar e o nível de stress por ela criado: uma proposta de curso de controle de stress específico para a polícia militar**. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica)-Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas, 1989.

SHOWALTER, C. R.; MARTELL, O. L. Personality, stress and health in American Judges. **Judicature**, v. 69, p. 82-87, 1985.

SILVA, A. C. A. **Estresse, estressores, e qualidade de vida de bancários: um estudo exploratório com uma amostra de funcionários do Banco do Brasil**. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica). Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas, 1992.

SOARES, D. S. M. **O stress do executivo brasileiro: diferenças e similaridades entre homens e mulheres**. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica). Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas, 1990.

SURAN, B. G. Psychological disability among judges and other professionals: some causes and cures. **Judicature**, v. 66, p. 185-193, 1982.

VIANNA, L. W.; CARVALHO, A. R.; MELO, P. C. M.; BURGOS, B. M. **Corpo e alma da Magistratura Brasileira**. 2ª ed. Rio de Janeiro: Revan, 1997.

VILLAR, M. A. L. **Working environment at an emergency assistance hospital**. Trabalho apresentado no International Symposium on Work-related Diseases: Prevention and Health Promotion. Linz, Austria, 1992.

University of Manchester Institute of Science and Technology. Understanding stress: Part II, London: HMSO, 1987.

ZIMMERMAN, I. M. Stress: what it does to judges and how it can be lessened. **Judges Journal**. v. 4, p. 18-22, 1981.

Expediente

Editoração e Diagramação

Setor de Cerimonial do TRT da 15ª Região

Elza Nunes Pereira

Patrícia Izumi da Silva

Capa

José Fernando Camargo - Setor de Imprensa

Patrícia Izumi da Silva - Setor de Cerimonial

Revisão

Serviço de Documentação e Publicações Técnicas

Maria Inês Braga Pinheiro (Diretora)

Setor de Publicações Técnicas

Laura Regina Salles Aranha

Rosiane Cristina Runho Lucarelli

Impressão

Setor de Gráfica do TRT da 15ª Região

1ª Tiragem - 500 exemplares

Tribunal Regional do Trabalho da 15ª Região

Rua Barão de Jaguara, 901 - Centro

13015-927 Campinas SP

PABX: (19) 3236-2100

www.trt15.gov.br