



**FACULDADE DE CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS – FASA**  
**CURSO DE ADMINISTRAÇÃO**  
**ÁREA: COMPORTAMENTO ORGANIZACIONAL**

**OS IMPACTOS DA TPM NO AMBIENTE DE TRABALHO: UM  
ESTUDO DE CASO EM UMA EMPRESA DE SEGUROS DE BRASÍLIA**

**LISANE BUENO DE MORAES**  
**2040059-3**

**PROFESSOR ORIENTADOR: MARCELO GAGLIARDI**

**Brasília/DF, Junho de 2007**

**LISANE BUENO DE MORAES**

**OS IMPACTOS DA TPM NO AMBIENTE DE TRABALHO: UM  
ESTUDO DE CASO EM UMA EMPRESA DE SEGUROS DE BRASÍLIA**

Monografia apresentada como um dos requisitos para conclusão do curso de Bacharel em Administração do UniCEUB – Centro Universitário de Brasília.

Professor Orientador: Marcelo Gagliardi

**Brasília/DF, Junho de 2007**

**LISANE BUENO DE MORAES**

**OS IMPACTOS DA TPM NO AMBIENTE DE TRABALHO: UM  
ESTUDO DE CASO EM UMA EMPRESA DE SEGUROS DE BRASÍLIA**

Monografia apresentada como um dos requisitos para conclusão do curso de Bacharel em Administração do UniCEUB – Centro Universitário de Brasília.

Professor Orientador: Marcelo Gagliardi.

**Brasília \_\_\_\_\_ de Junho de 2007.**

**Banca Examinadora:**

---

**Professor Marcelo Gagliardi  
Orientador**

---

Professor(a):

Examinador(a)

---

Professor(a):

Examinador(a)

***"Todos os dias Deus nos dá um momento em que é possível mudar tudo que nos deixa infelizes. O instante mágico é o momento em que um 'sim' ou um 'não' pode mudar toda a nossa existência".***  
**Paulo Coelho**

Agradeço:

A minha família, ao carinho e a torcida pelo meu sucesso.

As minhas amigas Júlia, Valdirene, Germana, Luíza, Bruna e Rachel, ao apoio.

Ao Carlos, a todo amor, companheirismo e incentivo sempre.

A professora Rose Mary Gonçalves, a ajuda nos primeiros passos deste trabalho.

Ao Professor Orientador Marcelo Gagliardi, sem a ajuda do qual este trabalho não teria se concretizado.

## RESUMO

Considerando o grande destaque que as mulheres alcançaram no mercado de trabalho torna-se interessante o estudo do impacto da Tensão Pré – Menstrual no ambiente organizacional. Os sintomas da TPM ainda são banalizados pela sociedade e alguns estudos constataram que a produtividade da mulher é reduzida no período pré – menstrual assim como suas habilidades de socialização. O estudo traz uma explicação sobre a TPM e seus sintomas, mostra estudos dos impactos desses sintomas na mulher e no ambiente que a cerca, expõe relatos femininos sobre o tema fazendo a contextualização desse cenário no ambiente de trabalho. Para a concretização do trabalho realizou-se pesquisa bibliográfica enfatizando livros publicados sobre TPM e a consequência de seus sintomas e como fonte secundária, utilizou-se a aplicação de questionários na empresa Alfa que foi o alvo desse estudo.

Palavras-chave: Tensão Pré – Menstrual, sintomas da TPM, satisfação no trabalho, conflitos interpessoais e produtividade.

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO .....</b>	<b>8</b>
<b>2 EMBASAMENTO TEÓRICO.....</b>	<b>11</b>
2.1 Emoções e afetos no trabalho.....	11
2.2 Inteligência emocional .....	12
2.3 Conflitos no ambiente de trabalho.....	14
2.4 Satisfação no trabalho e produtividade .....	15
2.5 O que é TPM .....	16
2.6 Os Sintomas da TPM .....	17
2.7 Causas da TPM.....	17
2.8 TPM no trabalho.....	19
<b>3 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS.....</b>	<b>22</b>
3.1 Incidência da TPM.....	22
3.2 Sintomatologia.....	22
3.3 Relações interpessoais e produtividade .....	23
<b>4 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>30</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>32</b>
<b>APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO.....</b>	<b>33</b>
<b>APÊNDICE B – TABELAS E GRÁFICOS .....</b>	<b>35</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Durante o ciclo menstrual, várias alterações hormonais ocorrem no organismo da mulher podendo provocar manifestações físicas e psíquicas. Para algumas mulheres essas manifestações podem ser tão profundas que chegam a prejudicar seu dia-a-dia: o desempenho profissional, social e pessoal. Quando isso ocorre esses sintomas (físicos ou psíquicos) são chamados de Tensão Pré-Menstrual (TPM) ou Síndrome Pré-Menstrual.

Segundo uma pesquisa realizada pela Townsend consultoria os setores exclusivamente femininos apresentam uma queda de produtividade ligada ao período da Tensão Pré-Menstrual que representa 10%, em comparação aos setores exclusivamente masculinos (RHCENTRAL, 2006).

Estima-se que 85% das mulheres apresentam algum sintoma pré-menstrual, desse grupo, de 30% a 40% procura ajuda médica para alguns sintomas e de 2% a 10% dessas mulheres é tão severo que, nesses dias, elas ficam invalidadas (RHENTRAL, 2006).

Por muito tempo a os sintomas decorrentes da TPM foram banalizados e vistos como “simulação”, “frescura”, “desculpa para não ir ao trabalho” e era comum escutar: “ela está naqueles dias”. Entretanto, a Tensão Pré-Menstrual e os efeitos que seus sintomas podem produzir começam a ser debatidos nas organizações.

Visto que as mulheres alcançaram grande destaque no mercado de trabalho, torna-se imprescindível a avaliação do prejuízo que os possíveis sintomas da TPM possam causar as organizações.

Pesquisas constataram que os acidentes de trabalho são agravados, determinados pela diminuição da destreza manual das funcionárias durante a fase pré-menstrual e que os sintomas da TPM podem interferir na concentração e habilidade mental causando erros de digitação e arquivamento, ocasionando redução da produtividade das mulheres neste período.

Outros estudos verificaram aumento das ausências no trabalho devido a cefaléia e depressão. E, a irritabilidade e agressividade foram averiguadas como os principais sintomas causadores de conflitos interpessoais.

Este trabalho tem como intuito demonstrar a importância desse assunto no sentido em que possam reduzir os prejuízos e maximizar a qualidade de vida no

trabalho não só para as mulheres, mas também para as pessoas com quem trabalham.

O tema central abordado é: Os Impactos da TPM no ambiente de Trabalho: Um Estudo de Caso em uma empresa de seguros de Brasília. Tendo como justificativa que conhecendo-se o tema será possível explicar e valorizar essa particularidade feminina, buscando entendimento e compreensão das profundas transformações pelas quais as mulheres passam. Além disso, como os sintomas da TPM afetam o comportamento da mulher poderá conseqüentemente afetar as relações profissionais bem como a sua produtividade. Tomando conhecimento desse assunto será possível o estudo de soluções visando à melhoria do clima organizacional, das relações profissionais e da produtividade da mulher que sofre de TPM potencializando assim a melhoria da organização como um todo. E por fim, academicamente irá gerar conhecimento acerca do tema visto que ainda é um tema pouco abordado nas organizações.

O objetivo geral deste trabalho é analisar os impactos da TPM no ambiente de trabalho a partir de um estudo de caso em uma empresa de seguros de Brasília. E como objetivos específicos procura-se conhecer as alterações hormonais que ocorrem no corpo na mulher; apontar os sintomas da TPM e suas conseqüências; demonstrar os conflitos gerados pelos sintomas da TPM no ambiente de trabalho. E com isso, busca-se responder ao problema deste trabalho: A Tensão Pré – Menstrual pode influenciar na produtividade e nas relações interpessoais do ambiente de trabalho?

Entende-se por metodologia, de acordo com Gil (2002, p. 162), “os procedimentos a serem seguidos na realização da pesquisa”. Um dos procedimentos a ser realizado é a determinação do tipo de pesquisa do qual se trata o estudo. Este trabalho pode ser classificado como Exploratório, pois ainda segundo Gil (2002, p. 41), “estas pesquisas tem como objetivo proporcionar maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito ou a constituir hipóteses”.

Adotou-se como fonte de informação primária a pesquisa bibliográfica que segundo Gil, (2002, p.44) é realizada “com base na utilização de material já elaborado constituído principalmente de livros e artigos científicos”.

O método utilizado foi o dedutivo visto que esse parte de um plano geral para um específico. Descartes (*apud* LAKATOS, 1991) cita que “o método dedutivo

fundamenta-se em premissas, e premissas verdadeiras levam inevitavelmente à conclusão verdadeira”.

Uma das técnicas utilizadas para a realização desta pesquisa foi a observação que segundo Rudio (*apud* RAMPAZZO, 2002, p. 104), “é um dos meios mais freqüentemente usados pelo ser humano para conhecer e compreender pessoas, coisas, acontecimentos e situações”. Nesse trabalho empregou-se a observação assistemática ou não estruturada que de acordo com Rampazzo (2002, p. 104), é aquela “que se realiza sem planejamento e sem controle anteriormente elaborados, como decorrência de fenômenos que surgem de imprevisto”.

Outra técnica utilizada trata da aplicação de questionários que para Rampazzo (2002, p. 110), “é um instrumento de coleta de dados constituído por uma série ordenada de perguntas(...)”. Tais questionários continham 24 perguntas e para respondê-las utilizou-se o padrão de Likert com uma escala de 5 níveis:

1. Concordo totalmente;
2. Concordo em parte;
3. Indiferente;
4. Discordo em parte;
5. Discordo totalmente.

O questionário continha ainda uma questão onde era permitida a escolha de mais de uma resposta e também uma questão subjetiva. Foram entregues em uma empresa de seguros de Brasília para todas as funcionárias, ou seja, tratou-se de um censo, totalizando 34 questionários.

## **2 EMBASAMENTO TEÓRICO**

A tensão pré-menstrual muitas vezes é vista como o período no qual a mulher fica diferente, agindo de forma mais impaciente e agressiva. É comum pensar que este comportamento é normal ao seu gênero. Os homens costumam dizer, de forma debochada, que “elas estão naqueles dias” e as mulheres costumam passar por esse período sem dar atenção aos seus sintomas e as conseqüências que eles podem causar a sua vida. De certa forma as mulheres também acreditam que “estão naqueles dias” e acreditam também que não há maneiras de atravessar por essas alterações físicas e psíquicas de uma forma mais amena. Dessa forma, simplesmente se deixam invadir pelos sintomas da TPM.

Como foi comentado anteriormente, existem pesquisas que constataram que durante o período pré-menstrual as mulheres podem apresentar uma redução nos seus índices de produtividade. E também há relatos de absenteísmo e conflitos gerados pelos sintomas da TPM.

A satisfação com o ambiente de trabalho tem uma grande contribuição para o sucesso no alcance de resultados positivos e pode ser também um diferencial para que isso ocorra. Dessa forma, os sintomas da TPM influenciam essa satisfação no ambiente de trabalho na medida em que podem afetar as relações interpessoais (como fonte de conflitos) e a produtividade de trabalho (com absenteísmo, dores menstruais, depressão).

Portanto faz-se necessário abordar as emoções e os afetos no ambiente de trabalho e de que forma a expressão das emoções pode afetá-lo. Logo é feita uma análise sobre uma ferramenta de controle emocional que apresenta-se como uma excelente contribuição na melhoria do ambiente de trabalho: a Inteligência Emocional.

### **2.1 Emoções e afetos no trabalho**

A Tensão Pré – Menstrual interfere de forma significativa na vida das mulheres, atuando tanto em seu sistema biológico como no seu sistema psíquico. Um dos pontos mais visíveis dentre todos os sintomas é a manifestação de determinadas emoções de certa forma até exageradamente. Pode-se fazer uma grande ligação entre a TPM e as emoções e elas serão a chave para o desenvolvimento desse trabalho.

As emoções são os sentimentos intensos direcionados a alguém ou a alguma coisa (ROBBINS, 2005, p. 88). Portanto, são específicas aquela pessoa, naquele fato ocorrido e tem a função de expressão do indivíduo.

As emoções e os afetos dão uma tonalidade especial à existência humana e exercem um importante papel no ajustamento social e no desenvolvimento da pessoa, pois representam a forma de manifestação do medo, da alegria, tristeza, surpresa, raiva e todos os outros componentes importantes a expressão da individualidade (GONDIM; SIQUEIRA, 2004, p. 208).

Sabendo que a emocionalidade da mulher fica alterada no período pré-menstrual pressupõem-se que é necessário um cuidado maior com a expressão das emoções.

Embora os estados emocionais sejam sentidos no nível intrapessoal, ou seja, ninguém mais do que a própria pessoa para saber o que sente, é no processo de socialização, cujo principal objetivo é de inserir a pessoa a uma determinada cultura, que se aprende em que contextos alguns sentimentos devem ser expressos ou inibidos (GONDIM; SIQUEIRA, 2004, p. 208).

Como dito anteriormente apenas a própria pessoa pode saber o que está sentindo, entretanto as conseqüências de suas emoções podem ser experimentadas pelas outras pessoas. Uma mulher que atravessa o período pré-menstrual tende a ficar mais irritada e explosiva e se não tiver as distinções necessárias para controlar tais sinais outras pessoas acabarão sentindo também as conseqüências de sua TPM.

Segundo Deaux (1985, *apud* ROBBINS, 2005, p. 91), as mulheres expressam mais suas emoções do que os homens e Brody e Hall (1993, *apud* ROBBINS, 2005, p.91) afirmam que “elas experimentam as emoções mais intensamente e demonstram com mais freqüência tanto emoções positivas como negativas”.

Com base nessas afirmações pode-se dizer que seria fácil encontrar mulheres que expressam emoções frutos das alterações causadas pela TPM. No entanto, no ambiente de trabalho faz-se necessário controlar as emoções negativas ou inapropriadas como raiva, choro, gritos, grosserias gratuitas, perder a paciência com um colega. Um mecanismo que aparenta ser de grande ajuda neste âmbito de controle chama-se Inteligência Emocional.

## **2.2 Inteligência emocional**

A inteligência emocional pode ser definida, segundo Salovey e Mayer (*apud* GONDIM; SIQUEIRA, 2004, p. 223) como as “habilidades para monitorar sentimentos e

emoções pessoais e de outras pessoas, fazer distinções entre eles e usar estas informações para guiar os próprios pensamentos e ações”.

Sugerem-se cinco categorias de habilidades que compõe a Inteligência Emocional: autoconsciência, automotivação, autocontrole, empatia e sociabilidade. (GOLEMAN, *apud* GONDIM; SIQUEIRA, 2004, p. 223).

Neste trabalho, deve-se destacar a importância da sociabilidade que refere-se a capacidade de lidar com a emoção das outras pessoas, o autocontrole que consiste em administrar as próprias emoções e impulsos e a autoconsciência que é a capacidade de ter consciência dos próprios sentimentos (ROBBINS, 2005, p. 94).

Ao aperfeiçoar sua Inteligência Emocional a mulher poderá tornar-se hábil a conhecer a si próprio e ao seu corpo, bem como as alterações que nele ocorrem (autoconsciência). Ao se conhecer entenderá melhor suas emoções e reações e assim poderá controlá-las (autocontrole). Deste modo, tornará-se apta a lidar com os sentimentos dos outros (sociabilidade).

Uma mulher que sofre dos sintomas da TPM, tendo uma Inteligência Emocional madura, saberá identificar quando está sendo afetada por esses sintomas e não permitirá que seja tomada por eles. Terá melhor tolerância a frustração e controle da ira, melhor capacidade de expressar adequadamente e lidar com a tensão, menor casos de ofensas verbais e brigas, e um comportamento menos agressivo e destrutivo (GOLEMAN, 1995, p. 300). E ainda segundo Goleman, (1995, p. 300), a inteligência emocional proporcionará aumento no poder de sociabilidade, uma vez terá maior capacidade de ouvir os outros, maior sensibilidade com o sentimento do outro e empatia.

Em uma organização é notória a importância desse assunto. Visto que a Inteligência Emocional torna-se uma habilidade valiosa para mulheres que exercem o papel de funcionárias, gerentes, supervisoras, diretoras e presidentes. Com essa habilidade uma funcionária que foi destrutada por sua chefe, que estava com TPM, saberá entendê-la e desconsiderará o caso, não permitindo que sua relação com ela se altere por esse fato e nem que permaneça um clima ruim no ambiente de trabalho. Assim, como uma chefe que está com TPM não mostrará descontrole emocional ao se irritar facilmente com um de seus funcionários

Aperfeiçoar o autoconhecimento, o autocontrole e a sociabilidade, sabendo lidar com as emoções dos outros, poderá tornar as relações de trabalho mais saudáveis e assim contribuir para um melhor ambiente de trabalho.

### 2.3 Conflitos no ambiente de trabalho

Os conflitos podem trazer graves conseqüências às organizações tanto no âmbito das relações interpessoais quanto na produtividade, afetando também a satisfação com o trabalho.

Segundo K.W. (*apud* ROBBINS, 2005, p.326), “conflito é um processo que tem início quando uma das partes percebe que a outra parte afeta, ou pode afetar, negativamente alguma coisa que a primeira considera importante”.

De acordo com Robbins (2005, p. 326), os conflitos podem “gerar condições caóticas que tornam praticamente impossível que os funcionários trabalhem em conjunto”. Esse cenário gera preocupação para as empresas, pois a produtividade é fruto do trabalho de seus funcionários. Logo, torna-se interessante ter um ambiente de trabalho saudável.

Comportamentos de irritabilidade, impaciência, grosseria, crises de explosão são fatores que geralmente levam a conflitos e segundo Robbins (2005, p. 329) “as variáveis pessoais, valores e características da personalidade de cada indivíduo são fontes potenciais de conflitos dentro das organizações”. Esses comportamentos são comuns à mulheres com TPM, o que pode gerar entre colegas e entre chefes e subordinados um ambiente de trabalho ríspido, agressivo e tenso. Trata-se de uma reação em cadeia que afeta toda a organização.

Há literaturas que afirmam que os conflitos disfuncionais podem reduzir a eficácia dos grupos:

A oposição fora de controle leva ao descontentamento; que age para a dissolução dos laços comuns; que por sua vez acaba causando a destruição do grupo. Entre as conseqüências mais indesejáveis estão um descompasso na comunicação, a redução da coesão do grupo e a subordinação das metas do grupo às prioridades das lutas entre seus componentes. Em situações extremas, o conflito pode paralisar o grupo e até ameaçar potencialmente a sua existência (WALL; CALLISTER, *apud*, ROBBINS, 2005, p. 334 e 335).

Sabendo que os conflitos podem causar danos tanto às relações interpessoais quanto a produtividade das empresas, torna-se interessante observar os sintomas da TPM e sua atuação sobre as mulheres e em seus ambientes de trabalho. Sabe-se que a irritação é um sintoma comum a TPM o que talvez possa ser um facilitador de conflitos. Os conflitos constantes podem gerar um ambiente de trabalho tenso e de inseguranças o que conseqüentemente afeta o bem estar dos funcionários e sua satisfação em relação ao trabalho.

## 2.4 Satisfação no trabalho e produtividade

As relações interpessoais podem fazer a diferença para o alcance dos resultados esperados em uma organização. Segundo Cohen e Fink (2003, p. 222), “uma relação positiva leva a resultados bons para a realização da tarefa e a satisfação continuada dos participantes” e afirmam ainda que “um grupo mais coeso terá por definição, um alto grau de satisfação geral”.

Certos comportamentos advindos dos sintomas da TPM podem provocar, ao longo do tempo, um ambiente de trabalho hostil e degradável. Diegoli (1998, p. 22) conta o caso de uma gerente que, durante uma crise de TPM, agrediu uma de suas subordinadas e foi demitida. Ainda segundo Diegoli (1998, p. 16), é descrito um episódio de uma jovem funcionária que disputava um cargo de chefia e ao qual acreditava ter a competência necessária para alcançá-lo. Ao descobrir que um funcionário sem tanta experiência tinha sido escolhido, ficou furiosa e foi “tirar satisfações” com a chefia. Expôs tudo que sentia e achava de forma ríspida e grosseira, estava descontrolada. “Estava irritada demais para ficar quieta”. Ela relata: “Sentia-me a mais infeliz das mulheres. Naquela noite eu menstruei e, no dia seguinte, não precisava mais acordar cedo, estava desempregada”.

Esses são apenas alguns exemplos de comportamentos agressivos e explosivos que podem ser causados pela TPM e que podem afetar de maneira drástica as relações interpessoais no ambiente de trabalho e prejudicar tanto chefes quanto subordinados.

Um estudo na Wyatt Company, *WorkAmerica*, realizado em 1998 identificou 12 pontos relativos a satisfação no trabalho dentre eles está a convivência com colegas e a supervisão (ROBBINS, 2005, p. 66). O que evidencia que mulheres com TPM que costumam compartilhar suas alterações hormonais com o restante dos colegas poderão afetar negativamente o ambiente de trabalho com um todo.

A Teoria dos Eventos Afetivos (WEISS; CROPANZANO, *apud* ROBBINS, 2005, p. 92) afirma que “os trabalhadores reagem emocionalmente às coisas que lhe acontecem no trabalho e que isso afeta seu desempenho e a sua satisfação”.

A partir de Gondim e Siqueira (2004, p. 208), “o ambiente externo é o que influencia as emoções, o humor e o afeto do trabalhador, o que pode facilitar ou dificultar o desenvolvimento de um clima propício ao bem estar no trabalho”. Ainda segundo Gondim e Siqueira (2004, p. 221), “uma pesquisa realizada por Gianakos,

com 266 pessoas constatou que 25% dos trabalhadores expressam raiva no ambiente de trabalho e isso tem efeito no bem estar psicológico e físico da pessoa”.

É nesse sentido que admitimos que os processos psicossociais, ou seja, aqueles que envolvem interações sociais no trabalho, só podem ser compreendidos se levarmos em conta as emoções e os afetos. As emoções, definidas como processos de múltiplos componentes cognitivos, motivacionais, comportamentais e fisiológicos, cada vez mais devem ser percebidas como a origem e o resultado de interações sociais e influências ambientais. São as emoções e os afetos que contribuem para a efetividade organizacional (variável de impacto no contexto), visto que são fatores que dão qualidade às relações humanas no trabalho (DREU, *et al*, *apud* ZANELLI; ANDRADE; BASTOS, 2004, p. 216).

Assim, verifica-se que a produtividade está intimamente relacionada à qualidade das relações interpessoais e conseqüentemente da satisfação no ambiente de trabalho. Dessa forma deve-se agir para que os conflitos sejam minimizados com o intuito de gerar um ambiente mais satisfatório. Visto que alguns sintomas da TPM podem atuar como facilitador de conflitos no ambiente de trabalho, faz-se necessário um maior esclarecimento sobre a TPM e seus sintomas, assim como sua interferência no ambiente de trabalho.

## 2.5 O que é TPM

É comum acreditar que a TPM é intrínseca a mulher. Várias percebem que em um determinado período do mês sofrem algumas alterações que lhe provocam incômodo e dor. Entretanto, muitas delas não sabem ao certo o que acontece e nem o que a TPM é, realmente.

A Tensão Pré-Menstrual um conjunto de sintomas físicos e emocionais provocados por variações hormonais e costuma aparecer mais intensamente de 3 a 5 dias antes da menstruação, podendo ocorrer até 15 dias e necessariamente desaparecendo nos primeiros dias de sangramento menstrual (RASCOVSKI, 2005).

A característica mais forte do período menstrual é o fato de ser cíclico, ou seja, sempre se repete. Portanto, as alterações hormonais citadas anteriormente também se repetirão, mês a mês. Esses hormônios têm ligação direta com o sistema nervoso central, logo, uma flutuação hormonal pode ser um fator de desestabilização do organismo provocando alterações que afetem desde o corpo até o psíquico da mulher.

Os principais hormônios que agem no ciclo menstrual são o estrogênio e a progesterona. A queda na taxa de estrogênio e a elevação na taxa de progesterona

estão associadas a diminuição da serotonina que é um neurotransmissor que regula o sono, o humor e o padrão alimentar.

## 2.6 Os Sintomas da TPM

Existem inúmeras sintomatologias derivadas da TPM. Entretanto, não significa que todas se manifestarão. Os sintomas, tal como sua intensidade, variam de pessoa para pessoa e mesmo de mês em mês. Algumas mulheres são mais predispostas a uns sintomas do que outras. Há mulheres que podem nem apresentá-los. Estima-se mais de 150 sintomas para a TPM entre eles os principais são:

a) Psíquicos: irritabilidade, ansiedade, tensão, agressividade, depressão, choro fácil, esquecimento, dificuldade de concentração, instabilidade emocional, insônia, isolamento, falta de iniciativa, compulsão por doces, aumento do apetite, diminuição da libido dentre vários outros;

b) Físicos: cefaléia, dor e inchaço nas mamas, pernas e pés, dor nas costas, inchaço no abdômen, cansaço, tontura, taquicardia, aumento do peso (por inchaço, acúmulo de líquidos e gorduras), náuseas e acne (DIEGOLI; FONSECA; DIEGOLI, 1998, p. 18).

Conforme uma pesquisa (DIEGOLI; FONSECA; DIEGOLI, 1998, p. 35) realizada com 1000 mulheres do ambulatório de Ginecologia do Hospital das Clínicas de São Paulo pode-se apresentar os seguintes resultados:

	<b>Idade</b>	<b>Ausente</b>	<b>Leve</b>	<b>Moderado</b>	<b>Intenso</b>
<b>Idade</b>	10 a 19	48,3	26,3	22,4	2,9
	20 a 29	39,3	33,8	22,3	4,4
	30 a 39	29,4	32,8	28,4	9,1
	40 a 49	28,7	18,5	36,6	16
<b>Total</b>	-	<b>36,1</b>	<b>28,9</b>	<b>27,1</b>	<b>7,9</b>

Quadro 1: Incidência de sintomas pré-menstruais segundo a faixa etária.

Fonte: Diegoli; Fonseca e Diegoli, 1998, p. 35.

A partir da análise do quadro, percebe-se que a TPM ocorre com maior destaque após os 30 anos. Idade em que a maioria das mulheres trabalha fora. Portanto, as manifestações decorrentes da TPM tendem a causar um impacto maior em suas vidas pessoais e profissionais.

## 2.7 Causas da TPM

Era comum, mesmo entre os médicos, acreditar que a causa da TPM fosse psicológica, ou que algumas mulheres se queixavam mais do que outras, ou que

todos os inconvenientes sofridos pelas mulheres antes da menstruação eram de fato “coisas de mulher” e que elas deveriam aprender a conviver com isso.

Entretanto essa visão mudou. Segundo Severino e Moline (*apud* DIEGOLI; FONSECA; DIEGOLI, 1998, p.37) acredita-se que “a mulher nasce com predisposição genética que se manifestará ou não ao longo de sua vida, dependendo dos fatores externos (ambientais) e internos (biológicos)”.

Na figura 1, pode-se observar a influência de alguns fatores no desencadeamento da TPM:

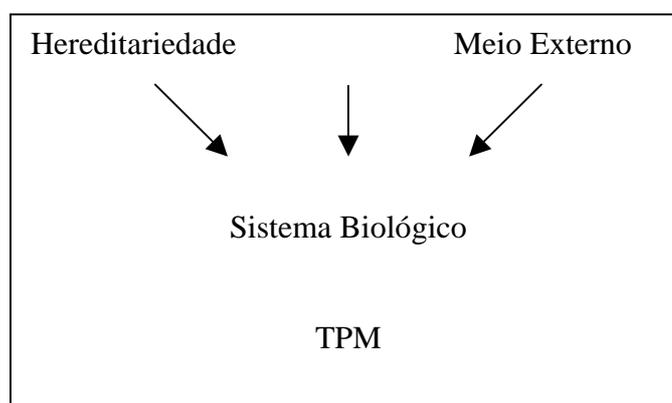


Figura 1: Fatores Desencadeantes da TPM.

Fonte: Diegoli; Fonseca e Diegoli, 1998, p. 37.

No âmbito da hereditariedade, Kantero e Widhom (*apud* DIEGOLI, 1998, p.37) realizaram uma pesquisa na qual observaram que:

70% das meninas cujas mães apresentavam a sintomatologia também tinham TPM. Se uma das irmãs gêmeas tiver TPM, então a probabilidade de a outra ter é de 93%, se forem gêmeas idênticas (homozigotas) e 44% se forem dizigotas.

No campo que tange ao meio externo, é sabido que alguns fatores exógenos podem desencadear e até piorar a intensidade dos sintomas da TPM. Pode-se citar como exemplo desses fatores:

Problemas conjugais, dificuldades econômicas, doenças na família, pressão no trabalho, estresse, nascimento de filhos, desemprego, etc. Estes fatores alternariam a concentração dos neurotransmissores (serotonina, dopamina e adrenalina, entre outros), desencadeando, portanto, a sintomatologia (DIEGOLI; FONSECA; DIEGOLI, 1998, p. 37).

Em relação ao sistema biológico é importante ressaltar a atuação dos hormônios, neurotransmissores e alterações fisiológicas. Segundo Stella (2006), “estudos recentes têm relacionado muitos dos sintomas da TPM a alterações nos níveis de neurotransmissores, como a serotonina, e a baixos níveis de endorfina”.

O triptofano, um aminoácido obtido somente a partir da alimentação, é o precursor da síntese de serotonina. Desta forma, variações dos níveis

deste aminoácido podem levar a alterações nas concentrações de serotonina no cérebro, podendo causar depressão, alterações do apetite e distúrbios do sono (STELLA, 2006).

Já a endorfina é uma substância capaz de gerar um efeito analgésico, relaxante e até mesmo euforizante ao organismo (STELLA, 2006).

Quando os estrógenos e progesterona diminuem na quarta semana do ciclo, também diminui a produção das endorfinas. Nesta fase surgem os sintomas decorrentes da diminuição desse opiáceo (fisiológico), tais como ansiedade, tensão, cólicas abdominais, cefaléia, etc. Sabe-se também que as alterações hormonais podem provocar uma retenção maior de líquidos pelo corpo e em todos os órgãos femininos. Esse edema é capaz de afetar, inclusive, a função cerebral, pelo próprio acúmulo de líquidos no tecido neural. A retenção de líquidos pode provocar até alterações do estado emocional, tornando a paciente irritadiça, mal-humorada, inquieta, com certo grau de ansiedade (BALLONE, 2006).

Além da predisposição genética que é uma das grandes responsáveis pela TPM sabe-se que pressão no trabalho e stress podem potencializar a manifestação dos sintomas. Dessa forma deve-se dar uma atenção maior a esse ponto, visto que um trabalho que exija grande responsabilidade de uma mulher possa agravar sintomas como irritação, agressividade e cefaléia.

Vale considerar também o caso de uma funcionária que trabalha sob a supervisão de um(a) chefe bastante rígido(a) e que dessa forma sofrerá de uma pressão contínua na realização de suas tarefas. E esse clima de pressão pode, também, maximizar os sintomas pré-menstruais como crises de choro, dor de cabeça, irritabilidade, insônia. Esse cenário pode ser um dificultador no desenvolvimento do trabalho comprometendo sua produtividade.

## **2.8 TPM no trabalho**

Ocorrências de TPM são verificadas há vários séculos. De acordo com Diegoli (1998, p. 19), “Hipócrates (400 a.C.) já havia percebido que pressão na cabeça e fadiga eram alguns sintomas que antecediam a menstruação”.

Antigamente as mulheres não costumavam trabalhar fora, realizando apenas tarefas domésticas. Portanto, quando deparavam-se com os sintomas da TPM a amplitude dos seus efeitos era menor. Ribeiro (2006) comenta que “a mulher vivia em casa e em função da reprodução, e sob o paradigma da cooperação com o homem”.

Com o volumoso ingresso das mulheres no mercado de trabalho, elas enfrentam a jornada de trabalho, participando de treinamentos, viagens a negócios,

além de realizar as tarefas domésticas. Com tudo isso o impacto da TPM em suas vidas e na vida das pessoas com as quais se relacionam tende a se tornar mais profundo. Diegoli; Fonseca; Diegoli (1998, p. 36) acredita que “a sobrecarga de trabalho com dupla jornada (dentro e fora de casa) tem contribuído para o aumento da sintomatologia”.

Estudos realizados no México e na China verificaram que a TPM ocorre tanto em trabalhadoras rurais quanto em trabalhadoras urbanas. Ainda de acordo com Diegoli (1998, p. 36) verifica-se, entretanto, que a incidência de sintomas psíquicos se dá em maior proporção em mulheres que moram e trabalham na cidade.

O período menstrual apresenta duas fases distintas: Estrogênica e a Progesterônica. Ribeiro (2006) acredita que essas fases influenciam de maneira diferenciada no comportamento da mulher no ambiente de trabalho e cita que na fase progesterônica ela torna-se mais restrita em seu setor e não se expõe tanto.

Na fase estrogênica a mulher apresenta uma tendência competitiva, pele mais brilhante, stress é diminuído, apetite normal e o humor mais estável. No ambiente de trabalho é extrovertida, interessa-se mais pelo que acontece no mundo profissional (RIBEIRO, 2006).

Além de poder afetar a forma como a mulher se porta no ambiente de trabalho e encara as situações lá vivenciadas, os sintomas da TPM chegam a interferir inclusive nas tarefas mais simples.

A diminuição da habilidade mental e a dificuldade de concentração, explicam os erros tipográficos, os enganos no arquivamento de documentos, o café derramado e a dificuldade em localizar dados têm prejudicado muitas secretárias, embaraçadas pela descoberta de seus erros (COUTINHO, 1996, p. 96).

Os acidentes no trabalho constituem outro problema que é agravado durante a fase pré-menstrual. Segundo Coutinho (1996, p. 96), “pesquisas no Centro para Estudos da Segurança dos Estados Unidos revelaram que as 48 horas antes da regras são as mais perigosas, porque é o momento no qual ocorre a maioria dos acidentes”.

De acordo com Coutinho (1996, p. 96) “a *Texas Instruments*, por exemplo, cujos componentes eletrônicos são montados por mulheres, registra uma redução de 25% na produtividade das operárias na fase pré-menstrual”.

Dalton relata estudos que revelaram que durante a fase pré-menstrual ocorre uma deteriorização da firmeza dos braços e das mãos, o que representa um fator adverso para mulheres cujo trabalho exige destreza manual (COUTINHO, 1996, p. 96).

Apesar da existência de diversos fatores físicos, que causam grande incomodo para as mulheres, estudos revelaram que os sintomas psíquicos são os que mais ocorrem.

Mais de metade das pacientes, cerca de 65%, com TPM desenvolve sintomas emocionais e físicos. Apenas 5% apresentam sintomas físicos sem o componente emocional, enquanto cerca de 40% têm sintomas psíquicos sem componentes físicos (COUTINHO, 1996, p. 97).

Além das ausências no trabalho em conseqüência de enxaquecas e indisposições a TPM também pode interferir nas relações de trabalho, pois nessa época as mulheres costumam ficar mais irritadas e impacientes.

A cefaléia (dor de cabeça), a cólica e a depressão são as principais responsáveis pela ausência ao trabalho, enquanto a irritabilidade e a agressividade, em alguns casos, acabam provocando demissões no emprego (DIEGOLI; FONSECA; DIEGOLI, 1998, p. 22).

A partir de todos os dados apresentados, conclui-se que a Tensão Pré-Menstrual representa um assunto de fundamental importância a ser debatido no ambiente empresarial por representar um influente fator no cotidiano de trabalho. Podendo interferir nas mais simples tarefas como também nas decisões mais sérias.

Visto que as organizações possuem uma preocupação maior com a qualidade de vida dos funcionários e sabendo que essa constitui-se de um elemento importante para o equilíbrio do ambiente de trabalho, da qualidade e da produtividade, faz-se necessário uma maior apreensão e cuidado com a influência da Tensão Pré-Menstrual.

### **3 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS**

Com o intuito de averiguar o impacto que a Tensão Pré – Menstrual possui sobre o ambiente de trabalho, realizou-se uma pesquisa de campo em uma empresa de Brasília, sediada no Brasília Shopping, que oferece serviços no ramo de planos de saúde. Atua como intermediadora entre o beneficiário e as operadoras de saúde. Possui 82 funcionários dos quais 34 são mulheres.

A pedido da empresa e com a anuência do professor orientador a mesma será tratada neste trabalho como Empresa Alfa.

Os questionários foram entregues a todas as funcionárias da empresa Alfa com o intuito de constatar os sintomas apresentados por elas durante a TPM e assim analisar seus impactos na empresa e no trabalho. Foram colocadas algumas simulações de situações, encontradas na teoria, para analisar em que grau as respondentes concordavam ou discordavam. Assim, faz-se agora a comparação do embasamento teórico com o que foi encontrado na empresa estudada.

#### **3.1 Incidência da TPM**

Os 34 questionários entregues na empresa Alfa foram respondidos e apenas 2 funcionárias afirmaram não possuir TPM. Esses dados corroboram com a pesquisa que foi apresentada pelo site RhCentral que afirmavam que 85% das mulheres apresentavam TPM. O percentual encontrado na empresa foi de 94% segundo consta no gráfico 1, disponível no apêndice B.

Fica evidente que a maior parte das funcionárias apresentam os sintomas da tensão pré-menstrual e pode-se inferir que a empresa também é influenciada pelos sintomas sofrido por suas funcionárias e as conseqüências que podem trazer.

#### **3.2 Sintomatologia**

Os sintomas analisados foram os físicos e os psíquicos apresentados por Diegoli; Fonseca e Diegoli (1998). De acordo com que as funcionárias responderam pôde-se verificar a incidência de todos os sintomas psíquicos. Alguns com incidência mínima como insônia, falta de iniciativa e esquecimento. E outros com um elevado nível de incidência como irritabilidade, instabilidade de humor, ansiedade, choro fácil e depressão.

Em relação aos sintomas psíquicos também foram encontrados todos. Entretanto, os de maior incidência foram dor nas mamas, pernas ou pés, inchaço no abdômen e dor de cabeça. E o que menos apareceu foi náuseas.

É importante considerar que mesmo que certas sintomatologias tenham apresentado pouca incidência também é necessário considerá-las, pois, segundo foi exposto na teoria de base por Gondim e Siqueira (2004), apenas a própria pessoa pode saber o que sente. Entretanto com a socialização outras pessoas podem sofrer com as conseqüências da expressão de suas emoções.

Assim, se apenas uma funcionária apresenta insônia como sintoma da TPM, essa funcionária poderá afetar a empresa. Basta imaginar se ela for responsável pelo arquivamento de contratos. Tendo apresentado insônia é razoável presumir que ela não estará totalmente disposta ao trabalho no dia seguinte podendo causar enganos no arquivamento desses contratos.

### **3.3 Relações interpessoais e produtividade**

De acordo com os dados obtidos dos questionários foi possível verificar que os sintomas da TPM podem interferir no ambiente e na produtividade da empresa estudada.

Constatou-se que quando as funcionárias passavam pela TPM era perceptível aos outros. Infere-se daí que os sintomas as afetam de tal forma que chegam a mudar seu comportamento. Apresentando-se de uma forma diferente da habitual.

A maioria das funcionárias afirmou que ficam mais agressivas durante a TPM. Como pode ser observado por meio do gráfico 5 do apêndice B, 40,63% concordaram totalmente e 31,25% concordaram em parte com a afirmativa. Dessa maneira percebe-se que a empresa é alvo do aumento da agressividade das funcionárias no período pré - menstrual. Fato que pode ser catalisador de conflitos interpessoais o que também foi constatado como factível para a maioria das funcionárias. Quando questionadas sobre a possibilidade de se irritar facilmente com os colegas de trabalho, 38,71% concordaram totalmente e 29,03% concordaram em parte, como pode ser verificado no gráfico 2 do apêndice B. Uma das funcionárias deixou sua experiência no campo subjetivo do questionário:

*Me irritei com alguns funcionários. Era um motivo bobo que nem me lembro. Mas foi suficiente para que eu não suportasse mais ficar aqui. Fui embora para casa sem dar satisfação para ninguém.*

A funcionária acima conseguiu controlar-se e não provocar um desentendimento com seus funcionários. No entanto, deixou todo o trabalho a ser feito na empresa. Se houvesse algum trabalho com prazo determinado para o dia seguinte, esse seria perdido. Uma outra funcionária conta:

*No ambiente de trabalho os casos são sempre os mesmos, irritação com qualquer comentário. Tenho que me segurar para não ser grossa.*

A partir do relato dessa última funcionária analisou-se o gráfico 14 do apêndice B que trata da afirmação: Já teve crises de explosão no trabalho. Ao qual apenas 9,38% concordam totalmente e 18,31% concordaram em parte. Verifica-se que apesar do índice de concordância ser muito baixo, acredita-se que essa situação de explosão no ambiente de trabalho não tenha ocorrido devido a existência de uma postura profissional, que é exigida dentro da empresa. Contudo, algumas funcionárias alegaram que seguram essa vontade e descontam em casa ou nas pessoas mais próximas como maridos, filhos, empregada. Uma funcionária conta um desentendimento que teve com um chefe de outra empresa na qual trabalhou anteriormente a empresa Alfa:

*Um dia um ex-chefe reclamou que eu ficava pouco tempo na empresa e que eu tinha que ficar além do meu horário, a noite. Achei um abuso, porque eu tinha outras coisas pra fazer. Foi o suficiente pra gente discutir. Joguei algumas coisas na cara dele e ele me demitiu.*

O relato acima confirma que casos de demissão podem ocorrer devido a irritabilidade e agressividade causadas pela TPM, assim como expôs Diegoli; Fonseca e Diegoli (1998). Entretanto, apesar do relato acima, apenas 16,13% das funcionárias concordaram totalmente que a TPM é facilitadora de discussões no ambiente de trabalho. Mas 38,71% concordaram em parte com a afirmativa, como pode ser observado no gráfico 3 do apêndice B. Portanto, existe na empresa a probabilidade de ocorrer conflitos durante o período pré-menstrual de suas funcionárias. Entretanto, atitudes impulsivas como vontade de gritar com colegas ou chefes tiveram uma avaliação complexa, pois conforme os dados obtidos e representados no gráfico 9, as funcionárias apresentaram opiniões bastante próximas em relação a concordância (18,75% de concordância total e 21,88% de concordância em parte) e discordância (21,88% de discordância total e 12,50% de discordância em parte). Infere-se então que estas atitudes não estão determinadas a

acontecer dentro da organização, mas essa também não está livre desse tipo de comportamento, podendo ocorrer um caso em particular.

A questão que afirmava que em algumas situações as funcionárias agiam de forma descontrolada, como se não fossem elas, obteve um maior índice de concordância. De acordo com o gráfico 18, localizado no apêndice B, 18,75% das funcionárias concordaram totalmente e 31,25% concordaram em parte (9,38% foram indiferentes). Dessa forma, há na empresa a possibilidade de acontecer comportamentos descontrolados que possam vir a prejudicar clima do ambiente de trabalho. Comportamentos que corroboram Brody e Hall (1993, *apud* Robbins) que afirmam que as mulheres “experimentam as emoções mais intensamente e demonstram com mais frequência tanto emoções positivas como negativas”.

Como apresentado no gráfico 8, apêndice B, 46,88% das funcionárias concordaram totalmente e 25% concordaram em parte que pequenos desentendimentos no trabalho podem provocar choro. Fato que se compara a teoria de Deaux (1985, *apud* Robbins), que afirmava que as mulheres tendem a expressar mais suas emoções do que os homens. Uma funcionária até colocou um caso pelo qual passou:

*Fui pedir para que meu chefe assinasse uns papéis que eram urgentes. Tinha mais dois funcionários na sala dele. Ele me tratou muito mal, mandou eu sair. Me senti muito humilhada. Fui para o banheiro e chorei muito. Eu só queria ir embora. Mas tive que fingir que eu estava bem.*

Em uma situação como a anterior, se a funcionária não possuir as distinções necessárias para identificar que está mais sensível devido a TPM, ela poderá alimentar sentimentos ruins em relação ao ambiente de trabalho. O que pode causar uma reação em cadeia afetando até mesmo a qualidade do trabalho desenvolvido por ela.

A maioria das funcionárias afirmou que ficavam mais ansiosas durante o período pré-menstrual com 43,75% de concordância total e 28,13% de concordância parcial, segundo o gráfico 17, disponível no apêndice B. Essa ansiedade pode trazer dificuldade de concentração e conseqüentemente na realização do trabalho afetando sua qualidade. Dessa forma perguntou-se também sobre a dificuldade de concentração durante a TPM, resultando em 6,25% de concordância total e 46,88% de concordância em parte, de acordo com o gráfico 12 do apêndice B. Concluindo-se que a falta de concentração pode interferir, também, na realização do trabalho

acarretando prejuízos à produtividade. Os sintomas, citados acima, encontrados nas funcionárias da empresa Alfa corroboraram com a teoria de Diegoli; Fonseca e Diegoli (1998), que estudou os sintomas da TPM.

A partir desses últimos resultados é factível presumir que a desatenção iria se apresentar como um sintoma evidente nas funcionárias. De acordo com o gráfico 22 do apêndice B, verificou-se que a intensidade desse sintoma não se apresentou como o esperado, pois o índice de indiferença foi de 25%. O índice de concordância total foi de 18,75% e o de concordância em parte foi de 25%. Portanto, a probabilidade desse sintoma se apresentar não é tão forte quanto a demonstrada pelos dois últimos sintomas, mas também não deve ser desviada de atenções.

Assim, como ocorrido com o sintoma acima, a dificuldade para a tomada de decisão também não representa um fator que gere preocupação a empresa, pois os índices de concordância e discordância foram iguais e o da indiferença teve um valor elevado, 31,25%, como pode ser observado no gráfico 13 do apêndice B. Entretanto, esse sintoma não pode ser descartado, pois também pode se manifestar. A tomada de decisão é uma parte essencial da negociação. Visto que as funcionárias afirmaram ser indiferentes a influência da TPM na tomada de decisão, nas negociações elas também se apresentaram indiferentes com um percentual de 28,13% (gráfico 4, apêndice B).

Em relação a irritação com pequenos problemas no ambiente de trabalho, as funcionárias afirmaram que concordam com tal afirmação, com o índice de concordância total de 37,50% e 9,38% de concordância em parte, e o índice de discordância total foi de 21,88% e 15,63% de discordância em parte, de acordo com o gráfico 10 do apêndice B. Valores que evidenciam que a empresa pode ser afetada pelas conseqüências dessa sintomatologia. Uma funcionária conta:

*Há casos de ficar muito impaciente. Se eu tenho que explicar uma coisa pra outro funcionário e ele não entende da primeira vez fico irritada. Também quando estou fazendo alguma planilha e alguma coisa sai errada, não faço de novo deixo para outro dia.*

Dessa forma pode-se verificar o impacto desse comportamento na empresa. Quando a funcionária se irrita ao explicar uma tarefa a outro funcionário pode gerar medo de, no caso de dúvidas, perguntar a ela novamente como se faz. O que pode aumentar os índices de re-trabalho, reduzindo a eficiência desse. Assim também, como postergar uma atividade também influencia na qualidade, visto que ele pode ser parte de um grande processo que ficará atrasado.

Outro sintoma que poder impactar na produtividade de empresa e na qualidade do relacionamento interpessoal é a dor de cabeça. Pôde-se constatar, segundo o gráfico 21 do apêndice B que a maioria, com 59,38%, das funcionárias sofrem de tal incômodo. Sabendo que muitas vezes essas dores se assemelham a enxaquecas, com duração de vários dias e gerando desconforto em relação a luz, cheiros e barulhos, infere-se que esse incômodo também pode gerar desconforto na em relação ao ambiente de trabalho. Podendo, também, levar a funcionária a faltar o dia de trabalho, ou dificultar a execução das tarefas. Dessa forma foi afirmado: Faltaria o trabalho por estar sentindo dores menstruais: como cólicas ou dor de cabeça. E obteve-se como resultado a concordância total de 40,63% e 9,38% de concordância em parte das funcionárias. Ou seja, metade das funcionárias faltariam o trabalho se estivessem sentidos dores menstruais. Fato que confirma a teoria de Diegoli; Fonseca e Diegoli (1998) que afirmava que cefaléia e a cólica “são as principais responsáveis pela ausência ao trabalho”. Duas funcionárias ainda comentaram:

*Além da irritação o que acaba incomodando mesmo são as cólicas. Incomodam pra tudo, sentar, andar, ficar em pé. E não é sempre que remédios ajudam. Me dá vontade de ficar na cama.*

*Já passei muito mal no trabalho. Estava sentindo muita cólica e quando avisei meu chefe que queria sair mais cedo, ele ficou me perguntando o que eu tinha feito no dia. Achei muita falta de respeito e sensibilidade.*

Fatos que evidenciam tamanho incômodo que as cólicas menstruais podem causar as funcionárias inclusive afetando sua produtividade. Além disso, a incompreensão dos chefes, como é o caso do segundo comentário, pode influenciar no ambiente de trabalho dificultando a relação chefe/funcionário.

Um fator determinante na produtividade é a disposição para trabalhar. Dessa maneira foi questionado se o ânimo para trabalhar sofria redução durante a TPM. Foi verificado que 53,13% (gráfico 19, apêndice B) discordaram, entretanto o percentual de 46,88% de concordância, não pode ser desconsiderado, pois representa que quase metade das funcionárias apresentam esse sintoma.

Outra sintomatologia encontrada pela TPM é a depressão. Segundo o gráfico 7 do apêndice 2, 46,88% das entrevistadas concordaram totalmente e 34,81% concordaram em parte sobre a incidência desse sintoma sobre elas. E concomitante a depressão surgem suas conseqüências, como por exemplo, a vontade de se isolar

e falar pouco. Esse comportamento foi verificado e de acordo com o gráfico 16 do apêndice B, houve uma concordância total de 31,25% e uma concordância parcial de 40,63% que evidencia claramente que esse comportamento é manifestado pelas funcionárias da empresa Alfa. Também surgem comportamentos de indisposição, fazendo com que a mulher sinta vontade de só ficar quieta. Analisando o gráfico 20, que pode ser visualizado no apêndice B, verifica-se que 25% das funcionárias concordaram totalmente e 40,63% concordaram em parte com esse comportamento. Então, pode-se concluir que essa sintomatologia é predominante dentre as funcionárias, conseqüentemente afetando a empresa.

Outro comportamento derivado da depressão também avaliado foi o que a mulher sente-se mais chorosa e melancólica. Como mostra o gráfico 15 do apêndice B, 37,50% das entrevistadas concordam totalmente e também 37,50% concordam em parte com essa manifestação sintomática. Baseado em todos esses dados, pode-se concluir que grande parte das funcionárias dessa empresa, durante o período pré-menstrual, sofrem de depressão e suas variações como isolamento, melancolia. Esses sintomas podem afetar a formação e o trabalho em grupo, viagens de negócios, na qualidade de apresentações e reuniões e inclusive na criatividade e inovação na resolução de problemas dentro da empresa. Os sintomas acima representam a teoria de Ribeiro (2006) onde afirma que durante a fase progesterônica a mulher se torna mais restrita ao seu setor e não se expõe tanto.

Mulheres que apresentam o estado de depressão tendem a sentir sua auto-estima baixa, fato que pode ser ocasionado pela TPM. Visto que a maioria das funcionárias apresentou um quadro relevante de incidência depressiva durante a TPM, analisou-se a ocorrência desse sentimento de auto-estima baixa. Foi verificado, segundo o gráfico 11 do apêndice B, que 37,50% concordaram totalmente e 28,13% concordaram em parte com esse sintoma. Visto que a baixa auto-estima manifesta-se por meio da desvalorização pessoal e da insegurança, pode ser inferido que a funcionária possa ser afetada de forma a não se sentir segura em relação a sua competência, em não aceitar um novo desafio na empresa, um novo cargo, manifestar suas idéias em reuniões, fazer apresentações de projetos ou da empresa, ou até mesmo em atender um cliente. Afetando, conseqüentemente o desenvolvimento e produtividade da empresa.

Perguntadas sobre se a TPM ainda é vista como “frescura de mulher”, 50% das funcionárias concordaram totalmente e 12,50% concordaram em parte. Apenas

9,38% asseguraram indiferença, conforme pode ser observado no gráfico 24 do apêndice B.

Finalmente, afirmou-se que durante a TPM o trabalho e as relações interpessoais com os colegas são afetados. Os resultados encontrados não foram exatamente os esperados. Apenas 3,13% das funcionárias concordaram totalmente e 34,38% concordaram em parte, 21,88% afirmaram ser indiferentes. Também com 21,88% houve discordância em parte e com 18,75% as funcionárias discordaram totalmente, como pode ser averiguado pelo gráfico 25 do apêndice B.

Concluiu-se, que os resultados encontrados na empresa Alfa não corroboraram totalmente com os autores estudados, visto que a maioria das funcionárias afirmou que a TPM não influi no trabalho ou nas relações interpessoais. Entretanto, a conclusão não deve ser extraída apenas desses últimos dados. Foi feita toda uma análise na empresa sobre os sintomas da TPM e viu-se que muitos deles são bastante presentes e que, dessa forma, sua influência torna-se significativa no ambiente de trabalho e no trabalho em si. Os autores estudados representaram importância visto que grande parte da teoria apresentada por eles foi encontrada na empresa Alfa. Os sintomas encontrados nas funcionárias podem provocar absenteísmo, conflitos de trabalho, redução da produtividade e assim interferir no ambiente de trabalho prejudicando a empresa como um todo.

Os dados que mostram que a TPM ainda é vista como “frescura de mulher” evidenciam que esse ainda é um assunto que deve ser trabalhado com delicadeza nas organizações onde o primeiro passo é o conhecimento dessa característica feminina e a conscientização de seus sintomas e conseqüências tanto para a mulher quanto para a organização.

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O problema que procurou responder se a Tensão Pré – Menstrual poderia influenciar na produtividade e nas relações interpessoais do ambiente de trabalho obteve-se resultados favoráveis. A proposta foi atendida e a partir da avaliação de questionários entregues a funcionárias de uma Empresa de Seguros de Brasília pôde-se constatar que a TPM interfere de uma maneira geral na produtividade e nas relações interpessoais na empresa estudada.

Em relação aos objetivos específicos, esses foram atendidos descrevendo as alterações hormonais que ocorrem no corpo na mulher; apontando os sintomas da TPM e suas conseqüências e demonstrando os impactos gerados por esses no ambiente de trabalho da empresa em questão e inclusive expondo casos vividos pelas funcionárias.

O desenvolvimento desse trabalho foi importante na medida em que pôde-se entender as alterações hormonais que ocorrem no organismo feminino e que levam a manifestação dos sintomas descritos. Dessa forma, um passo foi dado com o intuito de quebrar o paradigma de considerar a Tensão Pré-Menstrual como “frescura de mulher” e à banalização do assunto. Soluções em relação à conflitos organizacionais e redução da produtividade, principalmente em setores exclusivamente femininos, podem ser idealizadas a partir deste estudo. Também serve de incentivo à novas pesquisas, pois trata-se de um assunto inovador e ainda pouco abordado nas organizações.

A realização deste estudo encontrou muitas dificuldades em relação a disponibilidade bibliográfica e também de outros estudos para servir como referência a autora, tornando-se assim um grande desafio. Contudo, foi bastante prazeroso visto que o tema é presente no mundo feminino, tornando a aplicação dos questionários valiosa.

Sugere-se a empresa Alfa que considere essa peculiaridade da mulher como sendo um assunto de importância para o ambiente organizacional devendo-se, assim, dar mais atenção aos sintomas e as conseqüências que essa característica feminina pode causar.

Como foi demonstrado, a grande maioria das mulheres entrevistadas acredita que a TPM ainda é tratada como “ela está naqueles dias”. Um caminho inicial que a empresa poderá seguir para tratar com mais zelo sobre esse assunto feminino seria,

primeiramente, dar mais atenção a essa questão e também promover palestras, com ginecologistas ou endocrinologistas. Com esses profissionais as mulheres aprenderiam melhor sobre as alterações hormonais que ocorrem no ciclo menstrual e que causam a TPM.

Apesar da TPM não ter cura e nem um remédio específico para controlá-la, existem maneiras de fazer com que sua atuação se torne mais amena. Nas palestras as funcionárias poderão identificar a intensidade de sua TPM, se é necessário acompanhamento médico ou a utilização de medicamentos, que tipo de exercícios físicos realizar, que alimento ingerir, enfim, aprender métodos para minimização e controle dos sintomas físicos e psíquicos.

Este aprendizado somará não somente à funcionária, em sua vida social, pessoal e no ambiente de trabalho, como também para a organização como um todo.

## REFERÊNCIAS

- BALLONE, G.J. <<http://www.psiqweb.med.br/sexo/tpm.html>> acesso em 16/06/2006;
- COUTINHO, Elismar Metzker. *Menstruação: a sangria inútil*. São Paulo: Gente, 1996;
- DIEGOLI, Mara Solange Carvalho; FONSECA, Ângela da; DIEGOLI, Carlos Alberto. *Vencendo a Tensão Pré-Menstrual*. São Paulo: Pioneira, 1998;
- GIL, Antônio Carlos. *Como elaborar projetos de pesquisa*. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002;
- GOLEMAN, Daniel. *Inteligência Emocional: Teoria Revolucionária que define o que é ser inteligente*. 17 ed. Rio de Janeiro: Objetiva, 1995;
- LAKATOS, Eva Maria. *Metodologia Científica*. 2. ed. São Paulo: Atlas, 1991;
- LAKATOS, Eva Maria, MARCONI, Maria de A. *Fundamentos de Metodologia Científica*. São Paulo: Atlas, 2003;
- LEVER, Judy; BRUSH, M.; HAYNES, Brian. *Tensão Pré-Menstrual*. São Paulo: Fontes, 1982;
- RAMPAZZO, Lino. *Metodologia Científica: Para alunos de graduação e pós-graduação*. São Paulo: Edições Loyola, 2002;
- RASCOVSKI, Alessandra <[http://www.aol.com.br/vida\\_saudavel/fornecedores/aol/2005/07/25/0001.adp](http://www.aol.com.br/vida_saudavel/fornecedores/aol/2005/07/25/0001.adp)>, acesso em 27/04/2006;
- RHCENTRAL <[http://www.rhcentral.com.br/noticias/noticia.asp?COD\\_noticia=2588](http://www.rhcentral.com.br/noticias/noticia.asp?COD_noticia=2588)> acesso em 06/06/2006;
- RIBEIRO, Yara: <[http://carreiras.empregos.com.br/carreira/administração/comportamento/070305-mulheres\\_lideres.shtm](http://carreiras.empregos.com.br/carreira/administração/comportamento/070305-mulheres_lideres.shtm)> acesso em 27/04/2006;
- ROBBINS, Stephen P. *Comportamento Organizacional*. 11. ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2005;
- STELLA, Roberta: [http://www1.uol.com.br/cyberdiet/colunas/020301\\_nut\\_x\\_tpm.htm](http://www1.uol.com.br/cyberdiet/colunas/020301_nut_x_tpm.htm), acesso em 04/06/2006.
- GONDIM, Sônia Maria Guedes e SIQUEIRA, Mirlene Maria Matias. Emoções e Afetos no Trabalho. In: ZANELLI, José Carlos; ANDRADE, Jairo Eduardo Borges; BASTOS, Antônio Virgílio Bittencourt. *Psicologia, organizações e trabalho no Brasil*. Porto Alegre: Artmed, 2004.

## APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO

O Questionário a seguir visa obter dados sobre o impacto da Tensão Pré-Menstrual no ambiente de trabalho. Esse levantamento é destinado ao trabalho de conclusão de curso - Monografia, em Administração - do UniCEUB. A sua colaboração é fundamental para esta pesquisa.

Você acredita ter TPM ?

( ) Sim

( ) Não

**Caso a resposta à pergunta anterior tenha sido "não", por favor, desconsidere as questões seguintes. E caso a resposta tenha sido "sim", responda o questionário indicando o grau em que você concorda ou discorda com cada sentença, assinalando apenas uma entre as cinco alternativas. Siga por favor a escala abaixo:**

**(1) Concordo Totalmente, (2) Concordo em Parte, (3) Indiferente, (4) Discordo em Parte, (5) Discordo Totalmente**

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
1) Durante a TPM já se irritou facilmente com os colegas de trabalho.					
2) A TPM é facilitadora de discussões no ambiente de trabalho.					
3) As negociações tornam-se mais difíceis.					
4) Você fica mais agressiva.					
5) Quando está com TPM é perceptível para as outras pessoas.					
6) Você fica depressiva durante a TPM.					
7) Um pequeno desentendimento no trabalho causaria choro.					
8) Durante a TPM tem vontade de gritar com colegas/chefes.					
9) Você se irrita facilmente com pequenos problemas no trabalho.					
10) Sente sua auto estima baixa.					
11) Tem dificuldade para se concentrar.					
12) Tem dificuldade para tomar decisões.					
13) Já teve crises de explosão no ambiente de trabalho.					
14) Durante a TPM sente-se mais chorosa, melancólica.					
15) Tem vontade de se isolar e falar pouco.					
16) Sente-se mais ansiosa.					
17) Em algumas situações se sente descontrolada, como se não fosse você.					
18) Seu ânimo para trabalhar diminui.					
19) Sente mais vontade de só ficar quieta.					
20) Sente mais dores de cabeça.					
21) Durante a TPM fica mais desatenta.					
22) Faltaria o trabalho por estar sentindo dores menstruais: como cólicas, dor de cabeça.					
23) A TPM ainda é vista como "frescura de mulher".					
24) Durante a TPM seu trabalho e a relação com os colegas de trabalho é afetada.					



## APÊNDICE B – TABELAS E GRÁFICOS

### 1) Você acredita ter TPM ?

	Incidência
Sim	32
Não	2

Tabela 1: Incidência da TPM na empresa Alfa

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

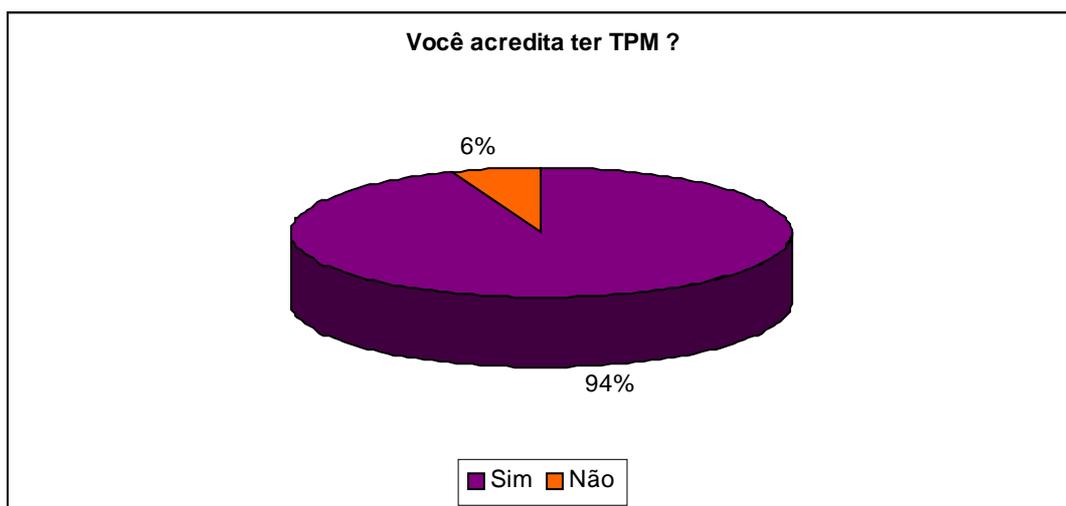


Gráfico 1: Incidência da TPM na empresa Alfa

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

### Comentários:

Para a realização da pesquisa, primeiramente constatou-se se a incidência da TPM nas funcionárias da empresa possuía um nível satisfatório para estudo. Foi encontrado um coeficiente ótimo para a realização desse trabalho, onde 94% das funcionárias acreditavam ter TPM e apenas 6% acreditavam não ter TPM.

De acordo com os resultados encontrados, a empresa Alfa foi considerada como um campo ótimo para a realização da pesquisa. Com grande parte de suas funcionárias apresentando os sintomas da TPM infere-se que esses podem afetar a empresa no âmbito das relações interpessoais e produtividade. Esses domínios foram avaliados e os resultados encontram-se a seguir.

2) Durante a TPM já se irritou facilmente com os colegas de trabalho.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	13	38,71%
<b>Concordo em Parte</b>	9	29,03%
<b>Indiferente</b>	2	6,45%
<b>Discordo em Parte</b>	4	12,90%
<b>Discordo Totalmente</b>	4	12,90%
<b>TOTAL</b>	32	100%

Tabela 2: Irritação com os colegas de trabalho

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

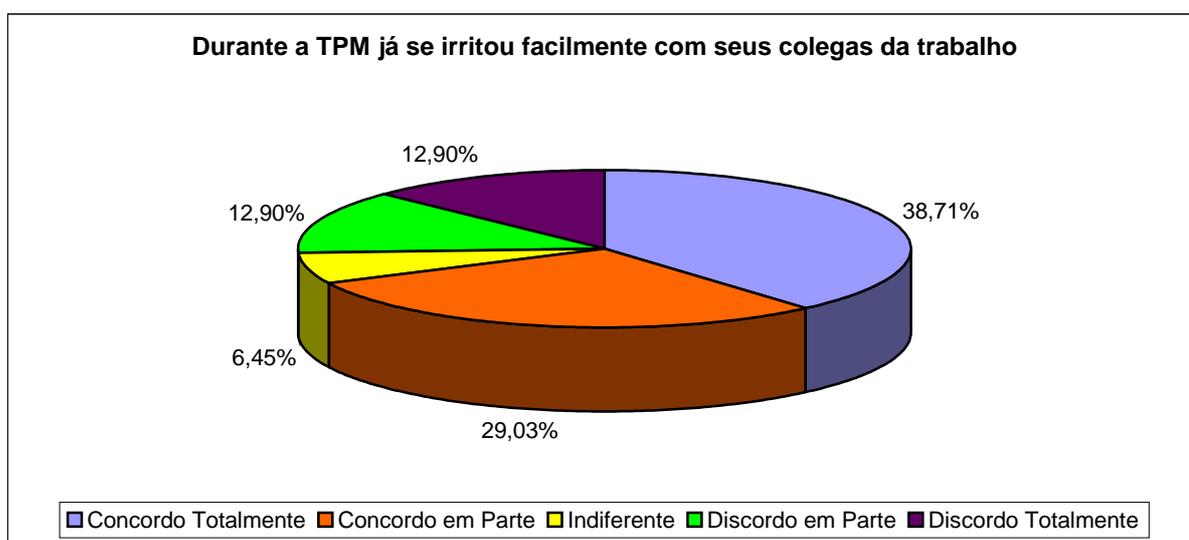


Gráfico 2: Irritação com os colegas de trabalho

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

Comentários:

Com o intuito de se analisar os conflitos dentro da empresa afirmou-se que durante a TPM as funcionárias se irritavam facilmente com os colegas de trabalho e foi verificado que 38,71% concordaram totalmente e 29,03% concordam em parte enquanto 12,90% das respondentes disseram não concordar totalmente, nem em parte com a afirmativa e 6,45% são indiferentes à assertiva. Somando uma concordância de 67,75% contra 32,25% que não concordam totalmente, nem em parte ou são indiferentes.

Dessa forma, pode-se concluir que há uma grande probabilidade de ocorrer conflitos no ambiente de trabalho nessa empresa pelo fato da grande maioria das funcionárias terem afirmado que se irritam facilmente com os colegas durante a TPM.

3) A TPM é facilitadora de discussões no ambiente de trabalho.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	6	16,13%
<b>Concordo em Parte</b>	12	38,71%
<b>Indiferente</b>	4	12,90%
<b>Discordo em Parte</b>	4	12,90%
<b>Discordo Totalmente</b>	6	19,35%
<b>TOTAL</b>	32	100%

Tabela 3: TPM como facilitadora de discussões no trabalho  
Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

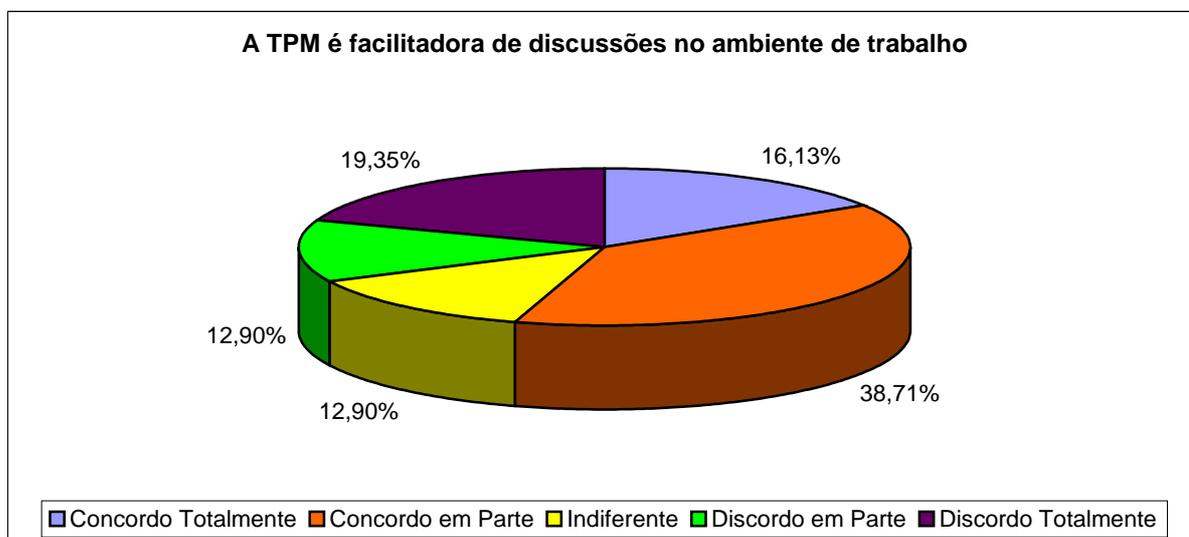


Gráfico 3: TPM como facilitadora de discussões no trabalho  
Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

**Comentários:**

Também afirmou-se que a TPM é facilitadora de discussões no ambiente de trabalho e apenas 16,13% concordaram totalmente, no entanto 38,71% concordaram em parte, 12,90% se mostraram indiferente e com o mesmo percentual outras discordaram em parte. Enquanto que 19,35% discordaram totalmente. O que resulta em 54,85% de concordância para a afirmativa e 45,15% de discordância ou indiferença.

Assim, conclui-se que existe a possibilidade de ocorrer conflitos durante o período de TPM, visto que a grande maioria das funcionárias concorda com as afirmativa de que a TPM é facilitadora de discussões no ambiente de trabalho. O que pode representar um ponto negativo no âmbito relacional e também de produtividade dentro da empresa em questão.

## 4) As negociações tornam-se mais difíceis durante a TPM.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	5	15,63%
<b>Concordo em Parte</b>	6	18,75%
<b>Indiferente</b>	9	28,13%
<b>Discordo em Parte</b>	7	21,88%
<b>Discordo Totalmente</b>	5	15,63%
<b>TOTAL</b>	32	100%

Tabela 4: Dificuldade em negociar

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

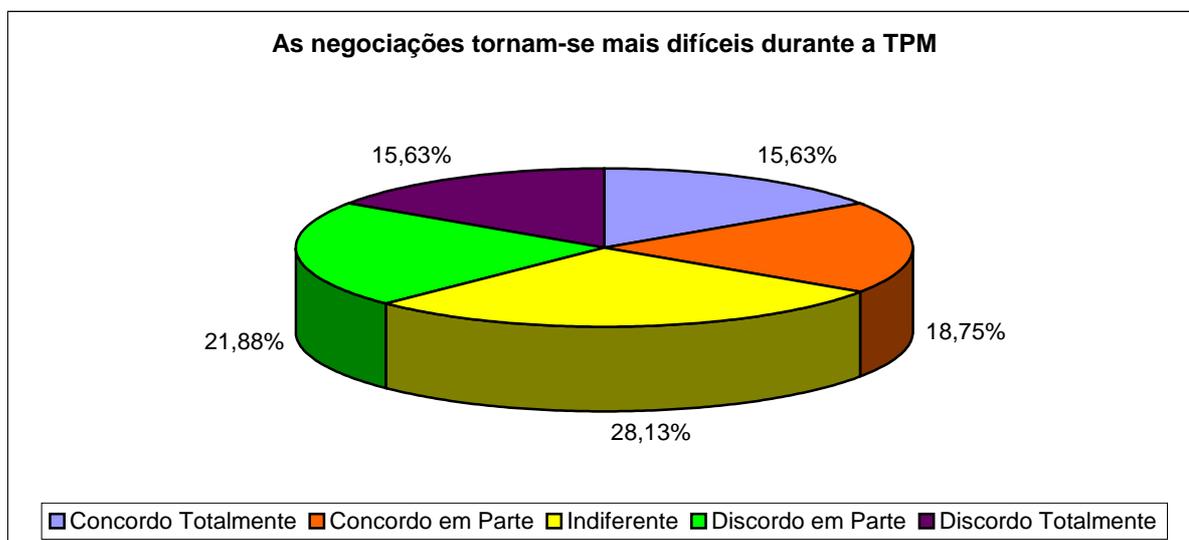


Gráfico 4: Dificuldade em negociar

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

## Comentários:

Em relação à afirmativa que dizia que durante a TPM as negociações tornam-se mais difíceis, 15,63% das entrevistadas concordaram totalmente e 18,75% concordam em parte, 28,13% foram indiferentes ao que continha na afirmativa, enquanto 21,88% discordaram em parte e 15,63% discordaram totalmente. Somando apenas um percentual de 34,38% de concordância e 65,64% de indiferença, discordância em parte e totalmente.

Pode-se concluir que nessa empresa as negociações não são afetadas quando suas funcionárias passam pelo período de TPM.

5) Você fica mais agressiva durante a TPM.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	13	40,63%
<b>Concordo em Parte</b>	10	31,25%
<b>Indiferente</b>	3	9,38%
<b>Discordo em Parte</b>	3	9,38%
<b>Discordo Totalmente</b>	3	9,38%
<b>TOTAL</b>	32	100%

Tabela 5: Aumento da agressividade na TPM

Fonte:Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

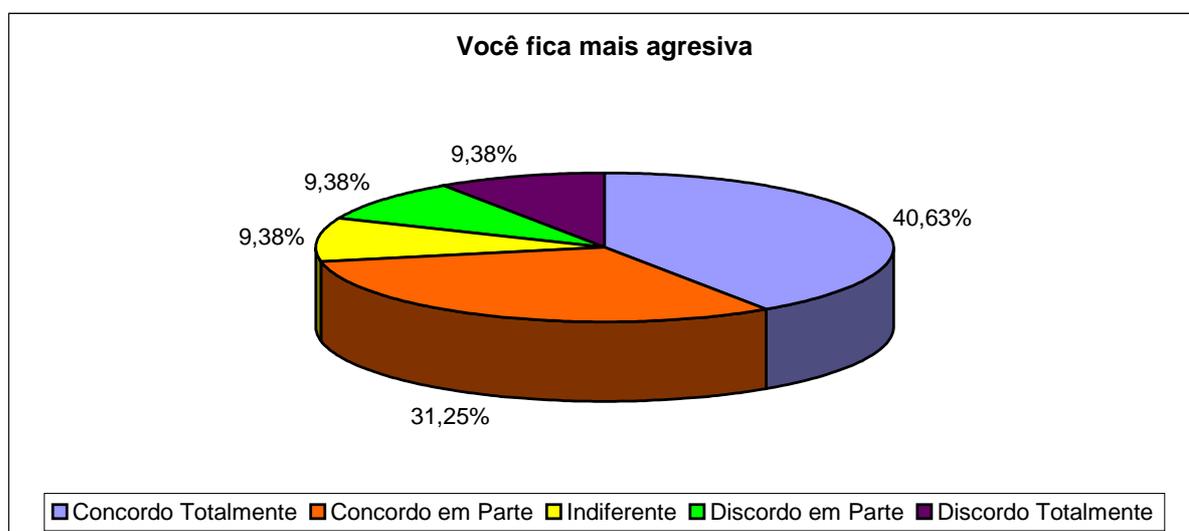


Gráfico 5: Aumento da agressividade na TPM

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

Comentários:

Em relação ao aumento da agressividade durante a TPM, 40,63% das funcionárias concordaram totalmente e 31,25% concordaram em parte com a afirmativa, uma vez que os percentuais para discordância total, em parte e de indiferença foram os mesmos: 9,38%. Resultando em uma grande soma de 71,88% de funcionárias que concordaram totalmente ou em parte que ficam mais agressivas durante a TPM, contra apenas 28,14% das funcionárias que se apresentaram indiferentes, discordaram totalmente ou em parte da afirmativa.

Portanto pode-se que concluir que a empresa em questão é alvo do aumento da agressividade e das conseqüências desse aumento durante a TPM de suas funcionárias.

## 6) Perceptível para as outras pessoas quando você está com TPM.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	11	34,38%
<b>Concordo em Parte</b>	8	25,00%
<b>Indiferente</b>	6	18,75%
<b>Discordo em Parte</b>	3	9,38%
<b>Discordo Totalmente</b>	4	12,50%
<b>TOTAL</b>	32	100%

Tabela 6: Percepção da TPM pelos outros

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

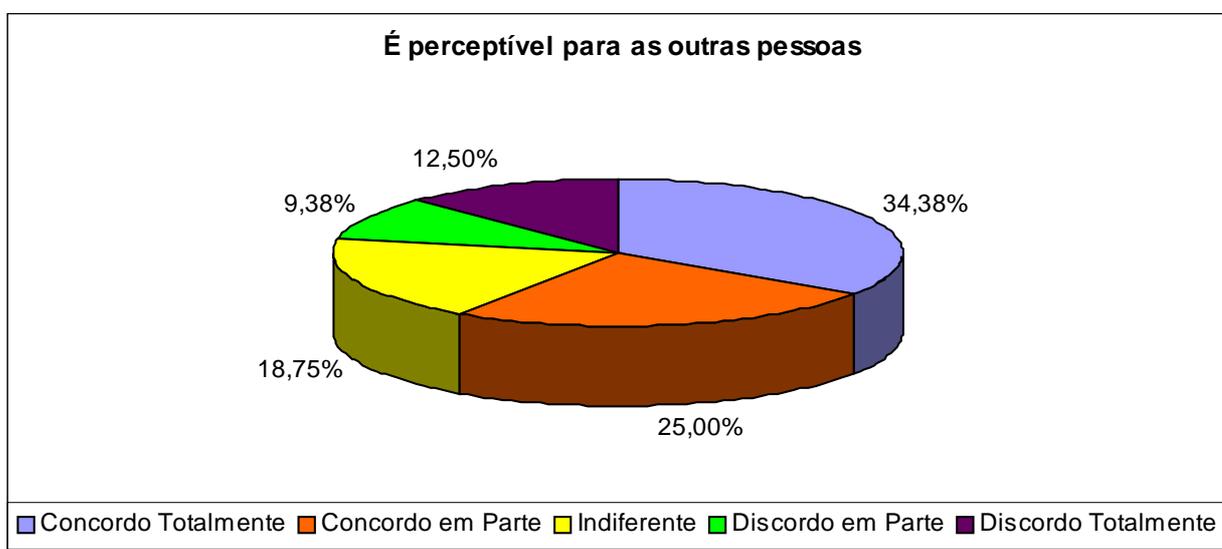


Gráfico 6: Percepção da TPM pelos outros

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

## Comentários:

A afirmativa de que é perceptível para as outras pessoas quando você está com TPM teve uma concordância total de 34,38% e uma concordância em parte de 25%. As entrevistadas que se mostraram indiferentes à afirmativa representam 18,75%, as que discordaram totalmente 12,50% e as que discordaram em parte 9,38%. A soma das concordâncias resultou em um total de 59,38% contra 40,63% das discordâncias total ou em parte e indiferenças.

Conclui-se que a maior parte das funcionárias dessa empresa sofrem dos sintomas da TPM tanto que durante esse período seu comportamento se modifica sendo até perceptível para outras pessoas.

## 7) Você fica depressiva durante a TPM.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	15	46,88%
<b>Concordo em Parte</b>	11	34,38%
<b>Indiferente</b>	3	9,38%
<b>Discordo em Parte</b>	3	9,38%
<b>Discordo Totalmente</b>	0	0,00%
<b>TOTAL</b>	32	100%

Tabela 7: Depressão na TPM

Fonte:Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

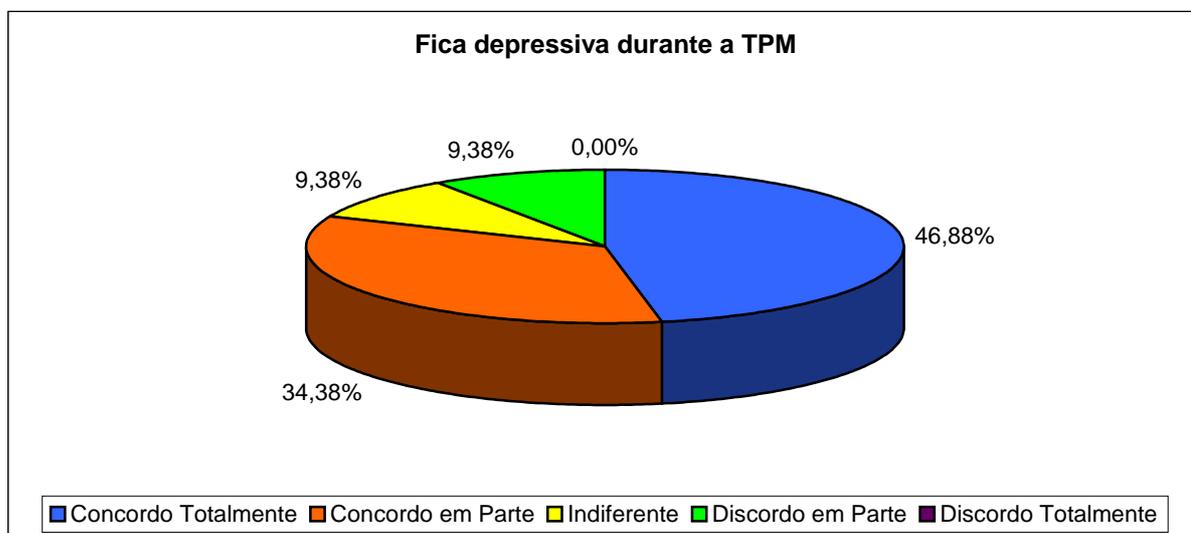


Gráfico 7: Depressão na TPM

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

## Comentários:

Foi afirmado também que concomitante a TPM ocorre a depressão e 46,88% das entrevistadas concordaram totalmente com essa afirmativa e 34,38% concordaram em parte, visto que não houve discordância total e os percentuais de discordância em parte e indiferença foram iguais: 9,38%. O percentual total de concordância total e em parte somam 81,26% versus 18,76% de discordância em parte e indiferença.

Dessa forma conclui-se que a grande maioria das funcionárias apresentam um dos sintomas da TPM que é a depressão, sofrendo também das conseqüências desse sintoma.

8) Um pequeno desentendimento no trabalho causaria choro.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	15	46,88%
<b>Concordo em Parte</b>	8	25,00%
<b>Indiferente</b>	5	16,63%
<b>Discordo em Parte</b>	1	3,13%
<b>Discordo Totalmente</b>	3	9,38%
<b>TOTAL</b>	32	100%

Tabela 8: Choro causado por desentendimento no trabalho  
Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

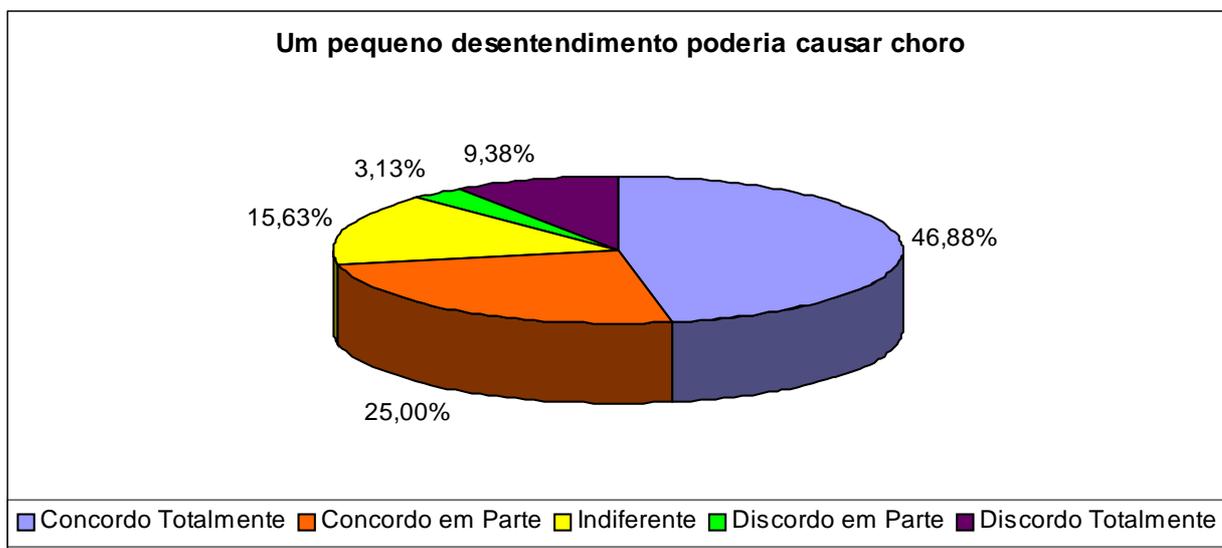


Gráfico 8: Choro causado por desentendimento no trabalho  
Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

Comentários:

Sobre a afirmativa que dizia que um desentendimento no trabalho causaria choro obteve-se 46,88% de concordância total, 25% de concordância em parte, enquanto que 15,63% das funcionárias apresentaram-se indiferentes a essa afirmativa, 3,13% discordaram em parte e 9,38% discordaram totalmente. Resultando em um percentual de 71,88% de concordância total e em parte contra 28,14% de indiferença, concordância total ou em parte.

Conclui-se então que grande parte das funcionárias poderiam apresentar um comportamento imaturo emocionalmente, e de certa forma até exagerado, diante de um desentendimento no ambiente de trabalho pondo-se a chorar.

9) Durante a TPM tem vontade de gritar com colegas/chefes.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	6	18,75%
<b>Concordo em Parte</b>	7	21,88%
<b>Indiferente</b>	8	25,00%
<b>Discordo em Parte</b>	4	12,50%
<b>Discordo Totalmente</b>	7	21,88%
<b>TOTAL</b>	32	100%

Tabela 9: Exaltação exagerada com chefes/colegas

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

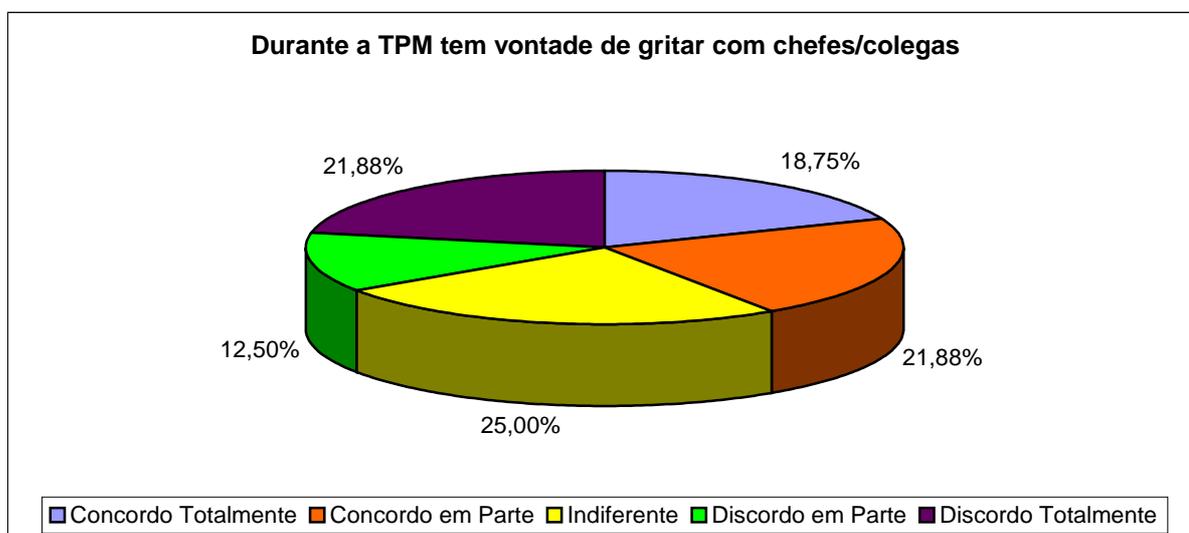


Gráfico 9: Exaltação exagerada com chefes/colegas

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

Comentários:

Afirmou-se que durante a TPM existe a vontade de gritar com chefes/colegas e verificou-se um percentual de 18,75% de concordância total e 21,88% de concordância em parte. Obteve-se 25% de indiferença, enquanto que 12,50% das funcionárias discordaram em parte e 21,88% discordaram totalmente dessa situação. Resultando em 40,63% de concordância total ou em parte e 59,38% de indiferença, e discordância total ou em parte.

Pode-se afirmar que nessa empresa a maior parte das funcionárias não tem vontade de gritar com chefes ou colegas durante a TPM. O que é um ponto positivo para o relacionamento entre os funcionários de toda a organização. Pois, assim, evita-se conflitos destrutivos.

10) Você se irrita facilmente com pequenos problemas no trabalho.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	12	37,50%
<b>Concordo em Parte</b>	3	9,38%
<b>Indiferente</b>	5	15,63%
<b>Discordo em Parte</b>	5	15,63%
<b>Discordo Totalmente</b>	7	21,88%
<b>TOTAL</b>	32	100,00%

Tabela 10: Irritação com pequenos problemas

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

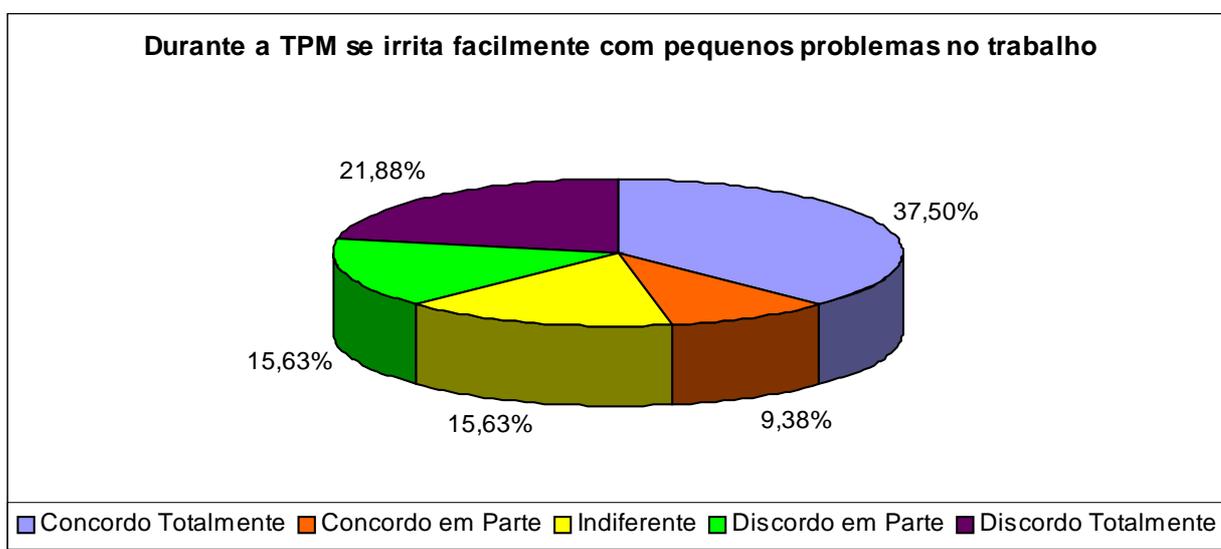


Gráfico 10: Irritação com pequenos problemas

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

#### Comentários:

Em relação a afirmativa que assegurava que durante a TPM a funcionária se irritava facilmente com pequeno problemas no trabalho, foi averiguado que 37,50% das respondentes concordaram totalmente e 9,38% concordaram em parte com a afirmativa. Visto que 15,63% das funcionárias se mostraram indiferente a situação e também 15,63% discordaram em parte, enquanto que 21,88% discordaram totalmente. Somando 46,88% de concordância total ou em parte e 53,12% foram indiferentes ou discordaram totalmente ou em parte.

Apesar dos dados apontarem que o índice que mostra que a maior parte das funcionárias discordaram, totalmente ou em parte, ou são indiferentes a irritação diante a pequenos problemas no trabalho, deve-se ter uma análise mais delicada desses resultados. O índice que mostra a concordância à afirmação também apresenta-se com um percentual alto.

11) Sente sua auto-estima baixa.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	12	37,50%
<b>Concordo em Parte</b>	9	28,13%
<b>Indiferente</b>	6	18,75%
<b>Discordo em Parte</b>	2	6,25%
<b>Discordo Totalmente</b>	3	9,38%
<b>TOTAL</b>	32	100,00%

Tabela 11: Auto-estima baixa

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

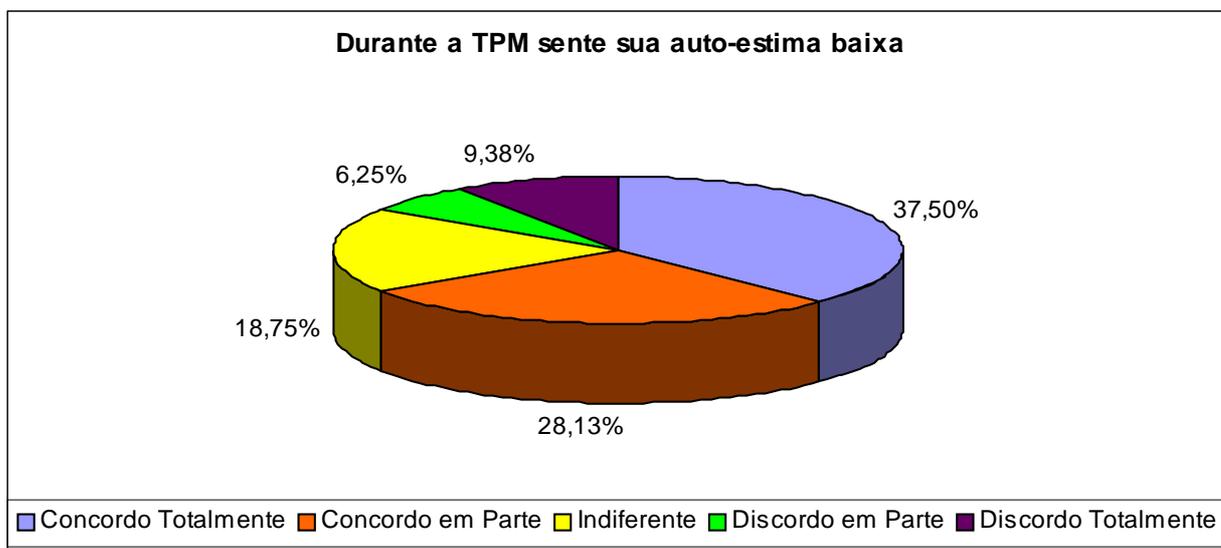


Gráfico 11: Auto-estima baixa

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

Comentários:

De acordo com a afirmação de que durante a TPM a funcionária sente sua auto-estima baixa foi encontrado um percentual de 37,50% que concordaram totalmente com a afirmação e 28,31% que concordaram em parte. Verificou-se que o percentual de discordância total foi de 9,38% e o de discordância em parte foi de 6,25%. As funcionárias que se mostraram indiferentes representam 18,75%. Somando 65,63% de concordância total ou em parte e 34,37% de discordância em parte, total ou indiferença à afirmativa.

A partir dos dados conclui-se que grande parte das funcionárias sente sua auto-estima baixa durante a TPM. O que pode ocasionar diminuição na segurança e confiança no trabalho que está desenvolvendo, ou a um novo trabalho a que lhe foi atribuído e até nas relações interpessoais.

12) Tem dificuldade para se concentrar.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	2	6,25%
<b>Concordo em Parte</b>	15	46,88%
<b>Indiferente</b>	6	18,75%
<b>Discordo em Parte</b>	3	9,38%
<b>Discordo Totalmente</b>	6	18,75%
<b>TOTAL</b>	32	100,00%

Tabela 12: Dificuldade para se concentrar

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

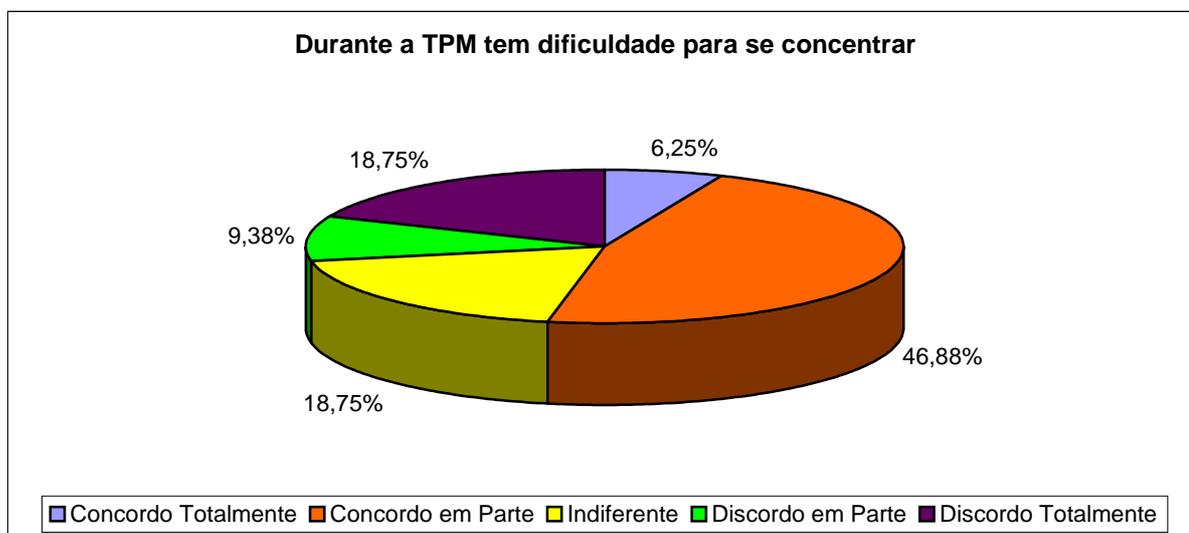


Gráfico 12: Dificuldade para se concentrar

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

Comentários:

Afirmou-se que durante a TPM há dificuldade de concentração e foi averiguado um percentual de 6,25% de concordância total e 46,88% de concordância em parte, 18,75% de indiferença, enquanto que 9,38% das funcionárias discordaram em parte e 18,75% discordaram totalmente dessa afirmativa. Resultando em 53,13% de concordância total ou em parte e 46,88% de indiferença, e discordância total ou em parte.

Apesar de não existir uma grande diferença entre os dois índices de avaliação, o percentual de funcionárias que concordaram totalmente ou em parte foi mais elevado. Esse resultado pode causar uma certa preocupação na empresa visto que a dificuldade de concentração pode interferir na realização do trabalho e em seu resultado esperado. Afetando assim a produtividade.

13) Tem dificuldade para tomar decisões.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	2	6,25%
<b>Concordo em Parte</b>	9	28,13%
<b>Indiferente</b>	10	31,25%
<b>Discordo em Parte</b>	2	6,25%
<b>Discordo Totalmente</b>	9	28,13%
<b>TOTAL</b>	32	100,00%

Tabela 13: Dificuldade na tomada de decisões

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

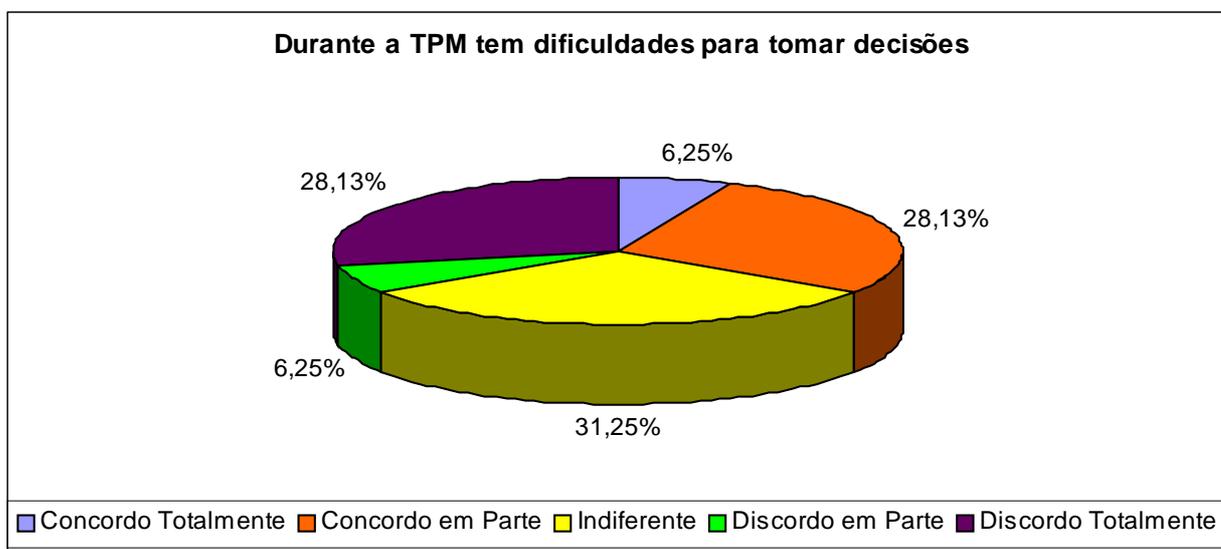


Gráfico 13: Dificuldade na tomada de decisões

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

Comentários:

Sobre a afirmativa que dizia que durante a TPM há maior dificuldade na tomada de decisões, obteve-se 6,25% de concordância total, 28,13% de concordância em parte, enquanto que 31,25% das funcionárias apresentaram-se indiferentes a essa afirmativa, 6,25% discordaram em parte e 28,13% discordaram totalmente. Resultando em um percentual de 34,38% de concordância total e em parte contra 65,63% de indiferença, concordância total ou em parte.

Por meio da análise dos dados pode-se concluir que a tomada de decisão não é interferida durante a TPM. Entretanto, é interessante ressaltar que grande parte das entrevistadas responderam que se sentem indiferentes em relação a afirmativa feita, pode ter ocorrido das entrevistadas não terem observado com mais atenção essa modificação.

14) Já teve crises de explosão no ambiente de trabalho.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	3	9,38%
<b>Concordo em Parte</b>	6	18,75%
<b>Indiferente</b>	4	12,50%
<b>Discordo em Parte</b>	6	18,75%
<b>Discordo Totalmente</b>	13	40,63%
<b>TOTAL</b>	32	100%

Tabela 14: Crises de explosão no trabalho

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

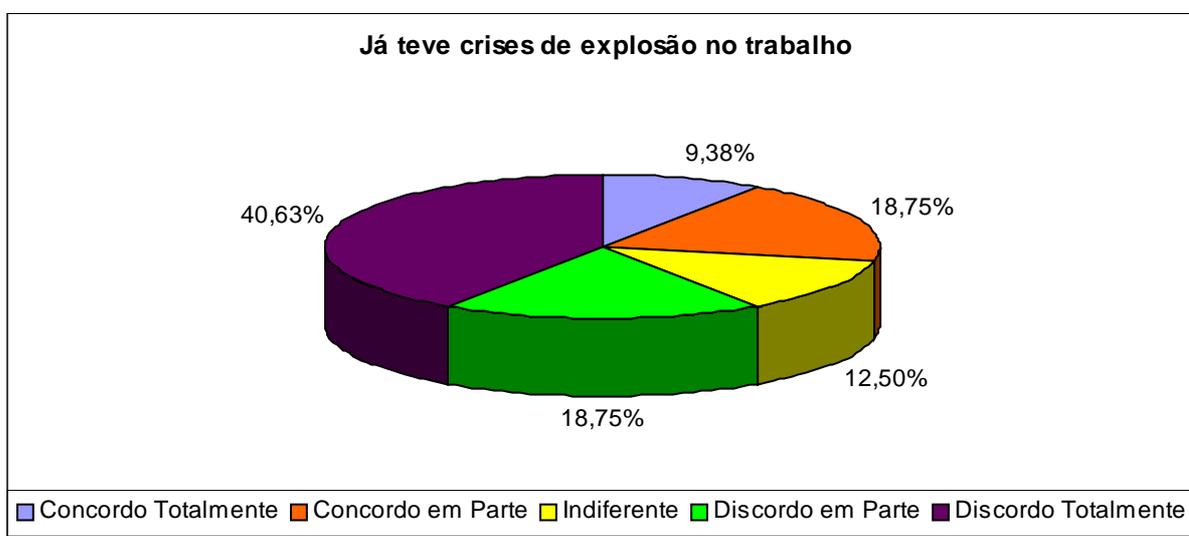


Gráfico 14: Crises de explosão no trabalho

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

Comentários:

Em relação a afirmativa: “Já teve crises de explosão no trabalho”, foi encontrado que 9,38% das respondentes concordaram totalmente e 18,75% concordaram em parte com a afirmativa, 12,50% das funcionárias se mostraram indiferente a situação, 18,75% discordaram em parte, enquanto que 40,63% discordaram totalmente. Somando um índice de 28,13% de concordância total ou em parte e 71,88% de indiferença ou discordância total ou em parte.

Observa-se que grande parte das funcionárias discordam totalmente que já tiveram crises de explosão no trabalho. O índice de discordância total, em parte ou de indiferença também apresenta-se maior. No entanto, é importante salientar que várias funcionárias ressaltaram que só não agem assim pois há uma postura profissional mas que depois descontam em casa, ou nas pessoas mais próximas.

15) Durante a TPM sente-se mais chorosa, melancólica.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	12	37,50%
<b>Concordo em Parte</b>	12	37,50%
<b>Indiferente</b>	6	18,75%
<b>Discordo em Parte</b>	2	6,25%
<b>Discordo Totalmente</b>	0	0,00%
<b>TOTAL</b>	32	100%

Tabela 15: Melancolia e choro durante a TPM

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

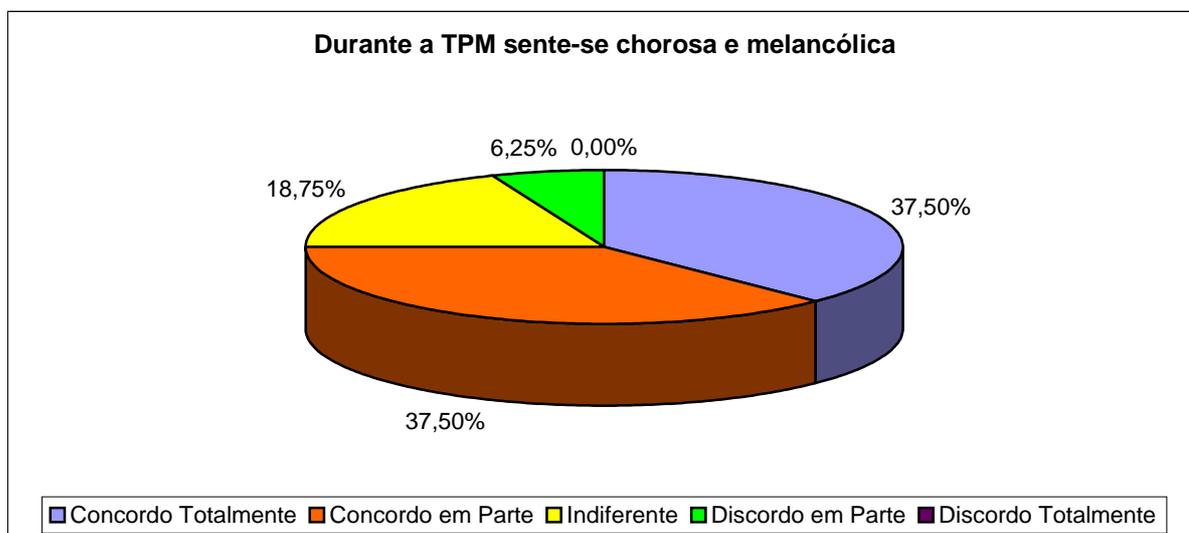


Gráfico 15: Melancolia e choro durante a TPM

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

Comentários:

Foi afirmado também que durante a TPM a mulher fica chorosa e sente-se melancólica e foram encontrados percentuais iguais em relação à concordância total e em parte de 37,50%, não houve discordância total e o percentuais de discordância em parte foi de 6,25% e de indiferença foi de 18,75%. O percentual total de concordância total e em parte somam 75% versus 25% de discordância em parte e indiferença.

Conclui-se, assim, que a grande maioria das funcionárias se apresentam mais chorosas e melancólicas durante a TPM que se enquadram nos sintomas da depressão, ponto esse analisado anteriormente e que também teve alto percentual de concordância. Sentindo-se assim, mais sensível, a funcionária pode tender ao isolamento.

16) Tem vontade de se isolar e falar pouco.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	10	31,25%
<b>Concordo em Parte</b>	13	40,63%
<b>Indiferente</b>	4	12,50%
<b>Discordo em Parte</b>	3	9,38%
<b>Discordo Totalmente</b>	2	6,25%
<b>TOTAL</b>	32	100%

Tabela 16: Isolamento e introspecção na TPM

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

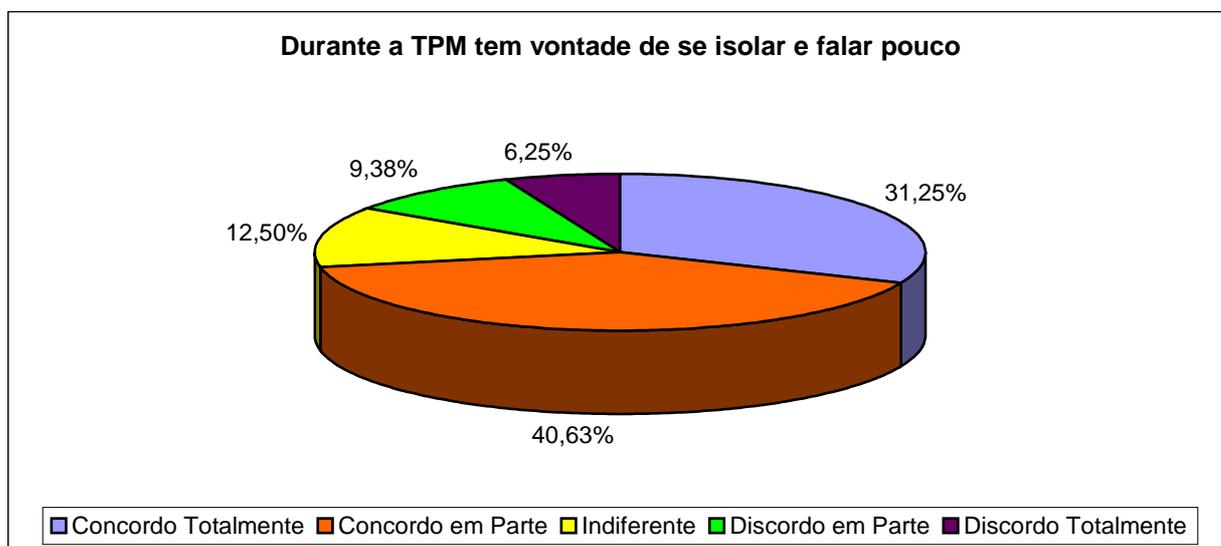


Gráfico 16: Isolamento e introspecção na TPM

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

Comentários:

De acordo com a afirmação de que durante a TPM a funcionária sente vontade de se isolar e falar pouco foi verificado um percentual de 31,25% que concordaram totalmente com a afirmação e 40,63% que concordaram em parte, o percentual de discordância total foi de 6,25% e o de discordância em parte foi de 9,38%. As funcionárias que se mostraram indiferentes representam 12,50%. Somando 71,87% de concordância total ou em parte e 28,13% de discordância em parte, total ou indiferença à afirmativa.

Dessa forma, conclui-se que as funcionárias dessa empresa durante a TPM tendem a se isolar e falar pouco. O que pode prejudicar a formação de grupos de trabalhos ou até a qualidade de reuniões e apresentações.

## 17) Sente-se mais ansiosa.

	16	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>		14	43,75%
<b>Concordo em Parte</b>		9	28,13%
<b>Indiferente</b>		6	18,75%
<b>Discordo em Parte</b>		0	0,00%
<b>Discordo Totalmente</b>		3	9,38%
<b>TOTAL</b>		32	100%

Tabela 17: Aumento da ansiedade na TPM

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

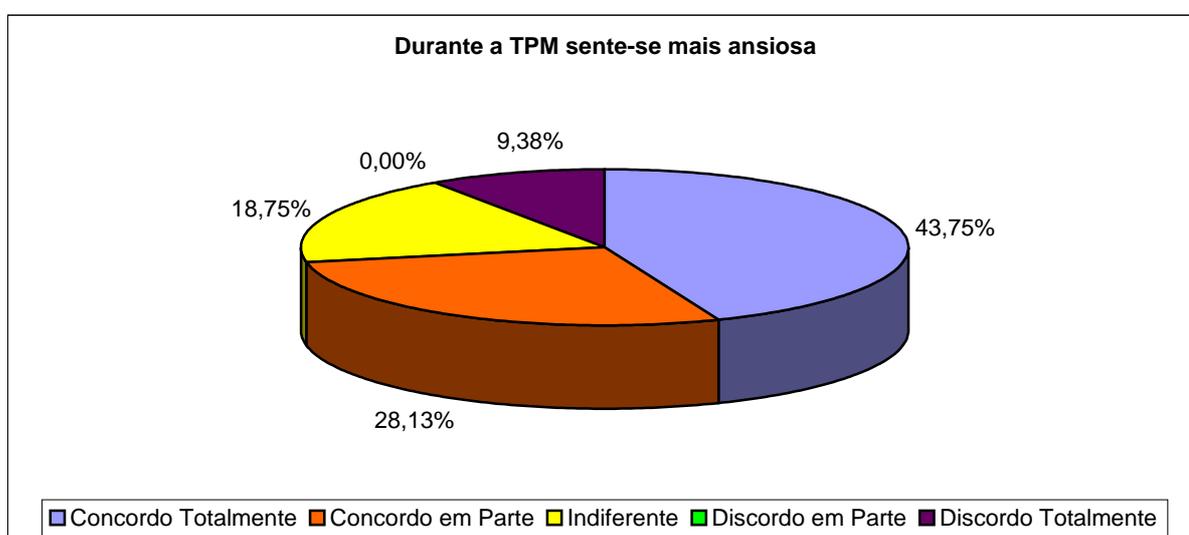


Gráfico 17: Aumento da ansiedade na TPM

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

## Comentários:

Afirmou-se que durante a TPM há um aumento nos níveis de ansiedade e foi averiguado um percentual de 43,75% de concordância total e 28,13% de concordância em parte, 18,75% de indiferença, enquanto que não houve discordância em parte e 9,38% discordaram totalmente dessa afirmativa. Resultando em 71,88% de concordância total ou em parte e 28,12% de indiferença, e discordância total ou em parte.

Há uma grande diferença entre os dois índices de avaliação, o percentual de funcionárias que concordaram totalmente ou em parte foi bem mais elevado evidenciando que a empresa pesquisada conta com uma série de funcionárias ansiosas durante a TPM. Essa ansiedade pode trazer dificuldade de concentração e conseqüentemente na realização do trabalho, afetando sua qualidade.

18) Em algumas situações se sente descontrolada, como se não fosse você.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	6	18,75%
<b>Concordo em Parte</b>	10	31,25%
<b>Indiferente</b>	3	9,38%
<b>Discordo em Parte</b>	4	12,50%
<b>Discordo Totalmente</b>	9	28,13%
<b>TOTAL</b>	32	100%

Tabela 18: Descontrole na TPM

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

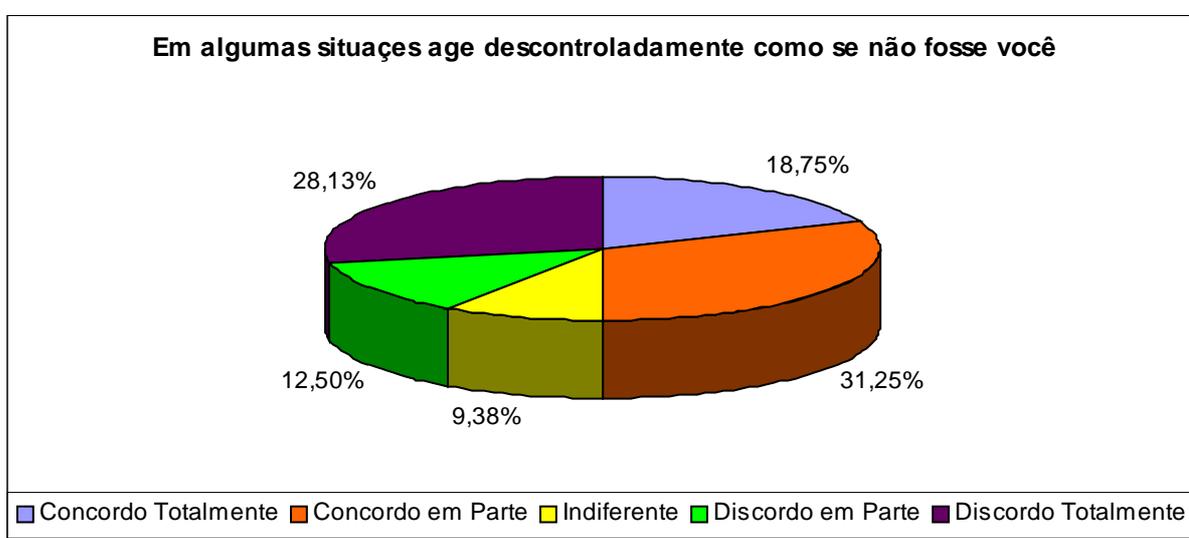


Gráfico 18: Descontrole na TPM

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

Comentários:

Sobre a afirmativa que dizia que durante a TPM há situações em que a pessoa age de forma descontrolada como se fosse ela, foi encontrado 18,75% de concordância total, 31,25% de concordância em parte, enquanto que 9,38% das funcionárias apresentaram-se indiferentes a essa afirmativa, 12,50% discordaram em parte e 28,13% discordaram totalmente. Resultando em um percentual de 50% de concordância total e em parte contra 50% de indiferença, concordância total ou em parte.

Apesar de ter ocorrido um empate de percentuais nessa afirmativa, faz-se necessário haver maior delicadeza no trato dessa questão, pois 50% concordaram total ou em parte. Esse tipo de comportamento pode trazer conflitos destrutivos a organização.

19) Seu ânimo para trabalhar diminui.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	5	15,63%
<b>Concordo em Parte</b>	10	31,25%
<b>Indiferente</b>	9	28,13%
<b>Discordo em Parte</b>	4	12,50%
<b>Discordo Totalmente</b>	4	12,50%
<b>TOTAL</b>	32	100%

Tabela 19: Diminuição do ânimo para trabalhar

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

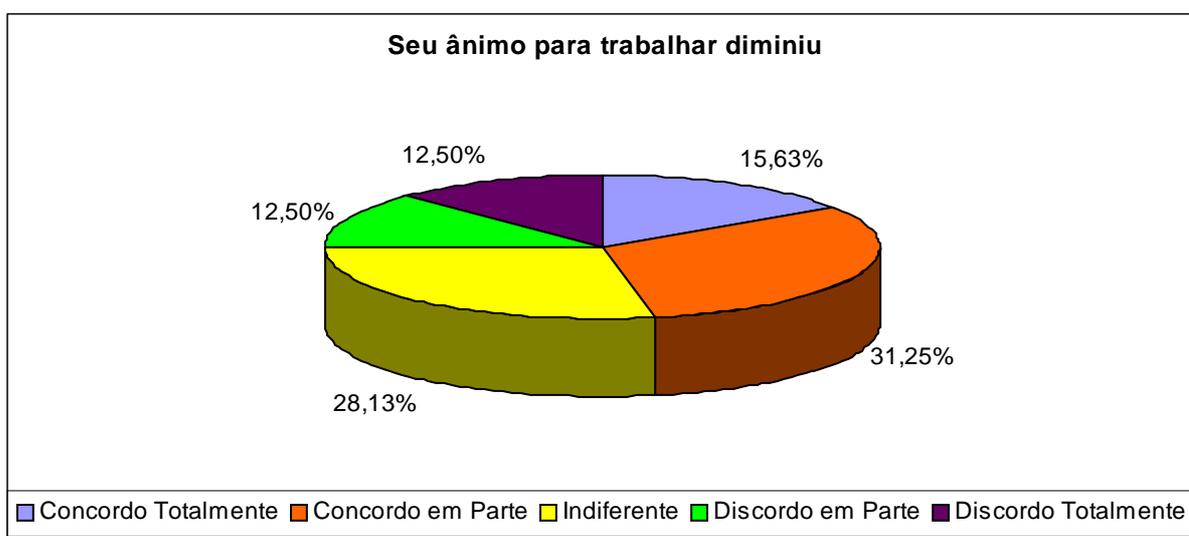


Gráfico 19: Diminuição do ânimo para trabalhar

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

Comentários:

Foi afirmado também que durante a TPM o ânimo para trabalhar diminui e 15,63% das entrevistadas concordaram totalmente com essa afirmativa e 31,25% concordaram em parte, os percentuais de discordância em parte e discordância total foram iguais e equivalentes a 12,50%, e a indiferença correspondeu a 28,13%. O percentual total de concordância total e em parte somam 46,88% versus 53,13% de discordância em parte e indiferença.

Pode-se concluir essa empresa não sofrerá com funcionárias sem ânimo para trabalhar durante o período pré-menstrual, pois a maior parte delas afirmou que a TPM não as afeta nesse sentido. No entanto, também é necessário adotar um cuidado especial, pois quase metade das funcionárias concordaram com a afirmativa.

20) Sente mais vontade de só ficar quieta.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	8	25,00%
<b>Concordo em Parte</b>	13	40,63%
<b>Indiferente</b>	5	15,63%
<b>Discordo em Parte</b>	5	15,63%
<b>Discordo Totalmente</b>	1	3,31%
<b>TOTAL</b>	32	100%

Tabela 20: Aumento da vontade de só ficar quieta

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

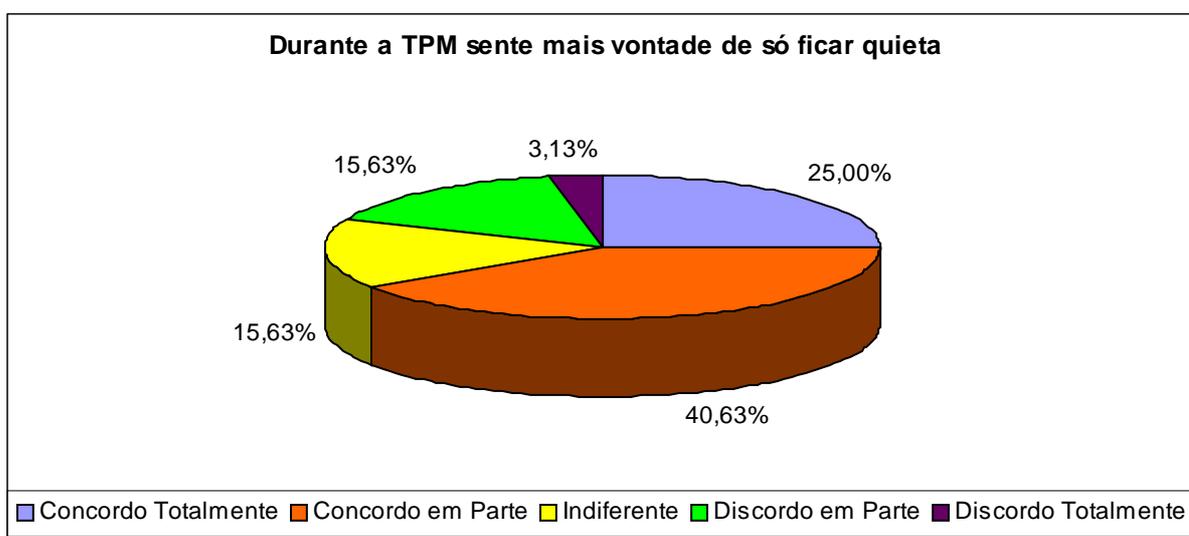


Gráfico 20: Aumento da vontade de só ficar quieta

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

Comentários:

De acordo com a afirmação de que durante a TPM a funcionária sente mais vontade de só ficar quieta foi verificado um percentual de 25% que concordaram totalmente com a afirmação e 40,63% que concordaram em parte, o percentual de discordância total foi de 3,13% e o de discordância em parte e o de indiferença foram os mesmos e representaram 15,63%. Somando 65,63% de concordância total ou em parte e 34,39% de discordância em parte, total ou indiferença à afirmativa.

Assim, conclui-se que a maior parte das funcionárias dessa empresa, durante a TPM, estão propensas a ficarem mais quietas, em seus cantos, talvez menos cooperadoras. O que pode ser prejudicial em grupos, apresentações, viagens de negócios e interferir até mesmo na criatividade no desenvolvimento de trabalhos e soluções de problemas.

21) Sente mais dores de cabeça.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	19	59,38%
<b>Concordo em Parte</b>	5	15,63%
<b>Indiferente</b>	2	6,25%
<b>Discordo em Parte</b>	2	6,25%
<b>Discordo Totalmente</b>	4	12,50%
<b>TOTAL</b>	32	100%

Tabela 21: Aumento da cefaléia

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

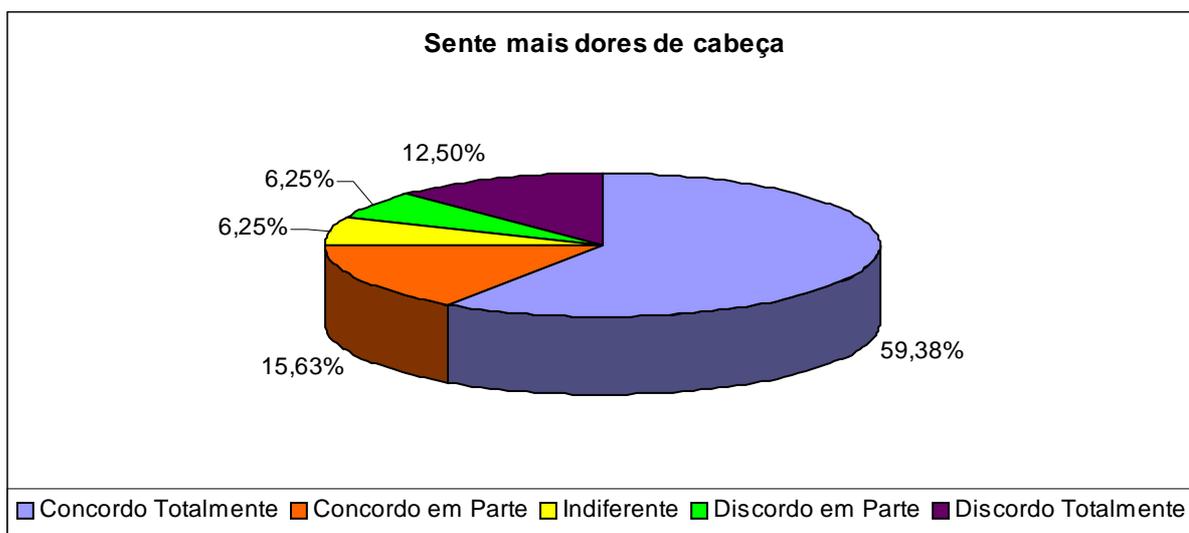


Gráfico 21: Aumento da cefaléia

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

Comentários:

Foi afirmado também que durante a TPM há um aumento da cefaléia e 59,38% das entrevistadas concordaram totalmente com essa afirmativa e 15,63% concordaram em parte, os percentuais de discordância em parte e indiferença foram iguais e equivalentes a 6,25%, e a discordância total foi de 15,63%. O percentual total de concordância total e em parte somam 75% versus 25% de discordância em parte e indiferença.

Pode-se constatar que a grande maioria das funcionárias da empresa em questão sofrem de cefaléia. Muitas vezes essas dores chegam a se assemelhar a enxaquecas, durando vários dias e causando desconforto em exposição a luz, cheiros e barulho. O que também pode gerar desconforto em relação ao ambiente de trabalho e sua realização.

22) Durante a TPM fica mais desatenta.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	6	18,75%
<b>Concordo em Parte</b>	8	25,00%
<b>Indiferente</b>	8	25,00%
<b>Discordo em Parte</b>	2	6,25%
<b>Discordo Totalmente</b>	8	25,00%
<b>TOTAL</b>	32	100%

Tabela 22: Desatenção durante a TPM

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

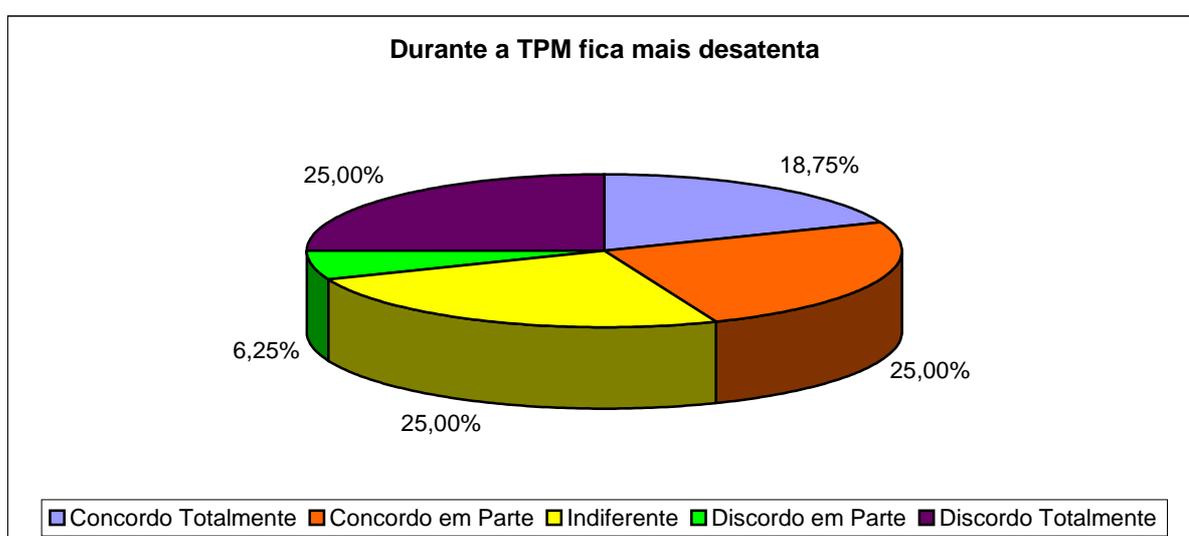


Gráfico 22: Desatenção durante a TPM

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

Comentários:

Em relação a afirmativa que garantia que durante a TPM a funcionária ficava mais desatenta, foi averiguado que 18,75% das respondentes concordaram totalmente, o percentual de concordância em parte, indiferença e discordância total foram os mesmos que correspondem a 25%, e a discordância em parte representa 6,25%. Somando 43,75% de concordância total ou em parte e 56,25% foram indiferentes ou discordaram totalmente ou em parte.

Em relação aos dados percebe-se que a desatenção não afeta a maior parte das funcionárias da empresa. Mas os percentuais se apresentam em níveis muito parecidos. Dessa forma esse item deve ser tratado com mais atenção e as funcionarias devem começar a reparar mais nessa alteração.

23) Faltaria o trabalho por estar sentindo dores menstruais: como cólicas ou dor de cabeça.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	13	40,53%
<b>Concordo em Parte</b>	3	9,38%
<b>Indiferente</b>	4	12,50%
<b>Discordo em Parte</b>	3	9,38%
<b>Discordo Totalmente</b>	9	28,13%
<b>TOTAL</b>	32	100%

Tabela 23: Absenteísmo causado por dores menstruais

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

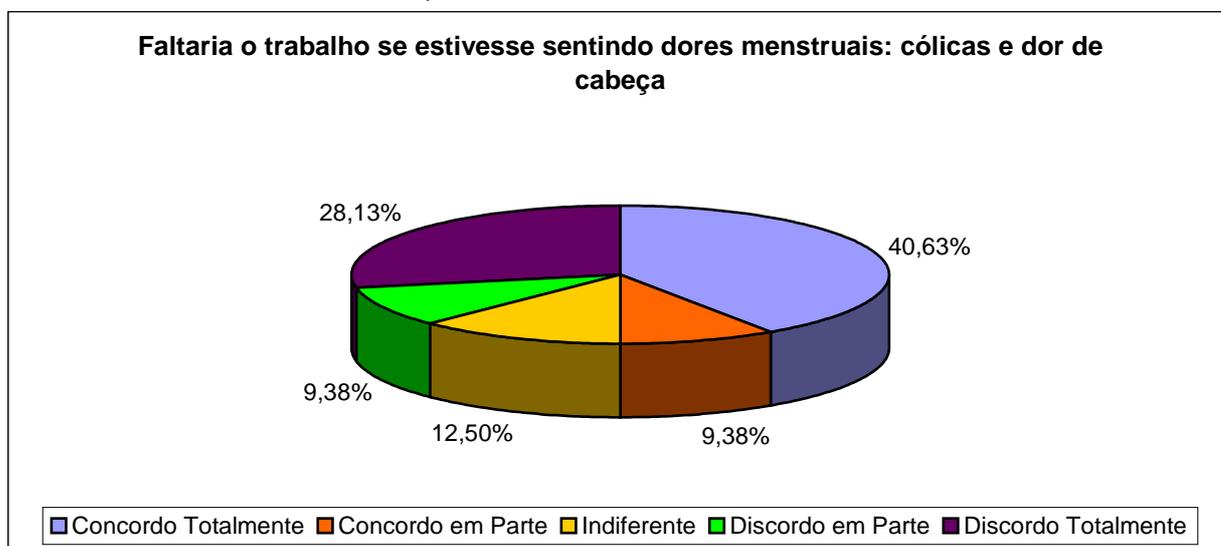


Gráfico 23: Absenteísmo causado por dores menstruais

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

Comentários:

De acordo com a afirmação de que durante a TPM a funcionária faltaria o trabalho por estar sentindo dores menstruais, foi verificado um percentual de 40,63% que concordaram totalmente com a afirmação e 9,38% que concordaram em parte, o percentual de discordância total foi de 28,13% e o de discordância em parte foi de 9,38%. As funcionárias que se mostraram indiferentes representam 12,50%. Somando 50% de concordância total ou em parte e 50% de discordância em parte, total ou indiferença à afirmativa.

Conclui-se que além de causar desconforto a mulher, as dores menstruais podem ser tão intensas que fariam com que metade das funcionárias faltassem o trabalho. O que prejudicaria a produtividade do trabalho que elas realizam. As que fossem a empresa sentindo dores, sentiriam grande desconforto e a qualidade do trabalho talvez não fosse satisfatória.

24) A TPM ainda é vista como "frescura de mulher".

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	16	50,00%
<b>Concordo em Parte</b>	4	12,50%
<b>Indiferente</b>	3	9,38%
<b>Discordo em Parte</b>	3	9,38%
<b>Discordo Totalmente</b>	6	18,75%
<b>TOTAL</b>	32	100%

Tabela 24: TPM vista como "frescura de mulher"

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

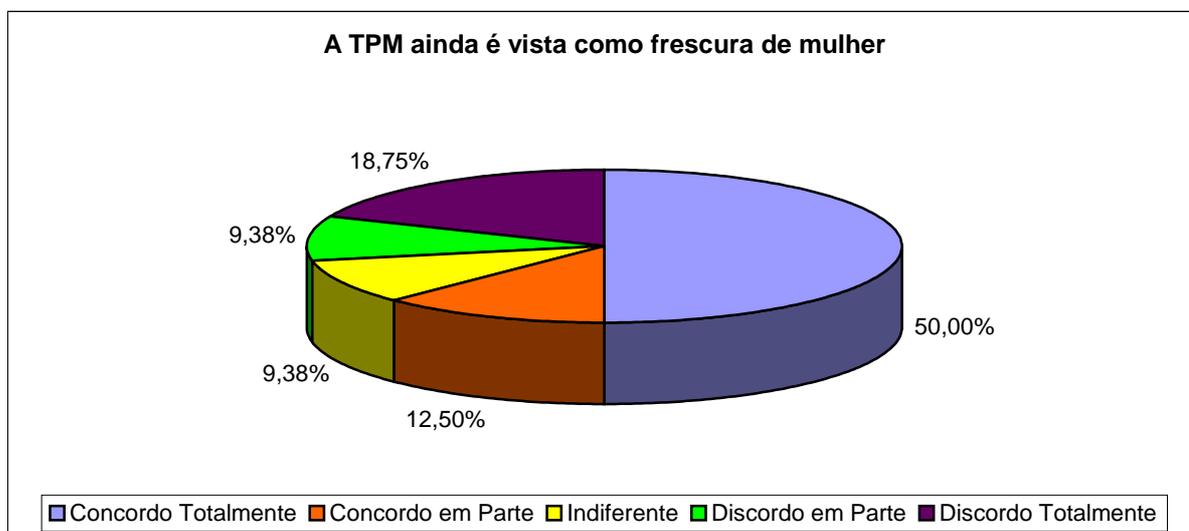


Gráfico 24: TPM vista como "frescura de mulher"

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

Comentários:

Afirmou-se que a TPM ainda é vista como frescura de mulher e foi averiguado um percentual de 50% de concordância total e 12,50% de concordância em parte, 9,38% de indiferença e de também de discordância em parte e 18,75% discordaram totalmente dessa afirmativa. Resultando em 62,50% de concordância total ou em parte e 37,50% de indiferença, e discordância total ou em parte.

Segundo os resultados acima pode-se perceber que a TPM não é considerada ainda com uma alteração hormonal cujos sintomas podem causar sérios prejuízos a vida social, familiar e profissional da mulher. Portanto, os conhecimentos sobre essas alterações da mulher devem ser aprofundados afim de informar a todos sobre essa peculiaridade do corpo feminino.

25) Durante a TPM seu trabalho e a relação com seus colegas são afetados.

	Entrevistados	Percentual
<b>Concordo Totalmente</b>	1	3,13%
<b>Concordo em Parte</b>	11	34,38%
<b>Indiferente</b>	7	21,88%
<b>Discordo em Parte</b>	7	21,88%
<b>Discordo Totalmente</b>	6	18,75%
<b>TOTAL</b>	32	100%

Tabela 25: Impacto da TPM no trabalho e nas relações interpessoais  
Fonte:Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

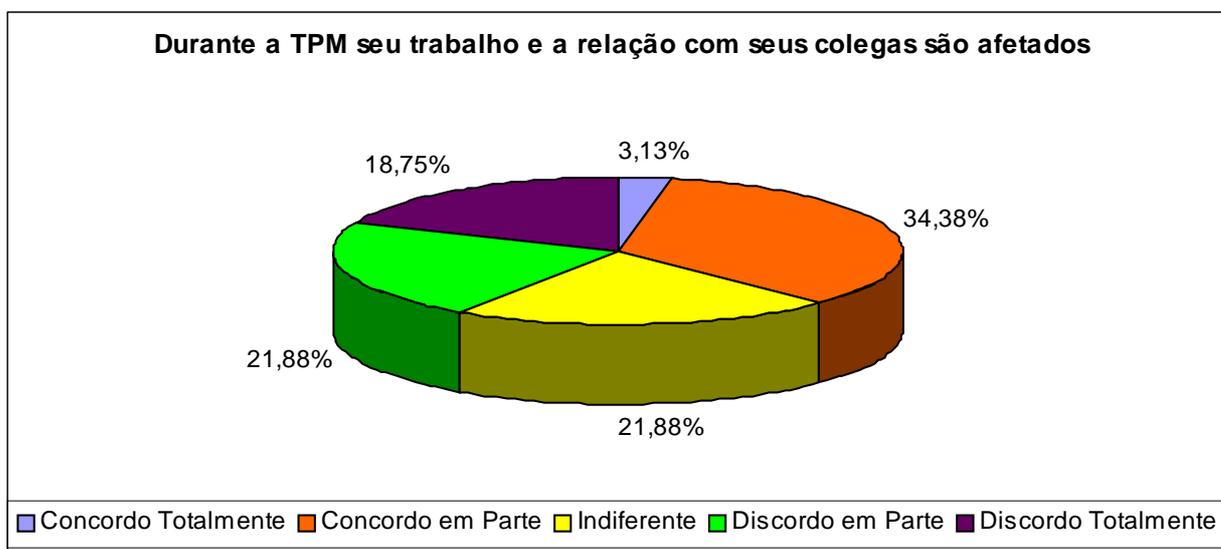


Gráfico 25: Impacto da TPM no trabalho e nas relações interpessoais  
Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

Comentários:

De acordo com a afirmação de que a TPM afeta o trabalho e a relação com os colegas foi encontrado um percentual de 3,13% que concordaram totalmente com a afirmação e 34,38% que concordaram em parte, o percentual de discordância total foi de 18,75% e o de discordância em parte foi de 21,88%. As funcionárias que se mostraram indiferentes representam 21,88%. Somando 37,51% de concordância total ou em parte e 62,51% de discordância em parte, total ou indiferença à afirmativa.

A partir de dos dados acima analisados pode-se concluir que a TPM não afeta de forma significativa e empresa questão. No entanto, segundo os dados verificados anteriormente alguns dos sintomas da TPM estão bastante presentes na empresa. Dessa forma deve-se estudar mais profundamente o tema.

## 26) Sintomas Psíquicos

Sintomas Psíquicos	Incidência
Irritabilidade	25
Ansiedade	19
Agressividade	13
Choro Fácil	18
Depressão	17
Esquecimento	3
Dificuldade de Concentração	6
Instabilidade de Humor	20
Insônia	1
Isolamento	10
Falta de Iniciativa	3
Aumento do Apetite	9

Tabela 26: Sintomas Psíquicos

Fonte:Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

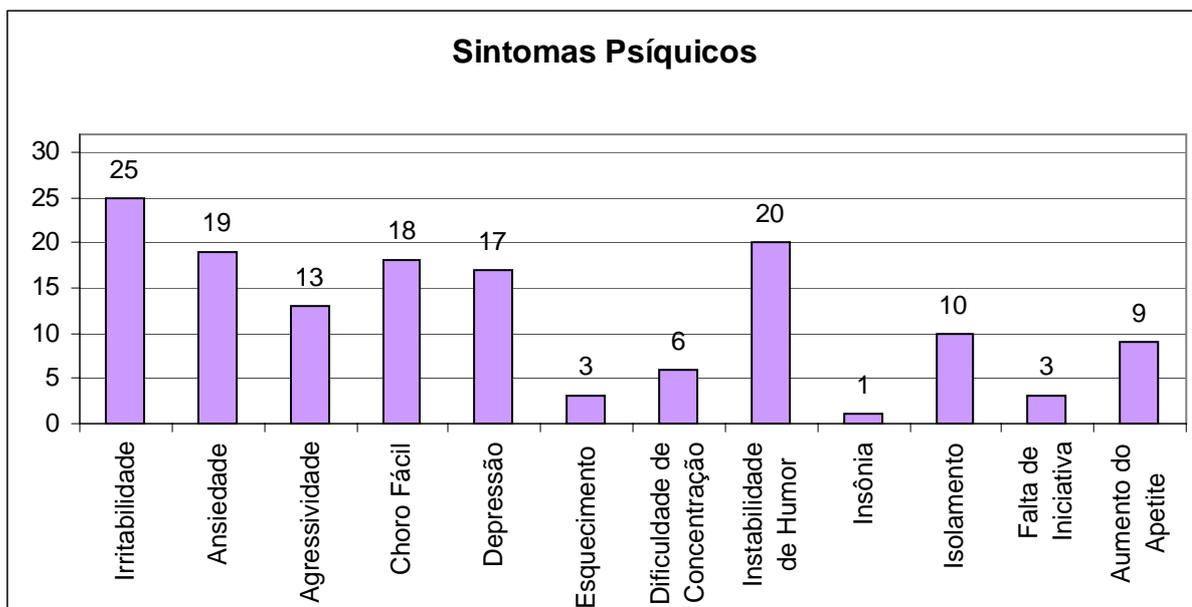


Gráfico 26: Sintomas Psíquicos

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

## 27) Sintomas Físicos

Sintomas Físicos	Incidência
Dor de Cabeça	19
Dor nas Mamas e/ou Pernas e/ou Pés	23
Dor nas Costas	13
Cansaço	15
Náuseas	4
Acne	16
Inchaço no Abdômen	20

Tabela 27: Sintomas Físicos

Fonte:Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007

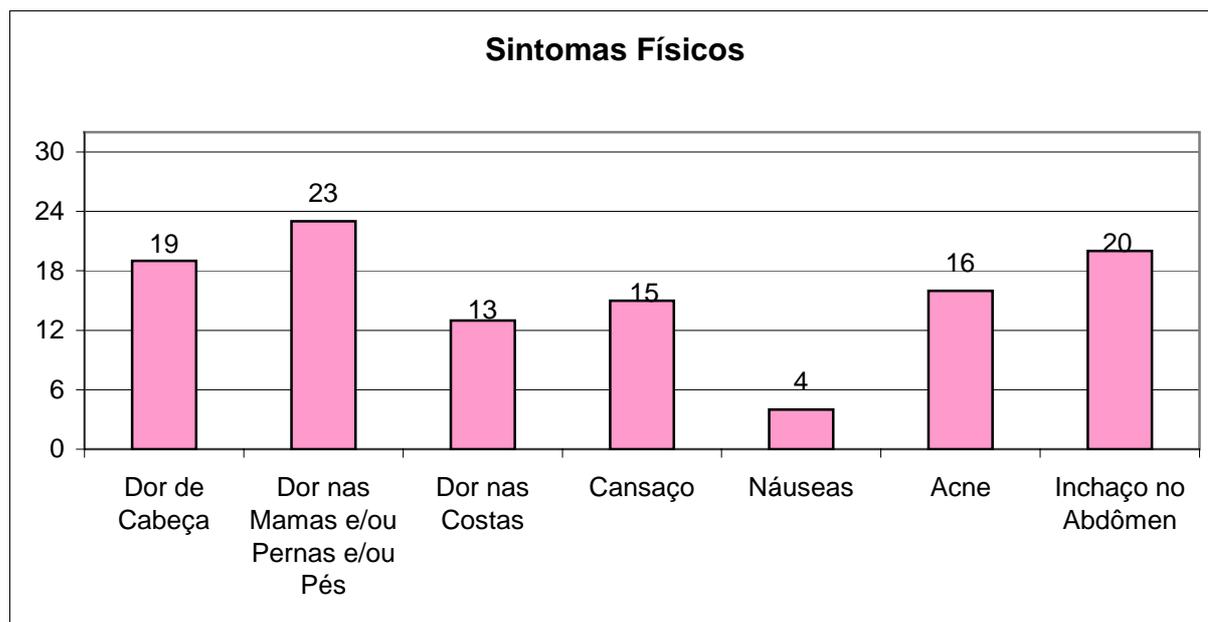


Gráfico 27: Sintomas Físicos

Fonte: Elaborada pela aluna Lisane Bueno de Moraes em 02/06/2007