**estresse ocupacional como causa de hipertensão arterial sistÊmica**

Polyanna Carla Magna do Nascimento – voluntária

 Cidália de L. M. Santos – professora coordenadora/orientadora

Centro de Ciências Médicas – CCM

 Departamento de Promoção da Saúde – DPS

MONITORIA

INTRODUÇÃO

O estresse, como elemento natural da vida, configura-se na capacidade de reação motora e autonômica e funciona como um importante mecanismo homeostático e de sobrevivência.

Mas se estamos em situações perigosas ou desafiadoras constantemente o organismo sofre conseqüências patológicas diversas, com repercussões orgânicas e sob as relações interpessoais.Em um ambiente de trabalho há vários estímulos estressores que podem gerar no indivíduo reações de alarme significativas: jornadas extenuantes, desentendimentos com colegas, falta tempo, ambientes insalubres, insatisfação com salários, entre outros.

Todos esses fatores geram o estresse mental crônico que, segundo estudos de Folkow, levam o organismo a promover ajustes fisiológicos e estruturais que poderiam desencadear a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e outras doenças cardiovasculares.

PALAVRAS-CHAVE: Medicina do trabalho, doença do trabalho, estresse ocupacional.

OBJETIVOS

 Este trabalho tem o objetivo de enfatizar a identificação do estresse ocupacional como fator predisponente à HAS e, com isso, depressor direto da qualidade de vida do trabalhador.

DESCRIÇÃO METODOLÓGICA

 Trata-se de uma revisão  sistemática, cujas referências foram selecionadas através de mecanismos  de busca na base de dados SciELO, BIREME, sites e revistas referentes ao assunto.

RESULTADOS/AVALIAÇÃO:

A HAS como redutora da expectativa de vida é um fato bem estabelecido e tem sido apontada como o fator de risco mais importante para as doenças cardiovasculares e segundo a Organização Mundial da Saúde, o impacto do estresse mental e de outras manifestações semelhantes sobre o sistema

Existem variações individuais relatadas pela literatura científica quanto à maior predisposição ou resistência para o estresse: pessoas sabidamente mais fleugmáticas e calmas são mais resistentes, enquanto pessoas mais tensas são mais suscetíveis. A “hipótese da reatividade cardiovascular” (VIEIRA, 2007) considera que indivíduos cujas respostas pressórica ou cronotrópica são mais elevadas diante de estímulos estressantes da vida diária possuem maior risco de desenvolver doenças cardiovasculares, principalmente a doença hipertensiva e a doença coronariana. Haveria, portanto, maior variabilidade e níveis mais elevados da PA nas situações de estresse e, dessa forma, maior tendência a desencadear as alterações estruturais e funcionais no coração e nos órgãos-alvo, características da HAS (VIEIRA,2007).

O estilo de vida corrido e competitivo, denominado por Friedman e Rosenmann como “estilo de vida A”, em que a prorrogação do estresse parece inclusive impedir o indivíduo de alcançar o relaxamento psicoemocional mesmo após o período de atividade ocupacional (COUTO, 2007), também se configura como uma das grandes predisposições à HAS, interferindo diretamente na qualidade de vida do trabalhador.

CONCLUSÃO

A HAS é uma doença que está diretamente ligada ao estresse ocupacional, demonstrando que além de os trabalhadores compartilharem os perfis de adoecimento e morte da população em geral, podem adoecer ou morrer por causas relacionadas ao trabalho (DIAS, 2001), como conseqüência da profissão que exercem ou exerceram, ou das condições adversas na realização do trabalho.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. DIAS, E. C.; ALMEIDA, I. M. *et al*.**Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde /Ministério da Saúde do Brasil, Organização Pan-Americana da Saúde no Brasil**. Brasília- Ministério da Saúde do Brasil, 2001. ISBN 85-334-0353-4
2. ALVES, M. G. M.; CHOR, D.; FAERSTEIN, E.; WERNECK, G. L.; LOPES, C. S. **Estresse no trabalho e hipertensão arterial em mulheres no Estudo pró-saúde**. Rev Saúde Pública. São Paulo, v 43(5): 893-6, 2009. ISSN 0034-8910.
3. VIEIRA, F. L. H.; LIMA, E. G. **Testes de estresse laboratoriais e hipertensão arterial**. Revista Brasileira de Hipertensão. Ribeirão Preto-SP, v 14(2): 98-103, 2007. ISSN 1519-7522.
4. COUTO, H. A.; VIEIRA, F. L. H.; LIMA, E. G. **Estresse ocupacional e hipertensão arterial sistêmica**. Revista Brasileira de Hipertensão. Ribeirão Preto-SP, v 14(2): 112-115, 2007. ISSN 1519-7522.
5. ROCHA, R.; PORTO,M.; MORELLI, M. Y. G.; MAESTÁ, N.; WAIB, P. H.; BURINI, R. C. **Efeito do estresse ambiental sobre a pressão arterial de trabalhadores**. Rev Saúde Pública. São Paulo, v 35(5): 568-75, 2002. ISSN 0034-8910.
6. NOBREGA, A. C. L.; CASTRO, R. R. T.; SOUZA, A. C. **Estresse mental e hipertensão arterial sistêmica**. Revista Brasileira de Hipertensão. Ribeirão Preto-SP, v 14(2): 94-97, 2007. ISSN 1519-7522.
7. GOMEZ, C. M.; LACAZ, F. A. C. **Saúde do trabalhador: novas-velhas questões**. Ciênc. saúde coletiva [*online*]. 2005, v.10, n.4. ISSN 1413-8123
8. SANTANA, V. S. **Saúde do trabalhador no Brasil: pesquisa na pós-graduação**.

Rev Saúde Pública [*online*]. 2006, v.40(N Esp), pp.101-11.

1. GOMEZ, C. M.; COSTA, S. M. F. T. **A construção do campo da saúde do trabalhador: percurso e dilemas**. Cad. Saúde Pública [*online*]. 1997, v.13, suppl.2. ISSN 0102-311X