

Trabalho apresentado no 23º CBCENF

Título: IMPACTOS DO ESTRESSE LABORAL NA SAÚDE DO TRABALHADOR
Relatoria: Tássia Mirelly da Conceição Menezes
Autores:
Modalidade: Comunicação coordenada
Área: TECNOLOGIA, PESQUISA, CUIDADO E CIDADANIA
Tipo: Monografia

Resumo:

INTRODUÇÃO: O Trabalho é considerado um determinante do bem-estar, da saúde do trabalhador e de sua família. Mas, além dos benefícios, pode causar prejuízos à saúde desses, levando ao adoecimento e até a morte. Os trabalhadores podem desenvolver desequilíbrio psíquico e somático, quando não são capazes de superar os sofrimentos causados pelo trabalho. Esse desequilíbrio refletirá não só na saúde do trabalhador como também no produto do seu trabalho. **OBJETIVOS:** O presente estudo objetivou conhecer a relação entre estresse laboral e adoecimento profissional. Tendo como objetivos especificar as consequências desse estresse para a saúde do trabalhador; os fatores do trabalho que os desencadeiam e os métodos não farmacológicos eficazes na prevenção/controlar desse estresse. **MÉTODOS:** A busca foi realizada no período entre 01 de Agosto de 2020 e 17 de março de 2021 nas bases de dados LILACS e SciELO através da BVS (Biblioteca Virtual de Saúde). Nesse estudo utilizou-se um total de 21 artigos. Adotaram-se como critérios de inclusão: artigos nacionais, originais, gratuitos, disponíveis na íntegra e publicados a partir de 2011. **RESULTADOS:** O indivíduo que sofre estresse pode desenvolver distúrbios no aparelho digestivo, respiratório, gênito-urinário, circulatório e até mesmo na pele. E ainda, doenças psiquiátricas, infarto do miocárdio, úlceras pépticas, hemorragias e quadros depressivos. Alguns gatilhos para o estresse laboral seriam: incapacidade de alcançar metas, pressão dos superiores, exigência de respostas rápidas, relacionamento entre profissionais, complexidade e sobrecargas na assistência e etc. **CONCLUSÃO:** Os profissionais de saúde foram os mais estudados, sendo a equipe de enfermagem considerada a mais acometida pelo estresse laboral e suas consequências. O controle do estresse pode ser realizado com eficácia através dos métodos não farmacológicos: musicoterapia, auriculoterapia com sementes e agulhas e a prática de ginástica laboral. Como limitação notou-se escassez de estudos nacionais que abordassem os impactos do estresse fisiologicamente e na saúde do trabalhador, bem como um déficit de ensaios clínicos que abordassem a utilização de métodos não farmacológicos para o controle do estresse laboral. Considera-se indispensável que os profissionais da saúde laboral e aos respectivos gestores de empresas/instituições prezem pela saúde física e mental da sua equipe.