

**Trabalho 9****ESTRESSE, ENFRENTAMENTO E SUA RELAÇÃO SOBRE A GLICEMIA E A PRESSÃO ARTERIAL****RESUMO AMPLIADO**

Introdução: O estresse é considerado um fator que pode influenciar ou desencadear diferentes tipos de doenças, dentre elas a hipertensão arterial e a diabetes. Pode ser definido como um estado de tensão que causa uma ruptura no equilíbrio interno do organismo, porém só se torna crônico quando as estratégias de enfrentamento do indivíduo falham. Selye (1956) desenvolveu o conceito de síndrome geral de adaptação (SGA) como consequência à exposição repetida e prolongada a um evento estressor. A SGA revisada por Lipp (1995) se divide em quatro fases: 1) Fase de reação ou alarme; 2) Fase de resistência; 3) Fase de quase-exaustão; 4) Fase de exaustão. O enfrentamento consiste em um conjunto de esforços (cognitivos e comportamentais), despendido pelos indivíduos com o objetivo de lidar com as demandas específicas (internas ou externas), que são avaliadas como excessivas em relação aos seus recursos pessoais, estando presentes em situações de estresse.

Objetivos: 1) Verificar se os trabalhadores de uma secretaria pública de transporte apresentam estresse e em que fase; 2) verificar quais os tipos de estratégias de enfrentamento de estresse que estes trabalhadores utilizam; 3) verificar quais as respostas comportamentais e cognitivas mais utilizadas no enfrentamento; 4) correlacionar idade e nível de estresse; 5) correlacionar estresse e pressão arterial; 6) correlacionar estresse e nível de glicemia pós-prandial; 7) verificar se indivíduos que utilizam tipos diferentes de estratégias de enfrentamento de estresse apresentam diferença nos níveis de pressão arterial e glicemia pós-prandial.

Método: Participaram do estudo 62 funcionários da Secretaria Municipal de Trânsito e Transporte da cidade de São Luís. Foi aferida a pressão arterial dos participantes e medida sua glicemia pós-prandial e aplicado o Inventário Lipp de Estresse Adulto e a Escala de Coping Ocupacional.

Resultados: Os resultados mostraram que 27,41% dos participantes apresentam estresse. Em relação às fases de estresse nenhum participante estava na fase de alerta, 88,23% estavam na fase de exaustão, 5,88% na fase de quase-exaustão e 5,88% na fase de exaustão. O tipo predominante de estratégia de enfrentamento foi de "controle". A resposta mais citada foi: "Me esforço para fazer o que acho que se espera de mim", com média 4,26 (dp=0,85). Não foi verificada correlação significativa entre estresse e idade, estresse e pressão arterial e estresse e nível glicêmico. Os tipos de estratégias de enfrentamento de estresse utilizados pouco influenciaram na pressão arterial e na glicemia.

Conclusão: Os participantes apresentaram baixo nível de estresse, e quando apresentam utilizam-se em sua maioria de estratégias de enfrentamento



Trabalho 9

adaptativas, não foi verificada correlação significativa entre níveis de estresse e aumento de pressão arterial e nem do nível glicêmico. Talvez isto ocorra em parte devido às estratégias ativas de enfrentamento de estresse utilizada pelos participantes e do tipo de teste utilizado para medição da glicemia.

Palavras-chave: estresse, enfrentamento, pressão arterial, glicemia.

Referências Bibliográficas

ALCHIERI, J. C. & Cruz, R. M. (2004). *Estresse: Conceitos, métodos, medidas e possibilidades de intervenção*. São Paulo: Casa do Psicólogo.

ANTONIAZZI, A. S.; DELL'AGLIO, D. D.; BANDEIRA, D. R. (1998). O conceito de coping: Uma revisão teórica. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 3 (2), 273-294.

CARVALHO, L.; MALAGRIS, L. E. N. (2007). Avaliação do nível de stress em profissionais de saúde. *Estudo e Pesquisa em Psicologia*, 7 (3), 210-221.

COX, D. J.; TAYLOR, A. G.; NOWACEK, G.; HOLLEY-WILCOX, P., POHL, S. L.; GUTHROW, E. (1984). The relationship between psychological stress and insulin-dependent diabetic blood glucose control: preliminary investigations. *Health Psychol*, 3, 63-75.

EVERLY, G. S. (1990). *A Clinical Guide to the Treatment of the Human Stress Response*. New York: Plenum Press.

FOLKMAN, S. (1984). Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 839-852.

FOLKMAN, S.; LAZARUS, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21, 219-239.

JÚNIOR, G. E.; LIPP, M. E. N. (2008). Estresse entre professoras do ensino fundamental de escolas públicas estaduais. *Psicologia em Estudo*, 13,(4), 847-857.

LINDQUIST, T. L.; BEILIN, L. J.; KNUIMAN, M. W. (1997). Influence of Lifestyle, Coping, and Job Stress on Blood Pressure in Men and Women. *Hypertension*, 29, 1-7.

LIPP, M. E. N.; ROCHA, J. C. (2007). *Pressão alta e stress: O que fazer agora? Um guia de vida para ao hipertenso*. Campinas: Papyrus.

LIPP, M. E. N.; ARANTES, J. P., BURITI, M. S. e WITZIG, T. (2002). O estresse em escolares. *Psicologia escolar e educacional*, 6(1), 51-56.

LIPP, M. E. N. (2000). *Manual do Inventário de Sintomas de Stress para adultos de Lipp (ISSL)*. São Paulo: Casa do Psicólogo.

**Trabalho 9**

LIPP, M. E. N. & ROCHA, J. C. (1996). *Stress, Hipertensão e Qualidade de Vida*. 2ª ed. Campinas: Papyrus.

LIPP, M. E. N.; MALAGRIS, L. E. N. (1995). Manejo do Estresse, In: Range B. (org.): *Psicoterapia Comportamental e Cognitiva: pesquisa, aplicações e problemas*. Campinas: Psy.

LIPP, M. E. N. & TANGANELLI, M. S. (2002). Stress e Qualidade de vida em magistrados da justiça do trabalho: Diferenças entre homens e mulheres. *Psicologia Reflexão e Crítica*, 15(3), 537-548.

LOURDES, D. L.; SANT'ANA, I.; BALDOTTO, C. S. R.; SOUSA, E. B. & NOBREGA, A. C. L. Estresse Mental e Sistema Cardiovascular. *Arq Bras Cardiol*, 78 (5), 525-30.

MESQUITA, A. A.; GOMES, D. S.; LOBATO, J. L.; GODIM, L. & SOUZA, S. B. (no prelo). Prevalências e causas de estresse e burnout em professores. *Psicologia Argumento*.

MINARI, M. R. T., (2007). *Estresse em servidores públicos do instituto nacional de seguro social de Campo Grande- MS*. Dissertação de mestrado não publicada. Universidade Católica Dom Bosco. Campo Grande, Brasil.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (2002). *Plano de Reorganização da Atenção à Hipertensão arterial e ao Diabetes mellitus. Manual de Hipertensão arterial e Diabetes mellitus*. Brasília: Ministério da Saúde.

PARKES, K. R. (1994). Personality and coping as moderator of work stress processes: models, methods and measures. *Work & Stress*, 8(2), 110-129.

PENTEADO, M. S. & OLIVEIRA, T. C. (2009). Associação estresse-diabetes mellitus tipo II. *Revista da Sociedade Brasileira de Clínica Médica*, 7(1): 40-5.

PEYROT, M. F. & MCMURRY, J. F. (1992). Stress buffering and glicemic control. The Role of coping styles. *Diabetes Care*, 15(7), 842-846.

PINHEIRO, F., TRÓCCOLI, B. & TAMAYO, M. (2003). Mensuração de coping no ambiente ocupacional. *Psicologia Teoria Pesquisa*, 19 (2), 153-8.

ROSSETTI, M. O. et al. (2008). O inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp (ISSL) em servidores da polícia federal de São Paulo. *Revista Brasileira de Terapia Cognitiva*, 4(2), 108-120.

SABBATNI, R. M. E. (1996). *Mente e doença*. Disponível em: <<http://www.epub.org.br/correio/medicina/corr9676.htm>> 1996. Acesso em: 17 mai. 2012.

SANTOS, A. F. & JÚNIOR, A. A. (2007). Estresse e estratégias de enfrentamento em mestrados de ciências da saúde. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 20(1), 104-113.



Trabalho 9

SANZOVO, C. E. & COELHO, M. E. C. (2007). Estressores e estratégias de coping em uma amostra de psicólogos clínicos. *Estudos de Psicologia: Campinas*, 24(2), 227-238.

SELYE, H. (1956). *The stress of life*. New York: Longmans.

SILVA, E. A. T. & MARTINEZ, A. (2005). Diferença em nível de stress em duas amostras: Capital e interior do estado de São Paulo. *Estudos de Psicologia*, 22(1), 53-61.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA (2010). Diretrizes brasileiras de hipertensão. *Revista Brasileira de Hipertensão*, 17(1), 7-63.

TAMAYO, M. R. & TRÓCCOLI, B. T. (2002). Exaustão emocional: relação com a percepção de suporte organizacional e com as estratégias de coping no trabalho. *Estudos de Psicologia*, 7(1), 37-46.

TERRY, D. (1994). Determinants of coping: the role of stable and situational factors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 895-910.

ZAUTRA, A. J. & WRABETZ, A. B. (1991). Coping success and its relationship to psychological distress for older adults. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 801-810.