



## CRITICAL ANALYSIS ON THE CONCEPT OF STRESS IN HEALTH CARE USED IN SCIENTIFIC PUBLICATIONS

### ANÁLISE CRÍTICA DO CONCEITO DE ESTRESSE EM SAÚDE UTILIZADO EM PUBLICAÇÕES CIENTÍFICAS

#### ANÁLISIS CRÍTICO DEL CONCEPTO DE ESTRÉS EN SALUD UTILIZADO EN PUBLICACIONES CIENTÍFICAS

Salomão Patrício de Souza França<sup>1</sup>, Milva Maria Figueiredo De Martino<sup>2</sup>, Lemoel Leandro Silva<sup>3</sup>, Luana de Fátima da Silva Melo<sup>4</sup>, Cíntia Germano da Costa<sup>5</sup>, Marta Maria de Souza Moura<sup>6</sup>, Eduardo Motta de Vasconcelos<sup>7</sup>

#### ABSTRACT

**Objective:** to carry out a critical analysis on the different formations of concepts of stress in health care used in scientific publications. **Method:** this is a qualitative and descriptive integrative review study which follows a strategy of five methodological steps. As it is a critical analysis on the selected studies, we opted for the confidentiality of their authors in the references of this study. Papers in English, Spanish, and Portuguese were included and those which did not focus the concept of stress in their abstracts, the repeated ones indexed in many databases, and those which are not free were excluded. Different search strategies were used, as well as descriptors in health sciences/MeSH Terms and Boolean operators in the selected databases: MedLine, SciELO, and LILACS. The strategies aimed to answer the focal question of this research: "What are the different concepts of stress in health care used in scientific publications?". **Results:** we found 71 papers and 15 of them were selected. The selected papers were tabulated according to the categories scored: the paper's and journal's title, type of study, formation of the concept of stress, and year of publication. **Conclusion:** the different designations of stress confirm the discussion of different formations of concepts and interpretations of stress, and, maybe, different intervention actions, devoting the therapeutic management and intervention pattern of their typical features currently pointed out by the literature. **Descriptors:** physiological stress; psychological stress; health; concept formation.

#### RESUMO

**Objetivo:** realizar análise crítica das diferentes formações de conceitos de estresse em saúde utilizadas em publicações científicas. **Método:** estudo qualitativo e descritivo de revisão integrativa que segue a estratégia de cinco etapas metodológicas. Por se tratar de uma análise crítica dos estudos selecionados, optou-se pelo sigilo de seus autores nas referências deste estudo. Artigos em inglês, espanhol e português foram incluídos e aqueles que não focavam o conceito de estresse em seus resumos, os repetidos indexados em várias bases de dados e os que não eram gratuitos foram excluídos. Foram utilizadas estratégias de busca distintas, descritores em saúde/MeSH Terms e operadores booleanos nas bases de dados selecionadas: MedLine, SciELO e LILACS. As estratégias visam a responder a questão norteadora desta pesquisa: "Quais são os diferentes conceitos de estresse em saúde utilizados em publicações científicas?". **Resultados:** foram encontrados 71 artigos e selecionados 15 deles. Os artigos selecionados foram tabulados conforme as categorias pontuadas: título do artigo e periódico, tipologia de estudo, formação de conceito de estresse e ano de publicação. **Conclusão:** as diferentes denominações de estresse corroboram a discussão de diferentes formações de conceitos e interpretações de estresse e, possivelmente, distintas ações intervencionistas, descaracterizando o padrão de manejo terapêutico e intervenção ora apontado pela literatura. **Descritores:** estresse fisiológico; estresse psicológico; saúde; formação de conceito.

#### RESUMEN

**Objetivo:** realizar análisis crítico de las diferentes formaciones de conceptos de estrés en salud utilizadas en publicaciones científicas. **Método:** esto es un estudio cualitativo y descriptivo de revisión integradora que sigue una estrategia de cinco etapas metodológicas. Como se trata de un análisis crítico de los estudios seleccionados, se optó por la confidencialidad de sus autores en las referencias de este estudio. Artículos en inglés, español y portugués fueron incluidos y aquellos que no enfocaban el concepto de estrés en sus resúmenes, los repetidos indexados en varias bases de datos y los que no eran gratuitos fueron excluidos. Fueron utilizadas estrategias de búsqueda distintas, descriptores en ciencias de la salud/MeSH Terms y operadores booleanos en las bases de datos seleccionadas: MedLine, SciELO y LILACS. Las estrategias pretenden responder a la cuestión orientadora de esta investigación: "¿Cuáles son los diferentes conceptos de estrés en salud utilizados en publicaciones científicas?". **Resultados:** fueron encontrados 71 artículos, siendo seleccionados 15 de ellos. Los artículos seleccionados fueron tabulados de acuerdo con las categorías puntuadas: título del artículo y del periódico, tipología de estudio, formación de concepto de estrés y año de publicación. **Conclusión:** las diferentes denominaciones de estrés corroboran la discusión de diferentes formaciones de conceptos e interpretaciones de estrés, y, posiblemente, distintas acciones intervencionistas, quitando el carácter de patrón de manejo terapéutico e intervención ahora apuntado por la literatura. **Descriptor:** estrés fisiológico; estrés psicológico; salud; formación de concepto.

<sup>1</sup>Doutorando em Ciências. Mestre em Ciências pela Universidade Federal de São Paulo (Unifesp). Maceió (AL), Brazil. E-mail: [salomao.franca@uol.com.br](mailto:salomao.franca@uol.com.br); <sup>2</sup>Livre-Docente em Ciências Médicas pela Unicamp. Pós-Doutora em Ciências Biológicas pela Universidade do Porto (Portugal). Orientadora de pesquisa. Brazil. E-mail: [martino.milva@unifesp.br](mailto:martino.milva@unifesp.br); <sup>3</sup>Graduado em Enfermagem da Faculdade Tiradentes. Maceió (AL), Brazil. E-mail: [llemuel@hotmail.com](mailto:llemuel@hotmail.com); <sup>4</sup>Graduanda em Enfermagem da Sociedade de Ensino Universitário do Nordeste. Maceió (AL), Brazil. E-mail: [luamc@hotmail.com](mailto:luamc@hotmail.com); <sup>5</sup>Graduanda em Enfermagem da Sociedade de Ensino Universitário do Nordeste. Maceió (AL), Brazil. E-mail: [cintia.germano@hotmail.com](mailto:cintia.germano@hotmail.com); <sup>6</sup>Graduanda em Enfermagem da Sociedade de Ensino Universitário do Nordeste. Maceió (AL), Brazil. E-mail: [martamype@hotmail.com](mailto:martamype@hotmail.com); <sup>7</sup>Graduado em Enfermagem da Faculdade Tiradentes. Maceió (AL), Brazil. E-mail: [edu.motta\\_vqt@hotmail.com](mailto:edu.motta_vqt@hotmail.com)

## INTRODUÇÃO

A busca de conhecimento mais aprofundado acerca do tema estresse e suas interfaces tem se intensificado cada vez mais no meio técnico-científico e na mídia, devido aos efeitos negativos gerados ao organismo humano e suas implicações na qualidade de vida dos indivíduos. Em meio a tanta popularidade, o termo “estresse” tornou-se vulgarizado, sendo muitas vezes usado inapropriadamente e/ou formulado segundo conceitos (des)agregadores, o que pode levar a compreensões inadequadas e seu uso irregular no âmbito da saúde pública.

Estudos<sup>1-2</sup> apontam que os fatores do estresse alteram os níveis de normalidade na vida das pessoas, não distinguindo idade, sexo, nível social ou atividade profissional, atingindo a todos de formas e graus diferentes, seja no trabalho ou em sua vida privada.

O estado prolongado de preocupação, alerta e ansiedade que caracteriza uma forte carga de estresse transformou-se num grande inimigo das pessoas. O estresse afeta tanto a vida pessoal quanto o desempenho profissional do indivíduo, e cada pessoa reage de forma diferente a diferentes estímulos aos quais é exposta.

Considerando que a manifestação de estresse é uma resposta da interação entre o indivíduo e o seu meio<sup>3</sup>, a avaliação do estresse deverá contemplar suas características sociais, econômicas e culturais de uma forma ampla, já que está presente em toda e qualquer situação e atividade desenvolvida pelo ser humano.

A forma como o indivíduo reage aos estímulos estressores determinará o nível de estresse ao qual está sendo submetido e que mudanças serão proporcionadas por ele. Há um consenso na literatura de que o estresse intenso ou prolongado pode ter impacto negativo na saúde física e mental de uma pessoa<sup>4</sup>, com a possibilidade, em situações extremas, de causar disfunções cardíacas, dores generalizadas, distúrbios gastrintestinais, ansiedade e depressão.<sup>5</sup>

No ano de 1936, o fisiologista austríaco Hans Selye<sup>1</sup> começou a documentar a doença, e no seu levantamento foram feitas comparações dos sintomas não químicos, que provocam as mesmas reações que as substâncias químicas tóxicas. Em 1956, ele conceituou esse processo de doença como Síndrome Geral da Adaptação, que compreende as fases de resposta ao estresse,

alerta, resistência e exaustão.<sup>6</sup>

Na fase de alerta, considerada a fase positiva do estresse, o ser humano se mobiliza por meio da produção da adrenalina. A sobrevivência é preservada e uma sensação de plenitude é frequentemente alcançada. Na segunda fase, a de resistência, a pessoa automaticamente tenta lidar com seus estímulos estressores, de modo a manter a homeostase interna. Se os fatores estressantes persistirem em frequência ou intensidade, há quebra da resistência do indivíduo e ele passa à fase de quase exaustão. Nessa fase, o processo de adoecimento se inicia e os órgãos que possuem maior vulnerabilidade genética ou adquirida passam a mostrar sinais de desgaste. Se não há alívio do estresse por meio da remoção dos estressores ou pelo uso de estratégias de enfrentamento, ele atinge a fase final, a da exaustão.<sup>6</sup>

O estresse tem sido uma das causas de problemas mais constantes em trabalhadores. Os profissionais de enfermagem, por exemplo, mostram, pelas suas características laborais, que existem vários fatores que contribuem para o desenvolvimento do processo saúde-doença no trabalho.<sup>7</sup> Hoje, essa “síndrome” é observada com outro olhar. Não de loucura, mas, sim, de uma reação do organismo em situação de perigo.

Por muitas vezes confundida com estresse e usada inadequadamente como sinônimo de estresse laboral e desgaste ocupacional, a Síndrome de *Burnout* é um exemplo clássico do uso inadequado do termo estresse, levando a falsos entendimentos sobre *burnout* e estresse, diagnósticos incorretos e abordagens intervencionistas desnecessárias e inespecíficas.

A partir desse entendimento fundamentado por Selye e do aumento das áreas de atuação profissional, vários conceitos foram construídos a fim de ser aplicados em alguma eventual área de saúde: estresse, estresse global, estresse individual, nível de estresse, estresse psicossocial, estresse ocupacional, estresse crônico e agudo, *burnout*, e tantos outros descritos em obras indicadas neste estudo. Esses diferentes conceitos não apenas aumentam a diversidade para abordar os diferentes tipos de estresse, mas podem trazer conclusões inadequadas sobre o termo e equivocadas abordagens terapêuticas, deixando em vulnerabilidade os usuários diagnosticados.

O entendimento fisiopatológico do estresse, suas formas de manifestação comportamental e física, além do emprego

correto da palavra, é de suma importância para evitar e/ou minimizar falsas interpretações e uso inadequado em intervenções de saúde, seja psicológica ou interdisciplinar. É relevante entender e discutir os diferentes conceitos de estresse e como aplicá-lo de forma perita, para não gerar insólitas Políticas Públicas que não sejam resolutivas.

Dessa forma, fazem-se necessários estudos que corroborem o esclarecimento de pontos-chave do estresse, a fim de minimizar agravos e responder a questão norteadora desta pesquisa: “Quais são os diferentes conceitos de estresse em saúde utilizados em publicações científicas?”. A partir do direcionamento metodológico de uma revisão bibliográfica integrativa, objetiva-se neste estudo realizar análise crítica das diferentes formações de conceitos de estresse em saúde utilizadas em publicações científicas.

MÉTODO

Estudo de revisão integrativa com a estratégia de cinco etapas.<sup>8-9</sup> Por tratar-se de análise crítica dos estudos selecionados, optou-se pelo sigilo de seus autores nas referências.

- Etapa 1. Identificação do tema e

seleção da hipótese ou questão norteadora da pesquisa

Indicada na introdução deste estudo.

- Etapa 2. Estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão de estudos

O estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão de estudos. Nessa etapa, segue-se o direcionamento de:

- Escolher bases de dados confiáveis: Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MedLine), Scientific Electronic Library OnLine (SciELO) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS);
- Para cada base de dados escolhida, utilizou-se estratégias de buscas distintas, sempre a partir dos descritores em saúde/MeSH Terms, com uso dos operadores booleanos (OR, AND, NOT) para refinar a busca (Figura 1).
- Foram incluídos artigos em inglês, espanhol e português e excluídos os artigos que não focavam o conceito de estresse em seus resumos, os repetidos indexados em várias bases de dados e os que não são gratuitos. Optou-se pela análise de artigos publicados nos últimos cinco anos, visando à atualização dos dados.

| Base de dados | Estratégia de busca                                                                                                                                                                                                                                                  | Artigos encontrados | Artigos selecionados |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|----------------------|
| SciELO        | 1. psychological stress AND physiological stress AND health AND concept formation                                                                                                                                                                                    | 0                   | 0                    |
|               | 2. psychological stress OR physiological stress AND health AND concept formation                                                                                                                                                                                     | 0                   | 0                    |
|               | 3. psychological stress AND physiological stress AND health AND health                                                                                                                                                                                               | 0                   | 0                    |
|               | 4. psychological stress OR physiological stress AND health                                                                                                                                                                                                           | 22                  | 4                    |
| LILACS        | 1. psychological stress OR physiological stress AND health AND concept formation                                                                                                                                                                                     | 0                   | 0                    |
|               | 2. psychological stress OR physiological stress AND health                                                                                                                                                                                                           | 31                  | 7                    |
| MedLine       | "Stress, Psychological"[Mesh] AND "Stress, Physiological"[Mesh] AND ("loattrfree full text"[sb] AND "humans"[MeSH Terms] AND (Clinical Trial[ptyp] OR Review[ptyp]) AND (English[lang] OR Spanish[lang]) AND medline[sb] AND "2009/01/04"[PDat]: "2012/01/03"[PDat]) | 18                  | 4                    |

Figura 1. Estratégia de busca e seus resultados de acordo com cada base de dados escolhida

Etapa 3. Definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados

Após a leitura crítica dos artigos, foi empreendida triagem conforme os critérios de inclusão e exclusão. Os artigos selecionados foram tabulados conforme as categorias pontuadas: título do artigo e periódico/autor, tipologia de estudo, formação de conceito e aplicabilidade do termo “estresse” e ano de publicação.

RESULTADOS

- Etapa 4. Avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa

Os artigos selecionados foram avaliados pelos autores quanto à qualidade das informações e, por fim, incluídos para avaliação e discussão, conforme a Figura 2.

| Título                                                                                                                            | Periódico                                              | Tipologia do estudo             | Formação de conceito/ aplicabilidade                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Ano  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 1. <i>Stress</i> na gestação e no puerpério: uma correlação com a depressão pós-parto                                             | Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia        | Longitudinal                    | O <b><i>stress</i></b> é um conjunto de respostas que o organismo emite para reagir frente a algo que o despertou. Pode ser entendido como uma resposta fisiológica, psicológica e comportamental de um indivíduo que procura se adaptar e se ajustar às solicitações internas e/ou externas ao organismo / <u>OBSTETRÍCIA</u> .                                                                                                                                                                                                                    | 2011 |
| 2. Condutas de risco à saúde e indicadores de estresse psicossocial em adolescentes estudantes do Ensino Médio                    | Cadernos de Saúde Pública                              | Transversal                     | Cita <b>estresse psicossocial</b> , mas não o define / <u>SAÚDE PÚBLICA</u> .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2011 |
| 3. Estresse no trabalho da enfermagem em hospital de pronto-socorro: análise usando a <i>Job Stress Scale</i>                     | Revista Latino-Americana de Enfermagem                 | Transversal                     | Assume-se que o <b>estresse ocupacional</b> é um resultado de desequilíbrio entre as demandas psicológicas, o que pode prejudicar a saúde dos trabalhadores / <u>SAÚDE DO TRABALHADOR</u> .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 2011 |
| 4. Depressão, ansiedade e estresse em usuários de cuidados primários de saúde                                                     | Revista Latino-Americana de Enfermagem                 | Estudo descritivo correlacional | O estudo cita <b>estresse</b> sem o conceituar / <u>SAÚDE MENTAL</u> .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 2011 |
| 5. Occupational stress and work capacity of nurses of a hospital group                                                            | Revista Latino-Americana de Enfermagem                 | Descritivo quantitativo         | Um indivíduo está sujeito ao <b>estresse</b> quando precisa enfrentar exigências que avalia como maiores do que os seus recursos, de uma forma que ele não pode produzir uma efetiva resposta. Em tal situação, o corpo emite uma resposta, com um aumento significativo nas funções fisiológicas e cognitivas e ativação motora. <b>Estresse ocupacional</b> , por sua vez, refere-se ao estímulo do ambiente de trabalho e respostas aversivas confrontadas com esses estímulos/ <u>ENFERMAGEM</u> .                                              | 2011 |
| 6. Impact of stress on cancer metastasis                                                                                          | Future Oncology                                        | Não indicado                    | O <b>estresse</b> é um processo complexo, incluindo fatores ambientais e psicossociais que iniciam uma cascata de processamento de informação tanto no sistema nervoso periférico e sistema nervoso central. O estresse pode ser <b>agudo</b> (de curta duração) ou <b>crônica</b> (crises repetitivas ou que ocorrem durante um período prolongado). Sob condições de estresse crônico, o corpo permanece em um estado constante de “ultrapassagem”, com efeitos deletérios de regulação dos sistemas de resposta ao estresse / <u>ONCOLOGIA</u> . | 2010 |
| 7. Prenatal stress and developmental programming of human health and disease risk: concepts and integration of empirical findings | Current Opinion in Endocrinology, Diabetes and Obesity | Estudo de revisão               | Cita quatro diferentes tipos de estresse: <b>estresse psicossocial materno</b> , <b>estresse pré-natal psicossocial</b> , <b>estresse materno placentário-fetal</b> e <b>estresse</b> . Não conceitua nenhum deles / <u>ENDOCRINOLOGIA</u> .                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 2010 |
| 8. Frontiers in the use of biomarkers of health in research on stress and aging                                                   | Journal of Gerontology: Psychological Sciences         | Não indicado                    | O <b>estresse</b> é a soma de todo o desgaste causado por qualquer tipo de reação vital a qualquer momento. É por isso que pode atuar como um denominador comum de todas as mudanças biológicas que acontecem no corpo, é uma espécie de "velocímetro da vida". O estudo cita e não conceitua <b>estresse psicológico</b> ; descreve e não conceitua <b>estresse fisiológico</b> / <u>GERONTOLOGIA</u> .                                                                                                                                            | 2010 |
| 9. Experimental stress in inflammatory rheumatic diseases: a review of psychophysiological stress responses                       | Arthritis Research & Therapy                           | Estudo de revisão               | <b>Estresse psicofisiológico</b> é a percepção de um estímulo externo estressante e a ativação de vários sistemas fisiológicos que, em conjunto, definem a resposta do corpo ao estresse, que se destina o restabelecimento da homeostase. O <b>estresse fisiológico</b> é a resposta principalmente coordenada pelo hipotálamo, com a ativação da hipófise e das glândulas adrenais, resultando na liberação de catecolaminas e cortisol / <u>REUMATOLOGIA</u> .                                                                                   | 2010 |

|                                                                                             |                                                          |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 10. Stress effects on food handler attention in a public hospital in Recife-PE, Brazil      | Dement Neuropsychology                                   | Controle de caso                            | O <b>estresse emocional</b> é uma reação complexa e global do organismo que envolve fatores físicos, psicológicos e mentais, além de componentes hormonais, e que se desenvolve em estágios ou fases: alarme, resistência, quase exaustão e exaustão / <u>NUTRIÇÃO</u> .                                      | 2010 |
| 11. Las emociones y el estrés en personas con enfermedad coronaria                          | AQUICHAN                                                 | Transversal correlacional                   | Cita <b>estresse mental agudo</b> , mas não o conceitua / <u>CARDIOLOGIA</u> .                                                                                                                                                                                                                                | 2010 |
| 12. Intervenções psicoeducativas para manejo de estresse ocupacional: Um estudo comparativo | Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva | Quase experimental, com grupo de comparação | <b>Estresse ocupacional</b> inclui desde um conjunto de reações físicas e psicológicas a características do ambiente ocupacional / <u>SAÚDE DO TRABALHADOR</u> .                                                                                                                                              | 2009 |
| 13. Riscos psicossociais no trabalho que podem levar ao estresse: uma análise da literatura | Ciência Cuidado e Saúde                                  | Análise da literatura                       | O <b>estresse</b> é um estado geral de tensão fisiológica e mantém relação direta com as demandas do ambiente. O <b>estresse ocupacional</b> é mais frequente quando há muitas responsabilidades significativas, mas poucas possibilidades de tomada de decisão e de controle / <u>SAÚDE DO TRABALHADOR</u> . | 2008 |
| 14. El estrés familiar, su tratamiento en la Psicología                                     | Revista Cubana de Medicina General Integral              | Revisão sistemática                         | Cita <b>Estresse</b> e <b>estresse familiar</b> , conceitua como tensão ou desequilíbrio, propício para a pessoa ou família desenvolver recursos adaptativos, permitindo o ganho firmeza e o uso desse aprendizado em crise subsequente / <u>PSICOLOGIA</u> .                                                 | 2008 |
| 15. Estresse e sofrimento no trabalho dos executivos                                        | Psicologia em Revista                                    | Estudo descritivo                           | <b>Estresse</b> é o estado manifestado por uma síndrome específica, constituída por todas as alterações não específicas produzidas num sistema biológico / <u>SAÚDE DO TRABALHADOR</u> .                                                                                                                      | 2008 |

Figura 2. Formação do conceito de estresse e sua aplicabilidade a partir dos artigos selecionados para análise.

DISCUSSÃO

• Etapa 5. Interpretação dos resultados

Neste estudo, indicamos a existência de quinze tipos diferentes de estresse, corroborando outros estudos<sup>1,6,10</sup>, os quais afirmam o uso atual do termo “estresse” em diversas atividades, ciências e ramos do conhecimento e com grande variação em sua conceituação:

1. Estresse;
2. Estresse psicossocial;
3. Estresse ocupacional;
4. Estresse agudo;
5. Estresse crônico;
6. Estresse psicofisiológico;
7. Estresse psicossocial materno;
8. Estresse pré-natal psicossocial;
9. Estresse materno placentário-fetal;
10. Estresse fisiológico;
11. Estresse psicológico;
12. Estresse emocional;
13. Estresse mental;
14. Estresse mental agudo; e
15. Estresse familiar.

Na maioria das vezes, o conceito desses diferentes tipos de estresse não foi formado, gerando inúmeras denominações sem conceituações apropriadas. O estresse pode ser desencadeado por qualquer tipo de fatores, determinando ampla atuação e/ou intensidade.<sup>11</sup>

De difícil conceituação e entendido de formas diversas, admite-se que três questões estejam envolvidas no termo estresse: o estímulo; a resposta; e a interação entre pessoa e ambiente.<sup>12</sup>

Na evolução do estudo do estresse, alguns termos foram sendo incorporados e dentre eles encontramos *estressor*. Um *estressor* pode ser descrito como qualquer situação que desperte uma emoção forte, boa ou má, e que exija mudança. Pode causar distúrbios físicos e/ou mentais, resultando no estresse. A alteração que provoca um estado de desequilíbrio é chamada de *estressor* ou *agente estressor*.<sup>13</sup>

A visão contemporânea do estresse ressalta que sua existência não é automaticamente má e que não necessariamente deve ser evitada a todo custo, há um consenso quanto à existência de dois tipos gerais de estresse, o “eustress” e o “distress”. O “eustress” é definido como a tensão com equilíbrio entre esforço, tempo, realização e resultados, ou seja, uma força poderosa que acrescenta

excitação e desafio às nossas vidas, que propicia a felicidade, a saúde e a longevidade, enquanto o “distress” está relacionado à tensão com rompimento do equilíbrio biopsicossocial por excesso ou falta de esforço, incompatível com tempo, resultados e realização, isto é, o “distress” ocorre quando existe uma tensão não aliviada, que conduz à destruição, à doença e à morte prematura.<sup>6</sup>

Os demais conceitos de estresse apontados neste estudo (1, 4, 5, 6, 8, 13 e 15) surgiram de formas diversas, dando ênfase aos fatores ambientais e psicossociais. Ser responsável por pessoas, como no caso dos enfermeiros, obriga a um maior tempo de trabalho dedicado à interação, aumentando a probabilidade de ocorrência do estresse por conflitos interpessoais, onde alguns estímulos acarretam um desequilíbrio psicológico que afeta seu ambiente de trabalho.<sup>14</sup>

No que tange às questões etiofisiopatológicas do estresse, observa-se sua gênese nos âmbitos fisiológico, psíquico e comportamental (estudo 1), com respostas fisiológicas e cognitivas e ativação motora (estudo 5), contradizendo o estudo 15, que defende a ideia de que todas as alterações são não específicas e produzidas num sistema biológico do indivíduo. Khazan<sup>15</sup> afirma em seu estudo que indivíduos apresentam respostas cognitivas, físicas e emocionais, havendo variedade de estressores, a fim de determinar uma especificidade pessoa-estímulo-resposta, ou diferenças na reação de cada pessoa a estímulos qualitativamente diferentes.

Para a Organização Mundial da Saúde (OMS), o stress tem sido considerado uma epidemia global, em virtude da constante atualização das informações, o que pode interferir na qualidade de vida dos sujeitos, resultando em prejuízos de ordem familiar e social, falta de motivação para atividades em geral, doenças físicas e psicológicas, além de problemas no trabalho.<sup>16</sup>

O ambiente externo onde o indivíduo sobrevive é fator bastante relevante para o início das alterações fisiológicas, que levam ao desenvolvimento do estresse, pontuados pelos artigos 9 e 13.

Há “respostas fisiológicas a diferentes tipos de estressores”<sup>15</sup>, estresse é uma parte normal funcionamento do corpo, sendo uma consequência do ato de viver. As fontes que geram estresse são sentidas e interpretadas pelas pessoas de maneira diferente, devendo-se considerar as características de cada

indivíduo e sua capacidade de interagir com os estressores do ambiente ao qual está exposto, com variação dos níveis de estresse.<sup>16</sup>

Estudos (10 e 14) relacionam o desenvolvimento do estresse com a liberação de hormônio produzido pelo organismo, onde o contato com fatores estressantes resulta na liberação de substâncias que alteram a homeostase do corpo. As reações do estresse podem ser manifestadas com sinais e sintomas, apresentando algum nível físico e/ou psicológico, desencadeando algumas doenças futuras. Estudos<sup>11,17</sup> corroboram isso, afirmando que “o organismo tem a tendência de lutar pela sua autopreservação (homeostase): quanto maior a agressão advinda do estressor, maior será a resposta de alarme do corpo”. A estimulação do hipotálamo leva, por sua vez, à secreção de hormônios.<sup>15</sup>

A aplicabilidade do termo “estresse” é bem abrangente, partindo desde área gerais, como saúde pública (estudo 2), a campos mais específicos, como a reumatologia (estudo 9), endocrinologia (estudo 7) e saúde do trabalhador (estudos 3, 12, 13 e 15). O estresse tem sido uma área bastante pesquisada nas diferentes categorias profissionais, como técnicos da área da saúde, enfermeiros, professores, magistrados etc.<sup>17</sup> Essa ampliação da aplicabilidade do termo aponta sua diversidade e ressalta a necessidade de especificidades para sua aplicação, porém, não dicotomiza a importância da formação de conceitos nessas diversas áreas.

Na área de saúde do trabalhador, o “estresse ocupacional” é definido como uma reação a estímulos do ambiente laboral (estudos 3, 5 e 12). Os estudos 5 e 12 ressaltam, ainda, que esse tipo de estresse se atribui não só ao ambiente de trabalho e às sobrecargas de responsabilidade, mas como fruto de um conjunto de acontecimentos que, somados, formam um desequilíbrio no organismo. O estudo 15 cita “estresse no trabalho” em seu título, mas não apresenta conceituação.

Quando o ambiente de trabalho é percebido como uma ameaça pelo indivíduo, surge o estresse no trabalho, com repercussões na sua vida pessoal e profissional. O estresse ocupacional é determinado pela percepção que o trabalhador tem das necessidades do ambiente de trabalho e de sua habilidade para enfrentá-las.<sup>16</sup>

A partir da conceituação do estresse ocupacional enfocada nos estressores organizacionais é possível diferenciar dois tipos de estudos relacionados ao estresse: os sobre estresse ocupacional e os sobre estresse geral, onde os primeiros enfatizam os estressores relacionados ao ambiente de trabalho e os últimos voltam-se aos estressores gerais na vida do indivíduo.<sup>17</sup>

Esse problema deve ser encarado como coletivo e institucional, e não apenas como um problema individual do profissional acometido, considerando e priorizando características laborais específicas do enfermeiro na discussão e construção de ações que redirecionem o processo de trabalho de enfermagem.<sup>18</sup>

Estudos<sup>19-20</sup> apontam a complementaridade entre os modelos de demanda-controle (DC) e o modelo de desequilíbrio esforço-recompensa (DER) na associação com desfechos de saúde, no sentido de que os modelos enfatizam diferentes aspectos do ambiente do trabalho relacionados ao estresse e ao adoecimento. Esses modelos teriam maior poder explanatório e são amplamente utilizados na literatura internacional como medidas de condições psicossociais do ambiente do trabalho.<sup>19</sup>

As diversas denominações de estresse e seus diferentes tipos servem para o aprimoramento e diversificação do tema, a partir das especificidades de áreas profissionais, porém, essas denominações devem ser usadas com cautela e sustentação científica, sempre definindo e explicando o caráter etimológico do termo. Isso proporcionará maior credibilidade científica aos novos termos provenientes de pesquisas de diversas áreas, além da fundamentação teórica que levará a um maior emprego do termo estresse.

Questões de caráter metodológico também merecem destaque nas discussões. Alguns pontos são marcantes e devem ser considerados para reflexão e análise de pesquisadores da área:

- A ausência de obrigatoriedade do uso dos descritores de saúde dificulta o estabelecimento de estratégias de busca mais completas. Pode-se considerar uma limitação deste estudo, como mostra a Figura 1.
- A maioria dos tipos de estudo são relacionados a revisão/análise da literatura (7, 9, 13 e 14) e apresentam um desenho transversal (2, 3 e 11). Estudos experimentais ou randomizados são menos frequentes e pouco contribuem para caracterizar uma

maior cientificidade ao tema, principalmente os estudos que discutem material orgânico sob manipulação. Alguns estudos nem citam a sua tipologia (6 e 8), o que colabora a elaboração dos materiais e métodos desses estudos com um menor grau de rigor científico.

- Identifica-se que a grande maioria dos estudos são publicados em periódicos internacionais com excelentes indexações, fator de impacto e avaliação de estratos. Poucos dos estudos selecionados e analisados foram publicados em periódicos com estrato inferior a B3, segundo o critério de avaliação da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Capes).

Vale ressaltar as limitações deste estudo: a interpretação dos autores, a abordagem trilingue, o número reduzido de bases bibliográficas e o período, i.e., artigos publicados nos últimos cinco anos.

## CONCLUSÃO

A diferenciação de “eustress” e “distress” é um ponto importante no entendimento do estresse como um propulsor de determinadas melhorias e promotor de benefícios à saúde humana.

O estresse, por sua problemática multifatorial/causal, difunde-se em todos os ramos da vida humana, seja no trabalho, na relação familiar, nas mudanças fisiológicas, ou no período gestacional, por exemplo, podendo advir de situações ocupacionais e/ou psicossociais. Cada indivíduo reage de forma diferente ao estresse e aos diferentes estímulos aos quais são expostos, alterando os níveis de normalidade das pessoas sem distinguir idade, sexo, nível social ou atividade profissional.

Considerando as diversas denominações e diferentes formas conceituais de estresse, além das suas aplicabilidades na área da saúde, pode-se inferir que as mudanças ambientais são estressores que afetam desde aspectos psicossociais do indivíduo até os fatores físicos e comportamentais. Esses estressores estão associados, muitas vezes, com ansiedade e depressão.

As diferentes denominações de estresse corroboram a discussão de diferentes formações de conceito e interpretações de estresse, e, possivelmente, as distintas ações intervencionistas, descaracterizando o padrão de manejo terapêutico e intervenção ora apontado pela literatura. As múltiplas características do estresse têm influenciado a utilização e elaboração de neologismos para tentar explicar estas múltiplas variações. A

falta padronização quanto à formação do conceito de estresse corrobora, na sua maioria, compilações inadequadas sobre o tema.

Uma das variações do estresse é conhecida como *estresse ocupacional*, que vem aumentando assustadoramente, o que é comprovado pelas pesquisas, que indicam uma predisposição para o adoecimento e consequente afastamento dos trabalhadores de suas atividades laborais.

Desequilíbrios na vida do indivíduo e insatisfações na realização de atividades pessoais e profissionais desencadeiam o estresse, sendo necessários diagnósticos precoces e acompanhamento terapêutico por profissionais qualificados, para promover a saúde pública e a proteção da vida.

Portanto, se faz necessário uma reflexão sobre o que realmente define o termo estresse, sua aplicabilidade na saúde pública e no meio acadêmico-científico, e as possíveis intervenções na saúde dos indivíduos e coletividades.

## RECOMENDAÇÕES

- Que pesquisas possam ser efetivadas a fim de determinar a prevalência de absenteísmo por estresse ocupacional.
- Que estudos experimentais e randomizados, aprofundem o conhecimento de questões fisiopatológicas do estresse, a fim de corroborar a formação de conceitos coesos e mais definíveis.
- Que estudos trabalhem de forma consensual quanto ao conceito de estresse, evitando divergências na formação de conceito e minimizando os riscos à saúde individual e coletiva ao não confundir o estresse com outros problemas de saúde, como ansiedade, depressão e *burnout*.
- Que as definições de eustress e distress possam ser difundidos nos âmbitos acadêmico e profissional daqueles que lidam com ações relacionadas ao estresse, para que ações efetivas sejam proporcionadas.

## REFERÊNCIAS

1. Pereira LZ, Zille GP. Stress at work: a theoretical analysis of its concepts and their Interrelationships. Revista Eletrônica Gestão e Sociedade [Internet]. 2010 [cited 2012 Mar 13];4(7):414-34. Available from: <http://face.ufmg.br/revista/index.php/gestaoesociedade/article/view/923/768>.
2. International Stress Management Association – ISMA. Bulletin. 2003.
3. Hanzelmann RS, Passos JP. Imagens e representações da enfermagem acerca do stress e sua influência na atividade laboral. Rev Esc Enferm USP [Internet]. 2010 [cited 2011 Oct 01];44(3):694-701. Available from: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0080-62342010000300020&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342010000300020&lng=en).
4. Cooper CL, Dewe PJ, O’Driscoll MP. Organisational stress: a review and critique of theory, research, and applications. Thousand Oaks: Sage; 2001.
5. Johnson LR, Hou M, Prager EM, LeDoux J. Regulation of the fear network by mediators of stress: norepinephrine alters the balance between cortical and subcortical afferent excitation of the lateral amygdala. Front Behav Neurosci. 2011;5:23.
6. Limongi-França AC, Rodrigues AL. Stress e trabalho: uma abordagem psicossomática. 4. ed. São Paulo: Atlas; 2005.
7. Negeliskii C, Lautert L. Occupational stress and work capacity of nurses of a hospital group. Rev Latino-Am Enferm [Internet]. 2011 [cited 2011 Oct 22];19(3):606-13. Available from: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-11692011000300021&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692011000300021&lng=en).
8. Mendes KDS, Silveira RCCP, Galvão CM. Revisão integrativa: método de pesquisa e incorporação de evidência na saúde e na enfermagem. Texto & Contexto Enferm. 2008;17(4):758-64.
9. Souza MT, Silva MD, Carvalho R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. Einstein [Internet]. 2010 [cited 2011 Dec 03];8(1):102-06. Available from: [http://apps.einstein.br/revista/arquivos/PDF/1134-Einsteinv8n1\\_p102-106\\_port.pdf](http://apps.einstein.br/revista/arquivos/PDF/1134-Einsteinv8n1_p102-106_port.pdf).
10. Naujorks MI. Stress e inclusão: indicadores de stress em professores frente à inclusão de alunos com necessidades educacionais especiais. Revista Cadernos de Educação Especial [Internet]. 2002 [cited 2012 Feb 04];20:117-25. Available from: <http://coralx.ufsm.br/revce/ceesp/2002/02/a9.htm>.
11. Barúa-León R. Estrés, desordenes emocionales y enfermedad. Rev Soc Peru Med Interna [Internet]. 2009 [cited 2011 Dec 03];22(4):151-55. Available from: [http://www.medicinainterna.org.pe/revista/revista\\_22\\_4\\_2009/a04v22n4.pdf](http://www.medicinainterna.org.pe/revista/revista_22_4_2009/a04v22n4.pdf).
12. Stacciarini JMR, Tróccoli BT. O estresse na atividade ocupacional do enfermeiro. Rev Latino-Am Enferm [Internet]. 2001 [cited 2012 Jan 03];9(2):17-25. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v9n2/11510.p>

[df.](#)

13. Santos PSF, Kitzberger J, Moraes ACF, Lopes CT, Possamais DJ. Identificação de agentes estressores em trabalhadores de indústrias de Jaraguá do Sul. Anuário da Produção Acadêmica Docente [Internet]. 2008 [cited 2012 Jan 03];12(2):185-200. Available from: <http://sare.unianhanguera.edu.br/index.php/anudo/article/viewFile/467/454>.

14. Guerrer FJL, Bianchi ERF. Caracterização do estresse nos enfermeiros de unidades de terapia intensiva. Rev Esc Enferm USP [Internet]. 2008 [cited 2012 Jan 05];42(2):355-62. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v42n2/a19.pdf>.

15. Khazan I. Psychophysiological stress assessment using biofeedback. Journal of Visualized Experiments [Internet]. 2009 [cited 2012 Jan 10];(29). Available from: <http://www.jove.com/details.php?id=1443>.

16. Mendes SS, Ferreira LRC, De Martino MMF. Identificação dos níveis de stress em equipe de atendimento pré-hospitalar móvel. Estud Psicol [Internet]. 2008 [cited 2012 Jan 05];28(2):199-208. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v28n2/07.pdf>.

17. Minari MRT, Souza JC. Stress em servidores públicos do instituto nacional de seguro social. Estud Psicol [Internet]. 2011 [cited 2012 Jan 10];28(4). Available from: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-166X2011000400012&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2011000400012&lng=pt&nrm=iso).

18. França S, Aniceto E, DE Martino M, Silva L. Sickening process in the nurse's work in mobile pre-hospital care. J Nurs UFPE on line [Internet]. 2012 [cited 2012 Feb 01];6(2):258-66. Available from: <http://www.ufpe.br/revistaenfermagem/index.php/revista/article/view/2355>.

19. Griep RH, Rotemberg L, Landsberg P, Vasconcellos-Silva PR. Uso combinado de modelos de estresse no trabalho e a saúde autorreferida na enfermagem. Rev Saúde Pública [Internet]. 2011 [cited 2012 Mar 12];45(1):145-52. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v45n1/2171.pdf>.

20. Calnan M, Wadsworth E, May M, Smith A, Wainwright D. Job strain, effort – reward imbalance, and stress at work: competing or complementary models? Scand J Publ Health [Internet]. 2004 [cited 2012 Mar 12];32(2):84-93. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15255497>.

Sources of funding: No  
Conflict of interest: No  
Date of first submission: 2012/02/23  
Last received: 2012/09/24  
Accepted: 2012/09/25  
Publishing: 2012/10/01

#### Corresponding Address

Salomão Patrício de Souza França  
Av. Alvaro Otacilio, 6705, Ap. 301 – Jatiuca  
CEP: 57036-850 – Maceió (AL), Brazil