

EDITORIAL

ESTRESSE OCUPACIONAL: PARA ONDE ESTAMOS CAMINHANDO?

Desde os tempos da antiguidade, em que o homem das cavernas tinha como estressor principal, o grande predador, responsável pelo fornecimento de nutrientes ou pela sua morte, o estresse já se configurava como elemento primordial na evolução do homem como um todo. O grande predador (estressor), dependendo da reação de nosso ancestral, poderia ser significado de uma boa refeição ou de uma dolorosa morte. Cabia ao homem das cavernas avaliar o estressor e suas condições pessoais de enfrentamento, julgando, assim, se o ato de lutar se sobrepujava ao ato de fugir, ou vice-versa.

Até hoje estamos nesse sistema de avaliação. Lutar ou fugir continua fazendo parte do nosso arcabouço antropológico para tomar decisões frente ao estresse. A mudança está, basicamente, na diferenciação do estressor. O grande predador deu lugar aos problemas da sociedade moderna. O estresse, antes pontual, passou a nos atingir de forma contínua. É como se o nosso grande predador nunca fosse embora, permanecendo na vida pessoal assim como na vida profissional.

Na esfera profissional, a situação ainda se agrava significativamente. A quantidade de estressores que tangenciam a jornada laboral é exponencial. Cada vez mais, há responsabilidades de variáveis níveis de complexidade atribuídas ao trabalhador, que demandam novas exigências de qualidade na execução das tarefas e novas competências. Dessa forma, torna-se cada vez mais emergente considerar o nível de estresse do trabalhador e a repercussão deste na saúde do mesmo.

As condições de trabalho, o regime laboral e seus desdobramentos para a saúde do trabalhador, incluindo impactos de curto a longo prazo, têm sido objeto de estudos nas áreas de Saúde do Trabalhador e de Saúde Mental nos diversos seguimentos das atividades produtivas. Tal interesse reflete a necessidade de descobrir como lidar, da melhor forma possível, e com menos consequências deletérias, com esse grande predador que, ao contrário, dos tempos da antiguidade, tornou-se insaciável, reflexo do que nos tornamos como sociedade.

A UNIPAR, por meio da Revista Arquivos de Ciências da Saúde da Unipar, colabora com essa busca, por meio da disseminação de pesquisas que vão ao encontro do que se têm estudado sobre a temática. Que a leitura nos traga a possibilidade de novos olhares, vislumbrando desdobramentos diferenciais.

Profa. Msc. Carla Araujo Bastos Teixeira

Doutoranda da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto - Departamento de Enfermagem Psiquiátrica e Ciências Humanas

EDITORIAL

OCCUPATIONAL STRESS: WHERE ARE WE HEADING TO?

Since ancient times, when cave dwellers had the great predator as the main stressor, which would both be responsible for their nutrients or for their death, stress was the primordial element in the evolution of humankind as a whole. The great predator (stressor), depending on the reaction of our ancestor, could mean a good meal or a painful death. It was the responsibility of the cave man to evaluate the stressor and his personal combating conditions, judging, therefore, if the act of fighting was greater than the act of fleeing, or vice-versa.

We still use this evaluation system nowadays. Fight or flee is still part of our anthropologic framework for decision-making under stress. The change is, basically, in the differentiation of stressor. The great predator has given way to modern-society issues. Stress, which used to be punctual, is now hitting us in an ongoing manner. It is as if our great predator never left. It continues on both our personal and professional life.

In the professional sphere, the situation is significantly worsened. The amount of stressors that affect the labor journey is exponential. There is a growing amount of responsibility in several levels of complexity attributed to the worker, which demand new quality requirements in developing the tasks, as well as the need for new competencies. Thus, it is emergent to consider the stress level of workers and how this affects their health.

Work conditions, labor regimen and their impact on worker's health, including short and long-term ones, have been the object of several studies in the Labor Health and Mental Health areas in several sectors of productive activities. Such interest reflects the need for knowing how to cope, in the best possible manner, and with the lower deleterious consequences as possible, with this great predator that, opposite to what happened in ancient times, has become insatiable, a reflex of what we became as a society.

UNIPAR, with its *Revista Arquivos de Ciências da Saúde da Unipar*, collaborates towards this search, through the dissemination of research that encompass this subject. May this reading bring us the possibility of new eyes glimpsing differential deployments.

Prof. Msc. Carla Araujo Bastos Teixeira

PhD student at Nursing School of Ribeirão Preto – Department of Psychiatric Nursing and Human Sciences