

ABORDAGEM SOBRE ESTRESSE E CORTISOL SALIVAR NAS FORÇAS POLICIAIS: REVISÃO INTEGRATIVA

Naraiane Fermino¹, Karen Cristina Jung Rech², Liana Lautert³, Rosana Amora Ascari⁴

¹ Acadêmica do Curso de Enfermagem. Centro de Educação Superior do Oeste – CEO.

² Enfermeira. Especialista em Saúde do Trabalhador. Hospital Regional do Oeste.

³ Enfermeira. Doutora em Psicologia. Docente do PPGEnf da Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

⁴ Orientador, Departamento de Enfermagem. Centro de Educação Superior do Oeste- CEO. Rua: Sete de Setembro, 91 D, Centro, CEP: 89.801-140, Chapecó/SC. E-mail: rosanaascari@hotmail.com.

Palavras-chave: Estresse. Saúde do Trabalhador. Enfermagem.

INTRODUÇÃO: Estresse pode ser definido como uma reação psicofisiológica a diversos estímulos que podem ser bons ou ruins, internos ou externos ao indivíduo, um mecanismo para o enfrentamento de desafios a fim de suprir as exigências e padrões impostos pela sociedade e pelo trabalho na tentativa de manter o equilíbrio homeostático. Em resposta, o organismo secreta alguns hormônios esteróides, conhecidos como glicocorticóides, tais como o cortisol que está intimamente relacionado ao processo de estresse. O cortisol é considerado um importante marcador biológico da resposta do estresse, que tem como função primordial a indução do preparo do organismo para receber e se adaptar aos desafios fisiológicos e/ou ambientais. Entre os trabalhadores com maior risco de adoecimento e de vida, estão os policiais, principalmente em decorrência das relações internas, a sobrecarga de trabalho e o caráter das atividades que realizam. Muitos policiais que estão expostos a situações de sofrimento e estresse não reconhecem tal exposição como fator de risco à saúde. Sua rotina apresenta pressões e mecanismos de vigilância e controle que constituem fonte de sofrimento, que podem gerar implicações a sua saúde, favorecendo o sofrimento psíquico e desenvolvimento de outras doenças. Entre os efeitos da banalização das situações de estresse e de sofrimento mental, destacam-se “formas reativas”, sobretudo nos casos em que os policiais cometem violências ou assistem a cenas de violência que resultam em mortes. **OBJETIVOS:** Analisar a relação estresse e cortisol nas forças policiais na produção científica nacional e internacional. **MÉTODOS:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura desenvolvida no segundo semestre de 2016, e compreendendo o período de janeiro de 2005 a dezembro de 2015. Foram associados os descritores “Stress”, “Police” e “Cortisol” nas bases de dados *SCOPUS*; *Science Direct*; *Web of Science*; *PubMed Central®* (PMC); *Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature* (*CINAHL*) e na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Para o melhor desenvolvimento do estudo foram utilizadas seis etapas, a saber: identificação do tema e seleção da questão de pesquisa para elaboração da revisão integrativa; o estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão de estudos; a definição de informações a serem extraídas dos estudos selecionados; a avaliação dos estudos inclusos na revisão; interpretação dos resultados e; apresentação da síntese de conhecimentos, com identificação da relação estresse e cortisol em policiais. Aplicando-se os critérios de seleção/exclusão identificou-se inicialmente 1320 manuscritos, que foram importados

para o Programa Sophie e, por meio deste, realizou-se a (re)definição dos critérios inclusão e exclusão. A amostra final foi composta por 34 artigos científicos, onde procedeu-se a leitura completa dos artigos selecionados e os dados coletados foram transcritos para formulário identificado: Formulário para registro das informações extraídas e análise dos artigos.

RESULTADOS: Dos 1320 manuscritos localizados, 34 artigos atenderam aos critérios de inclusão. Desta forma, as informações foram sistematizadas e categorizadas por similaridade do conteúdo em três categorias temáticas, a saber: 1) Relação estresse e cortisol, com seis subcategorias, Cortisol e as questões de gênero, onde constatou-se que a maioria dos estudos eram realizadas apenas com homens; Cortisol ao acordar e o trabalho por turno, podendo-se observar a implicância da desregulação do ciclo circadiano no processo de desenvolvimento de estresse; Cortisol após simulação de estresse/intervenção, de forma que os estudos utilizavam técnicas artificiais para desencadear a secreção de cortisol na exposição ao evento estressante; Cortisol em policiais expostos a traumas, observando-se que indivíduos já expostos a traumas recuperavam-se fisiologicamente mais rápido que aqueles não expostos; Cortisol e desenvolvimento de estresse, genericamente utilizando o cortisol como o principal marcador biológico de estresse; e Cortisol e outras correlações, onde foram avaliados a influencia de outras doenças, como a do Estresse Pós Traumático como influenciador do desenvolvimento de estresse crônico. 2) Análise de outras substâncias no processo de estresse, mostrou que além do cortisol, foram realizados estudos envolvendo outras substancia, como hormônios e metabolitos como responsáveis pelo processo de desenvolvimento de estresse. 3) Limitações dos estudos com três subcategorias, a saber Tipo de estudo, que por ser de origem transversal não pode-se investigar a causalidade dos eventos apresentados nos estudos; Amostra pequena, também apresentou-se como uma importante influenciadora dos resultados; e Fatores que possivelmente influenciaram os resultados, como utilização de medicações, coleta incorreta ou insuficiente de cortisol, questões fisiológicas de gênero, consumo de substancias como café e cigarro e o desconhecimento do perfil dos participantes. Os policiais, por desempenharem funções em diferentes contextos, expostos a crescente violência urbana, quase sempre envolvendo a rápida tomada de decisão, com exposição a danos físicos e psíquicos, submetem-se a sobrecarga de trabalho por longas jornadas e consequentemente ao estresse. **CONCLUSÕES:** Esta revisão integrativa traz importantes contribuições à saúde do trabalhador, uma vez que sinaliza risco de sofrimento psíquico em policiais decorrentes de situações de estresse em atividades laborais, evidenciando a necessidade de se propor ações efetivas para a promoção saúde desta população e minimização de agravos decorrentes da atividade laboral. Destaca-se que são poucos os países que investem em pesquisas científicas nas forças policiais, sobretudo na relação do estresse laboral e secreção de cortisol em policiais. No entanto, das produções que integraram este estudo foi possível identificar pesquisas que abordam a relação dos níveis de cortisol salivar em policiais do gênero masculino, em trabalhos por turno, após simulação de estresse ou intervenção pontual, após exposição à traumas, como marcador biológico de estresse e em outras correlações. Observou-se a ausência de trabalhos sobre esta temática no Brasil, sendo que a maioria das publicações se concentrou em países norte americanos. Tal resultado instiga o desenvolvimento de pesquisas futuras acerca do impacto laboral por gênero, turno de trabalho, em situações de estresse real e com melhor nível de evidência Sugere-se futura investigações acerca da associação cortisol e estresse em policiais, com amostragem maior, incluindo intervenções para o controle de estresse laboral.