

# O TRABALHO DO CIRURGIÃO-DENTISTA E O ESTRESSE: CONSIDERAÇÕES TEÓRICAS

*Dentist's work and the stress: theoretical considerations*

Perspectiva e controvérsia

## RESUMO

A atividade odontológica vem sofrendo graves problemas nos dias atuais, os quais se projetam em uma crise sem precedentes. Registram-se a diminuição da receita, a redução do número de pacientes na clínica privada, em razão da queda do poder aquisitivo das pessoas e o aumento dos custos com insumos e equipamentos impostos pelas novas tecnologias. Este trabalho tem como objetivo realizar uma reflexão sobre os fatores determinantes do estresse apresentados pelo cirurgião-dentista num contexto de jornada dupla de trabalho. Os resultados do estudo demonstraram que os cirurgiões-dentistas com mais de vinte anos de atividade profissional queixam-se de doenças sabidamente relacionadas ao estresse psicológico tais como: distúrbios posturais, dores na coluna cervical, enxaquecas constantes, hipertensão arterial, depressão, fibromialgias, distúrbios da atividade sexual, infartos, insuficiências respiratórias, envelhecimento precoce e câncer. Assim, conclui-se que as atividades desenvolvidas por esses profissionais trazem sérias conseqüências psicológicas demonstradas pelas doenças psicossomáticas apresentadas pelos mesmos. Há necessidade de promoverem-se atividades de Educação em Saúde para ajudar na melhoria da auto-estima através de discussões e reflexões sobre esses problemas.

**Descritores:** Cirurgião-dentista, doenças ocupacionais, estresse.

## ABSTRACT

*The activity of Dentistry is facing serious problems nowadays, which is projected in an unprecedented crisis. Dentists are suffering from decrease in income, reduction of the number of patients in the private clinic due to the decrease in the patients' acquisitive power and the increase in the costs of materials and equipments imposed by new technologies. This work aims at making a reflection about the determinant factors of the stress affecting dentists who work full time. The results of the study showed that dentists with more than twenty years' professional practice complain about diseases related to psychological stress such as postural disturbances, cervical column pains, persistent head-aches, arterial hypertension, depression, fibro-muscular pain, sexual activity upsets, heart attacks, breathing insufficiencies, precocious aging and cancer. Thus, it is concluded that the activities developed by those professionals bring serious psychological consequences demonstrated by the psychosomatic diseases they present. There is need to promote Health Education activities in order to improve the dentists' self-esteem by means of discussions and reflections on those problems.*

**Descriptors:** Dentist, occupational diseases, stress.

**Antonio Diogo Fontenele de Lima<sup>(1)</sup>**

**Francisca Lucélia Ribeiro de Farias<sup>(2)</sup>**

1) Cirurgião-dentista, Mestre em Educação em Saúde

2) Enfermeira, Doutora em Enfermagem, Profª. Titular do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade de Fortaleza- UNIFOR.

## INTRODUÇÃO

No presente texto, temos como finalidade apresentar elementos que possam promover a reflexão e a discussão acerca de algumas relações existentes entre o trabalho desenvolvido pelo odontólogo, as condições desse trabalho na saúde mental e no corpo.

*Recebido em:* 05/05/2004

*Revisado em:* 30/07/2004

*Aceito em:* 10/09/2004

É oportuno ressaltar que a atividade odontológica vem sofrendo graves problemas sistêmicos os quais se projetam numa crise sem precedentes. Podem ser lembrados, em síntese, os vários desafios que atormentam, os profissionais da odontologia na atualidade. A diminuição da receita, ocasionada pela redução do número de pacientes na clínica privada decorrente da queda do poder aquisitivo dos trabalhadores; o aumento dos custos com os instrumentos e equipamentos impostos pelas novas tecnologias. Os convênios e planos de saúde que conduziram muitos pacientes para uma odontologia de grupo dentro de um modo de produção capitalista cuja lógica é baseada no aumento da produtividade do profissional, para aumentar os lucros da empresa, não significando aumento de salário, desprezando muitas vezes a qualidade do atendimento. Isso faz com que os profissionais especificamente os odontólogos autônomos, cujos ganhos não são previsíveis possam vir a apresentar ansiedade, insegurança e desgaste emocional em consequência dessa incerteza uma vez que, precisam manter um padrão de vida com qualidade.

A qualidade de vida dos profissionais que trabalham em instituições públicas ou privadas atualmente deixa muito a desejar. Frequentemente, tem-se constatado que estas instituições mostram-se como locais propícios ao sofrimento, à violência física e psicológica, ao tédio e, mesmo ao desespero, problemas estes constatados não apenas nos funcionários dos escalões inferiores, mas também nos de níveis intermediário e superior. Principalmente, quando esses profissionais são vistos, na maioria das vezes, como meros recursos, ou seja, como quantidades materiais cujo rendimento deve ser satisfatório, isto é, tenha alta produtividade, do mesmo modo que os equipamentos, as ferramentas e a matéria prima. Desse modo, as pessoas são tratadas como meros objetos, emergindo sua condição humana apenas em acontecimentos extraordinários<sup>(1)</sup>

Sabe-se que as doenças têm íntima relação com estilo de vida de cada um e, este pode contribuir para o aparecimento ou agravos de doenças. No cotidiano tem-se observado cirurgiões-dentistas com mais de vinte anos de atividade profissional queixarem-se de doenças sabidamente relacionadas ao estresse psicológico tais como: distúrbios posturais, dores na coluna cervical, enxaquecas constantes, hipertensão arterial, depressão, fibromialgias, distúrbios da atividade sexual, infartos, insuficiências respiratórias, envelhecimento precoce e câncer. .

Estes problemas apresentados pelos profissionais, iniciados na sua maioria nos locais de trabalho, influenciam fortemente o núcleo familiar.

A escolha pela temática do estresse traz a marca de uma vivência de mais de duas décadas em busca de opções pela

melhoria da qualidade de vida do profissional de Odontologia. Sob esta ótica, entende-se que a Prevenção e a Educação em Saúde sejam os caminhos facilitadores para a tão sonhada melhoria da qualidade de vida humana, atenuando os estímulos nocivos presentes no cotidiano desta sociedade “estressada” no alvorecer do terceiro milênio.

Diante desses fatos, pode-se afirmar que em termos de qualidade de vida, fica evidente o imenso descompasso existente entre o progresso tecnológico e progresso social, ao se constatar que apesar de todo o avanço intelectual, científico e tecnológico em prol do homem como trabalhador / profissional/ ele ainda estar sendo tratado como cidadão de segunda categoria. As instituições pública ou privadas nas quais estes profissionais estão envolvidos com seus trabalhos, devem adquirir um crescimento humanístico para que haja paz, harmonia e solidariedade nas relações interpessoais dos seus componentes<sup>(2)</sup>.

## **PRESSUPOSTOS TEÓRICOS**

Nos fatos comuns da vida o homem reage fisiologicamente às agressões, como há milênios, e sua sobrevivência continua dependendo da capacidade de mobilização dos mecanismos corporais. A resposta orgânica perante um estímulo, com suas implicações bioquímicas hormonais, sempre foi adaptativa e continua sendo. É por meio dela que o homem está capacitado a empenhar-se efetivamente a enfrentar as mais variadas situações<sup>(3)</sup>.

Descartes<sup>(3)</sup> concebeu o ato de pensar como sendo a essência humana e uma atividade da alma (espírito, pensamento, razão) o que não era alma era parte extensiva do ser humano, ou seja matéria. As emoções (paixões) eram decorrentes das sensações provocadas na matéria.

Atualizando algumas idéias de Descartes<sup>(3)</sup> e com base em conhecimentos a respeito da fisiologia das emoções, pode-se dizer que a ocupação do odontólogo, pelo tempo que utiliza com sua profissão, atendendo a lógica do capitalismo, o conduz ao sedentarismo, não propicia um tempo livre para dedicar-se à família a às atividades de livre escolha. Hoje os avanços tecnológicos e a informatização ameaçam o mundo do profissional, causando ansiedade e medo do desemprego. A fragmentação não só do trabalho, mas do tempo, ou seja, a sistematização de horários e a submissão do profissional ao tempo relógio em detrimento do biológico causado pela rotina dos horários e da produtividade estabelecida pelas instituições nas quais trabalha, faz com que as doenças originadas pelo ambiente do trabalho não demorem a se manifestar, paradoxalmente promovendo o surgimento de mecanismos de defesa, como resposta às pressões sofridas por esses profissionais<sup>(2)</sup>.

## O ESTRESSE

Estresse é um termo inglês oriundo da Física que significa qualquer força aplicada sobre um sistema, levando à deformação ou à destruição. Esse conceito é considerado pela Medicina e pela Biologia, como um esforço de adaptação realizado pelo organismo para enfrentar situações consideradas ameaçadoras à vida e ao seu equilíbrio<sup>(4)</sup>.

Observa-se que o vocábulo estresse é usado indiscriminadamente com as conotações de tensão nervosa, cansaço, fadiga e irritação. Contudo, este termo trata de um conjunto de reações orgânicas e psíquicas de adaptação que o organismo “emite” quando exposto a qualquer estímulo que irrite, excite, amedronte, ou mesmo o faça muito feliz. Portanto, estresse é qualquer estímulo que afeta um organismo, seja por prazer ou por desprazer<sup>(4)</sup>.

O estresse não é uma síndrome da era industrial, ao contrário, já existia desde o início da vida social dos homens. A Organização Mundial de Saúde (OMS)<sup>(4)</sup> aponta o estresse como o mal do século, ou seja, uma “epidemia global” sem grupo de risco definido: todos estamos sujeitos. Podemos considerar o estresse como o grande vilão da vida “pós-moderna” contemporânea.

O estresse pode ser classificado em dois tipos: *oestresse* e *distresse*. Entende-se por eustresse os estímulos positivos que incentivam as pessoas a lutar por um ideal, a progredirem na vida profissional, ou seja, o conjunto de estímulos que promove no homem o bem-estar. A dicção *distresse* refere-se aos estímulos negativos que afetam o equilíbrio da vida humana, os quais se deve combater ou controlar.<sup>(5)</sup>

O *distresse* está relacionado com monotonia, falta de estímulos e sobrecarga de estímulos nocivos à saúde. Apresenta-se subdividido em várias fases e, em seu último estágio é tido como uma patologia incorporada à Classificação Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde, da OMS<sup>(5)</sup>. Portanto, o estresse (leia-se *distresse*) está classificado pela Medicina como doença da modernidade, sendo considerado pela Organização Mundial de Saúde como uma epidemia global surgida das demandas e pressões vindas da sociedade, trabalho, escola, família e/ou meio ambiente, além do somatório de outros fatores, tais como obrigações, dificuldades fisiológicas, psicológicas, responsabilidades, podendo acompanhar-se ou ser agravado por fatores como, vulnerabilidade individual de adaptação<sup>(6)</sup>.

São denominados fatores de risco as qualidades congênitas, os comportamentos adquiridos ou condições de vida e trabalho que limitam a capacidade de adaptação de uma pessoa, do ponto de vista da saúde. Sabe-se que a existência desses fatores, em princípio, não provoca

patologia, mas ocorre maior possibilidade de surgimento de uma enfermidade quando existe um fator de risco<sup>(7)</sup>.

Os estímulos negativos que afetam o ser humano podem ser absolutos, como os ruídos, falta de oxigênio e oscilações da pressão atmosférica, e relativos, que são as dificuldades do enfrentamento do dia-a-dia. Com o passar do tempo, esses estímulos negativos se acumulam, provocando as mais diversas reações físicas e emocionais no nosso organismo. Assim sendo, entre os muitos prejuízos individuais causados pelo estresse, devemos salientar também o afastamento do indivíduo de suas atividades normais, tanto domésticas, como ocupacionais<sup>(7)</sup>.

Entendendo-se portanto que, o estresse reduz a capacidade física e mental do ser humano, favorecendo com isto a diminuição da resistência do organismo às infecções, pela queda da imunidade, deixando o indivíduo vulnerável ao problema de agravo à saúde. O sistema nervoso central também é afetado ocasionando a diminuição da memória e do pensamento lógico<sup>(7)</sup>.

O estresse não afeta somente o estado físico humano, mas também o equilíbrio dos estados psíquico, emocional, social e espiritual simultaneamente.

No campo afetivo, as emoções e os sentimentos negativos vem à tona sob a forma do medo, da culpa, do ódio, da angústia e da depressão. O sentimento de ódio que pode gerar competitividade exacerbada, inveja e mágoa que são sempre lesivos à saúde humana, e que pode desencadear enfermidades psicossomáticas. Há de se salientar que os médicos cardiologistas indicam sempre para os pacientes vitimados de infarto uma terapia de apoio com um psicólogo clínico, daí a ligação estreita do estresse com a tendência ao infarto<sup>(8)</sup>.

Vale lembrar ainda os prejuízos ocasionados nas relações humanas do indivíduo. A vida social fica insustentável, propiciando dificuldades no relacionamento tanto familiar como no ambiente de trabalho, ou seja, o irmão agride o irmão, o colega agride o colega, o paciente não recebe a atenção devida favorecendo assim a criação de um palco de desunião e intrigas<sup>(8)</sup>.

O contexto cultural do indivíduo tanto pode aliviá-lo do estresse quanto agravá-lo. Muitos valores, mitos e crenças podem exacerbar os fatores estressantes da pessoa exposta, como também atenuá-los. A cobrança de padrões de comportamento que o grupo sócio cultural define para cada um pode promover ansiedade, desânimo, depressão e estresse<sup>(8)</sup>.

Os estudos mais recentes sobre a complexidade do estresse entendem o indivíduo como um ser global, multifacetado e multidimensional e não apenas como um objeto físico dotado de um corpo com distúrbios físicos.

Dentro desta visão inovadora, incluem-se as relações deste ser com o mundo que o cerca, como também as relações deste ser consigo mesmo<sup>(8)</sup>.

Os fatores estressantes provocam conseqüentes respostas psicológicas que podem ser consideradas como estratégias de manejo individuais, refletindo a vivência, a personalidade, a escolaridade e o ambiente sócio cultural deste indivíduo estressado<sup>(9)</sup>.

O estresse expressa sempre uma resposta patológica às exigências ambientais. Esta resposta está sempre associada às características individuais e psicológicas, ao ambiente físico e social e à cultura inerente a este indivíduo.

Entende-se, por conseguinte que o estresse reflete de alguma forma um mal maior, ou seja, uma sociedade globalizada, competitiva e fragmentada regida por uma rotina cujos objetivos são a busca desenfreada pela realização pessoal e profissional e o consumismo imediatista.

É preciso que toda a sociedade passe a questionar e a refletir sobre o trabalho que vem desenvolvendo cada profissional ou especificamente, o cirurgião-dentista, e o que este faz para ter uma vida saudável, qualidade de vida e manter equilíbrio emocional com a família e realizar seu lazer.

## **FASES DO ESTRESSE**

O estresse pode se apresentar em três fases: de Alarme, de Resistência Intermediária e de Exaustão<sup>(5)</sup>.

**a) Fase de Alarme** (reação aguda) – desencadeada quando o cérebro interpreta situações de tensão, como emprego novo, promoção, aprovação, salário congelado ou nova paixão. Portanto, esta fase se relaciona com ocorrências como mudanças súbitas e ameaçadoras na posição social e/ou relações do indivíduo. Neste período, o organismo entra em estado de alerta para se proteger do perigo com priorização dos órgãos de defesa, ataque ou fuga.

As reações orgânicas desenvolvidas neste quadro são:

- dilatação das pupilas;
- estimulação cardíaca (taquicardia, palpitação);
- hipertensão arterial;
- respiração ofegante;
- aumento na possibilidade de coagulação do sangue;
- liberação de açúcar armazenado pelo fígado para os músculos;
- redistribuição da reserva sangüínea da pele e vísceras para os músculos e cérebro;
- frieza nas mãos e pés (extremidades);
- tensão muscular;
- inibição do trato digestivo em virtude de ser reduzida a produção de fluidos digestivos e inibição;

- diminuição dos movimentos peristálticos do trato gastrointestinal; e
- diminuição na produção de saliva (boca seca).

Observar-se que, quando o indivíduo consegue lidar ou eliminar os agentes agressores, o organismo volta à situação básica de equilíbrio interno (homeostase). Caso contrário, ocorre a evolução desta fase para as seguintes

**b) Fase de Resistência Intermediária** (estresse contínuo) – Neste estágio, o organismo continua sendo provido de fontes de energia rapidamente mobilizadas, aumentando a potencialidade para outras ações, caso aconteçam novos perigos imediatos somados ao estresse contínuo.

O organismo continua em busca de um ajuste à situação, porém toda essa mobilização de energia pode trazer conseqüências como:

- redução da resistência orgânica às infecções.
- sensação de desgaste provocadora de cansaço e lapsos de memória; e
- supressão de funções corporais relacionadas com o comportamento sexual e reprodutor, e crescimento como atraso ou supressão da puberdade, diminuição do apetite sexual, impotência, desequilíbrio ou supressão da menstruação, falta de evolução ou falha no óvulo fertilizado ao encaminhar-se para o útero, aumento de abortos espontâneos e dificuldades na amamentação<sup>(7)</sup>.

**c) Fase de Exaustão** (Esgotamento) – ocorre a queda da imunidade e podem surgir várias alterações orgânicas e/ou doenças, como taquicardia, alergias, psoríase, caspa e seborréia, hipertensão, diabetes, graves infecções, asma, rinite, tuberculose pulmonar, intoxicações, distúrbios gastrintestinais (náuseas, diarreias, gastrites e úlceras) alteração no peso, ansiedade, depressão, fobias, hiperatividade, hipervigilância, alterações do sono (insônia, pesadelo, sono em excesso), dificuldade de aprendizagem, lapsos de memória, dificuldade de concentração, bruxismo, envelhecimento e distúrbios no comportamento sexual e reprodutivo<sup>(6)</sup>.

O estresse agudo se caracteriza quando o organismo se mostra incapaz de lidar com os estímulos e apresenta razões que, na maioria das vezes, o afastam da realidade. Este quadro se inicia minutos após a ocorrência do estímulo e desaparece dentro de horas ou dias. Observam-se as seguintes ocorrências: atordoamento inicial, estreitamento do campo da consciência, diminuição da atenção, desorientação, retraimento da situação circundante (estupor dissociativo), agitação e hiperatividade, sinais autonômicos de ansiedade, pânico, amnésia parcial ou completa para o episódio.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A maior conscientização dos trabalhadores tem levado a constantes reivindicações, no sentido de terem um trabalho mais humano e compensador.<sup>(9)</sup>

Dessa forma, surgem projetos e realiza-se experiências de humanização do trabalho pelo reconhecimento da necessidade de serem oportunizadas condições adequadas para que as pessoas desenvolvam seu potencial e sua criatividade e para que sejam evitadas aquelas condições que possam dar origem ao estresse no trabalho e má qualidade de vida<sup>(9)</sup>.

O estresse é classificado pela Medicina como uma doença da Modernidade, sendo considerado pela Organização Mundial de Saúde como uma epidemia global aflorada das demandas e pressões vindas da sociedade, trabalho, escola, família e/ou meio ambiente, além do somatório de outros fatores, tais como obrigações, dificuldades fisiológicas, psicológicas e responsabilidades, podendo acompanhar-se ou ser agravado por fatores como a vulnerabilidade individual de adaptação.

A crise econômica brasileira das últimas décadas tem feito com que profissionais autônomos, especificamente os odontólogos, se desgastem cada vez mais para manter um padrão de vida digno e compatível com sua profissão. Para isso, esses profissionais têm enfrentado dupla jornada de trabalho que os sobrecarregam e os desgastam física e emocionalmente, considerando o quantitativo de clientes que têm que atender nas instituições públicas e nos convênios sem poder realizar um atendimento adequado seja pelo tempo exíguo ou por falta de instrumental. .

Observou-se neste trabalho que as dificuldades apresentadas no campo profissional favorecem a apresentação de estresse que se manifesta alterando as funções orgânicas como: temperatura, ritmo do sono, funções fisiológicas como enurese, hipertensão arterial, frequência cardíaca e respiratória, taxas hormonais dentre outros.

Neste quadro de desafios estressantes do cirurgião-dentista, acredita-se que se deve refletir profundamente sobre os cuidados para manter a sua saúde mental.

Precisa-se, desde já, promover a auto-estima, equilibrar as carências fisiológicas, intelectuais, afetivas, espirituais e sociais numa valorização do milagre do viver.

Espera-se com esta reflexão que os cirurgiões-dentistas se organizem internamente, buscando formas saudáveis de viver, procurando junto com os seus colegas construir coletivamente um projeto educativo, pautado na educação concientizadora e libertadora, por meio da crítica e do comprometimento com os valores éticos na criação de um entorno saudável para a promoção da saúde<sup>(9)</sup>.

O assunto não se esgota por aqui, esperamos que outros profissionais possam estudar outras possibilidades que ajudem a minimizar esta problemática séria que acomete os profissionais de uma maneira geral. Mesmo tendo focado este tema de maneira um pouco tímida esperamos que ele possa contribuir de forma significativa para estudos na área de da saúde mental do trabalhador.

## REFERÊNCIAS

1. Chanlat A, Bédard R. Palavras: a ferramenta do executivo. In: Chanlat JF, organizador. O indivíduo na organização: dimensões esquecidas. São Paulo: Atlas; 1993. p.125-48. v.l.
2. Lunardi VL, Lunardi filho WD. O trabalho do enfermeiro no processo de viver e ser saudável. *Texto Contexto Enferm*. 1999 Jan-Abr;8(1):13-30.
3. Dubos R. Um animal tão humano: como somos moldados pelo ambiente e pelos acontecimentos. São Paulo: EDUSP; 1974.
4. Peniche ACG, Chaves EC. Algumas considerações sobre o paciente cirúrgico e a ansiedade. *Rev Latino-am Enfermagem*. 2000 Jan;8(1):45-50.
5. Selye H. Stress, a tensão da vida. São Paulo: IBRASA; 1965.
6. Masci C. A hora da virada: enfrentando os desafios da vida com equilíbrio e serenidade. São Paulo: Saraiva; 1998.
7. Santos O. A. Ninguém morre de trabalhar. São Paulo: Texto Novo; 1994.
8. Mosca L. Awareness, perception, and knowledge of heart disease risk and prevention among women in U.S.A. *Arch Fam Med*. 2000 Jun;9(6):506-15.
9. Camargo RAA, Bueno SMV. Lazer, a vida além do trabalho para uma equipe de futebol entre trabalhadores de hospital. *Rev Latino-am. Enfermagem* 2003 Jul-Ago;11(4):525-31.

### Endereço para Correspondência:

Antonio Diogo Fontenele de Lima  
Rua Gustavo Sampaio,301  
Bairro: Parque Araxá  
CEP: 60.455-000 – Fortaleza- Ceará  
E-Mail: [diogofontenele@uol.com](mailto:diogofontenele@uol.com)