

## **ESTRESSE NO TRABALHO COMO CAUSADOR DE DOENÇAS**

Lucas de Sousa Silva<sup>1</sup>

José Eduardo Dias<sup>2</sup>

### **Resumo**

O presente trabalho teve como objetivo demonstrar como o estresse no trabalho pode ser um agente causador de doenças para o indivíduo, sendo definido o que é o estresse, as formas como se apresenta como o indivíduo pode ser acometido e tratativas. Foram identificados quais os principais transtornos mentais e comportamentais e doenças que são desencadeadas como uma reação ao estresse. Os fatores e mudanças no contexto social também foram abordados, a fim de fornecer maior visão sobre o problema discutido e como essas variantes influenciam na prevalência. O estudo foi referenciado em artigos e obras literárias que corroboram as afirmativas abordadas. Também foram utilizados dados de órgãos governamentais e associações que discutem e promovem a saúde mental. Dados como o número de afastamentos do trabalho. Os resultados permitem maior compreensão sobre como pequenos desprazeres do cotidiano ocupacional podem levar a comorbidades que tornam o trabalhador inapto para o trabalho e demais atividades da vida e qual a importância das organizações em investir na promoção da qualidade de vida e saúde mental dos colaboradores.

**Palavras-chave:** Doenças. Estresse. Saúde. Trabalho.

---

<sup>1</sup> Graduando em Administração (UGB/FERP)

<sup>2</sup> Doutor em Ciências e Fitotecnia (UFRRJ), Docente do UGB-FERP