**INFLUÊNCIA DO ESTRESSE EM PATOLOGIAS CRÔNICAS**

Emilly Rocha Alves1

Lucas Neves Coelho Filho2

Kaori Taga Nagasawa3

Carolina Caliman Silva4

Gabriel Henrique Filgueira Ferrucci5

Adriana Oliveira Santos6

Gabriella Sousa Rocha7

**RESUMO**

**Introdução**: Nos últimos anos, a sociedade vem apresentando cada vez mais sintomas de estresse, ocasionadas pela rotina exaustiva do trabalho, universidade, de casa dentre outros fatores a qual contribuem de forma direta no surgimento de patologias crônicas cardiovasculares; AVC; metabólicas, infarto, além de transtornos mentais como a depressão (VIEIRA, 2022). Nesse sentido, os sintomas considerados mais frequentes são dores de cabeça, enxaqueca a qual necessita-se de ajuda profissional com o viés de promover assistência adequada, tendo em vista as patologias mencionadas anteriormente. **Objetivos**: O objetivo geral do referido trabalho contempla explicar sobre a influência do estresse em patologias crônicas. Diante disso, os objetivos específicos correspondem: identificar as patologias crônicas ocasionadas pelo estresse; compreender quais as medidas interventivas para prevenir essas patologias; refletir como o estresse é prejudicial à saúde a qual pode influenciar no surgimento de transtornos e demais patologias crônicas. **Métodos**: A metodologia utilizada na presente pesquisa contempla-se a revisão de literatura, levando em consideração o processo de inclusão de artigos científicos publicados no período de 2019 a 2023 nas plataformas: Scielo; Lilacs e PubMed, sendo aplicado o processo de exclusão de arquivos inferiores a 2019, bem como aqueles cujo conteúdo não fosse a língua portuguesa brasileira, a qual dificultaria análise e leitura dos pesquisadores. Nesse contexto, os descritores de buscas são: Estresse crônico; Estresse e sua influência; Patologias crônicas. **Resultados**: O estresse por ser um fator prejudicial à saúde do ser humano, pode ocasionar o aumento de riscos para o surgimento de patologias crônicas, autoimunes e até mesmo transtornos mentais em casos extremos (MOURA NECA *et al*., 2022), e isso, tem sido evidenciado na sociedade atual devido o estresse permanente está ligado a rotina exaustiva do trabalho, pressões na escola ou faculdades; trabalhos em casa dentro outros fatores a qual são atribuindo ao estresse crônico devido a vulnerabilidade correspondente aos alterações do organismos durante situações adversas do estresse. Assim, estudos como de Terassi *et al*., (2023) relacionam como a influência do estresse promove a entrada de patógenos, ou seja, o desenvolvimento de patologias psicossomáticas e biológicas acabam sendo fatores presentes, e isso é resultante durante situações estressantes. Deste modo, a relevância de buscar ajuda profissional em casos de estresse torna-se essencial, principalmente para contribuir no enfrentamento de situações sociais que contribuem para aspectos estressantes. Outra evidência encontrada foram, os estudos de Souto (2020) a qual retrata sobre a influência do estresse em patologias crônicas prejudica a qualidade de vida do ser humano, tendo em vista que, as doenças crônicas estão relacionadas ao comportamento do indivíduo, que, em situações estressantes, aumenta as chances de desencadear patologias crônicas cardiovasculares; AVC; metabólicas, infarto, além de transtornos mentais como a depressão etc. **Conclusão**: Verificando os achados científicos elencados nos resultados demonstram o quanto a influência do estresse é prejudicial à saúde, a qual possibilita que, o indivíduo fique vulnerável a patologias crônicas. Assim, torna-se essencial o desenvolvimento de novos estudos, a fim de promover discussões acerca da temática.

**Palavras-Chave:** Estresse crônico; Estresse e sua influência; Patologias crônicas.

**E-mail do autor principal:** [e.millyrocha@hotmail.com](mailto:e.millyrocha@hotmail.com)

**REFERÊNCIAS:**

TERASSI, Marielli *et al*. Influência da sobrecarga, estresse e sintomas depressivos na saúde de idosos cuidadores: estudo longitudinal. **Esc. Anna. Nery**, v.12, n.27, p.1-9, 2023.

MOURA NECA, Cinthia Silva *et al*. A influência do estresse sobre o sistema imunológico: Uma revisão da literatura. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 8, p.1-6, 2022.

SOUTO, C. N. Qualidade de Vida e Doenças Crônicas: Possíveis Relações. **Brazilian Journal of Health Review**, v.3, n.4, p. 8169–8196, 2020.

VIEIRA, Amanda Eich *et al*. Associação entre marcadores de estresse oxidativo e variáveis clínicas e bioquímicas de pacientes com dor crônica. **Revista Univap**, v.28, n.59, p.1-10, 2022.

1Medicina, Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, [e.millyrocha@hotmail.com](mailto:e.millyrocha@hotmail.com)

²Medicina, Universidade Federal de São João del Rei, São João del Rei - MG, [lucasneves04@gmail.com](mailto:lucasneves04@gmail.com)

3Medicina, Universidad de Buenos Aires - UBA, [kaori\_taga@hotmail.com](mailto:kaori_taga@hotmail.com)

4Medicina, Santa Casa de Misericórdia de Vitória – EMESCAM, Vitória – ES, [carolina.calimansilva@gmail.com](mailto:carolina.calimansilva@gmail.com)

5Medicina, Universidade do Sul de Santa Catarina, UNISUL, [gabrielferrucci1@gmail.com](mailto:gabrielferrucci1@gmail.com)

6Nutrição, Instituto de Ciências da Saúde – ICS, MONTES CLAROS – MG, [adrianaoliveira\_nutri@outlook.com](mailto:adrianaoliveira_nutri@outlook.com)

7Medicina, Universidade: Universidade de Aquino Bolívia - UDABOL, [gabriellasrocha@hotmail.com](mailto:gabriellasrocha@hotmail.com)