

Hipertensão no trabalho

26 de abril é o Dia Nacional de Prevenção e Combate à Hipertensão Arterial

A hipertensão arterial é um dos principais problemas de saúde pública no mundo. É tão importante que em 26 de abril é comemorado o Dia Nacional de Combate à Hipertensão Arterial. Segundo Rui Bocchino Macedo, especialista em Medicina do Trabalho do Frischmann Aisengart / DASA, um dos fatores causadores dessa doença é o estresse. “O estresse dentro do ambiente de trabalho pode também ocasionar o aumento da pressão arterial, principalmente em níveis de estresse muito altos, como é o caso da Síndrome de Burnout”, revela.

Macedo explica que a Síndrome de Burnout é também conhecida como Estresse Ocupacional ou Síndrome de Esgotamento Profissional. Esta doença é um distúrbio psíquico causado por esgotamento físico e mental intenso associado ao trabalho. O termo "Burnout" vem do Inglês “burn”, de queimar, e “out”, de exterior. A expressão inglesa designa algo que deixou de funcionar por exaustão de energia, como uma combustão intensa.

Segundo pesquisas feitas em 2008 pelo International Stress Management Association, associação que desenvolve pesquisas voltadas para o estresse, cerca de 30% dos trabalhadores brasileiros são portadores da doença. Os profissionais mais vulneráveis à síndrome são aqueles extremamente exigentes e perfeccionistas, e que não medem esforços para atingir bons resultados.

O especialista revela que a síndrome causa hipertensão, depressão, irritabilidade exagerada, impaciência, falta de concentração, falhas de memória, perda de qualidade das relações pessoais, queda de produtividade profissional, sintomas físicos de estresse (cansaço e mal-estar em geral), baixa auto-estima, dentre outros. Em um primeiro momento é preciso observar fatores como falta de vontade de ir trabalhar e sintomas físicos como dores nas costas, pescoço e coluna, sem causas específicas. Em um segundo momento, começa-se a deteriorar o relacionamento com outras pessoas. “Daí surgem doenças psicossomáticas, como alergias e picos de hipertensão. Detectados esses sintomas é bom procurar imediatamente um médico”, diz o médico do trabalho.

Macedo afirma que o tratamento mais indicado é o acompanhamento psicológico contínuo. “A pessoa tem que aprender a interpretar suas emoções e seu comportamento de modo adequado, refletir sobre como lidar de uma maneira melhor com sua vida”, ensina.

Mas o especialista em Medicina do Trabalho lembra que as empresas também podem ajudar. “Criar ações para favorecer um bom clima corporativo e aliviar o estresse, propiciar condições adequadas ao desenvolvimento das atividades, investir em treinamento, ter clareza nas avaliações de desempenho e respeitar o cumprimento das férias são algumas medidas que a corporação pode incorporar”, finaliza.

Sobre o Frischmann Aisengart Medicina Diagnóstica

O Frischmann Aisengart completa 65 anos em maio e é considerado uma referência para o segmento de medicina diagnóstica na região. Com forte presença nas áreas hospitalar e ambulatorial é o líder de mercado na capital e Região Metropolitana. Possui mais de 600 colaboradores e 40 unidades. São mais de três mil tipos de exames de análises clínicas que contemplam serviços e soluções diferenciados com qualidade, rapidez e alto padrão de atendimento, como a coleta domiciliar e vacinas. O Frischmann Aisengart integra a DASA, maior empresa de medicina diagnóstica e de saúde preventiva na América Latina e quinta maior no mundo. Para mais informações: www.labfa.com.br.

Sobre a DASA

A DASA é a maior empresa de medicina diagnóstica e saúde preventiva da América Latina em termos de receita bruta e população e a quinta maior rede no mundo. Com mais de 11,5 mil colaboradores, atende aproximadamente 55 mil pacientes por dia em 321 unidades. Processa em média 10 milhões de exames por mês. Oferece mais de três mil tipos de exames de análises clínicas e diagnóstico por imagem. Atualmente, o grupo é formado por 18 marcas em 12 estados brasileiros e no Distrito Federal – Delboni Auriemo e Lavoisier (SP), Bronstein, Lâmina e MedImagem (RJ); Club DA (RJ e SP); Pasteur e Exame (DF), MedLabor (TO), Frischmann Aisengart e Álvaro (PR), CientíficaLab (ES, MG, RJ e SP), Image Memorial (BA), Lâmina (SC), Atalaia (GO), Cedec e Cedilab (MT) e LabPasteur e Unimagem (CE).

**Informações atualizadas em março de 2010.*

DASA PR

Assessoria de Imprensa

Talk Assessoria de Comunicação

Karin Villatore

Mtb 2815/11/27v

(41) 3018-5828 / 9963-4250/ 9681-7075

karin@talkcomunicacao.com.br

www.talkcomunicacao.com.br

www.twitter.com/talkcomunicacao