



ESTRESSE E MANIFESTAÇÕES MUSCULOESQUELÉTICAS: MECANISMOS FISIOLÓGICOS E REPERCUSSÕES FUNCIONAIS

Eixo 1: Saúde, Biotecnologia e Qualidade de Vida

Kássia Aparecida Monteiro de Araújo¹, Larissa Sousa Ribeiro¹, Cleane Rafaela Medeiros Galvão¹, Luiza Stella Alencar da Costa¹, Ana Gabriely Pinheiro de Araújo¹, Maria Iderlania Freitas de Sousa²

¹ Centro Universitário Paraíso, cleanegalvao1764@gmail.com

² Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, iderlania.sousa@fapce.edu.br

Resumo:

INTRODUÇÃO: O estresse é uma resposta do organismo diante de situações percebidas como desafiadoras, envolvendo alterações fisiológicas que permitem ao indivíduo lidar com diferentes demandas. Quando essa resposta se prolonga, pode favorecer alterações na tensão muscular e na percepção da dor, contribuindo para manifestações musculoesqueléticas. Essas alterações podem acometer regiões como pescoço, ombros e coluna, interferindo nas atividades diárias e laborais e comprometendo o desempenho profissional e a qualidade de vida. Portanto, compreender a relação entre estresse e manifestações musculoesqueléticas é relevante para a promoção da saúde e a prevenção de limitações funcionais. **OBJETIVO:** Analisar a relação entre o estresse e as manifestações musculoesqueléticas, destacando os mecanismos fisiológicos envolvidos e suas repercussões funcionais. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão da literatura, realizada por meio de buscas na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), utilizando descritores relacionados ao estresse, fatores psicossociais e manifestações musculoesqueléticas, combinados pelos operadores booleanos AND e OR. Foram selecionados estudos publicados entre 2021 e 2025 que abordassem a relação entre estresse, fatores psicossociais e manifestações musculoesqueléticas, considerando seus mecanismos fisiológicos e repercussões funcionais. **RESULTADOS:** Os estudos analisados evidenciaram uma relação entre fatores psicossociais e a ocorrência de manifestações musculoesqueléticas, reforçando o caráter multifatorial dessas condições. Maior demanda de trabalho, baixo controle sobre as atividades, alta tensão ocupacional e baixa segurança no emprego foram associados principalmente a sintomas na região lombar, sendo esta uma das regiões mais frequentemente acometidas, seguida por ombros e pescoço. Os achados também indicaram associação entre a exposição prolongada a fatores psicossociais e alterações relacionadas ao estresse fisiológico, envolvendo a desregulação do sistema nervoso simpático, do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal e do sistema imunológico, podendo contribuir para o surgimento ou agravamento de sintomas musculoesqueléticos.

Observou-se ainda uma relação dose-resposta entre o tempo de exposição a determinadas condições de trabalho, como o uso prolongado de estações de computador, e o risco de manifestações em pescoço, ombros e região lombar. Além disso, os estudos apontaram que fatores físicos, psicossociais e organizacionais atuam conjuntamente na ocorrência dessas manifestações, destacando a necessidade de intervenções que considerem tanto as condições físicas quanto o ambiente psicossocial de trabalho. **CONCLUSÃO:** Os estudos analisados revelam uma relação entre fatores psicossociais, estresse e distúrbios musculoesqueléticos, que podem comprometer a funcionalidade e o desempenho ocupacional. Desse modo, compreender essa relação é fundamental para uma abordagem mais ampla da saúde musculoesquelética e da qualidade de vida.

Palavras-chave: Estresse; Transtornos Musculoesqueléticos; Fatores Psicossociais; Dor Musculoesquelética; Saúde Ocupacional.