

El estrés en la práctica odontológica

Andréia Antoniuk Presta,* Cléa Adas Saliba Garbin,** Artênio José Ispër Garbin,*** Orlando Saliba,**** Ana Paula Dossi*****

- * Alumna del Programa de Pos-Grado en Salud Colectiva, Nivel de Doctorado.
- ** Profesora Adjunta de la Disciplina de Odontología Legal y Bioética.
- *** Profesor Dr. de la Disciplina de Orientación Profesional.
- **** Profesor Titular de la Disciplina de Bioestadística.
- ***** Alumna del Curso de Programa de Pos-Grado en Salud Colectiva, nivel de maestría.

Facultad de Odontología de la Universidad Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho" - UNESP. Campus de Araçatuba. Departamento de Odontología Infantil y Social, Brasil.

Recibido para publicación:
15-Junio-2005.

Introducción

Fue en 1936, que el médico austríaco Hans Selye empleó por primera vez el término *estrés* para definir las reacciones específicas que el organismo presenta cuando sufre estímulos externos.^{1,2} Su significado proviene de la física y se refiere a cualquier fuerza aplicada sobre el sistema que lo lleva a su deformación o destrucción.³

El estrés abarca un conjunto de reacciones físicas y químicas del organismo cuando el individuo es sometido a situaciones consideradas amenazadoras. Estas situaciones son las llamadas estresoras y varían de una persona para otra.

Resumen

El cirujano dentista, en la práctica de su profesión, atraviesa constantemente situaciones estresantes. El grande desgaste físico, la rutina, la administración del consultorio, la soledad y los pacientes ansiosos y no colaboradores están entre los factores desencadenantes. El propósito de este estudio fue analizar los factores que se relacionan al estrés día a día de los cirujanos dentistas en Araçatuba-SP. Para esto fue utilizado un cuestionario autoadministrado conteniendo preguntas relativas a la rutina de trabajo y relaciones interpersonales. El cuestionario fue respondido por 76 profesionales, siendo 69.7% del género femenino y 30.3% del género masculino. Con relación a la rutina de trabajo, los factores considerados más estresantes por los entrevistados fueron las condiciones de trabajo insatisfactorias con 92.1%. Ya que en lo que dice respecto a las relaciones interpersonales el factor más apuntado fue la atención al paciente no colaborador o muy ansioso, con 96.1%.

Palabras clave: Estrés, factores desencadenantes, relaciones interpersonales.

Abstract

The dentist in practice of his profession, is constantly with stressful situations. The great physical effort, routine, administration of the clinic, solitude and non-collaborator anxious patients are among the trigger factors. The purpose of this study was to analyze the factors that link to the stress in the dentist's day-by-day in Araçatuba-SP. A self administered questionnaire was used containing relative questions to the work routine and interpersonal relationships. The questionnaire was answered by 76 professionals, being 69.7% female and 30.3% male's. In relation to the work routine, the factors considered more stressful for the interviewees were, the unsatisfactory work conditions with 92.1%. In respect of what they considered as the interpersonal relationships the most selected factor was the treatment of the non-participant patient or very anxious, with 96.1%

Key words: Stress, routine work, interpersonal relationships.

Smeltzer y Bare (1996)⁴ clasifican los estresores en físicos (frío, calor, agentes químicos), fisiológicos (dolor, fatiga) y psicosociales (reacciones emocionales).

Lipp (2001),⁵ cree que los estresores tengan origen en dos fuentes: una interna y otra externa. La fuente externa es aquella que no proviene del organismo, con la exigencia de algo o alguien. La fuente interna está representada por la auto-destrucción.

Si después de evaluar la situación, el individuo se considera insuficiente para atender la exigencia de aquella circunstancia, se va a sentir amenazado, desencadenando la reacción de estrés. Eso acontece porque el cerebro está

programado para enfrentar a todos los desafíos, e involuntariamente percibe la situación como peligrosa, preparando el cuerpo para luchar o huir.

Dentro de esta serie de reacciones fisiológicas podemos destacar: contracción muscular aumentada, aumento de flujo sanguíneo cerebral y en los músculos de actividad motora, sudoración, dilatación de las pupilas, aceleración de la frecuencia cardíaca y respiratoria, actividad mental aumentada, tasa de coagulación sanguínea y presión arterial aumentadas, entre otras. Ellas son el resultado de una respuesta del sistema nervioso simpático, con el objetivo de suministrar una activación extra al cuerpo para enfrentar la situación de estrés o librarse de ella.⁶

La respuesta psicológica para el estrés comprende: depresión, ansiedad, irritabilidad e insatisfacción.⁷

Se cree que la constancia de esas reacciones, no genera la dolencia propiamente dicha, pero torna al individuo más susceptible a ellas, ya que deja el organismo frágil. Hechos muy traumáticos como la pérdida de un ser querido pueden acarrear el disturbio del estrés, que conforme a Braunwald et al (2002),⁸ presenta como síntomas el desinterés, la pérdida del control emocional y despersonalización.

Arruda (2000),⁹ describe algunos efectos de estrés en la salud como: disturbios del sueño que dejan a las personas vulnerables a accidentes y dolencias, dificultad de relacionamiento y concentración, decaimiento del desempeño en el trabajo, aumento o pérdida de peso, debilitamiento del sistema inmunológico, potencialización de los problemas digestivos y cardiovasculares, dolores de cabeza constantes, artritis e irregularidades hormonales.

Estudios clínicos experimentales indican que los cuadros de estrés depresivo están asociados con alteración de la función inmunológica, aumentando así la susceptibilidad a infecciones, cáncer, dolencias autoinmunes y alergia.¹⁰

Los cambios ocurridos en la sociedad moderna son marcados. Ellos son excitantes, frenéticos y muchas veces, rápidos para permitir al hombre una absorción de su ritmo y de su significado. La competencia excesiva, el deseo intenso de "poseer", la prisa, el miedo de otro ser humano, la presión diaria afectan la calidad de vida perjudicándola, pues una rutina de inseguridad e incertidumbre necesariamente están lejos de lo deseado como una vida de buena calidad.⁵

La odontología es una de las más desgastantes profesiones y los factores desencadenantes del estrés están íntimamente unidos a esta práctica, lo que acarrea diversos daños a la salud del profesional.

Estos estresores provenientes del ambiente de trabajo son los llamados factores ambientales como; ruido, ilu-

minación, temperatura y factores organizacionales como el ritmo de producción, la naturaleza de las tareas, las presiones del tiempo entre otras.

El gran desgaste físico y psicológico, la rutina, la administración del consultorio, la soledad y los pacientes ansiosos y no colaboradores están entre los factores desencadenantes del estrés en la práctica odontológica. Las consecuencias son: cansancio, irritación, impaciencia, dificultad de concentración, desánimo, lo que ciertamente irá a perjudicar el desempeño profesional.

Objetivo

Analizar los factores que se relacionan al estrés día a día de los cirujanosdentistas en Araçatuba-SP, específicamente en lo que se refiere a la rutina de trabajo y a las relaciones interpersonales.

Materiales y métodos

Este estudio tiene carácter exploratorio y descriptivo. Los datos fueron colectados a través de un cuestionario auto-administrado conteniendo preguntas relativas a la rutina de trabajo y relaciones interpersonales. Fueron distribuidos 96 cuestionarios en consultorios particulares de la ciudad de Araçatuba y de éstos, 76 fueron respondidos.

Los datos fueron analizados en el programa estadístico EPIInfo 6.04. La realización del estudio fue aprobada por el Comité de Ética y Pesquisa de la FOA-UNESP, proceso 2001/01714.

Resultados

El cuestionario fue respondido por 76 profesionales, siendo 69.7% del género femenino y 30.3% del género masculino.

En relación a la rutina de trabajo (*Cuadro I*), fueron consideradas estresantes las siguientes situaciones:

Cuadro I. Situaciones consideradas estresantes por los cirujanosdentistas de Araçatuba-SP, relacionadas a la rutina de trabajo.

Condiciones de trabajo insatisfactorias	92.10%
Compromisos financieros	82.90%
Atrasos en las citas	67.10%
Dificultad de controlar la organización del consultorio	60.50%
Falta de estímulo intelectual	55.33%
Surgimiento inesperado de atención de urgencia	55.30%
Sobrecarga profesional y rutina de trabajo	52.60%

Con referencia al estrés proveniente de **relaciones interpersonales**, (cuadro II) fueron consideradas estresantes las siguientes situaciones:

Cuadro II. Situaciones consideradas estresantes por los cirujanosdentistas de Araçatuba-SP referentes a las relaciones interpersonales.

Atención de paciente no colaborador o muy ansioso	96.10%
Insatisfacción del paciente con relación al tratamiento recibido	90.80%
Tratamiento de caso complejo con pronóstico desfavorable	86.80%
Insatisfacción con relación al resultado de un tratamiento concluido	84.20%
Atención de paciente con enfermedad sistémica	52.60%
Dificultad de relacionamiento con compañeros de trabajo	48.70%

Discusión

Según Zakabi (2004),¹² las novedades de la vida moderna pretendían facilitar el trabajo para que éste se tornase menos arduo. Sin embargo, ocurrió lo contrario, y esas novedades posibilitaron a las personas a acumular cada vez más tareas, aumentando sus angustias y aflicciones. Hoy, se trabaja más gracias a la tecnología disponible, que da la falsa impresión de menor esfuerzo.

Con el cirujanodentista esto no es diferente, pues, en la práctica de sus actividades atraviesa constantemente por situaciones estresantes. El gran desgaste físico y psicológico, la rutina, la administración del consultorio, la soledad y los pacientes ansiosos y no colaboradores están entre los factores desencadenantes del estrés. Las consecuencias son cansancio, irritación, impaciencia, dificultad de concentración, desánimo, lo que ciertamente irá a perjudicar el desempeño profesional.

A través de los resultados de la investigación, podemos afirmar que las relaciones interpersonales son las consideradas como más estresantes por los cirujanosdentistas que las circunstancias provenientes de la rutina de trabajo.

En lo que se refiere a la rutina de trabajo, las condiciones insatisfactorias (92.1%), los compromisos financieros (82.9%) y los atrasos en las citas (67.1%) fueron los más mencionados como estresantes.

Estos resultados no están en total desacuerdo con la literatura. Moraes y Gil (1992),⁷ citan como potenciales estresores el hecho de no ganar dinero, las características del ambiente (que puede sugerir las malas condicio-

nes) y tener que convivir con faltas y atrasos en las consultas.

Ya tratándose de las relaciones interpersonales encontramos que la atención al paciente no colaborador o muy ansioso (96.1%), la insatisfacción del paciente con el tratamiento (90.8%) y el tratamiento de caso complejo con pronóstico desfavorable son las mayores causas de estrés entre los cirujanos-dentistas cuando se refiere a las relaciones interpersonales.

Díaz et al (2001),¹³ citan también como principales estresores de la práctica odontológica: el mal relacionamiento con el equipo auxiliar, atrasos de los pacientes, presión social para trabajar rápido y sin errores, además de las dificultades económicas.

La constancia de esas situaciones, las condiciones de trabajo inadecuadas y peligrosas pueden aumentar la ansiedad y generar patologías como el síndrome de Burnot, dolencias cardíacas, musculares, digestivas y otras.

Conclusión

Se puede concluir por los resultados encontrados que:

1. En relación con la rutina de trabajo, las condiciones de trabajo insatisfactorias con 92.1%, fue el factor más estresante considerado por los profesionales entrevistados.
2. Con respecto a las relaciones interpersonales, el factor referido como principal estresor fue la atención al paciente no colaborador o muy ansioso, con 96.1%.

Consideraciones finales

Considerando que las situaciones estresantes hacen parte de la rutina de trabajo del cirujanodentista, lo mejor sería convivir con ellas, ya que es prácticamente imposible evadirse.

Para Vasconcellos (2002),¹⁴ la mejor manera de disminuir los efectos del estrés profesional, consiste en un cambio en el estilo de vida del cirujanodentista. Realizar ejercicios constantemente, mantener una dieta saludable, evitar alcohol y fumar, conservar buenas relaciones sociales, dormir bien, son algunos de los buenos hábitos que deben ser adquiridos.

Bibliografía

1. Oliveira JR, Slavutzky SMB. A síndrome de Burnout nos cirurgiões-dentistas de Porto Alegre, RS. *Rev Fac Odontol Porto Alegre* 2001; 43(2): 45-50.
2. Joca SRL, Padovan CM, Guimarães FS. Estresse, depressão e hipocampo. *Rev Bras Psiquiatr* 2003; 25(supl. 2): 46-51.
3. Bringel A. Estresse: Um perigo iminente. *Rev Super Saúde* 2002; 2(6): 4-7.

4. Smeltzer SC, Bare BG. *Brunner & Suddarth: tratado de enfermagem médico cirúrgica*. 8ª Ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 1996: 93-102.
5. Lipp MEN. Estresse emocional: a contribuição de estressores internos e externos. *Rev Psiquiatr Clin* 2001; 28(6): 347-349.
6. Guyton AC, Hall JE. *Tratado de fisiologia médica*. 9ª Ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 1997: 701.
7. Moraes ABA, Gil IA. Diretrizes para a compreensão do estresse do cirurgião-dentista. *Rev Assoc Paul Cir Dent* 1992; 46(6): 931-935.
8. Braunwald E, Fauci AS, Kasper DL, Hauser SL, Longo DL, Jameson JL. *Harrison medicina interna*. 15ª Ed. Rio de Janeiro: McGraw-Hill; 2002: 2704-2705.
9. Arruda W. Stress: o vilão do milênio. *Rev Elevação* 2000; 3: 28-31.
10. Marques AH, Solis ACO, Neto FL, Lotufo RFM, Prado EBA. Estresse, depressão, alterações imunológicas e doença periodontal. *Rev Psiquiatr Clin* 2001; 28(5): 266-273.
11. Souza AD, Campos CS, Silva EC, Souza JO. Estresse e o trabalho. [monograph] Campo Grande: Sociedade Umver-sitária Estácio de Sá; 2002.
12. Zakabi R. Stress. *Rev Veja* 2004; 37(6): 66-75.
13. Diaz RRM, Lartigue BT, Acosta VME. Síndrome de Burnout. Desgaste emocional em cirujanos dentistas. *Rev ADM* 2001; 58(2): 63-67.
14. Vasconcellos IC. Estresse Profissional. *Rev Bras Odontol* 2002; 59(1): 6-7.

Reimpresos:
Andréia Antoniuk Presta
R-José Bonifácio Núm. 1193
Bairro: Vila Mendonça
CEP: 16015-050
Araçatuba -São Paulo-Brasil.
Telefones: (18) 3636-3249
(18) 3622-5552
Este documento puede ser visto en:
www.medigraphic.com/adm