

# ESTRESSE E OS EFEITOS DOS PSICOFÁRMACOS NA PREVENÇÃO DE DOENÇAS PSICOSSOMÁTICAS

ELIANE SEEMANN BERNARDI

CESUMAR - CENTRO UNIVERSITÁRIO DE MARINGÁ, MARINGÁ - PR

CLÉRIO TESCH

CESUMAR - CENTRO UNIVERSITÁRIO DE MARINGÁ

SANDRA CRISTINA CATELAN-MAINARDES

CESUMAR - CENTRO UNIVERSITÁRIO DE MARINGÁ

PAULO ROGÉRIO DE OLIVEIRA CRUZ

CESUMAR - CENTRO UNIVERSITÁRIO DE MARINGÁ

Diante da realidade dos tempos modernos, nas últimas décadas o termo estresse tem se tornado muito popular, tornando-se parte do senso comum ao ser utilizado para se referir tanto a sua condição, causa ou efeito. Por ser o estresse a quebra da homeostase interna, onde o sistema nervoso e os hormônios que são os principais sistemas de coordenação do corpo são afetados diretamente. O presente trabalho tem por objetivo informar o que cientificamente significa estresse. Esclarecer que a quebra da homeostase interna, os agentes estressores, as fases do estresse (alerta, resistência e exaustão). Relacionar as doenças que podem se desenvolver caso o indivíduo tenha uma predisposição para tal. O estresse tem atingido todas as camadas da sociedade, demonstrado que ninguém está livre de desenvolver este sintoma, assim justifica-se, a relevância do tema. O método utilizado foi um apanhado geral sobre teorias científicas de diversos autores sobre o assunto. A literatura revela que a estimulação mental e a psicoterapia podem induzir o desenvolvimento de células essenciais e a inervação de novos alvos terapêuticos por meio de fatores neurotróficos para alterar emoções e comportamentos. O trabalho de prevenção que pode ser desenvolvido tanto para prevenir como para controlar o desencadeamento ou agravamento do estresse e de doenças psicossomáticas por meio de estimulação mental e psicoterapia. Sendo assim, o estresse pode ser diminuído e prevenido se houver uma canalização das forças estressoras, por meio de psicoterapias.

**Palavras-chave:** estresse; doenças psicossomáticas; prevenção

[esbernardi@cesumar.br](mailto:esbernardi@cesumar.br)