

POSSÍVEIS NEXOS ENTRE O ALCOOLISMO E O ESTRESSE RELACIONADO AO TRABALHO DO PSICÓLOGO CLÍNICO

Bruno de Moraes Cury¹; Ana Carla Gomes Toledo²;
Gabriel Lauriano De Souza Hilário²; Marco Aurélio Muniz Correa de
Carvalho²; Nayara de Souza Pereira²; Thayane Silva Aguiar Henrique²

Resumo: *Esta pesquisa teve como objetivo avaliar as possíveis relações do trabalho do psicólogo clínico com o uso do álcool como forma de se obter bem-estar frente ao possível estresse e desgastes físico e emocional, ocasionado pela atuação clínica desse profissional. Este trabalho foi realizado com psicólogos ativos e registrados na cidade de Viçosa, MG. Foi feita uma pesquisa qualitativa, tendo como base a análise de conteúdo de entrevistas semiestruturadas. Como resultado, encontrou-se que esses psicólogos aliviam o estresse decorrido do trabalho varia entre a bebida e formas de lazer como leituras, filmes e esportes. Não é possível eliminar o estresse da vida desses profissionais; entretanto, há meios para evitar que ele se torne excessivo e, conseqüentemente, acarrete tantos outros problemas.*

Palavras-chave: *Psicologia clínica; estresse; alcoolismo.*

Introdução

Segundo Faccio (2008), o consumo de bebidas alcoólicas faz parte da história da humanidade há milhares de anos; sendo assim, esse consumo já vem ocorrendo em várias culturas desde a antiguidade. Estudos evidenciam que as substâncias alcoólicas já eram utilizadas há muito tempo em rituais religiosos ou místicos, com o intuito de possibilitar ao indivíduo poderes de ver, sentir ou pressentir o que os outros na sobriedade não alcançavam.

À medida que as relações de poder e de convivência vão se desgastando e acumulando, maiores se tornam as queixas, os adoecimentos etc.; a partir

¹Professor da União de Ensino Superior de Viçosa Ltda. – UNIVIÇOSA – Viçosa, MG; e-mail: brunomcury@yahoo.com.br

²Acadêmico do 6º período do Curso de Psicologia – UNIVIÇOSA – Viçosa, MG; e-mail: thayanehenrique@hotmail.com

daí, o consumo de álcool se caracteriza de forma mais clara. O caráter ético das pessoas vai se desviando por conta do sofrimento inicial, que logo após ser sustentado se transforma em diversos sintomas patológicos, gerando ainda mais sofrimento entre as pessoas que vivem e convivem com o indivíduo, seja no trabalho ou fora dele. É necessária uma preocupação ética, uma postura que referencie a cidadania dentro das instituições, para que esse quadro seja pelo menos atenuado ou na melhor das hipóteses seja coibido antes que se dê espaço para que as patologias se iniciem (KARAM, H., 2003).

Estudos atuais demonstraram que o profissional de saúde tem sofrido um aumento vertiginoso dos níveis de estresse nos últimos anos (CARVALHO E MALAGRIS, 2007). Essas pesquisas têm apresentado que o trabalho na área da saúde mental, caracterizado pela atuação profissional em um ambiente com elevada demanda emocional, consiste em um fator significativo na manifestação do estresse e da Síndrome de Burnout (MOORE E COOPER, 1996).

Heckler (1998) ressaltou sobre vários estudos, os quais evidenciam como o trabalho pode estar relacionado ao estresse, à tensão e ao sofrimento psíquico.

Especificamente em relação a psicoterapeutas, Farber (1985) identificou cinco fatores desencadeadores de estresse: manutenção da relação terapêutica, agendamento, dúvidas profissionais, envolvimento excessivo no trabalho e esgotamento pessoal.

“Dentre os aspectos socioculturais que predispoem ao alcoolismo, estão às profissões estressantes, em que o alcoolista leva as tensões para sua vida particular; a publicidade, que estimula e valoriza o uso de bebidas alcoólicas, nas atividades sociais, como facilitadora do relacionamento amoroso ou mesmo para saber tomar uma decisão afugentar dificuldades e mágoas; a sociedade que é de opinião relativamente tolerante quanto ao uso de bebidas alcoólicas; o preço acessível da bebida alcoólica, ingerida pelas classes sociais menos favorecidas; os interesses econômicos envolvidos, pois é curioso que, ao mesmo tempo em que o governo gasta grandes somas no tratamento e recuperação dos alcoolistas, ele tenha nos impostos sobre bebidas, uma das fontes principais de lucro (CARNEIRO et al. 2005).”

Uma das formas de expressar esse sofrimento psíquico tem sido o

alcoolismo. Quando, em momentos de descontração, normalmente opta-se por algum tipo de bebida alcoólica, o que faz com que o álcool esteja sempre presente na vida do indivíduo (HECKLER, 1998).

Esse processo pode ser entendido como um conjunto de respostas comportamentais que o indivíduo, diante de uma situação de estresse, emite para modificar o ambiente, na tentativa de adaptar-se da melhor forma possível ao evento estressor, reduzindo ou minimizando seu caráter aversivo.

Material e Métodos

Este trabalho foi realizado com psicólogos ativos e registrados na cidade de Viçosa, MG. Como estratégia de produção de dados, foi feita uma pesquisa qualitativa, tendo como base o uso de entrevistas semiestruturadas. A produção de dados foi feita pela análise de conteúdo. Pode-se dividir a pesquisa em três etapas: primeiramente, foi feito um levantamento de referenciais teóricos, buscando compreender mais sobre o assunto para ter embasamento para construir a pesquisa. Fez-se necessário, portanto, conhecer o histórico do tema a ser estudado e as suas causas, bem como as influências que o álcool exerce sobre seus usuários. Posteriormente, convidou-se para a entrevista todos os profissionais ativos e registrados na Prefeitura Municipal de Viçosa, MG. Na última etapa, fez-se a análise das entrevistas, utilizando a análise temática de conteúdo, metodologia específica de análise quando na coleta estão presentes as entrevistas semiestruturadas.

Resultados e Discussão

Encontrou-se, como resultado, que a forma de esses psicólogos aliviarem o estresse decorrido do trabalho deles varia entre a bebida e as formas de lazer como leituras, filmes e esportes. Não foram encontrados resultados substanciais quanto ao uso excessivo do álcool; os psicólogos entrevistados relataram sobre o estresse quanto à realização do trabalho como psicoterapeutas; entretanto, esses encontram formas de aliviar a tensão do trabalho buscando alternativas mais saudáveis.

Conclusão

Segundo Lipp e Malagris (1998), não é possível eliminar o estresse da vida das pessoas, mas há meios para evitar que ele se torne excessivo e, conseqüentemente, acarrete tantos outros problemas para os indivíduos. Considerar a saúde e o bem-estar dos profissionais da saúde mental é importante, porque problemas físicos e psicológicos podem conduzir a problemas somáticos variados, como elevados níveis de ansiedade, depressão, problema mental, insônia, abuso de álcool e drogas, exaustão emocional, entre outros. Entendeu-se que o uso do álcool pode ser visto como um *coping* por parte dos Psicólogos clínicos, ou seja, o desgaste físico e psicológico dos profissionais pode acarretar no consumo da bebida, de maneira excessiva ou não. Heckler (1998) ressaltou sobre vários estudos que têm se dedicado a demonstrar como o trabalho pode estar relacionado ao estresse, à tensão e ao sofrimento psíquico.

Referências Bibliográficas

CARNEIRO, F. V. P. [et al] **O Alcoolismo e suas conseqüências: aspectos físicos e psíquicos**. Revista RENE, v.6, n.1. Fortaleza, 2005.

CARVALHO, L.; MALAGRIS, L.E.N. **Avaliação do nível de stress em profissionais de saúde**. Estudos e Pesquisas em Psicologia, UERJ, RJ, v. 7, n. 3, 2007, p. 570-582.

FACCIO, G. **Alcoolismo: Um caso de saúde pública. Uma Revisão bibliográfica sobre a dependência do álcool no Brasil**. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Faculdade de Medicina. Porto Alegre, 2008.

FARBER, B. (1985). **Clinical psychologists perceptions of psychotherapeutic work**. Clinical Psychologist, 38, 10-13.

HECKLER, C. O; **Alcoolismo e Trabalho**. Instituto de Psicologia, Universidade de Brasília. Brasília, 1998.

KARAM, H. **O Sujeito entre a Alcoolização e a Cidadania: perspectiva clínica do trabalho.** Rev. Psiquiatria RS, 25'(3): 468-474, set./dez. 2003.

LIPP, M. E. N.; MALAGRIS, L. N. **Manejo do stress.** In B. Rangé (Ed.), Psicoterapia comportamental e cognitiva: pesquisa, prática, aplicações e problemas (pp.279-291) Campinas: Editorial Psy. 1998.

MOORE, K. A.; COOPER, C. L. **Stress in mental healthprofessionals: a theoretical overview.** *InternationalJournalof Social Psychiatry*, 42 (2), 82-89. 1996.

