

TRATAMENTO E CONTROLE DO ESTRESSE COMO COMORBIDADE ÀS DOENÇAS OCUPACIONAIS: UMA PROPOSTA PARA GRUPOS TERAPÊUTICOS DE LINHA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL (APOIO UNIP)

Aluna: Nathalia Argolo Campos Ribeiro

Orientador: Prof. Dr. Paulo Eduardo Benzoni

Curso: Psicologia

Campus: Ribeirão Preto

Este projeto teve por objetivo testar a eficácia de um programa/protocolo em grupo de gerenciamento e controle do estresse, de base cognitivo-comportamental, em trabalhadores com problemas osteomusculares e estresse. Devido a dificuldades de adesão para formação de um grupo, o trabalho foi desenvolvido individualmente com um participante que preencheu os critérios de inclusão. Trata-se de um homem de 33 anos que apresentou, inicialmente, estresse relacionado ao trabalho no nível de resistência e estava afastado por distúrbio osteomuscular. Foram utilizados o Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos de Lipp (ISSL); a Escala de Avaliação do Contexto do Trabalho (EACT); a Escala de Percepção de Justiça Distributiva (EPJD) e a Escala de Percepção de Justiça de Procedimentos (EPJP), além de um roteiro de entrevista semiestruturado para realização de uma avaliação inicial. Na sequência, foram realizados oito encontros de 50 minutos cada, com periodicidade semanal, estruturados e baseados na terapia cognitivo-comportamental. Ao final do trabalho, o participante apresentou redução no nível de estresse e melhor percepção de seus mecanismos geradores e mantenedores do estresse. Considera-se que o processo de intervenção se mostrou satisfatório, porém sugere-se que futuros trabalhos se voltem a verificar a eficácia do protocolo em grupo.