



## **IV Encontro Afirmativa: Práticas de Estudantes Cotistas em Pesquisa e Extensão**

### **Determinantes do Estresse à População Negra**

Tamara Costa de Souza (UNEB – Campus XII)

E-mail: tamaracost8@gmail.com

Orientador: Ricardo Franklin de Freitas Mussi (UNEB – Campus VI)

E-mail: rimussi@yahoo.com.br

**Palavras-Chave:** Estresse; Estresse psicológico; População negra.

#### **Introdução**

O estresse figura entre as reações naturais do organismo. A vivência de situações perigosas ou ameaçadoras que, ao se juntar com os componentes psicológicos, físicos, mentais e hormonais, geram demasiada necessidade de adaptação à novas situações. A exposição à eventos estressores a longo prazo, ocasionam a predisposição de doenças que interferem na qualidade de vida do indivíduo, fisicamente ou mentalmente. A primeira fase do estresse acontece quando o indivíduo entra em contato com o agente agressor. Posteriormente o organismo resiste ao tentar se adaptar ao problema ou eliminá-lo. Por último, em estado de exaustão, surge comprometimentos em forma de doenças (SILVA; GOULART; GUIDO; 2018).

O estresse é considerado a doença do século XXI e importante aliado para o adoecimento mental, no Brasil uma proporção de 34% e no Nordeste 32,9%, acomete ambos os sexos, sendo mais propenso na população masculina, idosos e indivíduos com baixo nível socioeconômico, escolar e principalmente de

raça/cor da pele. Por isso, torna-se um problema de saúde pública, onde exige oferta de cuidados psicológicos, além de outras ações terapêuticas (SMOLEN; ARAUJO, 2017).

O desgaste que o estresse causa no organismo ocorre devido as alterações psicofisiológicas ocasionadas quando uma pessoa é forçada a enfrentar uma situação estressante (SILVA; MARTINEZ, 2005).

A raça/cor da pele pode influenciar de forma direta nas oportunidades financeiras, educacionais e sociais, podendo interferir na sua posição socioeconômica (PEREIRA; MUSSI, 2020). No Brasil, são escassas pesquisas que enfrentem a desigualdade na saúde que envolvendo raça/cor. Por mais que o Brasil não tenha uma política legal ou formal de segregação racial, raça tem influência na sociedade, determinando desigualdades (SMOLEN; ARAÚJO, 2017). Sendo assim, o presente estudo objetiva descrever as características epidemiológicas e determinantes do estresse, conforme a literatura, para a população negra.

#### **Metodologia**



## IV Encontro Afirmativa:

### Práticas de Estudantes Cotistas em Pesquisa e Extensão

Trata-se de um estudo qualitativo (MUSSI et al., 2019), do tipo revisão integrativa (RI) da literatura, que sistematizou dados acerca de determinantes do estresse na população negra. Esse tipo de investigação é relevante em todas as áreas, em especial para a saúde, pois permite que o conhecimento sobre determinado tema seja sistematizado, analisado e apresentado de forma sucinta (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

Foram seguidas seis etapas para a fundamentação da RI sendo elas: 1) Identificação do tema e seleção da pergunta de pesquisa; 2) Estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão; 3) Identificação dos estudos pré-selecionados e selecionados; 4) Categorização dos estudos selecionados; 5) Análise e interpretação dos resultados; 6) Apresentação da revisão/síntese do conhecimento.

A posteriori foi indagado: Quais as características epidemiológicas e determinantes do estresse conforme a literatura para a população negra?

Para as buscas dos artigos foram adotados termos a partir dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e Medical Subject Heading (MeSH) nos idiomas Inglês, Espanhol e Português. As buscas foram implementadas nas seguintes bases de dados: LILACS, SciELO e PubMed.

### Resultados e Discussão

Mediante as análises realizadas, inicialmente foram identificados cerca de 1138 manuscritos brutos nos idiomas inglês, espanhol e português; 633 textos foram excluídos, pois não estavam em formato de textos completos e disponíveis gratuitamente; 371 artigos foram excluídos por abordarem conteúdos que não atendem a temática; 82 manuscritos foram excluídos pois abordavam problemas relacionados ao estresse na infância, totalizando 32 artigos. Feita a leitura na íntegra, 7 artigos foram selecionados para amostra.

Os estudos apresentam resultados que explicam e identificam os determinantes do estresse na população negra, bem como a necessidade de ampliação das pesquisas voltadas à população negra, para melhor investigar as questões que evidenciam o estresse.

O estresse não é distribuído de forma aleatória. Acomete grupos socialmente desfavorecidos, os quais estão expostos a eventos de vida negativos desde o nascimento até o final de suas vidas. A exposição prolongada e repetida ao estresse vai acarretar em uma série de desregulações fisiológicas, causando adoecimento físico ou mental (Boen, 2020; Brown; Mitchell; Ailshire, 2020).

Foi possível observar que o nível de escolaridade e condições de trabalho são



## IV Encontro Afirmativa:

### Práticas de Estudantes Cotistas em Pesquisa e Extensão

considerados aliados para desencadear o estresse. Cargas horárias extensas, exaustivas, elevada demanda e muitas vezes a necessidade de um segundo emprego para atender as suas demandas, geram alto nível de estresse, além disso, mostra que quanto menor o nível de escolaridade, maior é o nível de estresse (Arbona *et. al.*, 2017).

A discriminação racial é considerada uma forma particular de experimentar o estresse. As análises mostram que os afro-americanos (AA) relatam discriminação racial como uma forma de estresse, bem como o estilo de vida para o enfrentamento que geram instabilidade emocional e outras formas de estresse. Além disso, enfatizam que as experiências de discriminação racial vivenciadas no início de suas vidas, foram essenciais para compreenderem a si mesmas em relação ao meio social., onde são excluídos, estereotipados e desvalorizados (Allen *et. al.*, 2019).

Tais experiências são descritas como dolorosas e de efeitos duradouros em suas identidades, visto que precisaram usar “armaduras” para as ameaças futuras. Desse modo, tais ameaças desencadearam respostas cognitivas e comportamentais ao estresse (Allen *et. al.*, 2019).

Os homens negros de 35 a 85 anos demonstraram enfrentar maiores níveis de estresse ao longo da vida do que os homens

brancos. O estresse é considerado mais evidente entre homens de meia-idade e homens mais velhos do que jovens ou adultos (Allen *et. al.*, 2020). Além disso, a idade materna teve elevada associação com o parto prematuro entre as mulheres de minorias raciais, principalmente as não hispânicas negras (Kim *et. al.*, 2015).

### Conclusões

Os elementos que mais desencadearam o estresse na população negra foram as condições de trabalho, baixo nível de escolaridade, racismo, idade, desigualdades em saúde e gênero. Assim, esses elementos estressores explicitam impactos das disparidades em saúde considerando o pertencimento étnico-racial. Um ponto importante a ser destacado é a dificuldade no campo das pesquisas publicadas, por isso é importante reforçar a necessidade de mais/melhores investigações, que gerarão melhor compreensão dos determinantes e consequências do processo de estresse na população negra.

### Agradecimentos

Agradecemos à Pró-reitoria de Ações Afirmativas da Universidade do Estado da Bahia pela bolsa de iniciação científica da Acadêmica TCS.

### Referências

- ALLEN, A. M. *et al.* Discriminação racial, esquema da supermulher e carga alostática: explorando um modelo integrativo de enfrentamento do estresse entre mulheres afro-americanas. **Annals of the New York Academy of Sciences**, v. 1457, n. 1, p. 104-127, 2019.



## IV Encontro Afirmativa:

### Práticas de Estudantes Cotistas em Pesquisa e Extensão

- ALLEN, J. O. et al. Mecanismos de disparidades de saúde racial: Relações entre enfrentamento e respostas psicológicas e fisiológicas ao estresse. **Etnia & Doença**, v. 30, n. 4, p. 563, 2020.
- ARBONA, C. et al. Estresse percebido em bombeiros homens negros e latinos: associações com fatores de risco e proteção. **Etnia & Doença**, v. 27, n. 4, p. 421, 2017.
- BOEN, C. Morte por mil cortes: exposição ao estresse e disparidades preto-branco no funcionamento fisiológico no final da vida. **The Journals of Gerontology: Série B**, v. 75, n. 9, p. 1937-1950, 2020.
- BROWN, L. L.; MITCHELL, U. A.; AILSHIRE, J. A. Desembaraçando o processo de estresse: diferenças raciais/étnicas na exposição e avaliação de estressores crônicos entre idosos. **The Journals of Gerontology: Série B**, v. 75, n. 3, p. 650-660, 2020.
- KIM, S. et al. Padrões de idade materna do nascimento prematuro: explorando os papéis moderadores do estresse crônico e raça/etnia. **Annals of Behavioral Medicine**, v. 54, n. 9, p. 653-664, 2020.
- MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & contexto-enfermagem**, v. 17, p. 758-764, 2008.
- MUSSI, R. F. F. et al. Pesquisa Quantitativa e/ou Qualitativa: distanciamentos, aproximações e possibilidades. **Revista Sustinere**, v. 7, n. 2, p. 414-430, 2019.
- PEREIRA, R. das N.; MUSSI, R. F. de F. Acesso e utilização dos serviços de saúde da população negra quilombola: uma análise bibliográfica. **ODEERE**, v. 5, n. 10, p. 280-303, 2020.
- SILVA, E. A. T. da; MARTINEZ, A. Diferença em nível de stress em duas amostras: capital e interior do estado de São Paulo. **Estudos de psicologia (Campinas)**, v. 22, p. 53-61, 2005.
- SILVA, R. M.; GOULART, C. T.; DE AZEVEDO GUIDO, L. Evolução histórica do conceito de estresse. **Revista de Divulgação Científica Sena Aires**, v. 7, n. 2, p. 148-156, 2018.
- SMOLEN, J. R.; ARAÚJO, E. M. Raça/cor da pele e transtornos mentais no Brasil: uma revisão sistemática. **Ciência & saúde coletiva**, v. 22, p. 4021-4030, 2017.