
RESEÑA BIBLIOGRÁFICA

Martínez Plaza CA. Estrés. Aspectos médicos. Madrid: INSHT; 2007.

Queda fuera de toda duda que los nuevos avances tecnológicos y los estudios científicos desarrollados en todas las áreas del conocimiento han supuesto un significativo incremento de la calidad y de las expectativas de vida en los países desarrollados. El mundo laboral no es ajeno a este progreso, pero, cuando hasta el momento sigue sin estar resuelto uno de los principales problemas derivado del trabajo, como es el accidente laboral, nuevos riesgos se han sumado a gran parte de las actividades laborales. Uno de estos riesgos es el estrés laboral.

El estrés laboral se encuentra entre los nuevos riesgos emergentes derivados de las nuevas y cambiantes condiciones de trabajo en la sociedad actual. Más que nuevos, podríamos decir que lo que se ha producido es un fuerte incremento y una mayor “visualización” de las situaciones de estrés laboral derivadas de una nueva organización del trabajo en constante y profunda transformación, donde la complejidad de la organización de la sociedad y del trabajo; la globalización; el aumento de la movilidad y distancia del domicilio al lugar de trabajo, la competitividad, el fuerte incremento de las demandas sociales, personales y laborales y la dificultad creciente de conciliar los objetivos personales, familiares y del trabajo, o los factores como la incertidumbre en la estabilidad en la relación laboral, han ido conformando o favoreciendo un crecimiento de situaciones de “alienación” o “ajenidad” del ser humano en su entorno laboral y social que, junto a una mayor exigencia y esfuerzo que supera los límites de su capacidad física y mental, pueden ser agentes concurrentes para causar un daño en su salud. Por ello, el estrés ha ido cobrando poco a poco un mayor protagonismo en todas las actividades laborales, en especial en las de carácter administrativo, asistencial, docente, etc., que no se caracterizan *a priori* por un riesgo específico de accidentabilidad laboral. Es más, algunas formas de estrés laboral como el “burnout” o el “mobbing” tienen mayor incidencia en trabajos de las características anteriormente señaladas.

Las instituciones públicas de los países desarrollados y, en particular, de la Unión Europea siguen considerando el estrés laboral, junto con los problemas musculoesqueléticos, como el reto más importante para las políticas de seguridad y salud en el trabajo.

El Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, que viene ocupándose, dentro de su labor investigadora y divulgativa, del estrés laboral en particular, facilitando instrumentos para la detección de situaciones laborales susceptibles de originar trastornos derivados del estrés y partiendo del hecho de que el estrés resultante de los factores psicosociales en el trabajo, es el único factor de ries-

go que puede afectar a todos los trabajadores, sin distinción de categoría profesional, pudiendo solaparse con otros factores de riesgo laboral (químicos, físicos o biológicos), pone a disposición de todos los profesionales de la salud implicados en la prevención de riesgos laborales este nuevo instrumento de trabajo: “Estrés. Aspectos médicos”. Es nuevo porque, aunque pueda haber sido una obra de consulta durante cinco años, su reedición ha sido tan ampliada, elaborada y contrastada que realmente constituye una obra nueva. Sin duda que su consulta nos ayudará a entender y valorar uno de los factores que, actualmente, está incidiendo, de manera muy significativa, en las condiciones de salud y seguridad en el trabajo que es, al fin y al cabo, lo que estudia y trata de mejorar la acción preventiva.

La obra está planteada en dos grandes bloques y es fruto de una larga investigación y de un exhaustivo trabajo de síntesis a pesar de sus dimensiones. En ella se muestra una panorámica general del estrés desde una perspectiva médica, dirigida a analizar, fundamentalmente, las reacciones biológicas de estrés y las repercusiones sobre la salud ligadas a la percepción de estrés. Está pensada para que quienes no sean versados en Medicina puedan llegar a conocer el soporte fisiológico donde se procesan muchas de las reacciones, con frecuencia desconocidas y siempre sorprendentes para la mayoría de los estudiosos de la prevención; y, muy especialmente, para que los profesionales de la salud (médicos, psicólogos, DUE...), integrados en los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales, puedan profundizar más en los complejos mecanismos fisiopatológicos implicados en la relación entre la mente humana y los trastornos somáticos y psíquicos. Es una obra con vocación de instrumento útil y de referencia en el conocimiento, análisis y posibles soluciones a todos los conflictos que, en el ámbito no tangible de la interrelación persona-entorno, se presentan todos los días y en todos los sectores de la actividad laboral.

El texto consta de cinco partes, con un total de 34 capítulos, que han sido revisados y completados con investigaciones realizadas en los últimos años. En la *primera parte* (primer capítulo), se define el estrés y se analizan las situaciones de la vida ordinaria de carácter potencialmente estresante, especialmente las que sobrevienen en el mundo laboral, analizándose, asimismo, diversos cuadros con entidad propia en el contexto del estrés laboral, como son el *burnout* que afecta, de manera especial, a aquellas profesiones que implican una relación más directa con las personas, el *mobbing* o acoso psicológico en el trabajo y el *karoshi*, descrito inicialmente en Japón pero ya muy extendido al resto de los países desarrollados. La *segunda parte* consta de diez capítulos (2º al 11º) dedicados a lo que se denomina “Anatomía del estrés”. Esta expresión hace referencia al conjunto de estructuras neurológicas y endocrinológicas que básicamente

intervienen en el proceso de estrés. Aunque el estrés percibido procede, muchas veces, de la información transmitida por los órganos de los sentidos como, por ejemplo, los de la visión o de la audición, no se incluyen los mismos en este contexto. Así pues, estructuras como el neocórtex, el sistema límbico, la formación reticular, el eje hipófiso-pituitario-adrenal (HPA), el sistema nervioso simpático (SNS) y el sistema inmune (que mantiene una relación bidireccional con el sistema nervioso) conforman los elementos fundamentales de la anatomía del estrés. Finalmente, partiendo de la base de que el sistema nervioso funciona a través de estímulos químicos, se dedican unos capítulos al análisis de los sistemas de neurotransmisión (neurotransmisores) y de los neuroreceptores específicos que intervienen en la comunicación de las estructuras nerviosas entre sí, con los sistemas endocrino e inmune y con los órganos periféricos, así como de las sustancias (citocinas) que participan en la comunicación entre los sistemas inmune y nervioso. La *tercera parte* consta de dos capítulos en los que se analizan las respuestas de estrés, fundamentalmente biológicas, y las relaciones entre el sistema nervioso y el sistema inmune. Esta información ayuda a entender muchos aspectos de la pato-

logía descrita en los capítulos contenidos en la *cuarta parte* (14° a 31°), los cuales son los más importantes desde el punto de vista médico ya que se dedican al análisis de la patología relacionada con el estrés, tanto orgánica como psíquica. Finalmente, la *quinta parte* contiene los tres últimos capítulos que presentan orientaciones generales para la evaluación y el tratamiento del estrés, así como las posibles repercusiones que puede acarrear el mismo.

El autor de la obra, médico, reconoce la importancia del psicólogo en las patologías derivadas de los trastornos psicofisiológicos y reivindica la participación compartida de ambos profesionales en el ámbito laboral.

En nuestro parecer, "Estrés. Aspectos Médicos", por su contenido y nivel, puede ser de gran utilidad para la labor que desempeñan los Servicios de Prevención, contribuyendo a una más rigurosa identificación, por parte de los médicos encargados de la vigilancia de la salud de los trabajadores, de los trastornos por estrés laboral y constituir un instrumento de consulta acerca de los posibles mecanismos implicados en el desencadenamiento y/o exacerbación de determinadas patologías.

XXX Congreso Nacional de Medicina y Salud en el Trabajo

3 – 6 de junio de 2008, Tours (Francia)

Información:

Centre international de Congrès Vinci, 30ème Congrès national médecine et santé au travail,

26 boulevard Heurteloup,

BP 4225, 37042 Tours Cedex 1, Francia.

Tel. : 02 47 70 70 70. Fax: 02 47 66 42 43

E-mail: secretariat@medecine-sante-travail.com

<http://www.medecine-sante-travail.com>