

EFETIVIDADE DO TOQUE LÍMBICO SOBRE OS NÍVEIS DE CORTISOL EM TRABALHADORES DA INDÚSTRIA DO VESTUÁRIO

B. L. Silva, A. P. Pernambuco, L. A. Oliveira

Introdução: Os agentes estressores do ambiente de trabalho das indústrias do vestuário favorecem a hiperativação do eixo hipotálamo-pituitária-adrenal (HPA) que resulta na liberação de cortisol. O toque límbico, técnica de terapia manual, pode ser uma alternativa para minimizar os efeitos do estresse. **Objetivo:** Avaliar se o toque límbico é capaz de reduzir os níveis de cortisol salivar em trabalhadores da indústria do vestuário. **Metodologia:** Participaram da pesquisa 40 trabalhadoras de facções/confecções. Divididas em grupo não tratado (GNT, n = 15) e grupo tratado (GT, n = 25). Os níveis salivares de cortisol foram mensurados através de um Kit de Ensaio Imunoenzimático (ELISA). Foram realizadas análises de distribuição dos dados, intragrupo e intergrupos com significância estatística ajustada para $\alpha = 0,05$ ($p < 0,05$). **Resultados:** A análise intragrupo demonstrou que em ambos os grupos houve diferença significativa nos níveis de cortisol. E as análises intergrupos pós-intervenção revelaram diferença significativa entre os grupos com valores mais baixos no GT ($p = 0,014$). **Discussão:** Os dados demonstram que o trabalhador afastado do ambiente laboral por um curto período de tempo, pode ter redução dos níveis de cortisol, porém, quando estes recebem a intervenção há uma redução ainda mais acentuada nos níveis de cortisol. Desse modo o toque límbico pode ser indicado para minimizar os efeitos do estresse vivenciado por trabalhadores da indústria do vestuário. **Conclusão:** O toque límbico foi capaz de interferir nos níveis de cortisol salivar e contribuiu para minimizar os níveis de estresse percebido.