

## 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  $\alpha = 0,05$  ( $p \leq 0,05$ ). **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.