



Institutul de Antropologie „Francisc I. Rainer”, Academia Română



Asociația de Cercetări Multidisciplinare pentru Sănătate

Workshop: Prevenția, promovarea și intervenția pentru sănătatea psihică și fizică, ediția a VII a, 3 februarie 2026

Impactul stresului asupra tratamentului în bolile cronice

DR. STAN CRISTINA, DR. PETRE LĂCRĂMIOARA, DR. PETRESCU MONICA, DR. SUZANA TURCU

Context:

- Rezultatele tratamentului depind nu doar de protocolul medical, ci și de **răspunsul fiziologic** al organismului

-răspunsurile diferite la același tip de tratament depind de:

➤ **Genetică:** Polimorfismele genetice influențează:

- **Farmacocinetică (ce face organismul cu medicamentul):** Viteza cu care metabolizăm medicamentele în ficat (enzimele). Un "metabolizator rapid" va neutraliza un medicament prea repede, iar unul "lent" va avea efecte secundare puternice.
- **Farmacodinamică (ce face medicamentul în organism):** Sensibilitatea receptorilor la medicament (ex: sensibilitatea receptorilor pentru insulină sau beta-blocante).

➤ **Fenotipul bolii:** Nu există "diabet" sau "artrită reumatoidă" identice. Sunt subtipuri moleculare și fiziologice cu răspunsuri diferite la terapii.

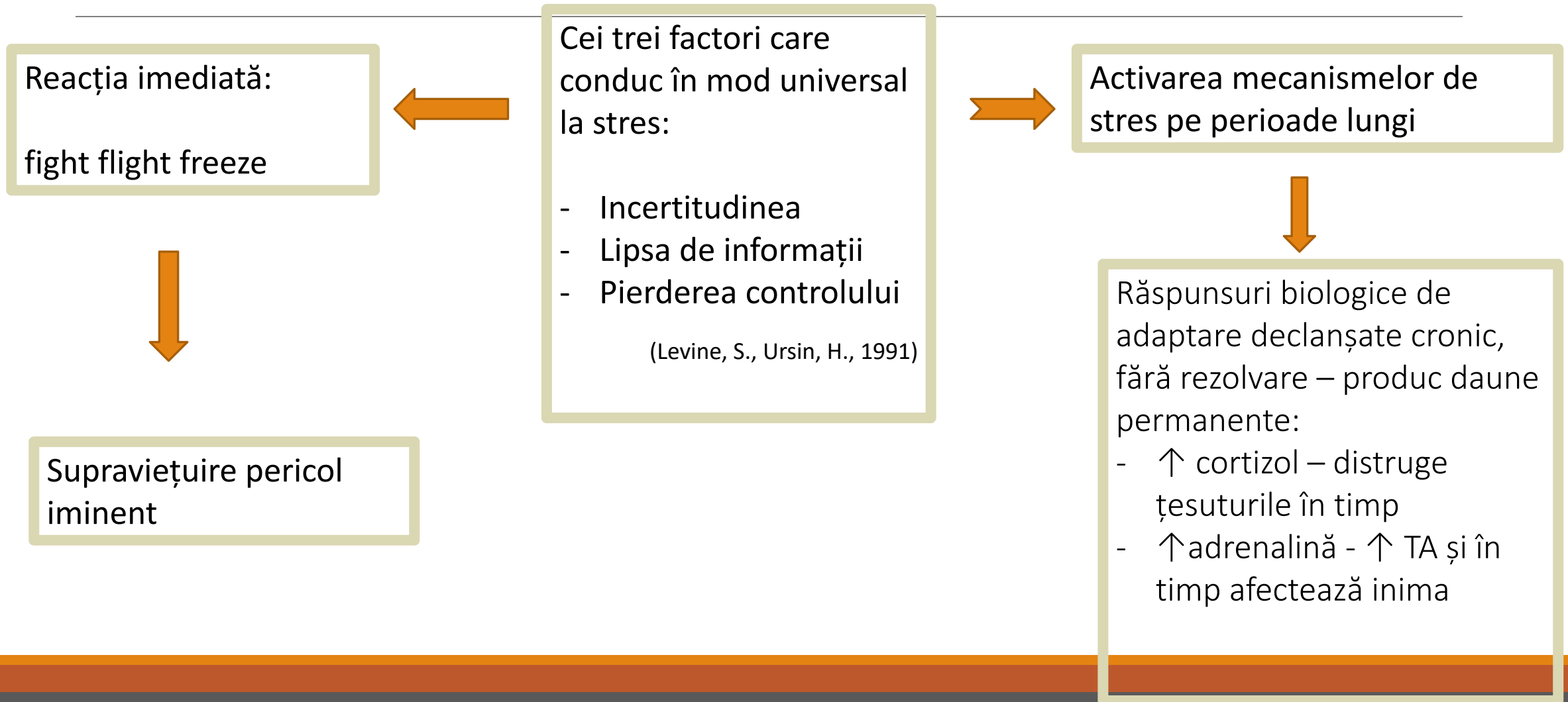
➤ **Microbiomul intestinal:** Această "a doua carte de identitate" bacteriană influențează absorbția, metabolismul și eficacitatea multor medicamente, precum și starea inflamatorie de bază a organismului.

Mecanismele fiziologice: Cum ar putea stresul influența starea de sănătate?

Axa Hipotalamus-Hipofiză-Suprarenală (HPA)

- **Stresul cronic** declanșează eliberarea de hormoni precum cortizolul și adrenalina
- **Niveluri ridicate de cortizol:** acționează asupra tuturor țesuturilor din organism, parte importantă a sistemului de echilibru fiziologic, reduce activitatea imunitară pentru a o menține în limite sigure
- Stresul prelungit are propriile somatizări (dureri, dezechilibre gastro-intestinale, migrene, perturbări ale apetitului etc) care pot interfera cu probleme de sănătate sau aduc un disconfort în plus pacientului)

Stres acut vs stres cronic



Ce este "stresul" în contextul bolii cronice?

- *Șocul inițial la aflarea diagnosticului*: teama de complicații, incertitudinea legată de modul în care va fi viața schimbată, povara financiară etc
 - *Zilnic*: managementul complex al tratamentului, vizite medicale frecvente etc
 - *Psihosocial*: izolarea, stigmatizarea, schimbarea rolului în familie/societate.
- **Rezultatul**: O stare susținută de alertă a organismului, cu consecințe fizice măsurabile.

Impactul direct al stresului asupra tratamentului:

- **Deteriorarea complianței:** Stresul cronic este corelat cu:
-

- Uitarea sau evitarea tratamentului: renunțarea la medicamente sau anularea programărilor
- Abandonul dietei și a exercițiilor fizice

Explicații psihologice: epuizare (burnout), depresie, sentiment de lipsă de control, anxietate etc

- **Interacțiune medicamentoasă:** Răspunsul fiziologic la stres (**cortizol, citokine inflamatorii**) poate contracara direct acțiunea medicamentelor.

Ex: Cortizolul reduce sensibilitatea la insulină, necesitând doze mai mari.

Ex: Stresul amplifică inflamația, reducând răspunsul la terapii anti-inflamatorii în artrită sau boli ale tractului digestiv

- Mediul biologic creat de stres (inflamație, oxidare etc) favorizează complicațiile

Cercetări și dovezi clinice:

- Din punct de vedere psihiatric, pe lângă faptul că **diabetul zaharat** reprezintă o patologie somatică, el poate fi considerat și o tulburare a dispoziției care reunește mai multe simptome ce duc la modificarea funcționalității unui individ. Ratele de prevalență ale depresiei ar putea crește până la trei ori la pacienții cu DZt1 și de două ori la persoanele cu DZt2 comparativ cu populația generală din întreaga lume. (Moroianu et al, 2017)
 - Pacienții cu niveluri ridicate de stres au un control glicemic semnificativ mai slab (o valoare crescută a hemoglobinei glicozilate HbA1c), indiferent de tratament.
- **Dureri cronice:** Stresul scade pragul durerii, creând un ciclu vicios durere-stres-durere mai intensă.

Oncologie:

- **Cancer:** Stresul cronic poate afecta răspunsul la imunoterapie și poate corela cu un prognostic mai sever.
- Pacienții oncologici care reușesc să *coboare* nivelul de stres, raportează frecvent o calitate a vieții mai bună, simptome mai puțin severe și o mai bună toleranță la chimioterapie. Deși legătura directă cu supraviețuirea este controversată, impactul asupra calității vieții este incontestabil (Cohen, S. Și colab., 2007).

Vindecarea plăgilor: Studii au demonstrat că stresul psihosocial prelungit încetinește semnificativ viteza de vindecare a plăgilor post-operatorii

Boala cronică

Eficacitatea
scăzută a
tratamentului +
complicații

Stres și
anxietate

fiziologic
(inflamație) +
comportament
(aderență

scăzută)



Implicații și strategii:

- În abordarea bolilor cronice, evaluarea se concentrează în mod tradițional pe parametri biologici, însă un factor esențial rămâne adesea nevăzut și nemăsurat: **stresul**. Acesta are un rol esențial în procesul terapeutic al fiecărei boli cronice.
- Oferirea de soluții personalizate fiecărui pacient: sprijin social, stil de viață mai sănătos, apelarea la terapii alternative în completarea tratamentului medical, diferite tipuri de psihoterapii etc
- Dizolvarea, pe cât posibil, a sentimentului de **incertitudine** legat de evoluția bolii și schema de tratament
- Oferirea de informații relevante despre afecțiunea respectivă și accesul cât mai facil la o sursă de încredere autorizată, care să liniștească pacientul în momentele dificile.
- Identificarea pacienților care își sabotează fără știință tratamentul prin mecanisme comportamentale.

Concluzii:

- Stresul cronic nu este un simptom secundar, ci un **modulator clinic semnificativ** al răspunsului la tratament în bolile cronice
- Acționează prin **mecanisme fiziologice directe** (neuro-endocrine) și prin **compromiterea comportamentală** a aderenței
- **Ignorarea acestui factor limitează succesul oricărui protocol terapeutic**
- **Managementul stresului** trebuie să devină **complementar** terapiei standard, îmbunătățind atât calitatea vieții, cât și rezultatele medicale.



Mulțumesc pentru
atenție!