



SAÚDE DO TRABALHADOR NA PERSPECTIVA DA PSICOLOGIA ¹

Ana Fernanda Brunes de Moura²

Cláudia Horrana Barbosa³

Isis Lima⁴

Kennya Pires⁵

Viviane Rutzatz⁶

Jéssica Lolhaine F. da Silva⁷

Veronica Jocasta Casarotto⁸

INTRODUÇÃO

Muito se tem discutido recentemente a respeito da saúde mental dos trabalhadores, uma vez que, considerando o cenário atual após o distanciamento social durante a pandemia do Covid-19, ligeiras mudanças no contexto organizacional, e as dificuldades que ainda persistem estagnadas, como a prática do direito a humanização e zelo da empresa com seus trabalhadores, o seguinte resumo visa conceituar as possíveis intervenções psicológicas que podem ser realizados para amenizar o sofrimento psíquico no trabalho que neste caso será realizar palestras de prevenção conscientização do adoecimento físico, mental e social no trabalho.

Pereira e colaboradores (2020) relatam em seus estudos que os fatores psicossociais são grandes aliados para o gatilho do desequilíbrio mental e físico do trabalhador, ou seja, o cenário da pressão no trabalho juntamente com as influências da vida pessoal, principalmente com a chegada da pandemia, culminam no impacto do bem estar do indivíduo empregado.

¹ Trabalho desenvolvido como proposta do projeto integrador ao qual objetiva através da multidisciplinaridade elencar propostas que além de oferecer ao trabalhador condições melhores que possam favorecer o seu dia a dia, ademais identificar quais os fatores e como intervir em circunstâncias que prejudicam seu bem-estar e saúde.

² Acadêmica de psicologia do X termo do curso de Bacharelado em Psicologia da Ajes - Faculdade do Vale do Juruena. Período 2022/2. Email: ana.brunes.acad@ajes.edu.br

³ Acadêmica de psicologia do V termo do curso de Bacharelado em Psicologia da Ajes - Faculdade do Vale do Juruena. Período 2022/2. E-mail: claudia.barbosa.acad@ajes.edu.br

⁴ Acadêmica de psicologia do VIII termo do curso de Bacharelado em Psicologia da Ajes - Faculdade do Vale do Juruena. Período 2022/2. E-mail: Isis.lima.acad@ajes.edu.br

⁵ Acadêmica de psicologia do V termo do curso de Bacharelado em Psicologia da Ajes - Faculdade do Vale do Juruena. Período 2022/2. E-mail: kennya.pires.acad@ajes.edu.br

⁶ Acadêmica de psicologia do VI termo do curso de Bacharelado em Psicologia da Ajes - Faculdade do Vale do Juruena. Período 2022/2. E-mail: viviane.rutzatz.acad@ajes.edu.br

⁷ Acadêmica de psicologia do X termo do curso de Bacharelado em Psicologia da Ajes - Faculdade do Vale do Juruena. Período 2022/2. E-mail: jessica.silva.acad@ajes.edu.br

⁸ Professora e coordenadora do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena - AJES. Email: coord.fisio.jna@ajes.edu.br



Eles trazem ainda que cerca de 12% dos trabalhadores que passaram pelos dados da Previdência Social, receberam afastamento por psicopatologias e esgotamento mental, dados esses preocupantes para os profissionais da Psicologia. (PEREIRA *et al.*, 2020)

O presente trabalho tem como objetivo buscar fontes e ideias de práticas que podem ser executadas com trabalhadores para diminuir e prevenir o sofrimento psíquico precoce e agudo, com a contribuição da Psicologia para que os trabalhadores tenham acesso ao direito da saúde física, mental e social no trabalho, e aprenda as melhores estratégias para lidar com agentes estressores e somáticos.

O trabalho prático por acadêmicos da Psicologia com demais cursos (Direito, Fisioterapia, Enfermagem e Estética), através de palestras educativas que foram realizadas com convidados profissionais de cada área. Os acadêmicos de Psicologia irão falar sobre a importância desta área no trabalho, e quais estratégias podem ser realizadas para a prevenção de conflitos e doenças mentais.

Falar de saúde mental atualmente é essencial, pois sem autocontrole e autoconhecimento o indivíduo se torna psicossomático, ou seja, as psicopatologias começam a se manifestar no corpo, portanto, é importante dialogar sobre o falar, autoconhecimento e a subjetividade dos indivíduos (PEREIRA *et al.*, 2020)

A intensificação do trabalho e a pressão exercida referente ao capitalismo, tem resultado em um agravamento e precarização que tem influência direta nas vivências da saúde do trabalhador (LOPES, *et al.*, 2020). Cabe salientar que em uma era imediatista à qual se depara, evidencia o aumento de realização de atividades e horas de trabalho que exige esforço psicológico e cognitivo a todo instante. Além da influência da necessidade de se obter o máximo de bens materiais e alcançar um nível de status socioeconômico que decorre do aspecto financeiro que por consequência está diretamente ligado à venda da mão de obra.

METODOLOGIA

A metodologia utilizada para a construção do presente resumo, foi realizado pesquisa na base de dados no Scientific Electronic Library Online - SciELO, utilizando as palavras chaves como "saúde mental do trabalhador" com os filtro com idioma em Português, o resultado foi de 291 artigos, o método de exclusão sendo o título e o resumo, não sendo compatível com o tema "Saúde Mental do Trabalhador", filtrando apenas 7 artigos



científicos, com limite temporal nos anos de 2006 a 2022. Desse modo o critério de pesquisa fundamentou para dados consistente, científicos e críticos sobre a problemática,

Sendo elaborada também pesquisas a campo, aplicação do teste DASS 21, sendo uma técnica utilizada para mensurar características como ansiedade, raiva e depressão, sendo uma entrevista estruturada de cunho qualitativo. Mediante uma proposta de pesquisa tornando aprovada pela gestão da empresa foi realizada a observação e exploração dos dados obtidos.

São 12 profissionais entrevistados, sendo 4 mulheres e 8 homens, com idade entre 25 a 47 anos, maioria com baixa instrução escolar, posto isso são 2 profissionais com ensino fundamental incompleto, 4 funcionários com ensino médio incompleto, 4 funcionários com ensino médio completo, 2 com segundo grau completo, e o tempo de experiência varia entre 5 meses a 17 anos de ofício.

Após tal análise foram levadas a empresa escolhida uma intervenção no modelo de palestra agregando no conhecimento da qualidade de vida e saúde mental, realizada pelos alunos que contemplam o grupo. O grupo permanece ainda em coleta e filtragem dos materiais para posteriormente levar tal abordagem, como a saúde mental do trabalhador; prevenção de doenças.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com Chiavenato (2004, p.4-6), sem sombra de dúvidas, não existem empresas sem o capital humano; uma parte depende da outra, mesmo que em discordância. O trabalho do empregado é tão importante quanto o esforço do trabalhador. E a harmonia entre os setores normalmente ocorre de maneiras mediadas pelo Psicólogo organizacional, que tem o papel crucial de ser o elo entre empresa e colaborador.

Com a ruptura do modelo biomédico em 1977, a saúde física não é mais algo desvinculado de outros aspectos. Originando a perspectiva em que se enxerga o ser humano em sua totalidade biopsicossocial. Por intermédio das contribuições da multi/interdisciplinaridade, enfatizou a inseparabilidade da saúde mental e física. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), cerca de 20% dos indivíduos atendidos na atenção primária são condições desencadeadas da somatização (OMS, 2020).

Segundo Rangel e Godoi (2009), alguns indivíduos buscam realizações e satisfações pessoais por meio do trabalho, entretanto, ao mesmo tempo em que o trabalho é benéfico,



pode significar também escravidão e sofrimento mental. A organização tende a se tornar fonte de sua angústia e de seu prazer. As relações de vínculos e a organização do trabalho, exige cada vez mais do trabalhador, processos complexos e desgastantes como o aumento constante da produtividade do indivíduo se tornando vítima de seu trabalho.

Beauregard (2006) elucida que os fatores estressantes decorrentes do trabalho, influem na vida pessoal do trabalhador como em momentos de descanso e lazer. Tendo em vista que despersonalizado no trabalho conseqüentemente estará despersonalizado em sua casa, uma vez que “o homem inteiro, conserva a mesma pele e a mesma cabeça” (DEJOURS, 1996). Com base nessa afirmação percebe-se que apesar do ser humano se comportar e apresentar diferentes “personas” em cada ambiente, quando se há problemas eles emergem como atos falhos mesmo em locais que não remetem àquela memória traumática ou angustiante. Há uma frase popular quando se pensa em somatização que é “quando a mente cala, o corpo fala.” Segundo estudiosos, o corpo sempre irá buscar alguma forma de aliviar o sofrimento psíquico.

Um estudo de caso realizado por Giroto et al (2016) demonstram que o adoecimento mental decorrente do trabalho está ligado à três fatores sendo eles:

1. **Sobrecarga de trabalho** - Segundo Menezes e Carvalho e Dutra de Moraes (2011) refere-se à ultrapassar o limite de carga de trabalho que o trabalhador consegue realizar. E sobrecarga a longo prazo pode resultar em adoecimento por estresse.
2. **Tipo de gestão** - Em termos de clima e cultura organizacional, além da promoção saudável das relações interpessoais entre os trabalhadores é uma das funções principais de uma gestão (ANDRADE, 2001). Entretanto no estudo supramencionado a empresa à qual a entrevistada atuava deixa tais aspectos a desejar.
3. **Ausência de apoio da empresa** - Evidencia ao que foi exposto acima, a falta de comprometimento na redução de estressores socioambientais quanto na prevenção de doenças e maximização do bem-estar do trabalhador, favorecem seu adoecimento.

Desta forma, tais fatores apresentados corroboram para a questão que circunda o trabalho e o trabalhador. Tendo em vista que como afirma Andrade (2001) em que elenca um dos principais aspectos, sendo imprescindível tornar a relação entre o trabalho e o capital, no contexto organizacional, a mais produtiva e a menos conflituosa possível.



CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao se atentar à crescente demanda que vem adquirindo proporções cada vez maiores exponencialmente quando refere-se ao adoecimento no trabalho, é levantada uma proposta em que visa analisar os fatores psicossociais em sua significativa colaboração com desequilíbrio mental e físico do trabalhador. Trazendo uma visão da somatização do indivíduo que sofre muitas vezes por internalizar emoções e sentimentos experienciados no dia a dia das atividades laborais que por sua vez, resultam em sofrimento psíquico e posteriormente emergem como patologias. Evidencia também a alta relevância que se deve atribuir aos fatores subjetivos e o amadurecimento profissional do colaborador.

Ao decorrer dos estudos enfatiza-se a influência direta que o mal-estar que foi desenvolvido no âmbito organizacional exerce sobre a vida pessoal do trabalhador. É inquestionável a urgência que a gestão da empresa deve promover uma visão mais humanista quanto ao seu capital humano, como redução de estressores socioambientais, melhorar a cultura organizacional, além de proporcionar significado ao colaborador e ao papel desempenhado por ele na empresa alinhando assim, os princípios e objetivos da organização com o indivíduo.

Observa-se então, que o trabalho de forma análoga é uma via de mão dupla, tendo em vista que ao passo em que é uma etapa fundamental na vida do indivíduo, em termos de desenvolvimento pessoal, aprimoramento de relacionamentos interpessoais, porta de entrada para a realização e satisfação de desejos materiais e caminho para o alcance da satisfação dos desejos subjetivos, é nocivo, haja vista que quando há mau elaboração simbólica das frustrações experienciadas no trabalho, tais sintomas psicológicos emergem em sinais físicos como gastrite, dores de cabeça, feridas, doenças conhecidas essas como psicossomáticas, conceito que designa uma causa de origem psíquica que se exterioriza ao corpo biológico como forma de buscar tratamento ou solução.

Sendo assim, objetivou-se agregar conhecimentos, despertar o interesse e ilustrar o quanto é necessário a manutenção da qualidade de vida em relação às doenças psicossomáticas, neste âmbito, onde o trabalhador permanece um grande período do seu dia. Em que frequentemente se submete a diversas situações desagradáveis e insalubres, pois não tem conhecimento para discernir o que está vivenciando.



REFERÊNCIAS

ANDRADE, R. O. B. de. Gestão com pessoas: uma abordagem aplicada às estratégias de negócios. In: TACHIZAWA, T.; FERREIRA, V. C. P.; FORTUNA, A. A. M. **Gestão com pessoas: uma abordagem aplicada às estratégias de negócios**. 2. ed. Rio de Janeiro: FGV, 2001.

BEAUREGARD, T. A. Organizational work-home culture and employee well-being: direct or indirect links?. In: ACADEMY OF MANAGEMENT ANNUAL MEETING, 65., 2006, Atlanta, Proceedings... Glassboro: Rowan University, 2006. 1 CD-ROM.

DEJOURS, C. Uma nova visão do sofrimento humano nas organizações. In: CHANLAT, J.-F. (Org.). O indivíduo na organização: dimensões esquecidas. São Paulo: Atlas, 1996. p. 149-173.

GIROTTI, Cristiane; DIEHL, Liciane. **SAÚDE MENTAL E TRABALHO: UMA REFLEXÃO SOBRE A POSSÍVEL RELAÇÃO ENTRE O DIAGNÓSTICO E AS SITUAÇÕES DE TRABALHO. POLÊMICA**, [S.l.], v. 16, n. 2, p. 090-115, maio 2016. ISSN 1676-0727. Disponível em: <<https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/polemica/article/view/22904/16393>>. Acesso em: 01 de outubro de 2022.

LOPES, Helyssa Luana *et al.* **Atuação do psicólogo em saúde do trabalhador na perspectiva psicossociológica**. Fractal: Revista de Psicologia. 2020, v. 32, n. 1, pp. 72-81. Disponível em: <<https://doi.org/10.22409/1984-0292/v32i1/5694>> acesso em 16 de setembro de 2022.

MENEZES DE CARVALHO, G.; DUTRA DE MORAES, R. Sobrecarga de trabalho e adoecimento no Polo Industrial de Manaus. **Psicologia em Revista**, v. 17, n. 3, p. 465-482, 2011.

ORGANIZAÇÃO INTERNACIONAL DO TRABALHO. **OMS/OIT: QUASE 2 BILHÕES DE PESSOAS MORREM A CADA ANO DE CAUSAS RELACIONADAS AO TRABALHO**. Brasil, 2021. Disponível em: <https://www.ilo.org/brasilia/noticias/WCMS_820318/lang--pt/index.htm> acesso em 16 de setembro de 2022.

PEREIRA, A. C. L. **Fatores de riscos psicossociais no trabalho: limitações para uma abordagem integral da saúde mental relacionada ao trabalho**. Rev Bras Saúde Ocup 45; pág. 1-9, 2020.

PEREZ GIBERT, Maria Agnes; CURY, Vera Engler. **Saúde mental e trabalho: Um estudo fenomenológico com psicólogos organizacionais**. Bol. psicol, São Paulo, v. 59, n. 130, p. 45-60, jun. 2009. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0006-59432009000100005&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 16 set. 2022.



VII SIMPÓSIO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E FISIOTERAPIA

ISSN 2525-9946

Juína – MT 2022



RANGEL F.B., *et al.* **Sintomas Psicossomáticos e a Organização do Trabalho.** Revista Brasileira de Gestão de Negócios. 2009, v. 11, n. 33, pp. 404-422. Disponível em: <<https://doi.org/10.7819/rbgn.v11i33.390>> acesso em 16 de setembro de 2022.