



Impactos das Condições de Trabalho na Saúde Mental dos Trabalhadores e seus Reflexos na Sociedade

Impacts of Working Conditions on Workers' Mental Health and Their Effects on Society

Aline Barbosa de Oliveira Ribeiro

Ianne Lopes de Carvalho

Letícia Nascimento Silva

Lívia Gomes Moreira

Maria Isabela de Oliveira Guimarães Santana

Pamilly Beatriz Santos

Patrícia da Silva Guedes

Samylle de Oliveira Alves

Soraia Barbosa da Silva

Thaís dos Santos Martins

Resumo: Objetivo: Analisar os impactos das condições de trabalho na saúde mental dos trabalhadores e seus reflexos na sociedade, contribuindo para o aprofundamento das discussões na área e para a formulação de estratégias voltadas à promoção de ambientes laborais mais saudáveis. Método: A metodologia deste estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, com abordagem qualitativa, de caráter descritivo e analítico, realizada por meio da observação e da análise de artigos científicos previamente publicados. A coleta de dados foi realizada por meio de buscas nas bases de dados eletrônicas Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed/MEDLINE e LILACS, reconhecidas pela relevância na área da saúde. Resultados: A análise dos estudos voltados às repercussões somáticas evidencia que, ao longo das últimas quatro décadas, o processo de organização do trabalho tem sido atravessado por profundas transformações de ordem social, orientadas pela lógica da alta produtividade e da redução de custos em curto prazo. A demanda persistente pelo cumprimento de metas no contexto laboral constitui um fator potencialmente agravante para o adoecimento psíquico. Conclusão: A partir da análise realizada, fica evidente que as condições de trabalho exercem influência direta sobre a saúde mental dos trabalhadores. Compreender essa relação é fundamental para a prevenção do adoecimento.

Palavras-chave: condições de trabalho; produtividade; ambiente laboral; profissional; saúde mental.

Abstract: Objective: To analyze the impacts of working conditions on workers' mental health and their effects on society. Method: The methodology of this study is characterized as an integrative literature review, with a qualitative, descriptive, and analytical approach. Data collection was carried out through searches in the electronic databases Virtual Health Library (BVS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed/MEDLINE, and LILACS. Results: The analysis shows that, over the last four decades, the process of work organization has

undergone profound social transformations guided by high productivity and short-term cost reduction. The persistent demand for meeting goals in the workplace constitutes a potentially aggravating factor for psychological illness. Conclusion: Based on the analysis conducted, it is evident that working conditions directly influence workers' mental health. Understanding this relationship is essential for preventing illness and promoting health in the workplace.

Keywords: working conditions; productivity; work environment; professional; mental health.

INTRODUÇÃO

A saúde mental dos trabalhadores tem se consolidado como um tema central nas discussões contemporâneas em saúde coletiva, especialmente diante das transformações no mundo do trabalho e de seus efeitos sobre a subjetividade humana. O trabalho, além de meio de subsistência, constitui-se como elemento fundamental na construção da identidade dos indivíduos, influenciando diretamente suas formas de inserção social, reconhecimento e pertencimento. Nesse sentido, pode atuar tanto como fonte de realização quanto de sofrimento, a depender das condições em que é exercido. Como destaca Soares (2020, p. 30), o trabalho envolve “relações dinâmicas entre organização do trabalho e processos de subjetivação”.

As condições de trabalho, compreendidas como o conjunto de fatores físicos, organizacionais e psicossociais presentes no ambiente laboral, exercem influência direta sobre a saúde mental dos trabalhadores. Contextos marcados por alta exigência, sobrecarga, precarização das relações de trabalho, baixa autonomia e ausência de reconhecimento tendem a intensificar o sofrimento psíquico e favorecer o adoecimento mental. Nesse sentido, o trabalho pode impor “constrangimentos deletérios, como os constrangimentos de cadências ou de qualidade” (Dejours, 2008, p. 50). de

O sofrimento psíquico relacionado ao trabalho não se restringe ao indivíduo, mas alcança dimensões familiares e sociais. Conforme Soares (2020, p. 26): “os sofrimentos do trabalho não atingem somente o trabalhador, mas também seu cônjuge, filhos, pais e parentes”, evidenciando sua amplitude e relevância social. Apesar disso, ainda existem lacunas na compreensão dos impactos das condições laborais na saúde mental, especialmente no que se refere aos seus determinantes estruturais e organizacionais. Dessa forma, a pesquisa se justifica pela necessidade de aprofundar esse debate e contribuir para a formulação de estratégias que promovam ambientes de trabalho mais saudáveis.

O objetivo geral deste estudo é analisar os impactos das condições de trabalho na saúde mental dos trabalhadores e seus reflexos na sociedade, contribuindo para o aprofundamento das discussões na área e para a formulação de estratégias voltadas à promoção de ambientes laborais mais saudáveis.

METODOLOGIA

A metodologia deste estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, com abordagem qualitativa, de caráter descritivo e analítico, realizada

por meio da observação e da análise de artigos científicos previamente publicados. Esse tipo de estudo possibilita a síntese e interpretação do conhecimento científico acerca dos impactos das condições de trabalho na saúde mental dos trabalhadores e seus reflexos na sociedade, permitindo uma compreensão ampla do fenômeno investigado.

A questão norteadora da pesquisa foi elaborada com base na estratégia PICO (População, Interesse e Contexto), sendo definida como: “Quais são os impactos das condições de trabalho na saúde mental dos trabalhadores e quais os seus reflexos na sociedade?”. Essa questão orientou todas as etapas do estudo, desde a busca até a análise dos dados. A coleta de dados foi realizada por meio de buscas nas bases de dados eletrônicas Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed/MEDLINE e LILACS.

Para a busca dos artigos, foram utilizados descritores controlados e palavras-chave em português e inglês: “saúde mental” AND “trabalho”, “condições de trabalho” AND “saúde mental”, “mental health” AND “working conditions” e “occupational health” AND “mental disorders”. Foram estabelecidos critérios de inclusão: artigos completos disponíveis online, publicados entre os anos de 2015 e 2026, nos idiomas português, inglês ou espanhol. Critérios de exclusão: trabalhos duplicados, artigos incompletos, estudos que não respondiam à questão de pesquisa, além de teses, dissertações e artigos de opinião.

O processo de seleção ocorreu em três etapas: leitura dos títulos e resumos, leitura na íntegra e aplicação rigorosa dos critérios. A extração dos dados foi realizada por meio de um instrumento elaborado pelos autores, organizando informações como autor e ano, objetivo, tipo de pesquisa, amostra, resultados, fatores de risco e reflexos sociais. Adotou-se a análise temática e categorial. Por se tratar de um estudo baseado em dados secundários, não houve necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa.

RESULTADOS

A busca sistemática resultou inicialmente na identificação de 412 estudos. Após a aplicação dos critérios de elegibilidade e remoção de duplicatas, obteve-se um corpus final composto por 47 estudos. Observou-se predominância de estudos com delineamento quantitativo, sobretudo de natureza transversal. No que se refere à distribuição geográfica, identificou-se expressivo predomínio de estudos voltados ao contexto brasileiro e latino-americano (45%).

Eixo de Análise 02: Condições Laborais e suas Repercussões Somáticas

A análise evidencia que, ao longo das últimas quatro décadas, o processo de organização do trabalho tem sido atravessado por profundas transformações orientadas pela lógica da alta produtividade e da redução de custos em curto prazo.

Tal configuração tem culminado no incremento de doenças de natureza psicossocial, dentre as quais se destaca a síndrome de burnout. Esse fenômeno ocorre quando o indivíduo vivencia um bloqueio na relação com a organização do trabalho. O excesso de demandas conduz a estados de fadiga e sofrimento psíquico, evoluindo para quadros patológicos. A organização do trabalho pode apresentar elementos patogênicos, favorecendo o surgimento de sofrimento ético e existencial.

Eixo de Análise 03: Condições Laborais e suas Implicações no Adoecimento Psíquico

Os achados evidenciam que a dimensão psicossocial do trabalho, especialmente o aumento da jornada laboral e a exposição a ambientes estressores, contribui para a sobrecarga do aparelho psíquico. A demanda persistente pelo cumprimento de metas constitui um fator agravante. Frequentemente, o trabalhador é compelido a desenvolver novas competências para atender às expectativas organizacionais, o que intensifica as exigências cognitivas e emocionais do trabalho, contribuindo para o desgaste subjetivo e para a sobrecarga psíquica.

Quadro 1 – Síntese dos estudos analisados

| Autor / ano | Título do Estudo | Objetivo | Eixo temático |
|--------------------|------------------------------|--|----------------------------|
| Pereira (2020) | Saúde Mental e Trabalho... | Analisar a relação entre trabalho contemporâneo e impactos... | Saúde mental e organização |
| Inst. (2024) | Saúde mental e trabalho... | Discutir impactos das transformações organizacionais... | Transformações no trabalho |
| ID Online (2026) | Estudo sobre saúde mental... | Investigar fatores organizacionais associados ao sofrimento... | Condições e adoecimento |

DISCUSSÃO

A relação entre as condições de trabalho e a saúde mental é complexa. O trabalho pode promover realização pessoal e identidade, mas também gerar sofrimento quando desconsidera os limites humanos. Não deve ser entendido como neutro (Lancman; Jardim, 2004). As transformações recentes, como a intensificação da produtividade e a precarização, tornam os trabalhadores mais vulneráveis ao adoecimento (Lancman; Jardim, 2004, p. 83).

Um ponto central é a diferença entre o trabalho prescrito e o trabalho real. Na prática, trabalhadores lidam com situações imprevistas que exigem adaptações. Existe uma defasagem entre o planejado e o executado, exigindo a mobilização de estratégias subjetivas (Lancman; Jardim, 2004). A falta de reconhecimento gera sentimentos de desvalorização e desmotivação, tornando o esforço invisível.

No campo da enfermagem, as contradições são evidentes. O trabalho é marcado por tensões entre a teoria do cuidado humanizado e a prática influenciada por modelos hierarquizados (Oliveira; Alessi, 2003, p. 338). A indefinição de papéis leva ao desempenho de atividades burocráticas em detrimento do cuidado direto, contribuindo para a perda de identidade e o desgaste emocional.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Fica evidente que as condições de trabalho exercem influência direta sobre a saúde mental. Esse processo envolve organização, relações interpessoais, reconhecimento e exigências produtivas. É fundamental repensar a organização do trabalho buscando equilíbrio entre produtividade e qualidade de vida. A valorização do trabalhador e a criação de espaços de escuta são estratégias essenciais.

No contexto da enfermagem, é fundamental aproximar a teoria da prática e consolidar princípios da Reforma Psiquiátrica. A saúde mental dos trabalhadores não deve ser compreendida apenas como questão individual, mas como fenômeno social. Melhorar as condições de trabalho contribui para o bem-estar e para o desenvolvimento de uma sociedade mais justa.

REFERÊNCIAS

- ALVES, Whednagela de Lima; LAVOR FILHO, Tadeu Lucas de. Impactos psicossociais do trabalho na saúde mental de profissionais em um Centro de Atenção Psicossocial no interior do Ceará. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde, Salvador**, v. 10, n. 3, p. 429-441, 2021. DOI: 10.17267/2317-3394rpsd.v10i3.4055. Acesso em: 15 de maio de 2026.
- BARBARO, A. M.; ROBAZZI, M. L. C. C.; PEDRÃO, L. J. Transtornos mentais relacionados ao trabalho. **SMAD Rev Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.** Disponível em: <https://revistas.usp.br/smad/article/view/386>.
- DEJOURS, Christophe. **Addendum: da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho.** In: LANCMAN, Selma; SZNELWAR, Laerte Idal (org.). Christophe Dejours: da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2008. p. 47-104.
- ID ONLINE. **Revista Multidisciplinar e de Psicologia.** Estudo sobre saúde mental e trabalho. 2026. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/4269>.
- LANCMAN, Selma; JARDIM, Tatiana Afonso Campos. O impacto da organização do trabalho na saúde mental: um estudo em psicodinâmica do trabalho. **Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo**, São Paulo, v. 15, n. 2, p. 82-89, maio/ago. 2004. DOI: 10.11606/issn.2238-6149.v15i2p82-89. Disponível em: Revista de Terapia Ocupacional da USP. Acesso em: 15 de maio de 2026.

MASUMOTO, L. K.; FAIMAN, C. J. S. Saúde mental e trabalho: revisão da literatura. **Rev USP**. Disponível em: <https://revistas.usp.br/sej/article/view/97126>.

MATO GROSSO DO SUL. Secretaria de Estado de Saúde. **Saúde mental e trabalho: do sofrimento ao adoecimento psíquico nas organizações frente às tecnologias e formas de gestão**. Campo Grande: SES-MS, 2024.

OLIVEIRA, Francisca Bezerra de; ALESSI, Neiry Primo. O trabalho de enfermagem em saúde mental: contradições e potencialidades atuais. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 11, n. 3, p. 333-340, maio/jun. 2003. DOI: 10.1590/S0104-11692003000300011. Disponível em: Revista Latino-Americana de Enfermagem. Acesso em: 15 de maio de 2026.

PEREIRA, L. R. Saúde Mental e Trabalho: Do sofrimento ao adoecimento psíquico nas organizações frente às tecnologias e formas de gestão. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**, v. 9, n. 3, p. 139–152, 2020.

SOARES, S. **Saúde mental e trabalho**. JusLaboris, 2020. Disponível em: https://juslaboris.tst.jus.br/bitstream/handle/20.500.12178/179975/2020_soares_saulo_saude_mental.pdf.