

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA PARAÍBA
CURSO DE PÓS GRADUAÇÃO *LATO SENSU* EM HIGIENE OCUPACIONAL

MARIANA DE MEDEIROS NÓBREGA

**O ADOECIMENTO MENTAL INERENTE ÀS ATIVIDADES LABORAIS: UMA
REVISÃO INTEGRATIVA**

PATOS - PB

2019

MARIANA DE MEDEIROS NÓBREGA

**O ADOECIMENTO MENTAL INERENTE ÀS ATIVIDADES LABORAIS: UMA
REVISÃO INTEGRATIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Coordenação do Curso de Pós-Graduação *Lato Sensu* em Higiene Ocupacional do Instituto Federal da Paraíba, *Campus* de Patos, como requisito parcial para obtenção do título de especialista.

Orientadora: Profa. Dra. Deyse Morgana das Neves Correia.

PATOS - PB

2019

N754a

Nóbrega, Mariana de Medeiros.

O adoecimento mental inerente às atividades laborais: uma revisão integrativa/ Mariana de Medeiros Nóbrega. -- Patos: IFPB, 2019. 18fls.

Orientadora: Dra. Deyse Morgana das Neves Correia

Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização – Higiene Ocupacional)/ IFPB.

1. Saúde mental 2. Transtorno mental e trabalho
I.Título

IFPB / BC -Patos

CDU – 331.442

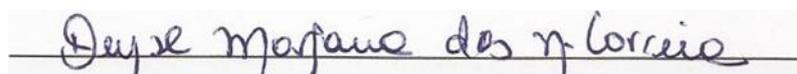
MARIANA DE MEDEIROS NÓBREGA

**O ADOECIMENTO MENTAL INERENTE ÀS ATIVIDADES LABORAIS: UMA
REVISÃO INTEGRATIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à
Coordenação do Curso de Pós-Graduação *Lato
Sensu* em Higiene Ocupacional do Instituto Federal
da Paraíba, *Campus* de Patos, como requisito
parcial para obtenção do título de especialista.

Aprovado em: 04 de dezembro de 2019

Banca Examinadora



Profa. Dra. Deyse Morgana das Neves Correia - orientadora



Profa. Dra. Hanne Alves Bakke - examinadora



Prof. Ma. Mayslane de Sousa Gomes - examinadora

Resumo: Com um mercado cada vez mais competitivo, crescem as demandas que recaem sobre o trabalhador, que podem gerar crescente variedade de adoecimentos, dentre os quais os transtornos mentais. Pelo exposto, considera-se relevante a busca por respostas para algumas reflexões sobre os fatores que podem desencadear o adoecimento mental inerente às atividades laborativas, nesse sentido, tem-se como objetivos deste trabalho: verificar os sinais e sintomas (ou transtornos) que apresentam maior representatividade nos trabalhadores, identificar as profissões que apresentam susceptibilidade ao adoecimento mental e a relação de causa com cargo/função exercido por elas. A pesquisa utilizou como método a revisão integrativa da literatura, com levantamento realizado nas bases de dados LILACS, SciELO e PePSIC, tendo como critérios de inclusão: artigos científicos em português, disponíveis *online* e na íntegra, publicados entre 2012-2018, com características que atendessem aos objetivos definidos no estudo. Foram selecionados e analisados 14 artigos, elencadas 10 categorias profissionais, com destaque para profissionais da saúde e professores; o contexto do trabalho associado a sobrecarga nas jornadas, remuneração e desvalorização profissional foi fator que se sobressaiu entre os demais considerados como desencadeantes do adoecimento; entre os transtornos mais comuns, observaram-se problemas como alterações no sono, ansiedade, estresse, depressão, *Burnout*, pensamentos suicidas e alcoolismo. Os resultados ilustraram a produção científica referente à temática proposta, bem como direcionaram para uma reflexão acerca do adoecimento mental no trabalho e a importância de adotar medidas de promoção e prevenção para saúde de todos.

Palavras-chave: Adoecimento mental. Transtorno mental e trabalho. Saúde mental e trabalho.

Abstract: *With an increasingly competitive market, there are growing demands on the worker, which can lead to a variety of illnesses, including mental disorders. Therefore, the search for answers to some reflections on the factors that may trigger mental illness inherent to work activities is considered relevant. This study aims to: to verify the most common signs and symptoms (or disorders) present in the workers, to identify the professions that are susceptible to mental illness and the cause / function relationship held by them. The research used the integrative literature review as a method, with a survey conducted in the LILACS, SciELO and PePSIC databases, having as inclusion criteria: scientific articles in Portuguese, available online and full-text, published between 2012-2018, with characteristics that meet the objectives defined in the study. Fourteen articles were selected and analyzed, listing 10 professional categories, highlighting health professionals and teachers; the work context associated with workload overload, remuneration, professional devaluation were factors that stood out among the others considered as triggering illness; Among the most common disorders, we can observe problems such as sleep, anxiety, stress, depression, burnout syndrome, suicidal thoughts and alcoholism. The results served as an illustration of the scientific production related to the proposed theme, as well as lead to a reflection on mental illness in the workplace and the importance in the adoption of health promotion and prevention measures for all.*

Keywords: *Mental illness. Mental disorder and work. Mental health and work.*

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	05
MÉTODOS.....	06
RESULTADOS E DISCUSSÕES.....	07
CONCLUSÕES.....	15
REFERÊNCIAS.....	16

INTRODUÇÃO

Frente às mudanças socioeconômicas e inovações tecnológicas que trouxeram grandes alterações no modo de trabalhar e, concomitantemente, no adoecer dos trabalhadores, a atividade laboral surge com um objeto de extrema relevância no processo saúde x doença da população mundial. As exigências do mercado de trabalho contemporâneo comprometem a saúde dos profissionais, principalmente nos grupos onde o labor cobra alto grau de responsabilidade e agilidade de decisão (PRADO, 2016).

O trabalho funciona como fonte de realização para a sociedade humana, porém, também pode significar adoecimento do corpo e da mente dos profissionais. A partir da Constituição Federal de 1988, atribui-se a responsabilidade de um cuidado diferenciado para os trabalhadores no Brasil, sendo os transtornos mentais relacionados à atividade laboral reconhecidos como agravos de notificação compulsória pelo nosso sistema de saúde vigente (SILVA *et al.*, 2009).

Segundo Duarte (2018), com um mercado cada vez mais competitivo, crescem as pressões e demandas que recaem sobre o trabalhador, que podem desencadear uma crescente variedade de adoecimentos, dentre os quais os transtornos mentais e comportamentais. Jornadas exaustivas, cobrança para desenvolver suas atribuições sem deixar falhas, as condições de trabalho desfavoráveis, o medo do desemprego, a capacidade de adequação dos profissionais, associadas ao fato de que estão cada vez mais renunciando ao lazer e ao descanso que o corpo e a mente necessitam para se reestabelecerem também configuram alguns dos motivos que contribuem para o agravamento da saúde mental dos trabalhadores (LIMA *et al.*, 2013).

As condições de trabalho geram impacto entre os riscos mais conhecidos: físicos, químicos, biológicos, embora existam os riscos psicossociais, não menos importantes, comprometendo a saúde das pessoas por meio de mecanismos psicológicos e fisiológicos, podendo se manifestar de forma silenciosa ou até subjetiva. Muitas vezes, os riscos psicossociais são confundidos, por não demonstrarem sintomas definidos de uma doença específica, e por não serem investigados de forma adequada, podem levar ao método de medicalização ou automedicação (FERNANDES; SOARES; SILVA, 2018).

Nervosismo, ansiedade, irritabilidade, fadiga são alguns dos principais sintomas que o indivíduo pode apresentar quando se encontra sob pressão (LIMA *et al.*, 2013). O adoecimento mental pode também manifestar-se de outras formas, tais como: insatisfação,

alta rotatividade, absenteísmo, baixos níveis de desempenho no trabalho, violência e, em alguns casos, tentativa/ efetivação do suicídio (MARÇAL; OLIVEIRA; SANTOS, 2009).

Transtornos mentais vêm aumentando nas últimas décadas, influenciando a concessão de benefícios previdenciários e requerendo novas medidas para tornar o meio ambiente do trabalho um local saudável e equilibrado, posta sua influência na saúde mental do trabalhador (DUARTE, 2018). No Brasil, podem atingir até 40% dos trabalhadores, sendo que 30% são considerados transtornos “menores”, e entre 5 e 10% são de nível grave (SILVA; BERNARDO; SOUZA, 2016). O adoecimento mental foi o terceiro maior causador de concessão de benefícios por incapacidade laborativa, embora esses dados sejam bastante negligenciados quanto aos impactos que provocam (SILVA JUNIOR; FISCHER, 2015).

Ante essas observações, o interesse em estudar essa temática se deu a partir da seguinte questão norteadora: quais os fatores que podem desencadear o adoecimento mental inerentes às atividades laborativas? Motivou-se a realização desta pesquisa devido ao grande interesse pessoal pela temática, apesar dos discursos e estudos sobre o tema existirem, o adoecimento mental associado ao trabalho continua elevado, configurando um importante problema de saúde pública no país.

Pelo exposto, considera-se relevante a busca por respostas para algumas reflexões sobre os fatores que podem desencadear o adoecimento mental inerente às atividades laborativas, por meio da compilação dos achados literários atualizados. Nesse sentido, os objetivos do trabalho são: verificar os sinais e sintomas (ou transtornos) que apresentam maior representatividade nos trabalhadores, identificar as profissões que apresentam adoecimento mental e a relação com cargo/função exercido por elas. Sendo assim, com as informações consolidadas, vislumbra-se contribuir para disseminação destas, que poderão melhorar a qualidade da assistência voltada aos trabalhadores, incentivando a elaboração de estratégias direcionadas à prevenção de tais fatores no ambiente laboral.

MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura que possibilita conclusões gerais a respeito de determinado fenômeno baseando-se em estudos anteriores, contribuindo para discussões sobre métodos e resultados de pesquisas, assim como reflexões sobre a realização de futuros estudos (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008). Na construção, foram percorridas as seguintes etapas: identificação do tema e da questão norteadora; determinação dos critérios para inclusão e exclusão de artigos; definição das informações a serem utilizadas

dos estudos selecionados; leitura das pesquisas anteriores; interpretação dos resultados e, síntese do conhecimento produzido.

Para delinear este estudo, utilizou-se o seguinte questionamento: quais os fatores que podem desencadear o adoecimento mental inerente às atividades laborativas? O processo de busca bibliográfica foi realizado nos meses de fevereiro a julho do ano corrente, com busca na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), nas seguintes bases de dados: LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), SciELO (*Scientific Electronic Library Online*), e PePSIC (Periódicos Eletrônicos de Psicologia), escolhidas por contemplarem periódicos que publicam sobre a temática deste estudo. A busca ocorreu por meio dos seguintes descritores, os quais fazem referência ao tema proposto: “sofrimento mental laboral”; “adoecimento mental”; e, “transtorno mental ocupacional”.

Foram estabelecidos alguns critérios de inclusão: artigos científicos em português, disponíveis *online* e na íntegra, publicados no período de 2012-2018, com discussões que se encaixassem na questão norteadora e atendessem aos objetivos definidos no estudo atual. Com a finalidade de compilar os achados, extraímos para uso elementos como: autor, título, periódico, ano de publicação e área temática do periódico (em conformidade com o teor das publicações); ainda acrescentadas 4 variáveis: fatores desencadeantes do adoecimento mental; sinais e sintomas /ou transtorno mental; grupo apresentado no estudo; e, resultados.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Da base de dados LILACS foram encontrados 28 artigos, na PePSIC 11 artigos, e na SciELO apenas 5, totalizando 44 trabalhos. Levando em consideração a repetição de artigos entre as bases de dados e os critérios de inclusão, após a leitura, 30 artigos foram eliminados. Desta forma, 14 artigos compuseram a amostra final deste trabalho; após condução da análise crítica, estes foram organizados em ordem cronológica de publicação, no Quadro 1, com as características gerais avaliadas neste estudo.

No que tange à distribuição da amostra quanto ao ano de publicação, 2016 foi o ano que obteve maior concentração, seguido pelo ano de 2015; em 2014 e 2018 não foram encontradas pesquisas com características de inclusão para o estudo; quanto a área temática dos periódicos pesquisados, Psicologia e de Saúde Coletiva ficaram em evidência, seguidos da área de Enfermagem.

Quadro 1 – Caracterização da amostra quanto autor, título, periódico, ano de publicação e área temática

Nº	Autor	Título	Periódico	Ano	Área temática
1	SOUZA, E. R. <i>et al.</i>	Fatores associados ao sofrimento psíquico de policiais militares da cidade do Rio de Janeiro, Brasil.	Cadernos de Saúde Pública.	2012	Saúde coletiva.
2	SILVA, E. B. F. <i>et al.</i>	Transtornos mentais e comportamentais: perfil dos afastamentos de servidores públicos estaduais em Alagoas, 2009.	Epidemiologia e Serviços de Saúde.	2012	Saúde coletiva.
3	SERVINO, S.; RABELO, E. N.; CAMPOS, R. P.	Estresse ocupacional e estratégias de enfrentamento entre profissionais de tecnologia da informação.	Revista interinstitucional de Psicologia.	2013	Psicologia.
4	PINTO E SILVA, E.	Adoecimento e sofrimento de professores universitários: dimensões afetivas e ético-políticas.	Revista Psicologia: teoria e prática.	2015	Psicologia.
5	TEIXEIRA, J. R. B. <i>et al.</i>	Associação entre aspectos psicossociais do trabalho e qualidade de vida de mototaxistas.	Cadernos de Saúde Pública.	2015	Saúde coletiva.
6	RODRIGUES, C. C. F. M.; SANTOS, V. E. P.	O corpo fala: aspectos físicos e psicológicos do estresse em profissionais de Enfermagem.	Revista <i>online</i> de pesquisa: cuidado é fundamental.	2015	Enfermagem.
7	ALVES, A. P. <i>et al.</i>	Prevalência de transtornos mentais comuns entre profissionais de saúde.	Revista de Enfermagem da Universidade Estadual do Rio de Janeiro.	2015	Enfermagem.
8	DIEHL, L.; MARIN, A. H.	Adoecimento mental em Professores Brasileiros: revisão sistemática da literatura.	Estudos interdisciplinares em Psicologia.	2016	Psicologia.

9	SANTOS, D. R.; MESQUITA, A. A.	Avaliação das condições de trabalho e sofrimento psíquico em camelôs.	Revista Psicologia e Saúde.	2016	Psicologia.
10	GUEDES, D.; GASPAR, E.	“ <i>Burnout</i> ” em uma amostra de profissionais de Educação Física brasileiros.	Revista Brasileira de Educação Física e Esporte.	2016	Educação física.
11	PIMENTEL, D.; SALES, N. J.; VIEIRA, M. J.	Perfil e saúde mental dos Fonoaudiólogos de uma Capital do Nordeste, Brasil.	Revista Distúrbios da Comunicação.	2016	Fonoaudiologia.
12	CARVALHO, D. B.; ARAÚJO, T. M.; BERNARDES, K.O.	Transtornos mentais comuns entre trabalhadores da Atenção Básica à Saúde.	Revista Brasileira de Saúde Ocupacional.	2016	Saúde ocupacional.
13	SANTOS, A. S. <i>et al.</i>	Contexto hospitalar público e privado: impacto no adoecimento mental de trabalhadores da saúde.	Trabalho, Educação e Saúde.	2017	Saúde coletiva.
14	FERREIRA, D. K. S.; MEDEIROS, S. M.; CARVALHO, I. M.	Sofrimento psíquico no trabalhador de Enfermagem: uma revisão integrativa.	Revista <i>online</i> de pesquisa: cuidado é fundamental.	2017	Enfermagem.

O adoecimento mental relacionado ao trabalho vem sendo objeto de estudo em decorrência dos registros que conferem altas incidências, gerando prejuízos para a qualidade de vida do profissional e perdas econômicas para o empregador. Entretanto, muitos casos podem deixar de ser reconhecidos nos atendimentos clínicos, uma vez que suas características são mascaradas por sintomas físicos devido ao caráter subjetivo, levando ao subdiagnóstico e tratamento inadequados, com tendências ao desenvolvimento de problemas crônicos (FERNANDES; SOARES; SILVA, 2018). Apesar dos riscos existentes, da presença de sintomas específicos, muitos trabalhadores têm sua saúde comprometida por falta de informação ou até de incentivo para prevenção de sua saúde.

As variáveis propostas pelo estudo estão dispostas no Quadro 2 (fatores desencadeantes, sinais e sintomas/ transtorno mental, profissão apresentada e resultados) e discutidas com base na literatura atualizada. Em meio aos grupos profissionais que surgiram nos achados da pesquisa, elencamos 10 categorias. Apresentam-se em evidência os profissionais da saúde, particularmente com atuação em hospitais e na atenção básica, bem como também algumas classes específicas da saúde, entre elas: enfermeiros, fonoaudiólogos, educadores físicos; além de professores, servidores públicos estaduais, policiais militares, mototoxistas, profissionais da tecnologia da informação e camelôs; demonstrando estudos relacionados à saúde mental do trabalhador nas mais diversas funções.

Os grupos estudados demonstraram susceptibilidade para o sofrimento mental em decorrência das atividades exercidas, uma vez que foram mencionados tanto transtornos mentais comuns, como também mais graves e, conseqüentemente mais complexos; entre os que aparecem com maior frequência, podemos citar: problemas como o sono, ansiedade, estresse, depressão e síndrome de *Burnout*. Embora situações como pensamentos suicidas e o alcoolismo tenham sido pouco presentes nas pesquisas, não podemos negar sua gravidade e ficar omissos a necessidade de mais cuidados mais intensivos voltados aos indivíduos em todos os seus aspectos, principalmente em seu ambiente de trabalho.

Como fatores desencadeantes, o contexto do trabalho apresentou uma forte influência no adoecimento mental, seguido pela carga horária, baixa remuneração, insatisfação e desvalorização profissional. Um diferencial presente em algumas pesquisas foi o gênero feminino surgir como um dos fatores de risco, o que possivelmente se dá pelo fato de que a mulher é mais sensível com as questões cotidianas, sejam pessoais ou profissionais.

Quadro 2 – Variáveis propostas: fatores desencadeantes do adoecimento mental; sinais e sintomas /ou transtorno mental; grupo apresentado no estudo; e, resultados

Nº	Fatores desencadeantes	Sinais e sintomas/ transtorno	Grupo estudado	Resultados
1	A capacidade de reagir a situações difíceis; grau de satisfação com a vida; trabalho além do horário; vitimização.	Estado de alerta permanente; estágio anterior ao estresse cumulativo.	Policiais militares.	Identificação do sofrimento psíquico e problemas de saúde, sobretudo, digestivos, nervosos, musculares e ósseos.
2	Cargo exercido; sexo feminino.	Episódios depressivos.	Servidor público estadual.	Transtornos mentais são causa importante de afastamento dos servidores públicos no Estado, principalmente professores, indicando a necessidade ações voltadas à melhoria das condições de trabalho, emprego e segurança.
3	Sobrecarga no trabalho.	Estresse.	Profissionais de tecnologia da informação (TI).	O principal fator estressor foi a sobrecarga de trabalho, e os profissionais com menor tempo de experiência e os autônomos são os mais estressados.
4	Infraestrutura; modelo de gestão; sobrecarga de atividades; frustração.	Adoecimento de cunho depressivo, afetivo e de humor.	Professores de universidade pública.	O adoecer ocorre de forma sorrateira e insidiosa, nem sempre visível nos moldes dos diagnósticos médicos mas que envolvem dimensões afetivas, éticas e políticas.
5	Elevada carga horária; condições insalubres de trabalho (transportando os passageiros ou aguardando nos pontos); risco à integridade física.	Estresse laboral.	Mototaxistas.	O ambiente psicossocial do trabalho e o controle sobre o trabalho, são importantes determinantes da percepção da qualidade de vida dos mototaxistas.
6	Duplo vínculo empregatício; jornada de trabalho; tipo de trabalho.	Estresse.	Profissionais de Enfermagem.	Trabalhadores possuíam um ritmo de trabalho frequente, muitas vezes com duplo vínculo empregatício, e que o organismo responde em forma de cansaço físico e mental, alterações no ciclo de peso, alterações no sono, dores osteomusculares e insônia.
7	Sexo feminino; jovens (até 39 anos); trabalho noturno.	Humor depressivo/ansioso.	Profissionais de saúde.	Detectou-se que, devido ao caráter subjetivo dos distúrbios não psicóticos, muitos profissionais podem estar subdiagnosticados, e por isso não estarem se submetendo a um tratamento adequado.

8	Mudanças da escola e da educação, que sofrem o impacto das transformações que ocorrem na sociedade e no mundo do trabalho.	Síndrome de <i>Burnout</i> ; estresse; ansiedade; problemas relacionados ao sono.	Professores.	O principal adoecimento mental investigado é a síndrome de <i>Burnout</i> e os sintomas prevalentes foram o estresse e a ansiedade.
9	As dificuldades do trabalho em si; ambiente; baixa remuneração; desvalorização social e a imagem negativa do camelô.	Depressão; ansiedade; alcoolismo.	Camelôs.	As condições de trabalho dos ambulantes são ruins e que mais da metade dos trabalhadores relata que essas condições afetam sua saúde física e mental, com risco para ansiedade, depressão e alcoolismo.
10	Carga horária; tipo e tempo de trabalho; ganho financeiro.	<i>Burnout</i> .	Profissionais de educação física.	Apontam associações significativas entre a presença de <i>Burnout</i> , sinalizando a importância de ações de intervenção simultâneas às atividades vinculadas ao trabalho que possam influenciar no adoecimento ocupacional.
11	A sobrecarga de trabalho; falta de cuidados com a saúde.	Distúrbio de percepção; síndrome do pânico; fobias; ansiedade; estresse; sintomas de depressão; pensamento suicida.	Fonoaudiólogos.	Detectou-se que a população tem fobias e síndrome de pânico; a maioria referiu que já se deprimiu, e alguns já pensaram em suicídio, ou seja, indícios de sofrimento mental, apontando para a necessidade de maiores cuidados e investimentos na saúde destes profissionais.
12	Local e contexto do trabalho; qualidade de vida e satisfação no trabalho; pressão no tempo.	Transtornos mentais comuns (TMC).	Trabalhadores da Atenção Básica.	Maior prevalência de adoecimento entre os trabalhadores do NASF (Núcleo de Apoio ao Saúde da Família), tanto pelo local de trabalho quanto por categoria profissional.
13	Organização do trabalho; condições de trabalho; relações socioprofissionais.	Dependência do álcool; depressão; Síndrome de <i>Burnout</i> .	Trabalhadores da saúde de hospitais públicos e privados.	O adoecimento psíquico dos trabalhadores da saúde relaciona-se mais ao tipo de contexto de trabalho (público ou privado) do que à categoria profissional.
14	Condições de trabalho; desvalorização da profissão; relacionamento equipe e chefia; baixa remuneração e alta carga horária; lidar com situações estressantes e morte.	Enxaqueca; estresse; irritação e desgaste físico; depressão; insatisfação; desânimo; insônia.	Profissionais de enfermagem.	Apontadas características que já refletem um sofrimento psíquico, sendo necessários mais estudos, onde se abordassem mais estratégias com melhorias no foco dos problemas ou a redução das sintomatologias nos trabalhadores.

Há evidências de que o labor contribui para o adoecimento de trabalhadores da saúde, pelas extensas jornadas de trabalho, na maioria plantões, pela sobrecarga de tarefas, pela exposição a situações perigosas; o que também contribui negativamente na qualidade da assistência prestada e no resultado do trabalho (ALVES *et al.*, 2015). Para Santos *et al.* (2017), esse adoecimento está mais relacionado ao tipo do contexto de trabalho do que ao tipo de categoria profissional, por exemplo: no setor público hospitalar, a precariedade institucional gera índice de insatisfação, em decorrência da dificuldade para executar as tarefas. Na atenção básica, os grupos com maior vulnerabilidade foram os trabalhadores do NASF, seguidos dos ACS (Agentes Comunitários de Saúde), ambos do setor público, que trabalham com atividades predominantemente educativas (CARVALHO; ARAÚJO; BERNARDES, 2016). Em trabalhadores da saúde, o adoecimento mental pode aparecer em forma de: TMC, insônia, diminuição da concentração, irritabilidade, depressão, *Burnout* e uso do álcool (ALVES *et al.*, 2015).

Uma classe de profissionais da saúde bastante presente em pesquisas é da enfermagem, em decorrência da demanda de atividades realizadas, por lidar com situações de estresse, sofrimento e morte, além da sobrecarga de trabalho, baixas remunerações que geram, muitas vezes, duplo vínculo empregatício e a temida desvalorização profissional (FERREIRA; MEDEIROS; CARVALHO, 2017). Em resposta aos riscos, o adoecimento pode vir a gerar alterações no sono, enxaqueca, depressão, estresse, problemas na memória, irritabilidade excessiva, sensibilidade emotiva, sem contar as patologias decorrentes da falta da prática de exercícios físicos e alimentação saudável (RODRIGUES; SANTOS, 2015).

Em estudo com fonoaudiólogos, Pimentel, Sales e Vieira (2016) revelam indícios de sofrimento mental da categoria, apontando as condições de exercício do trabalho, a remuneração, o nível de satisfação e a falta de cuidados em si como fatores de adoecimento, que se manifestam com fobias, tonturas, cefaleias, alterações do sono, distúrbios de percepção, ansiedade, sintomas depressivos e até pensamentos suicidas impressos no cotidiano, refletindo maiores cuidados e investimento na saúde da classe.

Profissionais de educação física também são considerados vulneráveis ao sofrimento mental pelo pluriemprego, polivalência e conflito no desempenho de vários papéis (de gestão ao ensino em várias áreas); ganho financeiro; relatos de cansaço, desgaste e esgotamento; frustração; tornando-os suscetíveis ao desenvolvimento da síndrome de *Burnout*, sinalizando a importância de ações de intervenção para a classe (GUEDES; GASPAR, 2016).

Frente aos problemas e às demandas atuais, os professores são trabalhadores que precisam de competência pedagógica, social e emocional para estimular a construção de indivíduos como sujeitos conscientes, reflexivos e participativos (DIEHL; MARIN, 2016). A quebra de expectativa por não conseguirem materializar o papel de agente transformador, a implementação de iniciativas educacionais mais novas, o relacionamento com supervisores e a burocracia excessiva, a infraestrutura, o envolvimento emocional com o aluno, a desvalorização profissional, a sobrecarga no trabalho e a inexistência de tempo para descanso e lazer são algumas das diversas queixas mencionadas por professores, principalmente dos que atuam em instituições públicas (PINTO E SILVA, 2015). Diehl e Marin (2016) apontam que, muitas vezes, o adoecimento mental de professores acontece de forma sorrateira e insidiosa, podendo gerar acometimento futuro de patologias como: estresse, ansiedade, esgotamento (*Burnout*) e problemas com o sono.

Ao pesquisar sobre servidores públicos estaduais, Silva *et al.* (2009) demonstram informações que revelam a necessidade urgente de ações voltadas para a melhoria das condições de trabalho, principalmente com os professores, a classe que apresentou maior propensão ao adoecimento mental.

Policiais militares constituem uma das categorias com maior risco de vida e estresse, pela natureza das atividades desenvolvidas em sua rotina e relações internas corporativas com hierarquias rígidas e disciplinares, repercutindo na saúde tanto física como mental. A capacidade de reagir a situações difíceis e grau de satisfação com a vida; problemas de saúde, sobretudo, digestivos, nervosos, musculares e ósseos; e, condições adversas de trabalho, como carga excessiva, constante exposição ao estresse e à vitimização, ou seja, risco de agressão ou morte tanto no desempenho de suas funções ou em períodos de folga, geram estado de alerta permanente, o que indica sofrimento psíquico em decorrência do ambiente laboral (SOUZA *et al.*, 2012).

O estresse laboral também surge em destaque entre mototaxistas. A carga horária, baixa remuneração, as condições insalubres com as quais trabalham, sejam ao transportar passageiros ou aguardando nos pontos, associadas ao risco oferecidos à integridade física (inúmeros assaltos e violência) são os principais agentes causadores de adoecimento mental da categoria (TEIXEIRA *et al.*, 2015).

Outro grupo de trabalhadores que apresenta susceptibilidade ao estresse em decorrência do trabalho é o de profissionais de tecnologia da informação, principalmente em decorrência da sobrecarga de trabalho, excessiva exigência de habilidade técnica, além da

desenvoltura verbal e escrita, do entendimento sobre o modo de operação das empresas e ter que lidar com pessoas. Para Servino, Rabelo e Campos (2013), tais fatores podem provocar conflitos de papéis, pressão psicológica por produção, falha de comunicação, falta de vida social e propensão ao alcoolismo.

Dos vários fatores citados como desencadeantes do adoecimento profissional, seja ele físico ou mental, as condições de trabalho estão presentes sempre entre os mais comuns. No caso de camelôs, não é diferente. O trabalho em locais com pouca higiene, sem banheiro, por vezes no calor intenso, sem contar a baixa escolaridade, o medo constante de fiscalização e assaltos, os estigmas e preconceitos associados ao descaso do poder público e diversos outros fatores que favorecem o aumento de danos à saúde física e mental da classe, podem levar ao acometimento de depressão, ansiedade e alcoolismo (SANTOS; MESQUITA, 2016).

CONCLUSÕES

Levando em conta o número de artigos que constituíram a amostra final deste estudo, pode-se afirmar que serviram como ilustração da produção científica referente à temática proposta, como também das condições de saúde mental dos trabalhadores, uma vez que foram elencadas áreas de atuação bem distintas, permitindo o conhecimento de alguns tipos de sinais/sintomas e fatores desencadeantes do adoecimento mental em decorrência da atividade exercida no trabalho.

Ao todo, conseguimos expor características de 10 categorias profissionais, dentre as quais os profissionais de saúde estiveram em evidência, uma vez que apareceram em maior quantidade nos estudos realizados anteriormente, seguidos pelo cargo de professores, que também obtiveram um certo destaque; em relação a atividade exercida e sua influência no adoecimento mental, o contexto do trabalho associado a sobrecarga nas jornadas laborais, a remuneração, a desvalorização profissional foram os que se sobressaíram entre os demais fatores considerados como desencadeantes do adoecimento. Entre os tipos transtornos/sintomas mais comuns entre os trabalhadores pesquisados, podemos observar problemas como o sono, ansiedade, estresse, depressão, síndrome de *Burnout*, pensamentos suicidas e o alcoolismo.

As condições de saúde dos profissionais demonstram a necessidade de mudanças no ambiente laboral bem como no modo de pensar e agir dos trabalhadores para que sejam capazes de entender o processo de adoecimento tanto mental quanto físico e assim, possam

discutir recursos de enfrentamento e sensibilização para cuidar de si no ambiente em que atuam profissionalmente, com vistas a tornar o trabalho um fator de saúde e não de adoecimento.

Sendo assim, os resultados obtidos podem gerar oportunidades para futuras pesquisas, bem como funcionar como embasamento científico, direcionando trabalhadores, empregadores e estudantes a uma reflexão acerca do adoecimento mental no ambiente laboral e da importância na adoção de medidas de promoção e prevenção para saúde de todos.

REFERÊNCIAS

- ALVES, A. P. *et al.* Prevalência de transtornos mentais comuns entre profissionais de saúde. **Rev. Enferm. UERJ**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 1, p. 64-69, 2015. Disponível em: <http://www.facenf.uerj.br/v23n1/v23n1a11.pdf>. Acesso em: 23 mar. 2019.
- CARVALHO, D. B.; ARAÚJO, T. M.; BERNARDES, K.O. Transtornos mentais comuns em trabalhadores da Atenção Básica à Saúde. **Rev. bras. saúde ocup.**, São Paulo, v. 41, n. 17, 2016. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0303-76572016000100210&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 09 maio 2019.
- DIEHL, L.; MARIN, A. H. Adoecimento mental em professores brasileiros: revisão sistemática da literatura. **Est. Inter. Psicol.**, Londrina, v. 7, n. 2, p. 64-85, 2016. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072016000200005. Acesso em: 15 fev. 2019.
- DUARTE, R. F. **Os riscos psicossociais no trabalho e as políticas públicas de preservação da saúde mental do trabalhador**. Dissertação (Mestrado) - Faculdades de ciências humanas e sociais de Franca. Franca, 2018. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/handle/11449/180559>. Acesso em: 25 mar. 2019.
- FERNANDES, M. A.; SOARES, L. M. D.; SILVA, J. S. Transtornos mentais associados ao trabalho em profissionais de Enfermagem: uma revisão integrativa brasileira. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 16, n. 2, p. 218-224, 2018. Disponível em: <http://www.rbmt.org.br/details/318/pt-BR/transtornos-mentais-associados-ao-trabalho-em-profissionais-de-enfermagem--uma-revisao-integrativa-brasileira>. Acesso em: 20 mar. 2019.
- FERREIRA, D. K. S.; MEDEIROS, S. M.; CARVALHO, I. M. Sofrimento psíquico no trabalhador de enfermagem: uma revisão integrativa. **Revista de pesquisa: cuidado é fundamental online**, v. 9, n. 1, p. 253-258, 2017. Disponível em: <http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/3912>. Acesso em: 24 maio 2019.
- GUEDES, D.; GASPAR, E. “*Burnout*” em uma amostra de profissionais de Educação Física brasileiros. **Rev. bras. educ. fís. Esporte**, v. 30, n. 4, p. 999-1010, 2016. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1807-55092016000400999&lng=en&nrm=iso&tlng=pt. Acesso em: 10 abril 2019.

LIMA, M. B. *et al.* Agentes estressores em trabalhadores de enfermagem com dupla ou mais jornada de trabalho. **Revista de pesquisa: cuidado é fundamental online**, v. 5, n. 1, p. 3259-3266, 2013. Disponível em: http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/1907/pdf_683. Acesso em: 22 mar. 2019.

MARÇAL, M. A.; OLIVEIRA, K.; SANTOS, E. Estudo da relação entre a carga mental e o nível de estresse ocupacional em motoristas socorristas do SAMU. In: XV CONGRESSO BRASILEIRO DE ERGONOMIA, 2009, Porto Seguro. **Anais eletrônicos**, Porto Seguro, 2009. Disponível em: http://www.nersat.com.br/wp-content/uploads/2011/02/Estudo_da_Relacao_A3o_entre_a_Carga_Mental_e_o_Nivel_de_Estresse_Ocupacional_em_Motoristas_Socorristas_do_SAMU.pdf. Acesso em: 27 fev. 2019.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto contexto – enfermagem**, v. 17, n. 4, 2008. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-07072008000400018>. Acesso em: 27 fev. 2019.

PIMENTEL, D.; SALES, N. J.; VIEIRA, M. J. Perfil e saúde mental dos fonoaudiólogos de uma capital do Nordeste, Brasil. **Distúrbios da comunicação**, v. 28, n. 1, 2016. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/dic/article/view/24357>. Acesso em: 24 maio 2019.
PINTO E SILVA, E. Adoecimento e sofrimento de professores universitários: dimensões afetivas e ético-políticas. **Psicol. teor. prat.**, São Paulo, v. 17, n. 1, p. 61-71, 2015. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872015000100006. Acesso em: 24 fev. 2019.

PRADO, C. E. P. Estresse ocupacional: causas e consequências. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 14, n. 3, p. 285-289, 2016. Disponível em: <http://www.rbmt.org.br/details/122/pt-BR/estresse-ocupacional--causas-e-consequencias>. Acesso em: 20 fev. 2019.

RODRIGUES, C. C. F. M.; SANTOS, V. E. P. O corpo fala: aspectos físicos e psicológicos do estresse em profissionais de enfermagem. **Revista de pesquisa: cuidado é fundamental online**, v. 8, n. 1, p. 3587-3596, 2015. Disponível em: http://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/2849/pdf_1762. Acesso em: 20 fev. 2019.

SANTOS, A. S. *et al.* Contexto hospitalar público e privado: impacto do adoecimento mental de trabalhadores da saúde. **Trab. educ. saúde**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 2, p. 421-438, 2017. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1981-77462017005002102&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 10 abril 2019.

SANTOS, D. R.; MESQUITA, A. A. Avaliação das condições de trabalho e sofrimento psíquico em camelôs. **Rev. Psicol. Saúde**, Campo Grande, v. 8, n. 2, p. 29-42, dez. 2016. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-093X2016000200003&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 04 junh. 2019.

SERVINO, S.; RABELO, E. N.; CAMPOS, R. P. Estresse ocupacional e estratégias de enfrentamento entre profissionais de tecnologia da informação. **Gerai, Rev. Interinst.**

Psicol., Belo Horizonte, v. 6, n. 2, p. 238-254, 2013. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202013000200007&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 04 junh. 2019.

SILVA, E. B. F. *et al.* Transtornos mentais e comportamentais: perfil dos afastamentos de servidores públicos estaduais em Alagoas, 2009. **Epidemiol. Serv. Saúde**, Brasília, v. 21, n. 3, p. 505-514, set. 2012. Disponível em: http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-49742012000300016&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 19 mar. 2019.

SILVA JUNIOR, J. S.; FISCHER, F. M. Afastamento do trabalho por transtornos mentais e estressores psicossociais ocupacionais. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 18, n. 4, p. 735-744, 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbepid/v18n4/1980-5497-rbepid-18-04-00735>. Acesso em: 20 mar. 2019.

SILVA, M. P.; BERNARDO, M. H.; SOUZA, H. A. Relação entre saúde mental e trabalho: a concepção de sindicalistas e possíveis formas de enfrentamento. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 41, 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbso/v41/2317-6369-rbso-41-e23>. Acesso em: 10 abril 2019.

SOUZA, E. R. *et al.* Fatores associados ao sofrimento psíquico de policiais militares da cidade do Rio de Janeiro, Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 28, n. 7, p. 1297-1311, 2012. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2012000700008&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 24 mai. 2019.

TEIXEIRA, J. R. B. *et al.* Associação entre aspectos psicossociais do trabalho e qualidade de vida de mototaxistas. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 31, n. 1, p. 97-110, 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2015000100097&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 29 abril 2019.