

A ATUAÇÃO DA PSICOLOGIA VOLTADA PARA A SAÚDE MENTAL DO TRABALHADOR: RISCOS PSICOSSOCIAIS PRESENTES NAS ORGANIZAÇÕES

Giovana Jamur, Centro Universitário Campo Real

Psi-giovanajamur@camporeal.edu.br ¹

Guilherme Almeida de Lima ²

Prof_guilhermelima@camporeal.edu.br

RESUMO

Introdução da Problemática: Segundo dados do INSS, em estudos entre 2015 a 2020, há um elevado índice de afastamento de trabalhadores causado por transtornos mentais e comportamentais, passando de 8,43% para 12,45% de CIDs registrados, sendo assim os transtornos mentais e comportamentais estão entre as principais causas de perdas de dias no trabalho, ocasionando quadros mais intensos e frequentes evoluindo com absenteísmo pela doença e redução de produtividade. A presença do Psicólogo de Saúde Ocupacional nas empresas pode ajudar, amenizando o sofrimento do trabalhador e construindo um ambiente mais seguro psicologicamente. **Objetivo:** O presente artigo possui como objetivo principal analisar a importância do Psicólogo da Saúde voltada para a saúde mental dos trabalhadores de Organizações, tendo como ênfase os riscos psicossociais, a sua saúde mental e envolvimento dentro do ambiente de trabalho. **Método:** A presente pesquisa possui caráter transversal e qualitativa, de objetivo exploratório e descritivo e de natureza bibliográfica. Serão realizadas pesquisas nas principais bases acadêmicas e portais de periódicos da área de ciências humanas, sendo estas o portal de periódicos SciELO, o Portal de Periódicos em Psicologia (PePSIC) e o site Google Acadêmico. Entretanto, o desenvolvimento da pesquisa poderá utilizar ainda outras bases de conhecimento objetivando uma maior diversidade de estudos sobre o tema. **Resultados:** Conforme a análise de dados, é possível afirmar que afastamento o trabalho, absenteísmo e concessão de benefício por auxílio doença, está diretamente relacionado a ambientes organizacionais tóxicos, isto é, que não apresentam segurança psicológica além de serem prejudiciais para a saúde mental de seus colaboradores com fatores de riscos psicossociais. Observa-se

¹ Acadêmico do 10 período Centro Universitário Campo Real. E-mail: Psi-giovanajamur@camporeal.edu.br.

² Coorientador do Trabalho de Conclusão de Curso. Psicólogo, Pedagogo. Mestre em Filosofia. E-mail: Prof_guilhermelima@camporeal.edu.br

que a presença de um Psicólogo de Saúde Ocupacional oferece inúmeros benefícios, não somente para a saúde mental do trabalhador mas também para a empresa, diminuindo o índice de afastamentos, faltas e rotatividade de funcionários, dessa forma aumentando o rendimento e produtividade dos trabalhadores. **Conclusão:** Conclui-se que há necessidade de ampliar a investigação sobre quais são os riscos psicossociais presentes nas organizações, como identificar e se é possível evitar que esses fatores de riscos adoeçam os colaboradores da empresa. mas ainda tem muito a ser estudado

Palavras-chave: Saúde Ocupacional. Trabalho. Atuação do Psicólogo. Segurança do trabalho.

ABSTRACT

Introduction: According to data from the INSS, in studies between 2015 and 2020, there is a high rate of absence of workers caused by mental and behavioral disorders, rising from 8.43% to 12.45% of registered ICDs, thus mental and behavioral disorders are among the main causes of loss of days at work, causing more intense and frequent conditions evolving with absenteeism due to illness and reduced productivity. The presence of an Occupational Health Psychologist in companies can help to alleviate workers' suffering and build a safer environment psychologically. **Objective:** The main objective of this article is to analyse the importance of the Occupational Health Psychologist for the mental health of workers in organizations, with an emphasis on psychosocial risks, mental health and involvement in the workplace. **Method:** This is a cross-sectional, qualitative study with exploratory and descriptive objectives and a bibliographical nature. Research will be carried out on the main academic databases and journal portals in the human sciences, namely the SciELO journal portal, the Psychology Journal Portal (PePSIC) and the Google Scholar website. However, the research could also use other knowledge bases in order to provide a greater diversity of studies on the subject. **Results:** According to the data analysis, it is possible to state that absence from work absenteeism and the granting of sickness benefits are directly related to toxic organizational environments, i.e. those that lack psychological safety and are harmful to the mental health of their employees with psychosocial risk factors. It can be seen that the presence of an Occupational Health Psychologist offers numerous benefits, not only for the mental health of the worker but also for the company, reducing the rate of sick leave, absenteeism and employee turnover, thus increasing the performance and productivity of workers. **Conclusion:** It can be concluded that there is a need to expand research into what psychosocial risks are present in organizations, how to identify them and whether it is possible to prevent these risk factors from making employees ill. but there is still much to be studied

Keywords: Occupational health. Work. Psychologist's work. Work safety.

1. INTRODUÇÃO

“O capital não tem a menor consideração pela saúde ou duração da vida do trabalhador, a não ser quando a sociedade o força a respeitá-la”

Karl Marx

A realização desta pesquisa se faz necessária para dar mais visibilidade para a atuação do Psicólogo de Saúde em ambientes organizacionais, com ênfase na saúde mental do trabalhador. Segundo dados do INSS, em estudos entre 2015 a 2020, há um elevado índice de afastamento de trabalhadores causado por transtornos mentais e comportamentais, passando de 8,43% para 12,45% ocorrências registradas a partir da Classificação Internacional de Doenças (CID) registradas, sendo assim os transtornos mentais e comportamentais estão entre as principais causas de perdas de dias no trabalho (BRASIL, 2014 apud PELLEGRINI, 2010). A presença do Psicólogo nas empresas pode ajudar, amenizando o sofrimento do trabalhador e construindo um ambiente mais seguro psicologicamente.

Através da investigação acerca dos campos da psicologia organizacional e do trabalho, percebeu-se a importância de valorizar a saúde mental do trabalhador, visto que frente a uma organização, são os funcionários a linha de frente e para a organização andar bem, seus funcionários precisam estar bem.

De facto, o Psicólogo da Saúde Ocupacional tem igualmente um papel importante na educação, formação e informação dos trabalhadores no domínio dos riscos psicossociais, e por isso, neste sentido, participa ativamente no levantamento de necessidades de formação institucional, em sequência do qual coordena e organiza ações de formação no âmbito dos riscos psicossociais. (MORAIS, 2019, p.22).

A Psicologia de Saúde Ocupacional é uma área da Psicologia sequer reconhecida como especialidade pelo Conselho Federal de Psicologia, porém um campo interdisciplinar que se enquadra tanto na Psicologia da Saúde como na Psicologia Organizacional e do Trabalho. Visando a proporção de saúde mental atuando na prevenção de doenças psicológicas e na prevenção de riscos psicossociais em ambientes organizacionais, assim oferecendo bem-estar, saúde e segurança para colaboradores. Sua aplicação se dá promovendo qualidade de vida em ambientes organizacionais, através de avaliações psicossociais englobando todos os fatores de risco psicossocial.

Os Fatores Psicossociais de Risco no Trabalho (FPRT) ou “risco psicossocial”, que acarretam efeitos negativos e degradativos a nível psicológico, físico e social, como por exemplo: fatores de estresse relacionados com o trabalho, esgotamento físico e mental, depressão, entre diversos outros transtornos mentais e comportamentais que contribuem com o adoecimento mental do trabalhador.

Os Fatores Psicossociais de Risco no Trabalho (FPRT) podem ser entendidos como aquelas características do trabalho que são “estressoras”, isto é, que implicam em grande exigência e são combinadas com recursos insuficientes para seu enfrentamento. Adicionalmente, também podem ser entendidos como as percepções subjetivas dos fatores de organização do trabalho, resultantes das características físicas da carga, da personalidade do indivíduo, das experiências anteriores e da situação social do trabalho. (GUIMARÃES, 2016, SBPOT p.1).

Os riscos ocupacionais atualmente são cinco: risco físico, químico, biológico, ergonômico e acidente mecânico, mas há estudos para que seja acrescentado um sexto risco, o risco psicossocial. Existem fatores de riscos psicossociais no ambiente de trabalho, como por exemplo: situações de estresse, pressão por resultados, falta de funcionários, chefes autoritários e acúmulo de horas extras. Esses riscos psicossociais são fatores que podem contribuir ou causar o adoecimento mental nos trabalhadores, e assim, acarretando em um acidente de trabalho, por esse e outros motivos, o Psicólogo da Saúde Ocupacional pode atuar em conjunto com a equipe de segurança do trabalho, constituindo Comissões Internas de Prevenção de Acidentes, a CIPA.

A distribuição similar da presença de fatores psicossociais negativos do trabalho entre os grupos sugere que as ferramentas de análise da Previdência Social não levam em consideração a presença de fatores psicossociais no trabalho para conferir o nexó técnico entre doença e trabalho. Provavelmente, trabalhadores que sofreram exposição ocupacional a tais estressores não tiveram o seu benefício caracterizado como acidentário por dificuldades da perícia médica em reconhecer que os aspectos psicossociais podem contribuir para o adoecimento incapacitante. (SILVA-JUNIOR & FISHER, 2015, p. 741)

Os riscos psicossociais são riscos invisíveis e não existe um equipamento de proteção individual para proteger a saúde mental, mas é possível realizar essa prevenção através da segurança psicológica. A segurança psicológica é um senso de que a equipe não irá envergonhar, punir, retalhar, constranger ou rejeitar alguém por se pronunciar ou se posicionar. Diz respeito a um ambiente onde funcionários sentem-se confortáveis para falarem suas opiniões,

compartilharem experiências e ideias, receber *feedback* e assumir seus erros sem sentirem medo.

Todavia, o presente artigo possui como objetivo principal analisar a importância do Psicólogo da Saúde voltada para a saúde mental dos trabalhadores de Organizações, tendo como ênfase a saúde mental do trabalhador e seu envolvimento dentro do ambiente de trabalho, podendo colocar a saúde mental do trabalhador em risco deteriorando seus desempenhos e qualidade de trabalho, podendo causar acidentes de trabalho. Mas também enfatizar a importância do Psicólogo de Saúde dentro do ambiente organizacional, promovendo e proporcionando aos funcionários um ambiente seguro psicologicamente.

2. DESENVOLVIMENTO

Assim, se sentem seguros para se expor diante de outros colaboradores ou chefia. Caso algum trabalhador tenha cometido um erro, ele saberá que a equipe estará lá para ajudá-lo e não culpá-lo, tornando esse erro um aprendizado e não uma vergonha. Tudo isso com o auxílio de um Psicólogo da Saúde Ocupacional, que quando atuante em organizações consegue proporcionar esse conforto para seus trabalhadores, tornando o ambiente de trabalho mais agradável e seguro psicologicamente.

A Psicologia da Saúde Ocupacional, tem seu papel fundamental na formação, informação e educação dos trabalhadores, a atuação deve-se diretamente na avaliação de riscos psicossociais, saúde e segurança ocupacional, redução de fatores estressantes, melhoria do rendimento, produtividade e satisfação, e eliminação de riscos e fatores de riscos contribuintes para o adoecimento mental.

Atualmente, a Psicologia da Saúde Ocupacional não é reconhecida como especialidade pelo Conselho Federal de Psicologia, contudo existem atuações isoladas pois é um campo da Psicologia pouco aprofundado no Brasil. Apesar da presença de um Psicólogo da Saúde Ocupacional nas equipes de segurança do trabalho, não ser exigido por lei no Brasil, a PSO apresenta diversos aspectos apontando para a eliminação de riscos que podem agravar a saúde mental do trabalhador, proporcionando bem-estar, saúde e segurança no trabalho.

Uma publicação conjunta da Organização Internacional do Trabalho (OIT) e da Organização Mundial da Saúde (OMS) chamou a atenção para a relevância da relação entre fatores psicossociais no trabalho e repercussão sobre a saúde dos trabalhadores. Condições de exposição crônica a estressores psicossociais desfavoráveis no trabalho estão associadas a queixas psicossomáticas, sintomas psiquiátricos e mudanças no bem-estar. (SILVA-JUNIOR e FISCHER, 2015, p. 736)

Sendo assim, podemos associar diretamente o afastamento do trabalho por transtornos mentais e comportamentais a presença de ambientes de trabalho nocivos, podemos caracterizar como um ambiente de trabalho nocivo ambientes onde o colaborador atua sob pressão extrema, ambientes com alta rotatividade e falta de funcionários, jornadas de trabalho longas e exaustivas além disso a falta de um profissional para sanar a demanda dos funcionários da empresa. Podemos analisar na tabela de pesquisa do autor que transtornos mentais foram considerados como relacionados ao trabalho em 23,7% dos casos analisados pela perícia médica previdenciária.

Em relação aos modelos de avaliação de estresse ocupacional, os fatores psicossociais elencados majoritariamente foram: a percepção de executar um trabalho de alta exigência, ou seja, com alta demanda e baixo controle (56,5%); haver baixo apoio social (52,7%); situação de desequilíbrio esforço-recompensa, ou seja, alto esforço e baixa recompensa (55,7%); e o alto excesso de comprometimento (87,0%). (SILVA-JUNIOR e FISCHER, 2015, p.741)

Podemos também associar a benefícios da Psicologia presentes nas organizações, a redução do estresse em trabalhadores, aumento da satisfação, aquisição de novas habilidades e conhecimento, quando atuando em educação em saúde, e na eliminação de fatores de risco para a depressão, ansiedade, burnout e entre outros transtornos mentais adquiridos em ambiente de trabalho.

3. METODOLOGIA

Tendo em vista o aumento dos afastamentos do trabalho por questões envolvendo a saúde mental do trabalhador, o presente trabalho tem como objetivo investigar os riscos psicossociais que colocam a saúde mental do trabalhador em risco.

A presente pesquisa possui caráter transversal e qualitativa, de objetivo exploratório e descritivo e de natureza bibliográfica. Serão realizadas pesquisas nas principais bases acadêmicas e portais de periódicos da área de ciências humanas, sendo estas o portal de periódicos SciELO, o Portal de Periódicos

em Psicologia (PePSIC) e o site Google Acadêmico. Entretanto, o desenvolvimento da pesquisa poderá utilizar ainda outras bases de conhecimento objetivando uma maior diversidade de estudos sobre o tema.

Para a pesquisa, foi considerado autores que estivessem de acordo com o tema, utilizando algumas palavras-chave como por exemplo: “fatores de risco psicossociais” “riscos psicossociais” e “segurança psicológica”. Períodos de publicações não foram relevantes para critério de inclusão, visto que não há muitos materiais disponíveis para estudo sobre o tema.

AUTORES PRIMÁRIOS	Ana Lucia Pelegrini, Sônia Regina Pereira Fernandes	- Estresse e Fatores Psicossociais
	Carlos Manoel Lopes Rodrigues; Cristiane Faiad; Emílio Peres Facas.	- Fatores de Risco e Riscos Psicossociais no Trabalho: Definição e Implicações
	Mary Sandra Carlotto; Sheila Gonçalves Camara; Ana Claudia Braun; Sandra Spindler Rodriguez; Liciane Diehl	- Psicologia da saúde ocupacional, uma revisão integrativa
	João Silvestre Silva-Junior; Frida Marina Fischer	- Afastamento do trabalho por transtornos mentais e estressores psicossociais ocupacionais.
AUTORES SECUNDÁRIOS	Alexandre Germano Benito Martins; Samara Iris de Araujo; Taiane Amaral	- Inovação e segurança psicológica no contexto das organizações.
	Tatiane Viana; Edenilson Luiz Gomes; DIAS, Edvaldo José; Gildair Doriedson Gomes Amaral; Marcio Fernandes Corregozinho; Percio Rodrigues.	- Diagnóstico organizacional

4. RESULTADOS

Atualmente o adoecimento mental está diretamente relacionado com a falta no trabalho e se manteve como a terceira principal causa de concessão de afastamento pelo INSS no país. Segundo dados do INSS, em estudos entre 2015

a 2020, há um elevado índice de afastamento de trabalhadores causado por transtornos mentais e comportamentais, passando de 8,43% para 12,45% de CIDs registradas. Mais de 203 mil novos benefícios foram concedidos por ano, sendo que 6,25% foram considerados pela perícia previdenciária como relacionados ao trabalho. (SILVA-JUNIOR e FISCHER, 2015)

Sendo assim, podemos associar diretamente o afastamento do trabalho por transtornos mentais e comportamentais a presença de ambientes de trabalho nocivos e a falta de um profissional para sanar a demanda dos funcionários da empresa. Podemos analisar na tabela de pesquisa do autor que transtornos mentais foram considerados como relacionados ao trabalho em 23,7% dos casos analisados pela perícia médica previdenciária.

Em relação aos modelos de avaliação de estresse ocupacional, os fatores psicossociais elencados majoritariamente foram: a percepção de executar um trabalho de alta exigência, ou seja, com alta demanda e baixo controle (56,5%); haver baixo apoio social (52,7%); situação de desequilíbrio esforço-recompensa, ou seja, alto esforço e baixa recompensa (55,7%); e o alto excesso de comprometimento (87,0%). (SILVA-JUNIOR e FISCHER, 2015, p.741)

Desde as Revoluções Industriais, as transformações operárias estão presentes em toda a sociedade atual e conseqüentemente as demandas de produção também tiveram um crescimento significativo. Os funcionários, principalmente na Europa, eram submetidos a jornadas de trabalho extremamente exaustivas e em ambientes totalmente insalubres, sem medidas de proteção e segurança ou equipamentos de proteção individual. As condições de trabalho precárias acabaram tornando frequente o adoecimento desses funcionários e conseqüentemente prejudicando a produtividade da empresa. A preocupação com a produtividade do trabalhador fez com que surgisse a Medicina do Trabalho, que consiste na presença de um responsável por prevenir situações de risco e garantir a integridade e a produtividade dos funcionários. Com a criação da medicina do trabalho, a PSO - Psicologia da Saúde Ocupacional ganhou espaço nas organizações e conseqüentemente nasce de uma intersecção entre Psicologia Organizacional e Psicologia da Saúde. (MICHELETTO, 2014).

A Psicologia da Saúde Ocupacional transita em diferentes campos de conhecimento, dependendo do nível de análise dos fatores de risco ocupacional:

contexto externo, que abrange os aspectos econômicos, legais, ideológicos, políticos e demográficos; contexto organizacional, que aborda as estruturas de gestão, políticas de supervisão, e métodos de produção. Contexto do trabalho, voltado para a análise das características do trabalho e seus aspectos relacionais; Nível individual, que abrange fatores de personalidade, diferenças individuais, estratégias de coping, motivação e características sociodemográficas. A agenda da PSO volta-se para a pesquisa e intervenção em questões de segurança e saúde ocupacional, estresse e fatores de risco organizacionais, intervenções organizacionais, programas de assistência ao trabalhador e práticas em saúde pública (National Institute for Occupational Safety and Health, NIOSH, 2013). (CARLOTTO, 2014)

O psicólogo da saúde ocupacional tem como objetivo promover o bem-estar físico e mental dos trabalhadores, amenizando o sofrimento desses trabalhadores e construindo um ambiente mais seguro psicologicamente. A PSO volta-se para a pesquisa e intervenção em questões de segurança e saúde ocupacional, estresse e fatores de risco organizacionais, intervenções organizacionais, programas de assistência ao trabalhador e práticas em saúde pública (NIOSH, 2013). No Brasil, a PSO desenvolveu-se paralelamente à produção do conhecimento em temas relacionados à saúde do trabalhador. Atualmente, apresenta-se como uma área emergente que vem se consolidando com temáticas da saúde ocupacional. (SILVA & MENDONÇA, 2013; VIEIRA, BECK, DISSEN, CAMPONOGARA. GOBATO & COELHO, 2013) Às atribuições do psicólogo da saúde ocupacional também envolvem a conscientização e reflexão, construção de um ambiente de trabalho seguro psicologicamente, avaliação do estresse e da segurança psicológica e a educação em saúde, que está presente em todos os temas citados para apresentação dos riscos psicossociais e ocupacionais os funcionários da empresa.

A educação em saúde pode ser realizada de forma individual ou em grupo, e sua prática se dá em qualquer espaço comunitário, saúde, mas também com a família, escola e trabalho. Feio e Oliveira (2015) apresentam que a educação em saúde é vista como uma prática social que tem como objetivo promover a capacitação dos sujeitos para uma aprendizagem duradoura, de

reflexão e ação sobre seus processos de saúde e doença. “A Educação em Saúde é uma educação diferente de um consultório. É uma educação que leva em consideração as pessoas da comunidade, a questão cultural dela [...]” (Feio e Oliveira, 2015)”

A exposição ocupacional a riscos e fatores de risco, comprometem a saúde mental de trabalhadores e cabe ao Psicólogo de Saúde Ocupacional atuar diretamente na educação, formação e informação desses trabalhadores, garantindo seu bem-estar emocional proporcionando um ambiente de trabalho seguro psicologicamente, angariando benefícios para a empresa e para o trabalhador, melhorando seu rendimento e produtividade.

Os transtornos mentais e comportamentais estão entre as principais causas de perdas de dias no trabalho. Tais quadros são frequentes e comumente incapacitantes, evoluindo com absenteísmo pela doença e redução de produtividade. Nos últimos anos o adoecimento mental se manteve como a terceira principal causa de concessão de benefício auxílio-doença por incapacidade laborativa no Brasil. Mais de 203 mil novos benefícios foram concedidos por ano, sendo que 6,25% foram considerados pela perícia previdenciária como relacionados ao trabalho (SILVA-JUNIOR e FISCHER, 2015, p.736)

4. CONCLUSÕES

Conforme a análise de dados, é possível afirmar que afastamento do trabalho, absenteísmo e concessão de benefício por auxílio doença, está diretamente relacionado a ambientes organizacionais nocivos para a saúde mental de trabalhadores, sem segurança psicológica e com fatores de riscos psicossociais presentes. A presença de um Psicólogo sendo ele Organizacional ou da Saúde Ocupacional, nas organizações oferece inúmeros benefícios, não somente para a saúde mental do trabalhador mas também para a empresa, diminuindo o índice de afastamentos, faltas, perda de rendimento e rotatividade de funcionários, dessa forma aumentando a produtividade e proporcionando um ambiente saudável psicologicamente para seus trabalhadores. Dessa forma, possibilitando que seus colaboradores atuem profissionalmente em um ambiente onde lhes proporciona qualidade de vida durante as jornadas de trabalho.

5. REFERÊNCIAS

CARLOTTO, Mary Sandra; CAMARA, Sheila Gonçalves; BRAUN, Ana Claudia; RODRIGUEZ, Sandra Spindler; DIEHL, Liciane. **Psicologia da saúde ocupacional: uma revisão integrativa**. Aletheia v.50, n.1-2, p.143-153, jan./dez. 2017.

GUIMARÃES, Liliana A. M. **A falta do Psicólogo da Saúde Ocupacional na equipe de segurança do trabalho**. SBPOT - Associação Brasileira de Psicologia Organizacional e do Trabalho. 21/03/2016

MARTINS, Alexandre Germano Benito; ARAUJO, Samara Iris de; AMARAL, Taiane. **Inovação e segurança psicológica no contexto das organizações**. 2021.

PELLEGRINI, Ana Lúcia; FERNANDES, Sônia Regina Pereira. **Estresse e Fatores Psicossociais**. PSICOLOGIA CIÊNCIA E PROFISSÃO, 2010.

RODRIGUES, Carlos Manoel Lopes; FAIAD, Cristiane; FACAS, Emílio Peres. **Fatores de Risco e Riscos Psicossociais no Trabalho: Definição e Implicações**. Psicologia: Teoria e Pesquisa, 2020, v.36.

SILVA-JUNIOR, João Silvestre; FISCHER, Frida Marina. **Afastamento do trabalho por transtornos mentais e estressores psicossociais ocupacionais**. Outubro-Dezembro, 2015.

VIANA, Tatiane; GOMES, Edenilson Luiz; DIAS, Edvaldo José; AMARAL, Gildair Doriedson Gomes; CORREGOZINHO, Marcio Fernandes; RODRIGUES, Percio. **Diagnóstico organizacional**, Belo Horizonte, 2007.