INTERFACE TECNOLÓGICA

A SAÚDE MENTAL DOS TRABALHADORES: um levantamento com trabalhadores das cidades de São Carlos e Ibaté

THE MENTAL HEALTH OF WORKERS: a survey with workers in the cities of São Carlos and Ibaté

Vitória Oliveira Mota Zigaras – viih.mota20@gmail.com
Faculdade de Tecnologia de São Carlos (Fatec) – São Carlos – SP – Brasil

Lilian Segnini Rodrigues – lilian.rodrigues3@fatec.sp.gov.br
Faculdade de Tecnologia de São Carlos (Fatec) – São Carlos – SP – Brasil

DOI: 10.31510/infa.v20i2.1743
Data de submissão: 06/09/2023
Data do aceite: 16/11/2023
Data da publicação: 20/12/2023

RESUMO

Recentemente, tem-se observado diversas doenças mentais que surgem como resultado das condições de trabalho, implicando tanto em esgotamento físico quanto mental. Assim sendo, a saúde mental dos trabalhadores é fundamental para garantir seu bem-estar e níveis de produtividade. O objetivo deste estudo é examinar os aspectos pertinentes à saúde mental dos trabalhadores das localidades de São Carlos e Ibaté. Para tal fim, um questionário direcionado a esse grupo foi aplicado, com a participação de 104 indivíduos. Dentro desse grupo, foi constatado que 61,5% sofrem de ansiedade, 34,6% enfrentam estresse relacionado ao trabalho e 32,7% lidam com quadros depressivos. Esses resultados corroboram com a literatura existente, evidenciando uma proporção significativa de trabalhadores que enfrentam problemas de saúde mental, como estresse e ansiedade.

Palavras-chave: Saúde mental. Doenças mentais. Qualidade de vida. Ambiente de trabalho.

ABSTRACT

Recently, there has been observed a variety of mental illnesses arising as a result of working conditions, leading to both physical and mental exhaustion. Consequently, the mental health of workers is crucial to ensure their well-being and productivity levels. The aim of this study is to examine aspects related to the mental health of workers in the areas of São Carlos and Ibaté. To this end, a questionnaire targeted at this group was administered, with the participation of 104 individuals. Within this group, it was found that 61.5% suffer from anxiety, 34.6% experience work-related stress, and 32.7% deal with depressive episodes. These findings align with existing literature, highlighting a significant proportion of workers facing mental health issues such as stress and anxiety.

Keywords: Mental health. Mental illnesses. Quality of life. Work environment.

INTERFACE TECNOLÓGICA

1 INTRODUÇÃO

Desde o surgimento das indústrias e do modo capitalista, é possível observar a exploração mental e física dos colaboradores, com excesso de trabalho e longas cargas horárias. Um exemplo disso foi a revolução industrial, onde os ambientes eram insalubres, apresentando riscos à saúde, e havia uma pressão psicológica para atingir altas metas de produção. Nessa época, os trabalhadores viviam de forma desprezível e humilhante. Com a implementação da Administração Científica, uma abordagem criada por Taylor, os operários passaram a desempenhar trabalhos exaustivos, repetitivos e sem divisão clara entre os cargos, visando apenas a alta produção para atingir a demandam (Robbins, 2006).

Na década de 1980, as aposentadorias relacionadas a transtornos mentais no trabalho representavam 14,2% por invalidez e 9,1% das causas de auxílio-doença (Rouquayrol,1993). Atualmente, o índice de afastamento ainda é alto. De acordo com dados do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS, 2022), mais de 200 mil trabalhadores no Brasil foram afastados por transtornos psíquicos em 2021, incluindo distúrbios emocionais, Alzheimer e depressão.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022), estima-se que em 2019, um bilhão de pessoas conviviam com algum transtorno mental. Para a Organização Internacional do Trabalho (OIT), ter um trabalho decente é uma condição fundamental para reduzir a desigualdade social, superar a pobreza, garantir a governabilidade democrática e promover o desenvolvimento social. No entanto, a cada ano, cerca de doze bilhões de dias de trabalho são perdidos devido à depressão e à ansiedade, resultando em funcionários desmotivados, menor produtividade e baixo desenvolvimento econômico, o que contribui para uma taxa de desemprego mais elevada.

A Lei Federal 10.216/2001 definiu a Política Nacional de Saúde Mental como uma política de estado, nas quais abrangem algumas estratégias para reestruturação da assistência psiquiátrica no tratamento em liberdade e na desinstitucionalização, para ressaltar as necessidades de tratamentos e os cuidados necessário relacionados a ansiedade, depressão, transtorno bipolar, entre outros transtornos mentais. Tornando um dever que toda a população Brasileira tenha acesso digno ao tratamento. Porém, no Brasil, ainda é frequente ocorrências e atividades relacionadas à saúde mental negativa, principalmente devido ao estresse durante a jornada de trabalho. Conflitos, bullying, discriminação, pressão e violência psicológica estão

relacionados com necessidades não atendidas, resultando em desânimo, cansaço, frustração e apreensão por parte dos colaboradores.

Para manter a produtividade e boa performance nas empresas são necessárias boas estratégias de clima organizacional, visando melhorias para a saúde mental da equipe e controle das emoções. Diante disso, as empresas devem investir na qualidade de vida por meio de medidas preventivas para amenizar as doenças geradas pelo estresse e esgotamento emocional. A qualidade de um ambiente de trabalho é transmitida através da relação com os colaboradores junto com o autoconhecimento e a autor realização. Conforme Gernet e Dejours (2011), o trabalho não é apenas a produção de bens ou serviços, mas também dá a capacidade de transformação do próprio indivíduo.

É de suma importância dedicar estudos a esse tema, pois os transtornos mentais têm se tornado a principal causa de incapacidade nos indivíduos. De acordo com a Organização Pan-americana da Saúde (OPAS, 2022), os índices de depressão e ansiedade aumentaram em 25% no primeiro ano da pandemia ocorrida em 2020. Vale ressaltar que a Constituição Federal de 1988 estabelece o direito social à saúde física e mental para todos os indivíduos, no entanto, esses direitos muitas vezes são violados, uma vez que os colaboradores passam a maior parte de seus dias no ambiente de trabalho, enfrentando diversas situações de estresse e esgotamento mental decorrentes do excesso de atividades.

Diante deste contexto, o objetivo deste artigo é analisar aspectos relacionados à saúde mental dos trabalhadores das cidades de São Carlos e Ibaté. Para isso, foi aplicado um questionário destinado a este público, que contou com a participação de 104 pessoas.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A Saúde Mental e Trabalho é uma área de estudo que se dedica a compreender a dinâmica, a organização e os processos de trabalho, com o objetivo de promover a saúde mental dos trabalhadores. Essa disciplina busca desenvolver ações eficazes de diagnóstico, prevenção e tratamento, visando garantir um ambiente de trabalho saudável e propício ao bem-estar emocional e psicológico dos profissionais envolvidos. Por meio de abordagens diagnósticas, estratégias preventivas e terapias adequadas, busca-se fortalecer a saúde mental dos trabalhadores e contribuir para uma melhor qualidade de vida no ambiente laboral (TST, 2021).

Após a pandemia, houve um aumento nos índices de ansiedade e depressão entre os colaboradores, que foram obrigados a se isolar e trabalhar em um novo cenário. Isso gerou

diversas consequências para a ‘saúde mental, resultando em incertezas e insegurança. De acordo com Rodrigues, Oliveira e Araújo (2022), o trabalho em home office trouxe um novo modelo de desenvolvimento das atividades, porém, também trouxe desafios, dificultando a separação entre vida profissional e pessoal, uma vez que o trabalho aumentou e passou a ser realizado em casa.

A Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022) destaca que as mudanças decorrentes das demandas do capital pressionam os colaboradores a mobilizarem recursos adaptativos tanto no trabalho quanto na vida pessoal, expondo sua vulnerabilidade. Essa pressão pode resultar em transtornos mentais quando não há medidas de prevenção e apoio adequadas. Fatores como intimidação, assédio, longas jornadas de trabalho, excesso de volume de trabalho, insegurança e reorganização das atividades devem ser evitados por organizações que se preocupam com o bem-estar de seus funcionários e com a sustentabilidade de seus negócios. Afinal, a saúde e o clima organizacional estão diretamente relacionados aos lucros e ao desempenho. Segundo a Occupational Safety and Health Association (OSHA), esses fatores são as causas mais comuns de problemas de saúde psicológica e mental no ambiente de trabalho.

O assédio no ambiente de trabalho pode causar danos morais e se manifestar de diversas formas, como piadas ofensivas, ameaças, assédio sexual e interferência na vida privada. Isso pode levar à desestabilização emocional. Segundo Ferreira (2004), o assédio no trabalho resulta na perda de interesse pelo emprego e na diminuição da autoconfiança, levando muitas vezes a vítima a pedir demissão. Os conflitos que ocorrem no ambiente de trabalho têm uma grande influência na saúde do colaborador e afetam tanto sua vida pessoal quanto profissional. Conforme Seligmann-Silva et al. (2010), tem sido crescente o número de funcionários que deixam seus cargos ou são demitidos devido a transtornos psíquicos.

Para Chiavenato (2010), a noção de Qualidade de Vida no Trabalho engloba duas perspectivas opostas. Por um lado, temos as demandas dos funcionários por bem-estar e satisfação no trabalho. Por outro lado, há o interesse das organizações em relação aos efeitos positivos que isso pode ter na produtividade e qualidade do trabalho. Segundo o autor, é evidente que a qualidade de vida no trabalho está relacionada com o quanto os constituintes da organização são aptos para satisfazer as necessidades pessoais através da atividade executada, na qual está satisfação é capaz de motivar os colaboradores em um maior progresso e melhoria de vida pessoal e profissional, formando equipes comprometidas com os resultados.

O estresse excessivo no ambiente de trabalho pode levar à síndrome de Burnout, que, de acordo com o Ministério da Saúde, é um distúrbio emocional caracterizado pelo esgotamento

físico e mental causado por atividades exaustivas. A baixa autoestima pode ocorrer quando o indivíduo avalia negativamente suas competências e habilidades no trabalho. Para promover um ambiente de trabalho saudável, é necessário que as empresas tenham ações de proteção à saúde mental por meio de métodos, planejamentos e a idealização de projetos que desenvolvam a confiança dos seus funcionários e equipe. Especificado por Duran e Cocco (2004) a habilidade está no quanto o colaborador está adequado e motivado ao desenvolver a sua função no presente e futuro.

A saúde mental dos trabalhadores também pode ser afetada por diversos fatores e situações relacionadas às características atuais do trabalho. Isso inclui a exposição a substâncias tóxicas, níveis elevados de ruído, situações de risco físico, como o trabalho com materiais explosivos ou a possibilidade de assaltos e sequestros. Além disso, a forma como o trabalho é organizado e as políticas de gestão podem desconsiderar os limites físicos e psicológicos do trabalhador, muitas vezes exigindo que ele anule sua subjetividade para garantir a produtividade e alcançar as metas estabelecida (Seligmann-Silva et al., 2010).

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Quanto à abordagem metodológica, este estudo adota uma perspectiva qualitativa. Em relação aos procedimentos de pesquisa, trata-se de um levantamento. Para a coleta de dados, foi aplicado um questionário que incluiu perguntas abertas e fechadas. Essas perguntas são especificadas na seção 4, a medida que são analisados os seus resultados.

Este questionário foi aplicado a indivíduos de diversas posições (cargos) e organizações, residentes nas cidades de Ibaté e São Carlos. Seu objetivo é capturar as percepções dos participantes acerca da qualidade de vida e saúde mental no contexto de seus locais de trabalho, bem como investigar suas experiências pessoais. A análise dos dados se fundamenta nas respostas obtidas no questionário, que foi disponibilizado para participação no período de 25/08/2023 a 05/09/2023, com a contribuição de 104 respondentes.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

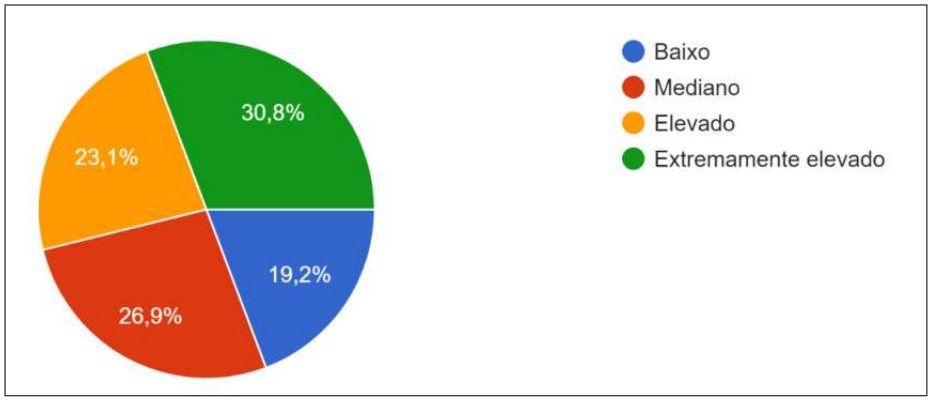
O questionário atraiu a participação de 104 indivíduos, todos com experiência prévia ou atual no mercado de trabalho. Destes, 66.3% residem em Ibaté, enquanto 33.7% vivem em São Carlos. Notavelmente, 85.4% dos participantes estão atualmente empregados. A estrutura do

INTERFACE TECNOLÓGICA

questionário foi desenhada com foco em aspectos relacionados à saúde mental, ambiente laboral, níveis de estresse e fadiga. Além disso, para garantir confidencialidade e confiança, as respostas foram coletadas de maneira anônima, utilizando formatos de múltipla escolha e caixas de seleção.

Conforme ilustrado no Gráfico 1, é essencial destacar que, de acordo com os resultados obtidos, 53.9% dos participantes afirmaram experimentar níveis elevados ou extremamente elevados de estresse. Esse achado reflete a preocupação generalizada em relação ao estresse no ambiente de trabalho, corroborando com a pesquisa realizada pela European Agency for Safety And Health At Work Research (EASHWR, 2002). Segundo o relatório sobre as condições de trabalho, o estresse foi identificado como o segundo problema de saúde mais prevalente entre os colaboradores, afetando cerca de 28% da força de trabalho.

Gráfico 1. Nível de estresse dos participantes atualmente



Fonte: Elaborado pelas autoras (2023)

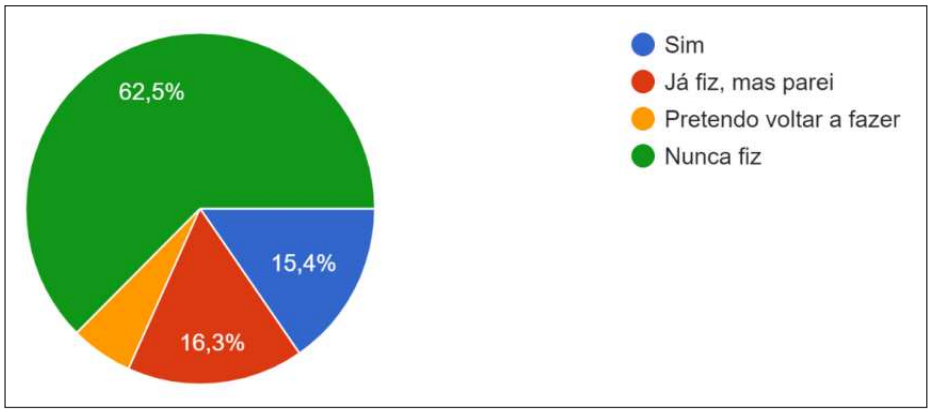
Conforme dados da Organização Mundial da Saúde (OMS, 2017), o Brasil figura entre os países com altos índices de ansiedade e depressão, com 9,3% da população sofrendo de ansiedade e outros 9,3% enfrentando a depressão. No entanto, é preocupante notar, como indicado no Gráfico 2, que apenas 15,4% dos afetados buscam tratamento terapêutico, enquanto a grande maioria, equivalente a 62,5%, nunca o procurou. Desta forma, destaca a necessidade de aumentar a conscientização sobre questões de saúde mental no Brasil e a importância de garantir que as pessoas afetadas tenham acesso aos recursos e tratamentos necessários para lidar com a ansiedade e a depressão.

Em 2013, cerca de 23 milhões de brasileiros sofreram transtornos psicológicos, com pelo menos 5 milhões de casos considerados moderados a graves, segundo um órgão ligado à

INTERFACE TECNOLÓGICA

ONU. No entanto, entre 75% e 85% dessas pessoas não receberam tratamento adequado (Walbert, 2013).

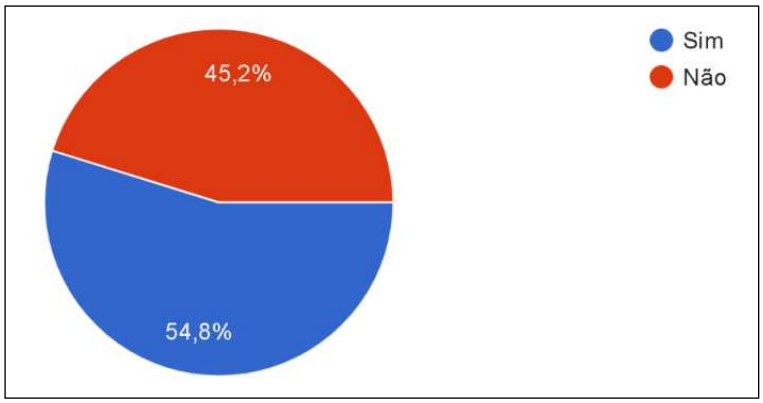
Gráfico 2. Já fez terapia?



Fonte: Elaborado pelas autoras (2023)

De acordo com os dados apresentados no Gráfico 3, é notável que 54,8% dos colaboradores manifestam sentir que suas jornadas de trabalho são extremamente exaustivas. Este resultado está alinhado com as observações de Jodas e Haddad (2009), que argumentam que o excesso de atividades laborais pode resultar em exaustão emocional, além de reduzir significativamente a eficiência do indivíduo, comprometendo sua energia e, consequentemente, afetando sua saúde e bem-estar.

Gráfico 3. Jornada de trabalho exaustiva



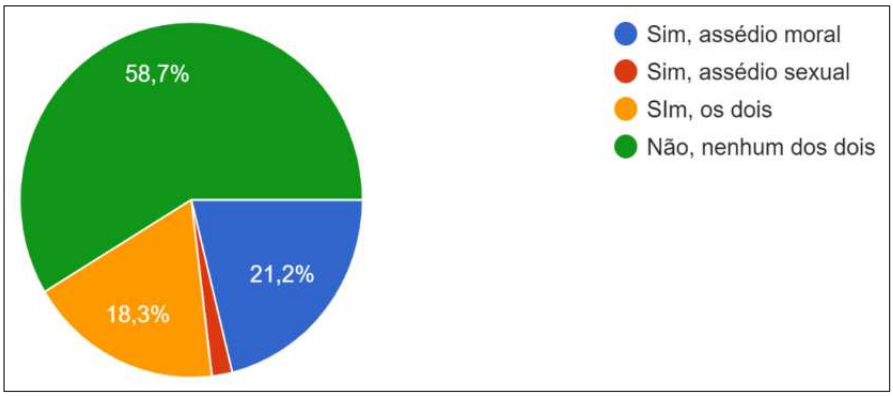
Fonte: Elaborado pelas autoras (2023)

Segundo Ferreira (2004), o assédio no ambiente de trabalho tem o potencial de minar a autoconfiança da vítima e desencadear a perda de interesse em suas responsabilidades laborais. Essa correlação se torna evidente ao analisarmos os dados do Gráfico 4, onde constatamos que

INTERFACE TECNOLÓGICA

21,2% dos participantes admitiram ter sido vítimas de assédio moral, enquanto 18,3% relataram ter enfrentado tanto o assédio moral quanto o assédio sexual. Esses números refletem impactos significativamente negativos. Dejours (1992) aprofunda essa reflexão, destacando que o ambiente de trabalho pode, em certas circunstâncias, ser a fonte do sofrimento psíquico dos indivíduos, nem sempre proporcionando crescimento profissional, independência ou reconhecimento, como idealizado.

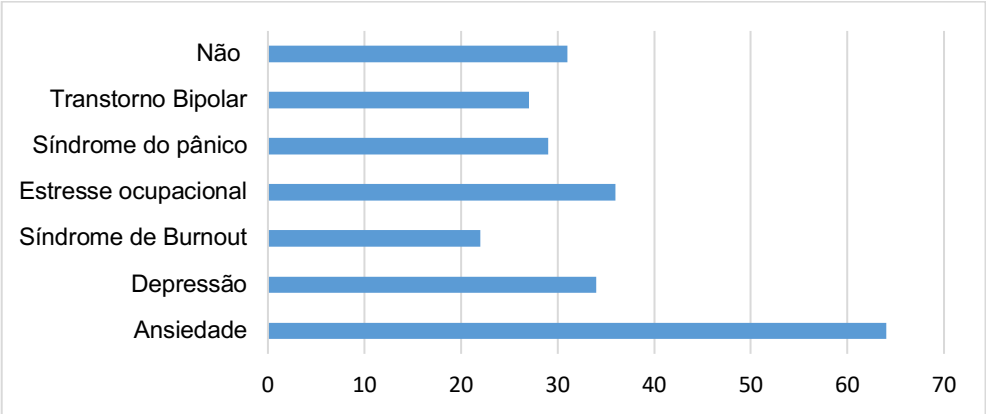
Gráfico 4. Já sofreu assédio moral ou sexual no ambiente de trabalho



Fonte: Elaborado pelas autoras (2023)

Conforme relatado pela Organização Pan-americana da Saúde (OPAS, 2022), houve um aumento significativo nos casos de ansiedade e depressão durante o ano de 2020, o primeiro ano da pandemia. Essas condições de saúde mental se tornaram uma parte cotidiana da vida dos trabalhadores, como indicado no Gráfico 5, onde a ansiedade lidera com 61,5%, seguida pelo estresse ocupacional com 34,6% e a depressão com 32,7% em terceiro lugar.

Gráfico 5. Doenças mentais manifestadas pelos participantes



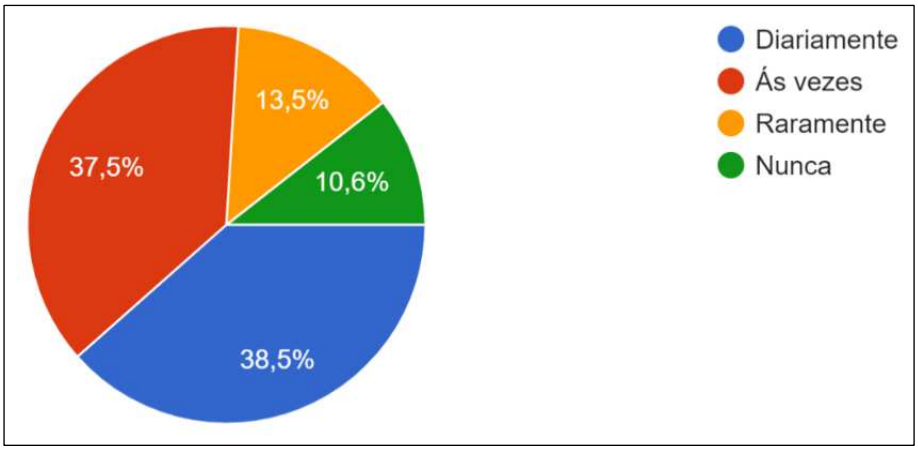
Fonte: Elaborado pelas autoras (2023)

INTERFACE TECNOLÓGICA

Além disso, o Gráfico 5 também revela a presença notável de outras doenças mentais, incluindo síndrome do pânico, transtorno bipolar e síndrome de Burnout. No entanto, é preocupante que, mesmo com a prevalência dessas doenças mentais entre os colaboradores, dados do Instituto Nacional do Seguro Social revelam que mais de 200 mil trabalhadores foram afastados de seus postos de trabalho em 2021 no Brasil, devido a transtornos psíquicos. Isso destaca a importância de abordar e apoiar a saúde mental no ambiente de trabalho de forma mais abrangente e eficaz (Farias, 2023).

Conforme apontado por Alonso (2014), a intensa concorrência no mercado de trabalho e as crescentes demandas frequentemente deixam os colaboradores em uma posição vulnerável, aumentando o risco de esgotamento profissional. Essa pressão pode ser observada no Gráfico 6, onde 38,5% dos participantes relatam experimentar sintomas de exaustão extrema e estresse, enquanto 37,5% enfrentam esses desafios ocasionalmente.

Gráfico 6. Sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento



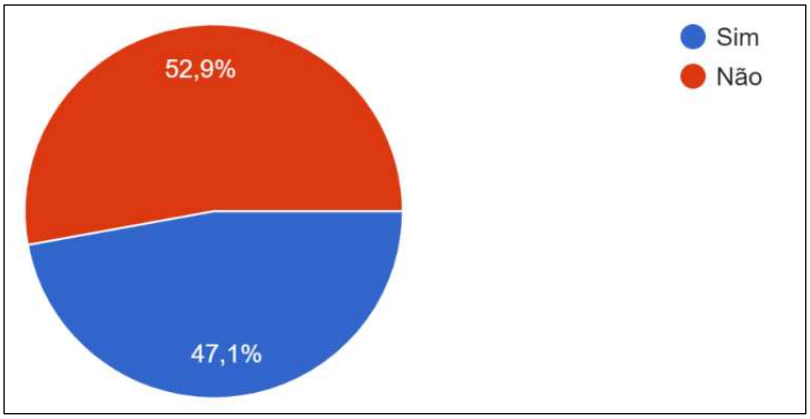
Fonte: Elaborado pelas autoras (2023)

Vale ressaltar que, como Inocente (2005) observou, o estresse pode se manifestar não apenas emocionalmente, mas também fisicamente, refletindo-se em sintomas como dores no pescoço, nas costas ou na coluna. Esses indicativos físicos são um lembrete importante de como o estresse pode impactar negativamente tanto a saúde mental quanto a física dos colaboradores, tornando essencial abordar e mitigar essa questão no ambiente de trabalho.

INTERFACE TECNOLÓGICA

De acordo com os dados apresentados no Gráfico 7, é evidente que 47,1% dos colaboradores enfrentam pressões diárias no ambiente de trabalho, caracterizadas por demandas excessivas e inatingíveis.

Gráfico 7. Sente pressão diária no ambiente de trabalho com cobranças



Fonte: Elaborado pelas autoras (2023)

Essa constatação ressalta a necessidade premente de abordar e gerenciar as condições de trabalho que contribuem para o estresse ocupacional, visando promover um ambiente mais saudável e produtivo para os colaboradores.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O ambiente de trabalho tem um impacto significativo na saúde mental dos indivíduos. Muitas pessoas passam a maior parte do seu tempo no trabalho, enfrentando desafios, pressões e demandas que podem afetar sua saúde emocional e psicológica. Compreender os fatores que contribuem para a saúde mental no ambiente de trabalho permite identificar os potenciais riscos e desenvolver estratégias para prevenção e intervenção. Quando os trabalhadores enfrentam problemas de saúde mental, como estresse excessivo, ansiedade, depressão ou esgotamento, sua capacidade de concentração, tomada de decisões e interações interpessoais pode ser prejudicada. Isso impacta negativamente não apenas o bem-estar dos indivíduos, mas também a eficiência e eficácia das organizações.

A saúde mental no trabalho está relacionada a questões éticas e de responsabilidade social. As empresas têm a responsabilidade de cuidar do bem-estar e da segurança de seus funcionários, o que inclui a saúde mental. Estudar e abordar esse tema de forma adequada contribui para a construção de um ambiente de trabalho mais humano, justo e sustentável.

Com base nos resultados apresentados, torna-se evidente que a saúde mental dos colaboradores desempenha um papel fundamental na busca por uma qualidade de vida satisfatória. É crucial reconhecer que essa saúde mental pode ser influenciada significativamente pelo ambiente de trabalho, incluindo as atividades desempenhadas, as pressões impostas e os níveis excessivos de estresse que podem sobrecarregar os colaboradores. Portanto, é imperativo que cada organização realize uma análise cuidadosa da distribuição de funções e das cargas horárias de seus funcionários, bem como da forma como esses funcionários percebem seu trabalho. Essa avaliação deve servir como ponto de partida para um replanejamento que envolva a participação ativa dos colaboradores, visando melhorar as condições laborais e abordar questões relacionadas às doenças mentais no ambiente corporativo.

Em última análise, a colaboração entre empregadores e funcionários é essencial para promover um ambiente de trabalho mais saudável e equilibrado, que beneficie a saúde mental de todos os envolvidos. Nesse sentido, as empresas podem adotar diretrizes práticas para promover melhorias na saúde mental dos colaboradores. Isso inclui a implementação de programas de apoio psicológico, visando preservar o bem-estar mental dos funcionários, além de oferecer flexibilidade de horários, promover atividades de bem-estar através de palestras motivacionais e proporcionar momentos relaxantes. Adicionalmente, para fortalecer o engajamento e promover o desenvolvimento do capital humano, é crucial que as organizações invistam na gestão do comportamento.

REFERÊNCIAS

ALONSO, F. G. **Síndrome de Burnout:** manual de medidas preventivas e identificativas para aplicação pelo engenheiro de segurança do trabalho. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Curitiba. (2014)

CHIAVENATO, Idalberto. **Gestão de pessoas:** e o novo papel dos recursos humanos nas organizações. 3. ed. Rio de Janeiro: Elsvier, 2010.

DEJOURS, C. A. **Loucura do trabalho**: estudo de psicopatologia do trabalho. São Paulo: Cortez, 1992.

DURAN, E. M.; COCCO, M. I. M. Capacidade para o trabalho entre trabalhadores de enfermagem do pronto-socorro de um hospital universitário. **Revista Latino-Americana de Enfermagem,** Ribeirão Preto, v.12, n.1, p. 43-9, 2004.

EASHWR. European Agency for Safety And Health At Work Research. **Factsheet 30** - Accessing information on stress at work from http://osha.eu.int/ew2002/. 2002.

FARIAS, E. **Alertas globais chamam a atenção para o papel do trabalho na saúde mental**. 2023. Disponível em: < https://www.epsjv.fiocruz.br/noticias/reportagem/alertas-globais-chamam-a-atencao-para-o-papel-do-trabalho-na-saude-mental>. Acesso em: 19 de setembro de 2023.

FERREIRA, H. D. B. **Assédio moral nas relações de trabalho.** São Paulo: Russell, 2004.

GERNET, I.; DEJOURS, C. Avaliação do trabalho e reconhecimento. In: P. F. Bendassolli & L. A. Soboll (Orgs.), **Clínicas do trabalho**. São Paulo: Atlas, 2011.

INOCENTE, N. J. **Síndrome de Burnout em professores universitários do Vale do Paraíba** Campinas, 202p. Tese (Doutorado) – Faculdade de Ciências Médicas, Universidade Estadual de Campinas. (2005).

JODAS, D. A.; HADDAD, M. C. L. Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem de um pronto socorro de hospital universitário. **Acta paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 22, n. 2, 192-197, 2009.

OMS. Organização Mundial da Saúde. **Depression and Other Common Mental Disorders,** Global Health Estimates, 2017.

OMS. Organização Mundial da Saúde. **World mental health report:** transforming mental health for all. Geneva: World Health Organization; 2022.

OPAS. Organização Pan-Americana da Saúde. **Estudo alerta para altos níveis de depressão e pensamentos suicidas em trabalhadores de saúde na América Latina durante a pandemia.** 2022. Disponível em: < https://www.paho.org/pt/noticias/13-1-2022-estudo-alerta-para-altos-niveis-depressao-e-pensamentos-suicidas-em>. Acesso em: 19 de setembro de 2023.

ROBINS, S. P. **Comportamento organizacional**. 12 ed. São Paulo, Pearson Prentice Hall, 2006.

RODRIGUES, A. C. S.; OLIVEIRA, N. R.; ARAUJO, C. O. O impacto do home office à saúde mental do funcionário no cenário da Pandemia Covid-19. **Revista Fronteiras Em Psicologia**, v. 4, n. 2, 39–49, 2022.

ROUQUAYROL, M. Z. **Epidemiologia e Saúde**. 4. ed. Rio de Janeiro: MEDSI, 1993.

SELIGMANN-SILVA, E. et al. O mundo contemporâneo do trabalho e a saúde mental do trabalhador. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 35, n. 122, p. 187–191, jul. 2010.

TST. Tribunal Superior do Trabalho. Notícias. **Saúde mental no trabalho:** a construção do trabalho seguro depende de todos nós. Disponível em: <https://www.tst.jus.br/-/sa%C3%BAde-mental-no-trabalho-a-constru%C3%A7%C3%A3o-do-trabalho-seguro%C2%A0depende-de-todos-n%C3%B3s>. Acesso em: 13 de junho de 2023.

WALBERT, Allan. **Saúde mental:** transtornos atingem cerca de 23 milhões de brasileiros. Portal EBC. 2013. Disponível em:<http://www.ebc.com.br/noticias/saude/2013/05/saude-

mental-em-numeros-cerca-de-23-milhoes-de-brasileiros-passam-por> Acesso em: 19 de setembro de 2023.