

## Transtornos mentais estão cada vez mais presentes no trabalho



**Raimundo Simão de Melo**  
Procurador Regional do Trabalho  
aposentado

Os transtornos mentais estão cada vez mais presentes no mundo do trabalho

nos tempos atuais, os quais são provocados, como atestam médicos e psicólogos, pelo assédio moral e sexual, pelas jornadas exaustivas, exigência de metas abusivas, eventos traumáticos, perseguições aos trabalhadores por chefes despreparados e isolamento dos trabalhadores, entre outras formas engendradas com o objetivo de obtenção de mais lucro.

O meio ambiente do trabalho adequado é uma forma de prevenir a saúde mental do trabalhador. É preciso que se busque um meio ambiente do trabalho psicologicamente hígido a partir da relação entre os riscos psicossociais laborais e os transtornos mentais ocupacionais, cujo tema é de extrema atualidade e importância no campo das relações de trabalho, especialmente no momento em que vive o Brasil, diante de verdadeira epidemia de doenças ocupacionais, com destaque para o aumento das doenças mentais que atingem os trabalhadores.

Evitar transtornos mentais relacionados ao trabalho é desafio a ser enfrentado nas novas formas de organização do trabalho não apenas para garantir o direito dos trabalhadores à saúde, mas também como forma de diminuir os custos do trabalho e da Previdência Social, pois, no final das contas, trata-se de questão de ordem pública e de relevante interesse social.

Nesse sentido houve [importante discussão](#) do tema no 4º Seminário sobre Trabalho Seguro, realizado pelo TRT da 18ª Região em 23/9/2016, em cuja oportunidade disse a psicanalista Kátia Macêdo (doutora em Psicologia) que a intensa competitividade e o uso expressivo de novas tecnologias, além da cobrança de metas cada vez mais difíceis de serem alcançadas, acabam se tornando fatores de risco para o surgimento das doenças mentais.



Além disso, o uso da tecnologia acaba destruindo as barreiras entre trabalho e vida pessoal, o que torna o trabalhador constantemente conectado ao trabalho. Ela citou estatística do INSS de 2013, que aponta o transtorno mental como a terceira causa de afastamento do trabalho por mais de 15 dias.

A autonomia, a liberdade e o reconhecimento do trabalho são as grandes fontes de prazer para o ser humano, que permitem a descarga psíquica, a qual protege a pessoa do estresse, da fadiga e do adoecimento, mas, pelas novas formas de trabalho, onde o que se vê é desemprego, trabalho precário (intermitente, contratação a prazo, por tempo parcial, terceirização etc.), o prazer pelo trabalho anda cada vez mais distante e, em seu lugar, entram a depressão, a humilhação, o isolamento e o sofrimento das pessoas que, por isso, adoecem.

Ela discorreu sobre as estratégias que o trabalhador utiliza para se livrar do sofrimento. Uma delas é a aceleração do trabalho, quando a pessoa pensa que fazendo sua atividade mais rápido não vai ter tempo para pensar. O problema, segundo Katia Macêdo, é que a pessoa continua acelerada fora do trabalho. Outra estratégia seria a negação do sofrimento e a tendência a correr riscos desnecessários, causando acidentes. E a última seria o isolamento do profissional. O resultado de tudo isso são as patologias de sobrecarga, pós-traumáticas, a depressão e o suicídio.

Em razão dessa situação, disse a psicanalista Kátia Macêdo que, segundo estatísticas, 115 trabalhadores sofrem um acidente laboral a cada 15 segundos pelo sofrimento no trabalho. E ela apontou a proposta da clínica psicodinâmica do trabalho: sentar e conversar com os colegas sobre o sofrimento vivenciado pelo trabalhador.

Pela medicina falou a psiquiatra Maria Amélia Dias Pereira (doutora em Ciências da Saúde), para quem a investigação diagnóstica em saúde mental do trabalhador é a diferença entre o prescrito e o real no trabalho, que pode trazer o sofrimento. É o que a pessoa faz disso, das exigências físicas, mentais e psicoafetivas. Ela mencionou os sintomas mais frequentes dos transtornos mentais que atingem os trabalhadores, que podem ser fadiga, tensão muscular e distúrbios do sono e irritabilidade. Entre os transtornos mentais mais comuns dos trabalhadores estão a demência, o delírium, o transtorno cognitivo leve, o transtorno orgânico de personalidade, o alcoolismo crônico, o episódio depressivo, o transtorno de estresse pós-traumático, a síndrome da fadiga, a neurose profissional, a síndrome do esgotamento profissional (*burnout*) e o suicídio.

Para a psicanalista Kátia Macêdo, são as pessoas mais idealistas que mais desenvolvem transtornos mentais, porque nem sempre a realidade possibilita a realização de seus sonhos. Na tentativa de fazer sempre melhor, elas levam o trabalho para casa, vão sentindo exaustão emocional e acabam estafadas.

Outro fenômeno importante no campo das doenças mentais é o suicídio, que mata uma pessoa a cada três segundos no mundo, sendo que o Brasil ocupa o 8º lugar em números absolutos de suicídios e a 113ª posição na média mundial, considerada sua população, embora, segundo a palestrante, haja subnotificação dos casos. Em 2012, por exemplo, 11.821 pessoas se suicidaram no país.



As estratégias de prevenção de doenças mentais relacionadas ao trabalho incluem atividades física e mentais, como meditação, psicoterapia e medicamentos, quando indicados. No último caso, a prescrição médica vai depender da intensidade, duração e ocasião do sofrimento mental.

A verdade é que os ambientes de trabalho não andam bem e as pessoas estão cada vez mais doentes física e psicologicamente, cabendo às empresas e ao Estado adotarem medidas de prevenção e de precaução, uma vez que os prejuízos decorrentes desse adoecimento atingem os trabalhadores, seus familiares, as empresas e a já combalida Previdência Social.