


# SAÚDE MENTAL NO AMBIENTE DE TRABALHO

**Autor(res)**

Olyver Tavares De Lemos Santos
Lorena Pereira Mendes
Gislaine Lilian Dos Santos

**Categoria do Trabalho**

Pesquisa

**Instituição**

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA

**Introdução**

Nos últimos anos, a saúde mental passou a ser um tema cada vez mais relevante no ambiente corporativo. A rotina intensa, as metas exigentes e a pressão constante impactam diretamente o bem-estar dos trabalhadores, podendo causar estresse, ansiedade e outros transtornos. Diante disso, cresce a necessidade de que empresas, tanto públicas quanto privadas, ofereçam apoio emocional adequado aos seus colaboradores. Este artigo tem como objetivo analisar como essas organizações têm lidado com a saúde mental no trabalho. Para isso, foi realizada uma pesquisa de campo com funcionários de diferentes setores, buscando identificar a existência de políticas, programas de apoio psicológico e ações voltadas ao bem-estar. Os resultados indicam que empresas privadas têm se mostrado mais ativas nessa área. A discussão reforça a importância de ambientes saudáveis para a qualidade de vida e o desempenho profissional.

**Objetivo**

Analisar como empresas públicas e privadas lidam com a saúde mental de seus funcionários, verificando se oferecem apoio psicológico e quais ações são realizadas nesse sentido.

**Material e Métodos**

Material:
Funcionários de diferentes setores, com maior número de participantes atuando em empresas privadas. Os dados foram obtidos por meio de uma pesquisa de campo, focando nas percepções e experiências dos colaboradores em relação ao apoio psicológico recebido no ambiente de trabalho.
Métodos:
Foi realizada uma pesquisa de campo com aplicação de questionários para trabalhadores de empresas públicas e privadas. A análise dos resultados considerou aspectos como a existência de políticas formais de saúde mental, canais de denúncia, apoio psicológico oferecido e o nível de confiança dos funcionários para relatar problemas emocionais.

**Resultados e Discussão**

A pesquisa de campo realizada com trabalhadores de diferentes setores, com predominância de participantes




atuantes em empresas privadas, revelou dados significativos sobre a percepção dos colaboradores quanto à saúde mental no ambiente corporativo. Os resultados indicam que 47,5% dos entrevistados se declararam satisfeitos com a empresa onde trabalham, enquanto 28% expressaram insatisfação e 24,5% se mostraram indiferentes. Esses números revelam certo equilíbrio nas percepções, apesar da ausência de ações estruturadas voltadas ao cuidado emocional.

Um dado relevante é que grande parte dos participantes afirmou que suas empresas não possuem políticas formais voltadas à saúde mental, tampouco oferecem acompanhamento psicológico interno. A ausência dessas ações revela uma lacuna preocupante, considerando o crescente impacto de transtornos emocionais no desempenho e bem-estar dos trabalhadores.Além disso, a pesquisa apontou que a maioria dos colaboradores não se sente segura para relatar problemas emocionais diretamente à liderança. Mesmo entre os que afirmaram que suas empresas disponibilizam canais de denúncia e acolhimento, muitos relataram que esses canais não são utilizados na prática, seja por desconhecimento, falta de confiança ou ineficácia no atendimento.

Esses achados revelam que, embora existam iniciativas pontuais em algumas organizações, ainda há um longo caminho a ser percorrido para a construção de um ambiente verdadeiramente acolhedor e preparado para lidar com questões de saúde mental. Apenas a existência de ferramentas institucionais, como canais de escuta ou programas esporádicos, não garante sua efetividade. É necessário que essas ações estejam integradas a uma cultura organizacional que valorize o diálogo, o acolhimento e o suporte contínuo ao colaborador.Apesar das deficiências identificadas, a maioria dos participantes afirmou que recomendaria sua empresa, o que pode ser explicado por fatores como salário, estabilidade ou relações interpesso

## Conclusão

Com base nos dados da pesquisa, percebe-se que a saúde mental ainda não recebe a atenção necessária dentro das empresas. A maioria dos participantes afirmou que suas organizações não possuem políticas formais sobre o tema, e muitos não se sentem seguros para relatar problemas emocionais aos seus líderes. Mesmo com algumas iniciativas, como canais de denúncia, muitos funcionários não confiam ou não utilizam esses recursos. Ainda assim, a maior parte dos entrevistados recomendaria sua empresa, mostrando que existem pontos positivos no ambiente de trabalho. Dessa forma, conclui-se que é preciso avançar nas ações voltadas ao cuidado emocional dos trabalhadores, promovendo um ambiente mais acolhedor e preparado para lidar com a saúde mental.

## Referências

Organização Mundial da Saúde (OMS). Saúde mental no trabalho: informações e orientações. Genebra, 2022. A publicação fornece diretrizes sobre como lidar com questões de saúde mental no ambiente de trabalho. Disponível em: https://www.who.int/. Acesso em: 01 maio 2025.