

SAÚDE MENTAL NO AMBIENTE CORPORATIVO E O PAPEL DO RECURSOS HUMANOS

Autor(res)

Luiz Henrique Alves Dos Santos
Murilo Henrique Dias Nogueira Coutinho

Categoria do Trabalho

Pesquisa

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA

Introdução

A crescente cobrança por produtividade e resultados intensificou os impactos na saúde mental dos trabalhadores. Problemas como estresse, ansiedade e depressão tornaram-se frequentes no ambiente corporativo, gerando a necessidade urgente de ações preventivas. Nesse contexto, o setor de Recursos Humanos surge como protagonista na implementação de políticas de acolhimento, programas de saúde e estratégias de promoção de qualidade de vida no trabalho. O RH desempenha um papel essencial nesse processo, organizando não apenas processos, mas cuidando de pessoas, com ações como apoio psicológico, escuta ativa e incentivo ao equilíbrio entre vida pessoal e profissional. Este estudo tem como objetivo analisar práticas de promoção da saúde mental no ambiente corporativo, a partir de uma revisão bibliográfica recente. Com base em revisão de literatura recente, este estudo busca refletir sobre os desafios e avanços nesse campo.

Objetivo

Analisar o papel do setor de Recursos Humanos na promoção da saúde mental dos colaboradores no ambiente corporativo.

Material e Métodos

Este trabalho foi desenvolvido por meio de uma revisão bibliográfica realizada entre 2018 e 2024, utilizando fontes acadêmicas, artigos científicos e publicações especializadas nas áreas de gestão de pessoas e saúde mental. As pesquisas foram feitas em bases como Scielo, Google Acadêmico e revistas da área de Recursos Humanos. O foco esteve em identificar práticas adotadas por empresas para promover o bem-estar emocional no ambiente corporativo, além de analisar o papel estratégico do RH nesse contexto. Foram selecionados materiais que abordam programas de apoio psicológico, cultura organizacional saudável e ações de prevenção ao adoecimento mental. O objetivo foi construir uma visão crítica e sensível sobre como a saúde mental pode ser fortalecida no dia a dia das organizações.

Resultados e Discussão

A pesquisa revelou que empresas que investem em programas de saúde mental percebem melhorias claras no ambiente de trabalho: maior engajamento, redução do absenteísmo e fortalecimento do espírito de equipe. O RH,



ao promover ações como apoio psicológico, flexibilização de horários e campanhas internas de conscientização, se torna um agente de transformação. No entanto, ainda existem desafios importantes, como o preconceito em torno das doenças mentais e a resistência a mudanças culturais. A saúde emocional precisa ser entendida como parte essencial da estratégia organizacional, e não apenas como uma ação isolada.

Conclusão

Cuidar da saúde mental no ambiente corporativo é reconhecer que pessoas felizes e equilibradas constroem organizações mais fortes e humanas. O RH, ao adotar práticas de acolhimento, escuta ativa e prevenção, cumpre um papel essencial nessa transformação. Investir em saúde emocional não é apenas um ato de responsabilidade social, mas uma estratégia inteligente para promover ambientes mais leves, produtivos e sustentáveis. Empresas que valorizam o bem-estar de seus colaboradores constroem um futuro mais justo e próspero para todos.

Referências

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSIQUIATRIA. Saúde Mental no Trabalho: Estratégias e Recomendações. Brasília: ABP, 2021.

GASPARINI, Sílvia Maria. Saúde Mental e Trabalho: Um estudo sobre práticas organizacionais. São Paulo: Editora Atlas, 2020.

MELO, Fernanda Ribeiro de; NASCIMENTO, Ricardo Tavares. O papel do RH na promoção da saúde mental no trabalho. Revista Brasileira de Gestão e Saúde, v. 13, n. 3, p. 221-234, 2022.