

QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO: ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA PARA SAÚDE MENTAL ODS 3

Camila Almeida Pasquali (Universidade de Taubaté)
Camila Soares Aronne (Universidade de Taubaté)
Marcella Reis Rodrigues da Silva (Universidade de Taubaté)
Maria Clara Fonseca Ferreira Alves (Universidade de Taubaté)
Mayumi Narisawa dos Santos (Universidade de Taubaté)
Glauce Gonzaga Silva (Universidade de Taubaté)

A saúde mental na sociedade representa um desafio importante e crescente para os trabalhadores da atualidade, uma vez que as altas demandas, a pressão por produtividade e resultados, além do estresse constante, impactam diretamente a qualidade de vida e o bem-estar físico e emocional desses profissionais. Este estudo teve como objetivo principal relacionar as condições de trabalho com as concepções de trabalhadores de diversas áreas sobre o bem-estar mental. Os dados foram obtidos por meio da revisão de artigos científicos atualizados sobre a saúde do trabalhador, com foco em profissionais da saúde (fisioterapeutas e enfermeiros) e trabalhadores de granjas avícolas, setores com características laborais distintas, mas igualmente exigentes. Nos estudos com profissionais da saúde, realizaram-se avaliações dos membros inferiores e superiores para análise de dor e compreensão dos impactos desses desconfortos na saúde mental. Já para os trabalhadores avícolas, aplicaram-se questionários sobre dores musculares e instrumentos específicos de avaliação da saúde mental. Em ambos os grupos profissionais, identificaram-se distúrbios musculoesqueléticos relacionados ao trabalho, os quais comprometem significativamente a saúde física e mental, uma vez que o ambiente laboral se mostrou desfavorável e estressante. Observou-se que fisioterapeutas relataram dores nos membros superiores, enfermeiros apresentaram queixas lombares, e os trabalhadores avícolas, além de dores semelhantes, manifestaram significativa fadiga. Conclui-se que trabalhadores submetidos a elevadas exigências físicas desenvolvem disfunções musculoesqueléticas que impactam negativamente a saúde mental, devido à exaustão provocada pelas intensas condições laborais enfrentadas diariamente.

Palavras-chave: Saúde mental; Condições de trabalho; Estresse ocupacional; Distúrbios musculoesqueléticos.