

TRANSTORNOS MENTAIS E ANSIEDADE: UM OLHAR INTERDISCIPLINAR NA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DO TRABALHADOR

Izabele Ferreira dos Santos (e-mail: isabellysantanaa@hotmail.com) – Discente do Curso de Farmácia do Centro Universitário (UNINTA), Sobral-Ce. Matheus Brito de Oliveira (e-mail: matheus_oliveira37@hotmail.com) – Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário (UNINTA), Sobral-Ce. Rafaela dos Santos Torres (e-mail: rs1409135@gmail.com) – Discente do Curso de Farmácia do Centro Universitário (UNINTA), Sobral-Ce.

INTRODUÇÃO: A ansiedade é reconhecida como um dos transtornos mentais mais prevalentes e preocupantes da atualidade, com impactos profundos na saúde pública e nas relações de trabalho. De acordo com dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), o Brasil apresenta a maior taxa de transtornos de ansiedade do mundo, atingindo cerca de 9,3% da população. Esse panorama reflete mudanças sociais, econômicas e culturais que têm intensificado a competitividade, a insegurança profissional, a instabilidade financeira e a sobrecarga de tarefas, gerando um contexto de vulnerabilidade emocional entre os trabalhadores. No ambiente laboral, a ansiedade se manifesta de diversas formas, incluindo irritabilidade, insônia, dificuldade de concentração, taquicardia e fadiga persistente. Quando não reconhecidos e tratados precocemente, esses sintomas podem evoluir para quadros graves, como depressão e síndrome do pânico, comprometendo a produtividade, o relacionamento interpessoal e a qualidade de vida. Além do sofrimento individual, há consequências coletivas, como afastamentos recorrentes, queda de rendimento e aumento de custos para as empresas e para o sistema público de saúde. Dados recentes de Rodrigues et al. (2024) apontam que os transtornos mentais relacionados ao trabalho já representam a segunda principal causa de doenças ocupacionais no Brasil, com 13.464 notificações registradas entre 2018 e 2023, apresentando um crescimento de 165% no período. Esses números refletem a urgência de discutir a saúde mental no trabalho sob uma perspectiva interdisciplinar, integrando diferentes áreas como a enfermagem, a psicologia e a farmácia, a fim de promover ações educativas, preventivas e de cuidado integral ao trabalhador. **OBJETIVOS:** Este estudo tem como principal objetivo analisar a relação entre os transtornos de ansiedade e o ambiente laboral, destacando as implicações sociais e econômicas decorrentes do adoecimento psíquico. Busca-se ainda evidenciar a importância da atuação interdisciplinar na promoção da saúde mental, com ênfase em práticas de educação em saúde, acolhimento e conscientização sobre o autocuidado. De forma específica, pretende-se: identificar os principais fatores laborais associados ao surgimento da ansiedade; apontar os impactos da ansiedade na produtividade e no bem-estar do trabalhador; e refletir sobre o papel dos profissionais de saúde, especialmente da enfermagem e da farmácia, na construção de estratégias preventivas e humanizadas de cuidado. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma pesquisa de caráter descritivo e qualitativo, baseada em revisão bibliográfica de publicações científicas que abordam a relação entre ansiedade e trabalho. Foram consultados artigos de periódicos nacionais disponíveis em bases de dados acadêmicas, priorizando estudos publicados entre 2018 e 2024, considerados relevantes para compreender a magnitude do problema. Entre as fontes analisadas, destacam-se uma revisão integrativa publicada na Revista Brasileira de Saúde Ocupacional (2019) e o estudo de Rodrigues et al. (2024), que apresentou um panorama atual dos transtornos mentais relacionados ao trabalho no Brasil, com enfoque nos dados epidemiológicos do período de 2018 a 2023. Esses estudos serviram como base para discutir a prevalência, os fatores de risco e as estratégias de enfrentamento voltadas à promoção da saúde mental dos trabalhadores brasileiros. **RESULTADOS:** Os dados apontam que os transtornos de ansiedade têm se tornado uma das principais causas de afastamento do trabalho no Brasil. Na pesquisa realizada no Piauí, observou-se que 31,2% dos casos correspondiam ao

transtorno misto ansioso e depressivo, seguido por outros transtornos ansiosos (20,6%), ansiedade generalizada (14,1%) e transtorno do pânico (11,6%). A maior parte dos afastamentos ocorreu entre mulheres de 30 a 45 anos, com renda de até dois salários mínimos, o que revela um grupo mais vulnerável às pressões laborais e à falta de suporte psicológico. Resultados semelhantes foram observados no estudo de Rodrigues et al. (2024), em que as mulheres representaram 68,06% dos casos notificados de transtornos mentais relacionados ao trabalho, com maior prevalência na faixa etária de 35 a 44 anos. A região Sudeste apresentou 44,7% do total de notificações, revelando a influência de fatores socioeconômicos e da alta demanda de produtividade. Além disso, o estudo mostrou que indivíduos com ensino superior completo foram os mais afetados, representando 32,58% dos casos, possivelmente pela maior carga de responsabilidade e competitividade profissional. **DISCUSSÃO:** Os achados demonstram que o sofrimento psíquico relacionado ao trabalho é uma realidade crescente, alimentada por modelos de produção cada vez mais exigentes e desumanizados. O aumento expressivo de notificações nos últimos anos indica uma maior conscientização sobre o problema, mas também reflete a intensificação do estresse ocupacional e a falta de suporte emocional adequado. A ansiedade, quando não tratada, compromete não apenas o desempenho profissional, mas também o equilíbrio emocional e a convivência social. Nesse contexto, a atuação interdisciplinar torna-se fundamental. Profissionais de enfermagem têm papel essencial no acolhimento e na escuta ativa, contribuindo para a identificação precoce de sintomas e para o encaminhamento adequado. Já o farmacêutico exerce função educativa ao orientar sobre o uso racional de medicamentos ansiolíticos e antidepressivos, prevenindo a automedicação e seus riscos. A educação em saúde emerge como estratégia poderosa, pois promove a conscientização sobre os sinais da ansiedade, estimula o autocuidado e desmistifica o tratamento dos transtornos mentais. Programas educativos em ambientes de trabalho podem incluir rodas de conversa, palestras, oficinas e materiais informativos que incentivem o diálogo e a busca por ajuda profissional. Além disso, é necessário repensar as condições de trabalho e adotar práticas que favoreçam o equilíbrio entre produtividade e bem-estar. Ambientes saudáveis, com escuta ativa, valorização e apoio psicológico, são fundamentais para reduzir o estresse e fortalecer o vínculo entre empregadores e empregados. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que os transtornos de ansiedade representam um dos principais desafios da saúde do trabalhador na atualidade. A promoção da saúde mental requer uma abordagem interdisciplinar que una conhecimento técnico, empatia e políticas públicas eficazes. Investir em ações preventivas e educativas é fundamental para reduzir afastamentos, melhorar a qualidade de vida e fomentar ambientes laborais mais saudáveis e humanizados. O cuidado com a mente deve ser compreendido como parte essencial do cuidado integral, reconhecendo o trabalhador como um ser biológico, psicológico e social. Assim, promover a saúde mental no trabalho é promover dignidade, cidadania e qualidade de vida, contribuindo para uma sociedade mais equilibrada e consciente de seu papel coletivo.

Palavras-chave: Ansiedade; Saúde Mental; Trabalho.

REFERÊNCIAS

GOMES, Maria Cristina de Souza et al. **Transtornos de ansiedade como causa de afastamentos laborais: revisão integrativa da literatura.** *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, São Paulo, v. 44, e19, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2317-6369000016818>

SILVA, Kátia de Fátima Gomes da; SANTOS, Ednaldo da Silva; MOURA, Luciana dos Santos. **Prevalência dos transtornos de ansiedade como causa de afastamento de trabalhadores.** *Revista Brasileira de Enfermagem*, Brasília, v. 71, supl. 5, p. 2313–2320, 2018. Disponível em: [https://doi.org/10.1590/0034-7167-](https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0602)

2017-0602

RODRIGUES, Gabriela Stocco et al. **Transtornos mentais relacionados ao trabalho: um panorama atual no Brasil.** *Lumen et Virtus*, São José dos Pinhais, v. XV, n. XXXVIII, p. 783-790, 2024. DOI: <https://doi.org/10.56238/levv15n38-050>