

SAÚDE MENTAL NA INDÚSTRIA DA CONSTRUÇÃO CIVIL: UM DESAFIO A SER ENFRENTADO

¹ Nelzo Ronaldo de Paula Cabral Marques Junior.

² Daniela Jéssica Bezerra Sales.

³ Thomaz Décio Abdalla Siqueira.

RESUMO

A indústria da construção civil apresenta um ambiente de trabalho caracterizado por alta exigência física, prazos rigorosos e condições laborais adversas, fatores que impactam diretamente a saúde mental dos trabalhadores. O estresse, a ansiedade e a depressão são problemas recorrentes nesse setor, agravados por jornadas exaustivas, insegurança no emprego e exposição a riscos ocupacionais. Além disso, a cultura organizacional muitas vezes negligencia a importância do bem-estar psicológico, dificultando a busca por apoio e tratamento adequado. Diante desse cenário, torna-se essencial a implementação de estratégias para promover a saúde mental, como políticas de prevenção, suporte psicológico, treinamentos sobre gestão emocional e melhorias nas condições de trabalho. A conscientização sobre o tema e a valorização dos trabalhadores são medidas fundamentais para reduzir os impactos negativos e garantir um ambiente mais seguro e saudável. A conscientização sobre a saúde mental no trabalho é um passo essencial para transformar a cultura organizacional e criar um ambiente mais seguro e saudável para os trabalhadores. Muitas vezes, os transtornos psicológicos, como estresse, ansiedade e depressão, são subestimados ou até mesmo ignorados

¹ Graduado do Curso de Bacharelado em Promoção de Saúde e Lazer da UFAM – Universidade Federal do Amazonas. Técnico de Segurança do Trabalho na Empresa Potenza Engenharia e Construções. Membro Egresso da CPA – Comissão Própria de Avaliação/ UFAM. *E-mail:* mrmrquesjr@gmail.com

² Acadêmica do 9.º período do Curso de Enfermagem da FAMETRO – Faculdade Metropolitana de Manaus. *E-mail* para contato: danielajessicasales2016@gmail.com

³ Pós-doutor em Psicologia Social e do Trabalho, Faculdade de Educação Física e Fisioterapia – FEFF – Universidade Federal do Amazonas – UFAM. Doutor em Psicologia Social e do Trabalho (USP/SP), Mestre em Psicologia Social (USP/SP), Especialista em Adolescência (Faculdade de Medicina USP/SP). Especialista em Produção de Material em EaD (UFAM/AM), Especialista em Psicopatologia (Saúde Mental – Okayama University – *Faculty of Letters* – Japan revalidado de UFRJ).

E-mail: thomazabdalla@ufam.edu.br

no contexto profissional, o que pode levar ao agravamento dos sintomas e à redução da qualidade de vida dos funcionários. Por isso, é fundamental que empresas e gestores adotem iniciativas para promover a informação e o diálogo aberto sobre o tema. Campanhas de conscientização, palestras e treinamentos sobre saúde mental podem ajudar a desmistificar preconceitos e incentivar os trabalhadores a buscarem ajuda sem receio de julgamentos. Além disso, a implementação de programas de apoio psicológico, como atendimento especializado e espaços para escuta ativa, contribui significativamente para o bem-estar dos colaboradores. A valorização dos trabalhadores também desempenha um papel crucial na promoção da saúde mental. O reconhecimento do esforço e das conquistas individuais, a criação de um ambiente de trabalho respeitoso e acolhedor e a oferta de benefícios que incentivem o equilíbrio entre vida profissional e pessoal são medidas essenciais para manter a motivação e a satisfação no trabalho. Empresas que investem na conscientização sobre saúde mental e na valorização de seus funcionários não apenas melhoram a qualidade de vida no ambiente de trabalho, mas também observam ganhos significativos em produtividade, engajamento e retenção de talentos. Dessa forma, criar um espaço onde os trabalhadores se sintam apoiados e respeitados é um investimento que beneficia tanto os indivíduos quanto a organização como um todo.

Palavras-chave: Saúde Mental na Indústria; Conscientização da Saúde Mental; Cultura Organizacional; Valorização do Trabalhador.

ABSTRACT

The construction industry presents a work environment characterized by high physical demands, strict deadlines and adverse working conditions, factors that directly impact the mental health of workers. Stress, anxiety and depression are recurring problems in this sector, worsened by exhausting working hours, job insecurity and exposure to occupational risks. Furthermore, organizational culture often neglects the importance of psychological well-being, making it difficult to seek adequate support and treatment. Given this scenario, it is essential to implement strategies to promote mental health, such as prevention policies, psychological support, training on emotional management and improvements in working conditions. Raising awareness on the topic and valuing workers are fundamental measures to reduce negative impacts and ensure a safer and healthier environment. Raising awareness about mental health at work is an essential step towards transforming organizational culture and creating a safer and healthier environment for workers. Psychological disorders, such as stress, anxiety and depression, are often underestimated or even ignored in the professional context, which can lead to a worsening of symptoms and a reduction in employees' quality of life. Therefore, it is essential that companies and managers adopt initiatives to promote information and open dialogue on the topic. Awareness campaigns, lectures and training on mental health can help demystify prejudices and encourage workers to seek help without fear of judgement. Furthermore, the implementation of psychological support programs, such as

specialized care and spaces for active listening, contributes significantly to the well-being of employees. Valuing workers also plays a crucial role in promoting mental health. Recognizing individual effort and achievements, creating a respectful and welcoming work environment and offering benefits that encourage work-life balance are essential measures to maintain motivation and satisfaction at work. Companies that invest in raising awareness about mental health and valuing their employees not only improve the quality of life in the workplace, but also see significant gains in productivity, engagement and talent retention. Therefore, creating a space where workers feel supported and respected is an investment that benefits both individuals and the organization as a whole.

Keywords: Mental Health in Industry; Mental Health Awareness; Organizational Culture; Worker Valuation.

INTRODUÇÃO

A indústria da construção civil é uma das mais importantes e dinâmicas do mundo, responsável por erguer edifícios, infraestruturas e habitações que moldam o nosso ambiente e influenciam a nossa qualidade de vida. No entanto, por trás da grandiosidade desses projetos, há uma realidade muitas vezes esquecida: a saúde mental dos trabalhadores da construção civil.

Em relação a subjetividade do indivíduo e na sua respectiva compreensão, uma vez que esta não se preocupa em detectar as doenças mentais do trabalho, mas sim um sentido para a relação entre o Homem e o Trabalho, além das estratégias defensivas utilizadas como procedimento regulatório do sofrimento vivenciado no trabalho (OLIVEIRA e MENDES, 2009).

A indústria da construção civil no Brasil desempenha um papel fundamental na economia, sendo responsável por uma parcela significativa da geração de empregos e do desenvolvimento urbano. No entanto, esse setor também é caracterizado por desafios intensos, como jornadas exaustivas, instabilidade no emprego, exposição a riscos físicos e pressão por prazos rigorosos. Esses fatores impactam diretamente a saúde mental dos trabalhadores, tornando o estresse, a ansiedade e a depressão problemas recorrentes no cotidiano da construção civil.

Apesar da relevância desse tema, a saúde mental ainda é pouco debatida dentro do setor, muitas vezes sendo negligenciada tanto pelos empregadores

quanto pelos próprios trabalhadores. A falta de políticas eficazes de prevenção e suporte psicológico contribui para um ambiente de trabalho desgastante, aumentando o risco de acidentes e reduzindo a produtividade. Diante desse cenário, torna-se essencial compreender a relação entre a indústria da construção civil e a saúde mental de seus profissionais, destacando a necessidade de medidas para promover um ambiente mais seguro, equilibrado e humanizado.

A saúde dos trabalhadores da construção civil é um tema de grande relevância, considerando que esse setor envolve atividades laborais de alto risco e condições muitas vezes adversas. Os profissionais desse ramo estão expostos a diversos fatores que impactam sua saúde física e mental, como esforço excessivo, exposição a agentes químicos e físicos, riscos de acidentes e a pressão por prazos apertados.

De acordo com Minardi (2010, p. 2), a saúde mental é o bem-estar da saúde psíquica, que corresponde à saúde da mente, assim considerada a parte do cérebro ligada aos processos psicológicos superiores, chamados de cognição, como o intelecto, o pensamento, o entendimento, a concepção e a imaginação.

No aspecto físico, as principais preocupações incluem doenças musculoesqueléticas, problemas respiratórios devido à inalação de poeira e substâncias tóxicas, além do risco constante de quedas, cortes e outros acidentes graves. O uso inadequado de equipamentos de proteção individual (EPIs) e a falta de treinamentos de segurança agravam ainda mais essas condições, tornando os trabalhadores mais vulneráveis a lesões.

Já a saúde mental também é um ponto crítico nesse setor. A instabilidade no emprego, as jornadas exaustivas e a alta exigência física e psicológica contribuem para o desenvolvimento de transtornos como estresse, ansiedade e depressão. A cultura do setor muitas vezes desencoraja a busca por apoio emocional, tornando o problema ainda mais difícil de ser enfrentado.

Para garantir melhores condições de saúde aos trabalhadores da construção civil, é essencial que as empresas implementem políticas de segurança e bem-estar, incluindo treinamentos regulares, fornecimento adequado de EPIs, acompanhamento médico periódico e suporte psicológico. Além disso, medidas como a melhoria das condições de trabalho, a valorização dos profissionais e a criação de um ambiente mais humanizado são fundamentais para reduzir os impactos negativos e promover a qualidade de vida no setor.

Para Oliveira, S. G. (2011, p. 73): “o homem não busca apenas a saúde no sentido estrito, anseia por qualidade de vida; como profissional não deseja só condições higiênicas para desempenhar sua atividade, pretende qualidade de vida no trabalho”. Neste aspecto, assinala Silva, J. A. (1997, p. 54) que o objeto de tutela jurídica do direito ambiental “não é tanto o meio ambiente considerado nos seus elementos constitutivos. O que o direito visa proteger (sic) é a qualidade do meio ambiente em função da qualidade de vida [...]”.

Para promover maior bem-estar aos trabalhadores da construção civil, as empresas devem adotar uma abordagem abrangente que envolva não apenas medidas de segurança e saúde física, mas também o cuidado com a saúde mental e a qualidade do ambiente de trabalho. Algumas ações essenciais incluem:

1. Treinamentos Regulares

Os treinamentos são fundamentais para preparar os trabalhadores e minimizar riscos. As empresas devem oferecer capacitações frequentes sobre:

- ✓ Normas de segurança no trabalho (uso correto de EPIs, prevenção de quedas e acidentes)
- ✓ Ergonomia e prevenção de lesões (postura correta, manuseio adequado de materiais pesados)
- ✓ Primeiros socorros (atuação em emergências)
- ✓ Gestão emocional e controle do estresse (técnicas para lidar com pressão e ansiedade)

2. Fornecimento Adequado de EPIs

1. O uso correto dos Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) reduz significativamente os riscos de acidentes e doenças ocupacionais. As empresas devem garantir: Disponibilização de capacetes, luvas, botas, óculos de proteção, máscaras e demais EPIs adequados para cada função;
2. Fiscalização do uso correto dos equipamentos;
3. Substituição periódica dos EPIs para evitar desgaste e perda de eficácia.

O vocábulo “*burnout*” é de origem inglesa e significa “perder o fogo” ou “queimar para fora” (*burn-out*), representando um estado físico de esgotamento no qual o sujeito perde o sentido da sua relação com o trabalho de forma que as coisas já não importam mais. (MINARDI, 2010, p. 145).

3. Melhoria das Condições de Trabalho

O ambiente físico e organizacional influencia diretamente a qualidade de vida dos trabalhadores. Algumas melhorias incluem:

1. Ambientes limpos, seguros e organizados para evitar riscos de acidentes
2. Áreas de descanso apropriadas para pausas e refeições
3. Acesso à água potável e ventilação adequada nos locais de trabalho

4. Apoio à Saúde Mental

1. Além da segurança física, a saúde psicológica deve ser uma prioridade. Para isso, as empresas podem oferecer:
2. Acompanhamento psicológico e suporte emocional para os trabalhadores
3. Políticas para reduzir a sobrecarga de trabalho e garantir jornadas adequadas;
4. Promoção de atividades que incentivem o bem-estar, como ginástica laboral e palestras motivacionais;

5. Valorização e Incentivo aos Trabalhadores.

1. A valorização profissional impacta diretamente o engajamento e a satisfação dos trabalhadores. Medidas como:
Programas de reconhecimento e premiação por desempenho e segurança no trabalho;
2. Benefícios adicionais, como planos de saúde e incentivos financeiros;
3. Possibilidades de crescimento profissional, por meio de cursos e especializações.

Ao investir no bem-estar dos trabalhadores, as empresas não apenas garantem um ambiente mais seguro e saudável, mas também melhoram a produtividade e reduzem o absenteísmo. A construção civil precisa evoluir para um modelo de trabalho mais humano, onde a segurança e a qualidade de vida sejam prioridades.

Saúde Mental no Trabalho do Cotidiano

A saúde mental no ambiente de trabalho é um fator essencial para o bem-estar dos profissionais e para a produtividade das empresas. No cotidiano, muitos trabalhadores enfrentam desafios como pressão por resultados, excesso de demandas, longas jornadas e dificuldades no relacionamento interpessoal, o que pode gerar estresse, ansiedade e outros transtornos psicológicos.

Fatores como a falta de reconhecimento, a sobrecarga de tarefas e a ausência de um ambiente saudável contribuem para o desgaste emocional, afetando tanto o desempenho profissional quanto a qualidade de vida. Além disso, a falta de equilíbrio entre vida pessoal e profissional pode agravar esses problemas, tornando o trabalho uma fonte constante de tensão.

Para promover a saúde mental no dia a dia do trabalho, é fundamental que empresas adotem medidas como a flexibilização de horários, estímulo a pausas regulares, promoção de um ambiente organizacional acolhedor e oferta de apoio psicológico. Além disso, os próprios trabalhadores podem buscar

estratégias para o autocuidado, como a prática de atividades físicas, técnicas de relaxamento e a manutenção de uma rede de apoio social.

Investir na saúde mental no trabalho não apenas melhora a qualidade de vida dos funcionários, mas também impacta positivamente na produtividade e no clima organizacional, tornando o ambiente mais equilibrado e sustentável.

O Ambiente de Trabalho e o Estresse

O ambiente de trabalho na construção civil é frequentemente caracterizado por condições físicas desafiadoras, como ruído, poeira, calor e frio extremos. Além disso, os trabalhadores da construção civil enfrentam prazos apertados, pressão para cumprir metas e a constante ameaça de acidentes e lesões.

Essas condições criam um ambiente de trabalho estressante, que pode afetar negativamente a saúde mental dos trabalhadores. O estresse crônico pode levar a problemas como ansiedade, depressão, insônia e até mesmo ideação suicida.

O ambiente de trabalho exerce uma influência direta na saúde mental dos trabalhadores, sendo um dos principais fatores que contribuem para o desenvolvimento do estresse ocupacional. Um local de trabalho saudável deve oferecer condições adequadas para o desempenho das atividades, além de proporcionar bem-estar físico e emocional. No entanto, em muitos setores, como a construção civil, a pressão por produtividade, as longas jornadas e a exposição a riscos aumentam significativamente os níveis de estresse entre os profissionais.

Entre os principais fatores que contribuem para o estresse no ambiente de trabalho estão a sobrecarga de tarefas, prazos apertados, falta de reconhecimento, relações interpessoais desgastantes e condições inadequadas de segurança. O estresse prolongado pode levar a problemas físicos, como

dores musculares, fadiga e distúrbios do sono, além de consequências psicológicas, como ansiedade, irritabilidade e depressão.

Para reduzir os impactos negativos do estresse no trabalho, é essencial que as empresas adotem medidas que promovam um ambiente mais equilibrado. Isso inclui a implementação de programas de suporte psicológico, práticas de gestão que incentivem um ritmo de trabalho sustentável e ações voltadas para o reconhecimento e valorização dos funcionários. Além disso, os próprios trabalhadores podem adotar estratégias de autocuidado, como pausas regulares, técnicas de relaxamento e a busca por um equilíbrio entre vida profissional e pessoal.

Ao investir na melhoria do ambiente de trabalho e na promoção da saúde mental, as organizações não apenas reduzem os índices de estresse e adoecimento, mas também fortalecem a produtividade e a motivação dos colaboradores, criando um espaço mais seguro, saudável e eficiente.

Como o Ambiente de Trabalho Facilita o Aparecimento do Estresse na Construção Civil?

A construção civil é um dos setores que mais expõe seus trabalhadores a condições adversas, favorecendo o surgimento do estresse ocupacional. O ambiente de trabalho nesse setor é marcado por fatores como alta exigência física, prazos rigorosos, instabilidade no emprego e exposição a riscos de acidentes. Esses elementos contribuem para um cotidiano profissional desgastante, aumentando a vulnerabilidade dos trabalhadores a problemas psicológicos, como ansiedade, esgotamento emocional e depressão.

Fatores do Ambiente de Trabalho que Causam Estresse na Construção Civil:

1. Jornadas Longas e Ritmo Intenso;
2. Muitas vezes, os trabalhadores enfrentam turnos extensos e poucas pausas, o que gera exaustão física e mental;

3. A cobrança por produtividade elevada aumenta a pressão e o desgaste emocional;

4. Riscos de Acidentes e Condições Perigosas;

5. O trabalho em alturas, a manipulação de materiais pesados e a exposição a substâncias tóxicas aumentam a tensão diária.

6. O medo constante de sofrer acidentes gera um estado de alerta contínuo, contribuindo para altos níveis de estresse;

7. Instabilidade no Emprego e Insegurança Financeira;

8. Muitos trabalhadores da construção civil atuam sob contratos temporários ou informais, sem garantias trabalhistas;

9. A incerteza sobre a continuidade no emprego aumenta a ansiedade e afeta o bem-estar psicológico.

10. Falta de Condições Adequadas de Trabalho;

11. Ambientes insalubres, como canteiros de obras mal estruturados e falta de equipamentos adequados, tornam o trabalho mais desgastante;

12. A ausência de locais apropriados para descanso e alimentação prejudica a recuperação física e mental dos trabalhadores;

13. Relacionamentos Interpessoais Conflituosos;

14. O ambiente competitivo e a comunicação inadequada entre superiores e trabalhadores podem gerar desentendimentos e sobrecarga emocional;

15. A falta de suporte da liderança e a cultura organizacional rígida dificultam a expressão das necessidades emocionais dos funcionários.

Medidas para Reduzir o Estresse no Setor

Para minimizar os impactos do ambiente de trabalho no estresse dos trabalhadores da construção civil, é fundamental que empresas adotem medidas como:

- ✓ Implementação de políticas de segurança e bem-estar para reduzir riscos e melhorar as condições de trabalho;

- ✓ Oferta de treinamentos regulares sobre segurança no trabalho, gestão do estresse e técnicas de autocuidado;

- ✓ Promoção de suporte psicológico, criando espaços para diálogos sobre saúde mental e oferecendo acompanhamento profissional;

- ✓ Melhoria na organização do trabalho, garantindo jornadas equilibradas, pausas adequadas e maior previsibilidade no emprego;

- ✓ Valorização dos trabalhadores, com reconhecimento pelo desempenho e incentivo a um ambiente colaborativo e respeitoso.

A construção civil, por ser um setor fundamental para o desenvolvimento econômico, precisa priorizar o bem-estar de seus profissionais. Reduzir os fatores de estresse no ambiente de trabalho não apenas melhora a qualidade de vida dos trabalhadores, mas também aumenta a produtividade, reduz acidentes e fortalece a eficiência das empresas.

Estatísticas Alarmantes

De acordo com estudos recentes, a indústria da construção civil apresenta taxas de suicídio e problemas de saúde mental significativamente mais altas do que outras indústrias. No Reino Unido, por exemplo, estima-se que um trabalhador da construção civil se suicide a cada dois dias.

No Brasil, um estudo realizado pela Fundação Jorge Duprat Figueiredo de Segurança e Medicina do Trabalho (Fundacentro) revelou que 71% dos trabalhadores da construção civil relataram sintomas de estresse e ansiedade.

Sato (2002) nos ensina que há cerca de duas décadas, novas palavras e expressões tem dado um novo significado ao cenário atual do trabalho como empreendedorismo, comprometimento, requalificação, globalização, entre outras. Para sobreviver nessa realidade, precisamos-nos “conectar”; ou seja; estar ligado as novas tecnologias que vão surgindo a todo momento. Porém, segundo o mesmo autor, embora mudanças estejam ocorrendo, há uma contradição totalmente exposta nas indústrias, uma vez que nestas “convivem linhas de montagem fordistas com máquinas de última geração automatizadas” (2002, p.33). Trabalhos repetitivos continuam sendo executados e realçando as estatísticas de doenças e acidentes de trabalho. Em relação a isso, Ribeiro (1999) aponta que, nos dias atuais, se utiliza menos horas de trabalho para produzir a mesma quantidade de produtos, fazendo assim com que trabalhadores apresentam um crescimento explosivo das LER e diversos outros adoecimentos. Para compreender melhor é importante prestar atenção para os fatores de risco que deveriam ser evitados e também lembrados para que não ocorressem no ambiente de trabalho operacional e empresarial.

Fatores de Risco

Além do ambiente de trabalho estressante, existem outros fatores que contribuem para os problemas de saúde mental na indústria da construção civil. Entre eles:

- Falta de apoio emocional e social;
- Condições de trabalho precárias;
- Pressão para cumprir metas e prazos;
- Falta de treinamento e capacitação;
- Estigma em torno da saúde mental.

O assédio sexual pode ser definido como a conduta reiterada de caráter lascivo que tenha como objetivo cercear, direta ou indiretamente, a liberdade

sexual da pessoa que está sendo constrangida. Tal cerceamento pode ocorrer tanto a partir de um superior hierárquico quanto entre trabalhadores do mesmo nível hierárquico.

O assédio sexual compreende, assim, de trabalho que denigre a personalidade e a dignidade da pessoa humana, atingindo “em cheio” os direitos fundamentais do trabalhador e vários direitos da personalidade da vítima, como à liberdade sexual, à intimidade e à privacidade, à honra e à integridade psíquica da vítima. (ALKIMIN, 2009, p. 86).

Destarte, o assédio sexual viola a preservação da dignidade da pessoa humana nas relações de trabalho e, por conseguinte, os direitos da personalidade do empregado, por gerar danos à integridade física e psíquica do empregado.

Soluções e Recomendações

Para enfrentar o desafio da saúde mental na indústria da construção civil, é fundamental que as empresas e os governos adotem medidas eficazes. Aqui estão algumas soluções e recomendações:

- Implementar programas de apoio emocional e social;
- Promover a cultura da saúde mental e reduzir o estigma;
- Fornecer treinamento e capacitação para os trabalhadores;
- Melhorar as condições de trabalho e reduzir o estresse;
- Estabelecer parcerias com profissionais de saúde mental.

CONCLUSÃO

A saúde mental na indústria da construção civil é um desafio que precisa ser enfrentado com seriedade e urgência. É fundamental que as empresas e os

governos trabalhem juntos para criar um ambiente de trabalho mais saudável e seguro, que priorize a saúde mental dos trabalhadores.

Ao fazê-lo, podemos reduzir os problemas de saúde mental, melhorar a produtividade e a qualidade de vida dos trabalhadores, e construir um futuro mais saudável e próspero para todos.

A construção civil é um setor essencial para o desenvolvimento econômico, mas também é reconhecido por suas condições de trabalho desafiadoras, que podem afetar significativamente o bem-estar dos profissionais. Investir na saúde e segurança desses trabalhadores não apenas melhora sua qualidade de vida, mas também aumenta a produtividade, reduz a ocorrência de acidentes e fortalece a eficiência das empresas.

A ergonomia, que visa adaptar as tarefas e o ambiente de trabalho para preservar a saúde e a segurança do trabalhador, desempenha um papel crucial na construção civil. Sua aplicação adequada pode prevenir lesões, diminuir o estresse e aumentar a satisfação no trabalho, resultando em maior produtividade. Conforme destacado pelo Serviço Social da Indústria da Construção do Rio de Janeiro (Seconci-Rio), "[...] a ergonomia garante que o trabalhador tenha acesso a todo conforto durante seu expediente"

seconci.rio acessado em 26/02/2025.

Além disso, a promoção de uma cultura de segurança no trabalho é fundamental para a prevenção de acidentes nos canteiros de obras. Ações como treinamentos regulares, uso adequado de equipamentos de proteção individual e a implementação de práticas seguras são essenciais para minimizar riscos. De acordo com a OnSafety, "algumas ações relacionadas à implantação de uma Cultura de Segurança do Trabalho podem ser extremamente efetivas na prevenção de acidentes nos canteiros de obras"

onsafety.com.br acessado em 01/03/2025.

A saúde mental dos trabalhadores também merece atenção especial. Fatores como sobrecarga de trabalho, prazos apertados e condições adversas

podem levar ao estresse ocupacional, afetando a saúde psicológica e aumentando a incidência de acidentes. Um estudo publicado na Revista Profiscientia aponta que "o estresse ocupacional está diretamente relacionado a transtornos psicológicos, como ansiedade, depressão e Burnout, além de problemas musculoesqueléticos e aumento da incidência de acidentes de trabalho"

profiscientia.ifmt.edu.br acessado em 01/03/2025..

Portanto, ao priorizar o bem-estar dos profissionais da construção civil por meio de práticas ergonômicas, promoção de uma cultura de segurança e atenção à saúde mental, as empresas não apenas cumprem suas responsabilidades sociais, mas também colhem benefícios econômicos decorrentes de uma força de trabalho mais saudável e produtiva.

A saúde mental na indústria da construção civil é uma questão de crescente preocupação, dada a alta incidência de problemas psicológicos e suicídios entre os trabalhadores desse setor. Estudos indicam que fatores como pressão por prazos, condições de trabalho adversas e falta de segurança contribuem significativamente para o estresse e outros transtornos mentais entre os profissionais da construção civil.

aeerj.org.br Acessado em 02/03/2025.

A cultura predominante no setor, muitas vezes caracterizada por uma atitude de "não peça ajuda", agrava a situação, dificultando a busca por suporte psicológico. Além disso, práticas como bullying no local de trabalho aumentam a vulnerabilidade dos trabalhadores a problemas de saúde mental.

marsh.com Acessado em 02/03/2025.

Para mitigar esses desafios, é essencial que as empresas adotem medidas que promovam um ambiente de trabalho mais saudável e seguro. Isso inclui a implementação de políticas de saúde e segurança que assegurem a integridade física e mental dos trabalhadores, bem como a oferta de suporte psicológico adequado.

repositorio2.unifc.edu.br Acessado em 02/03/2025.

Investir na saúde mental dos profissionais da construção civil não é apenas uma responsabilidade social, mas também uma estratégia que pode levar ao aumento da produtividade, redução de acidentes e fortalecimento da eficiência das empresas. Portanto, é imperativo que o setor reconheça a importância desse tema e implemente ações efetivas para promover o bem-estar de seus trabalhadores.

Enfim, os benefícios de investir na qualidade de vida no trabalho vão além do imediato. A longo prazo, empresas que focam no bem-estar dos funcionários podem esperar ver melhorias em áreas como inovação, criatividade e colaboração.

Há um esforço para que as contradições no discurso organizacional sejam ocultadas, como o são as falhas, os conflitos e os disfarces que acompanham as relações de poder e de controle (FARIA, 2004).

É de grande valia estudos acerca dessa temática para que possamos contribuir com a melhora na questão que envolva saúde mental e trabalho. Seria interessante ressaltar que a importância da Saúde Mental é reconhecida pela Organização Mundial da Saúde como um estado de completo bem-estar físico, mental e social (CAMARGO, NEVES, 2004). Saúde Mental significa estar adaptado num ambiente de trabalho onde o trabalhador se sente inserido e participativo.

REFERÊNCIAS:

ALKIMIN, Maria Aparecida. Violência na relação de trabalho e a proteção à personalidade do trabalhador. Curitiba: Juruá, 2009.

CAMARGO, Duílio Antero de; NEVES, Sergio Nolasco Hora das. Transtornos mentais, saúde e trabalho: Serie Saúde Mental e trabalho. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004, 23-42, p. v. 3.

FARIA, J. H. Economia política do poder - uma crítica da teoria geral da administração. Curitiba: Juruá, 2004.

_____. Economia política do poder - as práticas do controle nas organizações. Curitiba: Juruá.

MINARDI, FABIO FREITAS. Meio ambiente do trabalho: proteção jurídica à saúde mental. Curitiba: Juruá, 2010.

OLIVEIRA, Juliana Nunes de; MENDES, Ana Magnólia. Sofrimento psíquico e estratégias defensivas utilizadas por desempregados: contribuições da psicodinâmica do trabalho. Temas psicol., Ribeirão Preto , v. 22, n. 2, p. 389-399, fev.14.Disponível em:

<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2014000200011&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 01 março 2025.
<http://dx.doi.org/10.9788/TP2014.2-10>

OLIVEIRA, SEBASTIÃO GERALDO DE. Proteção jurídica à saúde do trabalhador. 6 ed. São Paulo: LTr, 2011. SILVA, Edith Seligmann. Trabalho e desgaste mental: o direito de ser dono de si mesmo. São Paulo: Cortez, 2011.

SATO, L. Prevenção de agravos à saúde do trabalhador: replanejando o trabalho através das negociações cotidianas. Cadernos de Saúde Pública, 2002.

SILVA, JOSÉ AFONSO DA. Direito ambiental constitucional. 2 ed. São Paulo: Malheiros, 1997.

SIMÕES, F. I. W.; F. Adoecimento no trabalho: um estudo de caso. R. Laborativa. v. 2, n. 2, p. 73-85, fev..2025. <http://ojs.unesp.br/index.php/rlaborativa>.

www. seconci.rio acessado em 26/02/2025.

www. seconci.rio acessado em 26/02/2025.

www. profscientia.ifmt.edu.br acessado em 01/03/2025.

www. onsafety.com.br acessado em 01/03/2025.

www. marsh.com Acessado em 02/03/2025.

www. profscientia.ifmt.edu.br acessado em 01/03/2025.

www. aerj.org.br Acessado em 02/03/2025. www. repositorio2.unifc.edu.br
Acessado em 02/03/2025.