



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE FEIRA DE SANTANA

Autorizada pelo Decreto Federal nº 77.496 de 27/04/76

Recredenciamento pelo Decreto nº 17.228 de 25/11/2016



PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO

COORDENAÇÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA

XXVIII SEMINÁRIO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UEFS SEMANA NACIONAL DE CIÊNCIA E TECNOLOGIA - 2024

A influência da atividade física na prevalência de transtornos mentais comuns e estresse em servidores técnicos e docentes da UEFS.

Émile Victória Silva Souza¹; Denize Pereira de Azêvedo²;

1. Bolsista PIBIC/CNPq, Graduanda em Licenciatura em Educação Física, Universidade Estadual de Feira de Santana, e-mail: emileevic_29@hotmail.com
2. Orientador, Departamento de Educação, Universidade Estadual de Feira de Santana, e-mail: dpafreitas@uefs.br

PALAVRAS-CHAVE: TMC, estresse; saúde mental; trabalho

INTRODUÇÃO

As transformações no estilo de vida e no ambiente de trabalho têm causado **impactos significativos** na saúde mental dos trabalhadores, tornando os transtornos mentais **uma das principais causas de afastamento laboral** no Brasil, **sendo o terceiro maior motivo de concessão de benefícios previdenciários acidentários e a segunda maior causa de afastamento por doença**. A alta produtividade exigida pelo capital, associada aos avanços tecnológicos e à intensificação das jornadas, tem gerado demandas físicas e mentais excessivas, resultando em maior vulnerabilidade, insatisfação e no surgimento de patologias como os **Transtornos Mentais Comuns (TMC) e o estresse ocupacional**.

Os TMC incluem sintomas não psicóticos, como insônia, dificuldade de concentração, queixas somáticas e irritabilidade. **Pesquisas nacionais e internacionais têm demonstrado que ambientes de trabalho inadequados, caracterizados por sobrecarga, pressão por resultados e falta de suporte institucional, afetam não apenas a saúde física, mas também a saúde mental dos trabalhadores, ainda que as causas do adoecimento sejam multifatoriais.**

O trabalho, além de sua função econômica, **desempenha papel fundamental na construção da subjetividade, na inserção social e na promoção do bem-estar**; entretanto, em condições adversas, pode **se tornar um importante fator de risco para o sofrimento psíquico**. A saúde do trabalhador depende tanto de fatores individuais quanto de aspectos sociais e organizacionais. Demandas excessivas, **baixo controle sobre as tarefas, ausência de reconhecimento e limitação do tempo destinado ao lazer** configuram-se como fatores de risco para transtornos mentais, ansiedade e depressão.

Diante desse cenário, este estudo **tem como objetivo investigar** a influência do trabalho e das características sociodemográficas e psicossociais na ocorrência de TMC e estresse, analisando também a relação com a prática de atividade física entre servidores técnicos **administrativos** e docentes da Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS).

MATERIAL E MÉTODOS OU METODOLOGIA

Trata-se de um estudo observacional, de corte transversal, que contou com a participação de 143 servidores técnicos administrativos e 170 docentes, com idade superior a 18 anos, de ambos os sexos, vinculados à Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS). O delineamento adotado teve caráter exploratório e descritivo, contemplando variáveis sociodemográficas, condições de trabalho, aspectos psicossociais e a ocorrência de Transtornos Mentais Comuns (TMC) e estresse ocupacional.

Para a coleta de dados, foram utilizados três instrumentos principais:

1. Questionário estruturado sobre características sociodemográficas e apoio social;
2. Inventário de Sintomas de Estresse para Adultos (ISSL), voltado à identificação dos níveis e fases de estresse;
3. Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20), validado para rastreamento de sintomas psiquiátricos não psicóticos e amplamente empregado na identificação de TMC.

A análise dos dados ocorreu em duas etapas complementares:

- a) Análise descritiva, contemplando frequências absolutas e relativas das variáveis;
- b) Análise bivariada, buscando identificar possíveis associações entre fatores sociodemográficos, psicossociais, condições de trabalho e a ocorrência de TMC e estresse.

RESULTADOS E/OU DISCUSSÃO

O estudo analisou 313 participantes da UEFS, sendo 143 servidores técnicos e 170 docentes. A maioria era mulher (70,6% dos servidores técnicos e 54,1% dos docentes), com maior prevalência na faixa etária de 40 a 49 anos e maioria casada ou em união estável. Os principais resultados mostram que entre os Servidores Técnico home Office: 61,4% relataram que o trabalho remoto prejudicou a rotina doméstica. 66% enfrentaram sobrecarga pela dupla jornada, mas apenas 52,1% receberam suporte institucional. Sobre a prevalência de TMC: Alta prevalência (55,2%), maior entre mulheres (61,4%) e em indivíduos com menos de 50 anos. Entre os fatores associados ao TMC: Maior prevalência em pessoas com ensino superior completo/incompleto (p -valor = 0,007); Condições adversas no home office, como falta de conforto, interferência de tarefas domésticas e ausência de suporte institucional, aumentaram o risco de TMC. Com relação aos Docentes observamos prevalência de TMC: Inferior à dos técnicos (20,4%), mas maior entre homens, viúvos, pessoas de cor/raça preta e indivíduos abaixo dos 30 anos. Já os fatores Associados ao TMC: Maior prevalência em docentes com rendimentos entre 5 e 10 salários mínimos. Sobre as condições de Trabalho: Não houve associações significativas entre as condições laborais e a prevalência de TMC.

Ao fazer uma comparação com pesquisas anteriores identificamos a prevalência de TMC entre os servidores técnicos (55,2%) superou a média nacional (23,2%–35%),

provavelmente devido às condições adversas impostas pela pandemia. A prevalência entre docentes foi menor, refletindo diferenças nas dinâmicas laborais e sociodemográficas.

ANÁLISE E DISCUSSÃO

O estudo analisou **313 participantes** da UEFS, sendo **143 servidores técnicos administrativos e 170 docentes**. A maioria era **mulher (70,6% entre os servidores técnicos e 54,1% entre os docentes)**, com maior concentração na faixa etária de **40 a 49 anos** e em sua maioria **casada ou em união estável**.

Entre os **servidores técnicos**, observou-se que no **home office, 61,4% relataram que o trabalho remoto prejudicou a rotina doméstica**, enquanto **66% enfrentaram sobrecarga decorrente da dupla jornada**, mas apenas **52,1% afirmaram receber suporte institucional**. Quanto à prevalência de **Transtornos Mentais Comuns (TMC)**, verificou-se **alta taxa (55,2%)**, mais expressiva entre **mulheres (61,4%) e indivíduos com menos de 50 anos**.

Em relação aos **fatores associados ao TMC**, destacou-se a **maior prevalência em pessoas com ensino superior completo ou incompleto ($p = 0,007$)**. Além disso, **condições adversas no home office — como falta de conforto, interferência das tarefas domésticas e ausência de suporte institucional — aumentaram significativamente o risco de TMC**.

Entre os **docentes**, a prevalência de TMC foi **inferior à dos técnicos (20,4%)**, mas apresentou-se **mais elevada entre homens, viúvos, pessoas de cor/raça preta e indivíduos com menos de 30 anos**. Quanto aos **fatores associados**, verificou-se **maior prevalência em docentes com rendimentos entre 5 e 10 salários mínimos**. No entanto, **não foram observadas associações estatisticamente significativas entre as condições laborais e a ocorrência de TMC nesse grupo**.

Ao comparar com **pesquisas anteriores**, identificou-se que a prevalência de TMC entre os **servidores técnicos da UEFS (55,2%) superou a média nacional (23,2%–35%)**, o que pode estar relacionado às **condições adversas impostas pela pandemia**. Já entre os **docentes**, a prevalência foi menor, refletindo **diferenças nas dinâmicas laborais e sociodemográficas**.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados deste estudo reforçam a relevância da saúde mental como um desafio central no contexto laboral da Universidade Estadual de Feira de Santana, sobretudo entre as servidoras técnicas administrativas, que apresentaram maiores índices de TMC e estresse em comparação aos docentes. Tal cenário evidencia que questões de gênero, dupla jornada, sobrecarga doméstica e falta de suporte institucional atuam como fatores determinantes para o adoecimento psíquico.

A pandemia de COVID-19 e a consequente adoção do regime home office exacerbaram essas condições, trazendo à tona novas demandas organizacionais e familiares e revelando fragilidades estruturais no suporte oferecido pela instituição. Esses achados sugerem que, para além das condições individuais, é indispensável reconhecer o papel dos fatores sociais, organizacionais e culturais que moldam a saúde mental dos trabalhadores.

Diante disso, torna-se urgente a implementação de políticas institucionais voltadas à promoção da saúde mental, incluindo:

- programas de prevenção e acompanhamento psicológico continuado,
- criação de espaços de escuta e acolhimento,
- ações que favoreçam a conciliação entre vida profissional e pessoal,
- oferta de atividades de promoção da saúde e do bem-estar, como práticas corporais e de autocuidado.

Além disso, recomenda-se que a UEFS fortaleça estratégias de gestão do trabalho capazes de reduzir a sobrecarga, ampliar o suporte social e valorizar a dimensão humana na organização laboral.

Por fim, destaca-se a necessidade de novos estudos longitudinais e de intervenção, capazes de aprofundar a compreensão da relação entre gênero, saúde mental, condições de trabalho e estresse, bem como avaliar o impacto de medidas institucionais de promoção da saúde. Somente a partir de uma abordagem integrada e interdisciplinar será possível avançar na construção de ambientes de trabalho mais saudáveis, equitativos e sustentáveis.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, T. M.; LUIZ, I. **O trabalho mudou-se para casa: trabalho remoto no contexto da pandemia de Covid-19**. Revista Brasileira de Saúde Ocupacional. 2021.

ARAÚJO, T. M.; PINHO, O. S.; ALMEIDA, M. M. G. **Prevalência de transtornos mentais comuns em mulheres e sua relação com as características sociodemográficas e o trabalho doméstico**. Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil. Setembro de 2005.

AREIAS, Meq, GUIMARÃES, Lam. **Gênero e estresse em trabalhadores de uma universidade pública do estado de São Paulo**. Psicol. Estud. 2004; 9(2):255-262

AZEVEDO, D. P. Atividades Físicas no tempo de lazer, **Transtornos Mentais Comuns e estresse em docentes de uma instituição de ensino superior pública da Bahia (tese)**. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina; 2017.

BASTOS Maria Luiza Almeida, SILVA JUNIOR Geraldo Bezerra da; DOMINGOS Elza Teresa Costa; ARAÚJO Ruth Maria Oliveira de; SANTOS Alexandre Lima dos.

Afastamentos do trabalho por transtornos mentais: um estudo de caso com servidores públicos em uma instituição de ensino no Ceará, Brasil. Revista

Brasileira de Medicina do Trabalho. 2018;16(1):53-9. DOI:

10.5327/Z1679443520180167.

CAMPOS, Taís Cordeiro. VÉRAS; Renata Meira; ARAÚJO Tânia Maria de.

Transtornos mentais comuns em docentes do ensino superior: evidências de aspectos sociodemográficos e do trabalho. Revista da Avaliação da Educação

Superior – Campinas – SP, 2020.

FERRAREZE, M. V. G.; FERREIRA, V.; CARVALHO, A. M. **Percepção do estresse entre enfermeiros que atuam em Terapia Intensiva.** Acta Paul Enferm, V. 19, n.3, p.

15 a 310,2006.

GHERARDE-DONTO, E. C. S. **Estresse ocupacional, estresse precoce e estratégias de enfrentamento ente auxiliares e técnicos de enfermagem em hospital**

universitário. 91f. Tese (Livre Docência – área de concentração: enfermagem

psiquiátrica, sub área: Promoção da Saúde mental) – departamento de Enfermagem

Psiquiátrica e Ciências Humanas da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da

Universidade de São Paulo , 2013.

JANSEN, K. et al. **Transtornos mentais comuns e qualidade de vida em jovens:**

uma amostra populacional de Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil. Cadernos de Saúde Pública, v.27, p.440-448, 2011.

JUSTIÇA DO TRABALHO - TRT-13º Região - (PB); **Notícia: Transtornos mentais são a terceira maior causa de afastamento do trabalho no Brasil;** Publicado:

24/01/2023; disponível em: [https://www.trt13.jus.br/informe-se/noticias/transtornos-](https://www.trt13.jus.br/informe-se/noticias/transtornos-mentais-sao-a-terceira-maior-causa-de-afastamento-do-trabalho-no-brasil)

[mentais-sao-a-terceira-maior-causa-de-afastamento-do-trabalho-no-brasil](https://www.trt13.jus.br/informe-se/noticias/transtornos-mentais-sao-a-terceira-maior-causa-de-afastamento-do-trabalho-no-brasil) . Acessado em 06 de setembro de 2024.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. **Relatório Mundial da Saúde: Saúde Mental** – nova concepção, nova esperança. 1ª ed. Lisboa: OMS; 2002.

SANTOS, Élem Guimarães dos; SIQUEIRA, Marluce Miguel de. **Prevalência dos transtornos mentais na população adulta brasileira: uma revisão sistemática de**

1997 a 2009. Jornal Brasileiro de Psiquiatria, Rio de Janeiro, v. 59, n. 3, p. 238-246, 2010.