



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

XXIX SEMINÁRIO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UEFS **SEMANA NACIONAL DE CIÊNCIA E TECNOLOGIA - 2025**

Os impactos da sobrecarga de trabalho: um olhar sobre a saúde mental das servidoras técnicas administrativas da UEFS

Kamila Barreto Silva¹; Denize Pereira de Azevedo Freitas²

1. Kamila Barreto Silva, PIBIC/CNPq, EDUCACAO FISICA, e-mail: barretos.kamila@gmail.com

2. Denize Pereira de Azevedo Freitas, DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO, e-mail: dpafreitas@uefs.br

PALAVRAS-CHAVE: TMC; saúde mental da mulher; sobrecarga de trabalho

INTRODUÇÃO

A sobrecarga de trabalho das mulheres é um fenômeno global e recorrente que impacta diretamente sua saúde física e mental, sobretudo quando precisam conciliar o trabalho remunerado com as tarefas domésticas. Esse cenário apresenta fortes evidências de associação com sintomas de Transtornos Mentais Comuns (TMC) e está diretamente ligado a fatores estruturais e sociais que tornam a vida da mulher mais exaustiva em comparação à dos homens.

Estudos apontam que, além, de demandas laborais, reponsabilidades familiares e condições adversas do trabalho intensificam o risco de adoecimento mental.

Assim, o presente estudo tem como objetivo analisar a influência das questões relativas ao trabalho, bem como das características sociodemográficas, de gênero e psicossociais, na ocorrência de Transtornos Mentais Comuns (TMC) em servidoras técnicas administrativas da Universidade Estadual de Feira de Santana, no período de retorno presencial.

MÉTODOS

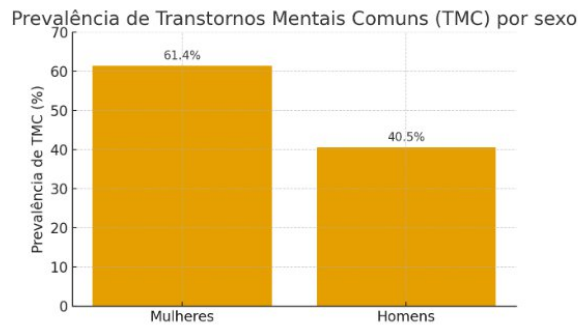
Trata-se de um estudo de corte transversal, com abordagem quantitativa, que utilizou dados secundários provenientes de um projeto de iniciação científica, vinculado ao grupo de pesquisa intitulado *“Prevalência de transtornos mentais comuns e estresse em trabalhadores: um estudo sobre a saúde mental de servidores técnicos administrativos de uma instituição de ensino no interior da Bahia”*.

A amostra foi composta por **mulheres em atividade funcional**, e a coleta de dados foi realizada por meio de **questionário estruturado**, elaborado para contemplar variáveis **sociodemográficas, psicossociais e condições de trabalho**. Além disso, foi utilizado o **Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20)**. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS), atendendo aos preceitos éticos da Resolução nº 466/2012.

RESULTADOS

A amostra analisada contou com a participação de 143 servidores técnicos administrativos, sendo 101 mulheres (70,6%) e 42 homens (29,4%). Entre as mulheres, a maioria encontrava-se com idade inferior a 50 anos (63,4%), 53,4% viviam com companheiro(a) e 64,3% possuíam pós-graduação, sendo 36,3% com especialização e 23,8% com mestrado. Quanto à cor/raça, 76,2% das participantes se autodeclararam pretas ou pardas. (gráfico 01)

Gráfico 01



No que se refere aos aspectos psicossociais, observou-se que 61,4% das mulheres apresentaram sintomas de Transtornos Mentais Comuns (TMC). De forma semelhante, na análise do estresse, verificou-se também maior prevalência entre as mulheres (61,4% vs. 42,9% nos homens). Quanto às **fases do estresse**, identificou-se que **61% das mulheres estavam na fase de resistência**.

No tocante às práticas de atividade física, avaliadas pelo **International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)**, verificou-se que apenas **6,5% das mulheres apresentaram baixo nível de atividade física**. Contudo, foi identificado um **elevado índice de comportamento sedentário**, afetando **37,5% das participantes**.

Os dados também revelaram **menor participação das mulheres em eventos sociais, comunitários, esportivos e religiosos**, o que se associou a maior prevalência tanto de TMC (**RP=1,62; IC95%=1,39–1,90; p<0,01**) quanto de estresse (**RP=1,98; IC95%=1,72–2,28; p<0,01**). Esse quadro foi intensificado pela **dupla jornada**, relatada por **61,9% das mulheres**, bem como pela **interferência das tarefas domésticas no trabalho (58%)**, pela **falta de suporte institucional (63,3%)** e pela **ausência de ambiente adequado para o desempenho das funções (60,5%)**.

De maneira geral, os resultados evidenciam **maior vulnerabilidade das servidoras do sexo feminino**, que apresentaram **índices mais elevados de TMC e estresse**, fortemente relacionados às condições de trabalho, sobrecarga de funções e reduzido apoio institucional. Ao analisar o conjunto da amostra, verificou-se que essa ocorrência se mostrou associada, de forma mais acentuada, a determinadas **variáveis sociodemográficas**, como **ser mulher (61,4%)**, **ser mais jovem (60,9%)** e **ter baixa escolaridade (65,9%)**. Entre os **principais fatores relacionados ao adoecimento**, destacaram-se o **estresse (85%)** e a **sobrecarga de trabalho (61,9%)**, somados à **falta de apoio institucional (63,6%)**.

Quando observada a ocorrência de TMC segundo o **regime de trabalho**, identificou-se **maior prevalência no regime presencial (75%) em comparação ao home office (54,7%)**. Apesar de essa diferença indicar possível fragilidade no trabalho presencial, os resultados não alcançaram **significância estatística**.

DISCUSSÃO

Os achados deste estudo evidenciaram que as **servidoras técnicas administrativas da UEFS apresentam maior propensão à prevalência de Transtornos Mentais Comuns (TMC)**, tendência que se intensifica do regime remoto para o presencial. Esses resultados dialogam com a literatura que aponta **maior vulnerabilidade psicossocial do público feminino**, especialmente quando há **sobrecarga de trabalho somada às demandas domésticas** (ARAÚJO; PINHO, 2012; ARAÚJO; PINHO; ALMEIDA, 2012; SANTOS; BARROS; TAVARES, 2019; OMS, 2022).

Conforme destacam Araújo e Pinho (2012), a necessidade de conciliar o **trabalho remunerado com as responsabilidades domésticas** constitui-se como um **fator determinante para o adoecimento mental das mulheres**, favorecendo sintomas como **irritabilidade, insônia, fadiga e dificuldade de concentração**, indicadores comumente associados aos TMC (ARAÚJO; DELCORIV, 2006; LEITE et al., 2017; SILVA; CAVALCANTE, 2020).

Outro aspecto relevante evidenciado neste estudo diz respeito às **condições inadequadas de trabalho** — como baixos salários, pouca autonomia, sobrecarga de demandas e ausência de apoio institucional — que potencializam os riscos de adoecimento psíquico (MORAIS, 2012; CARNEIRO, 2010; SCARCELLI, 2011; BATISTA; CODO, 2018; BENEVIDES-PEREIRA, 2019).

Nessa perspectiva, autores como Jacques (2003) e Araújo et al. (2012), além de contribuições mais recentes (SOUZA et al., 2021; BRASIL, 2023), reforçam que em **contextos de alta exigência laboral e baixo suporte social há um aumento significativo na prevalência de TMC**. Assim, torna-se imprescindível a formulação de **políticas institucionais que reconheçam as especificidades de gênero no ambiente de trabalho**, por meio de ações que valorizem a promoção da saúde mental e implementem **programas de conciliação entre vida pessoal, profissional e familiar**.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados deste estudo permitem concluir que as **servidoras técnicas administrativas da UEFS apresentam uma elevada prevalência de Transtornos Mentais Comuns (TMC)**, fortemente associada à **sobrecarga de trabalho, à dupla ou tripla jornada e às exigências impostas pelo retorno presencial**. Esse quadro revela não apenas um problema de saúde individual, mas sobretudo uma **questão institucional e estrutural**, que exige respostas urgentes e consistentes.

Diante disso, torna-se **indispensável que a UEFS desenvolva políticas permanentes de promoção à saúde mental**, com ações que contemplem desde a **prevenção do adoecimento psíquico até estratégias de cuidado continuado**. Mais que uma ação pontual, é fundamental que a instituição **repense a organização da jornada de trabalho**, buscando alternativas que favoreçam a conciliação entre vida pessoal, familiar e profissional. Além disso, a **criação de programas de incentivo ao autocuidado**, como a promoção da prática regular de atividades físicas, oficinas de bem-estar, rodas de conversa e atividades culturais, pode fortalecer a rede de suporte institucional e contribuir de forma significativa para a melhoria da qualidade de vida das trabalhadoras.

Por fim, reforça-se que os achados deste estudo não se limitam à realidade da UEFS, mas dialogam com um **cenário nacional e global de intensificação dos transtornos mentais relacionados ao trabalho**.

REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, T. M.; DELCORIV, D. **Condições de trabalho e saúde mental dos trabalhadores.** *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, São Paulo, v. 31, n. 114, p. 17-28, 2006.
- ARAÚJO, T. M.; FARIAS, C. M. **Trabalho, família e saúde mental das mulheres: dilemas contemporâneos.** *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 16, n. 8, p. 3331-3340, 2011.
- ARAÚJO, T. M.; PINHO, P. S. **Saúde mental e trabalho das mulheres.** *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, São Paulo, v. 37, n. 125, p. 122-132, 2012.
- ARAÚJO, T. M.; PINHO, P. S.; ALMEIDA, M. M. G. **Transtornos mentais comuns e fatores associados em trabalhadores da saúde: estudo em municípios do Nordeste do Brasil.** *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 28, n. 8, p. 1521-1533, 2012.
- CARNEIRO, R. **Saúde mental e trabalho: o desafio da precarização.** *Revista de Saúde do Trabalhador*, São Paulo, v. 8, n. 2, p. 45-56, 2010.
- JACQUES, M. G. **Saúde mental e trabalho: desafios atuais.** *Revista Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 8, n. 1, p. 3-12, 2003.
- LACAZ, F. A. C. **O campo da Saúde do Trabalhador: resgatando conhecimentos e práticas sobre as relações trabalho-saúde.** *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 23, n. 4, p. 757-766, 2007.
- LEITE, M. P. et al. **A saúde mental das trabalhadoras brasileiras e as desigualdades de gênero.** *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v. 51, supl. 1, p. 1-9, 2017.
- LUDEMIR, A. B. **Gênero, saúde mental e trabalho: uma perspectiva social.** *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, São Paulo, v. 33, n. 118, p. 112-120, 2008.
- MORAIS, L. **Organização do trabalho e adoecimento psíquico.** *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, São Paulo, v. 37, n. 125, p. 108-114, 2012.
- SCARCELLI, I. R. **Sofrimento psíquico e condições de trabalho: uma análise crítica.** *Revista Psicologia & Sociedade*, Belo Horizonte, v. 23, n. 3, p. 626-634, 2011.