



## SAFETY NEWS

nº 32 | Janeiro 2020



### POR QUE A SAÚDE MENTAL NO AMBIENTE DE TRABALHO É IMPORTANTE?

As frustrações no ambiente de trabalho são comuns e acontecem o tempo todo. Seja pela ameaça da perda do emprego, pelo trabalho não reconhecido, por falhas cotidianas, por relacionamentos complicados ou pela insatisfação com o serviço ou pressões de produtividade. Entretanto, todas essas aflições podem ser amenizadas em um ambiente que fornece **condições necessárias para a saúde mental**.

O trabalho em si é ótimo para a saúde mental, mas **um ambiente de trabalho negativo pode levar a sérias complicações**. Assédio e intimidação no trabalho são problemas comumente relatados e têm um grande impacto na qualidade de vida das pessoas.

A empresa e seus gestores devem estar atentos aos sinais de colaboradores com possíveis transtornos psicológicos. Uma das primeiras reações a serem percebidas é a **alteração do comportamento e do humor**. A pessoa fica mais quieta, evita contato social, pode se tornar mais agressiva e menos tolerante. Os locais de trabalho que promovem a saúde mental são mais propensos a reduzir o absenteísmo, aumentar a produtividade e a se beneficiar de ganhos econômicos associados.



### FATORES DE RISCO PARA A SAÚDE RELACIONADOS AO TRABALHO

A maioria dos riscos para a saúde mental está relacionada às interações entre o tipo de trabalho, o ambiente organizacional e gerencial, as habilidades e competências dos funcionários e o suporte disponível para que os funcionários realizem seu trabalho.

Os riscos para a saúde mental incluem:

- Políticas inadequadas de saúde e segurança;
- Más práticas de comunicação e gestão;
- Participação limitada na tomada de decisões ou baixo controle sobre a área de trabalho;
- Baixos níveis de apoio aos funcionários;
- Horas de trabalho inflexíveis;
- Tarefas obscuras ou objetivos organizacionais duvidosos.

Os riscos também podem estar relacionados ao conteúdo do trabalho, como tarefas inadequadas para as



## SAFETY NEWS

nº 32 | Janeiro 2020



competências da pessoa ou a uma carga de trabalho alta. O risco pode ser aumentado em situações em que há falta de coesão da equipe ou apoio social.

**Assédio moral e psicológico** são comumente relatados como causas de estresse relacionados ao trabalho. Essas situações apresentam riscos para a saúde dos trabalhadores e estão associados a problemas psicológicos e físicos. Estas consequências para a saúde podem ter custos para os empregadores em termos de produtividade reduzida e aumento da rotatividade de pessoal, além de ter um impacto negativo nas interações familiares e sociais dos funcionários.



### AS ESTATÍSTICAS

Segundo dados da OMS, os transtornos mentais e comportamentais estão entre as **principais causas de perdas de dias de trabalho no mundo**. Os casos leves causam, em média, perda de quatro dias de trabalho/ano e, os graves, cerca de 200 dias de trabalho/ano.

Atualmente, mais de 300 milhões de pessoas sofrem ao redor do mundo com a depressão, sendo esta a principal causa de incapacidade laboral. Mais de 260 milhões vivem com transtornos de ansiedade e muitas dessas pessoas vivem com ambos os transtornos.

Uma pesquisa realizada pela OMS estimou que os transtornos depressivos e de ansiedade custam **1 trilhão de dólares à economia global** a cada ano em perda de produtividade. Segundo a Organização, os transtornos mentais comuns acometem 30% dos trabalhadores ocupados e serão a principal causa de incapacidade até 2020. Além disso, são a terceira causa de benefício previdenciário auxílio-doença no Brasil.





## SAFETY NEWS

nº 32 | Janeiro 2020



### CONCLUSÃO

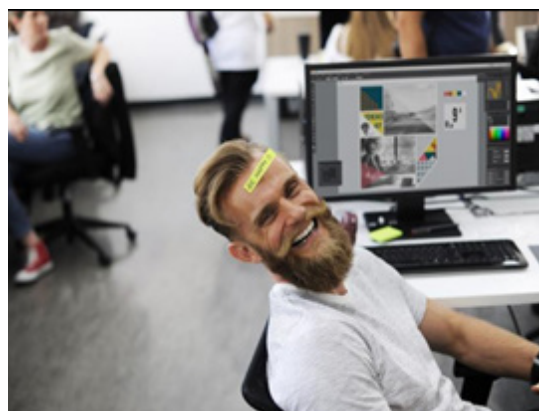
Segundo a OMS, as intervenções de saúde mental precisam ser entregues como parte de uma estratégia integrada de saúde e bem-estar que cubra prevenção, identificação precoce, apoio e reabilitação.

Muitas iniciativas podem ajudar indivíduos com transtornos mentais como, por exemplo, o redesenho do trabalho, o enfrentamento de dinâmicas negativas do ambiente e a comunicação sobre apoio confidencial.

Um ambiente de trabalho saudável pode ser descrito como aquele em que **trabalhadores e gestores contribuem, ativamente, não apenas na produtividade da instituição, como também na promoção e proteção da saúde, segurança e do bem-estar de todos os funcionários.**

*Não esqueça! A Líder Aviação, juntamente com seus gestores, estão atentos aos seus colaboradores!*

O **Safety QSMS** fortalece o compromisso da Política do **Sistema de Gestão Integrada e Segurança Operacional**, no que se refere à prevenção dos perigos à saúde ocupacional, minimizando os riscos provenientes da exposição dos colaboradores no ambiente de trabalho, por meio da **Promoção da Segurança Operacional**, onde se faz presente e alerta, para casos de transtornos mentais, a Analista de Fator Humano.



FONTE: VITTUDE CORPORATE E OMS.

### Expediente

Jorge Luiz França | Diretor de QSMS  
Athaide Inácio | Agente de Segurança de Voo  
Lucas Nerone | Coordenador de Safety Case e FDM  
Filipe Divino | Analista de Segurança Operacional  
Karoline Diniz | Analista de Fator Humano

Colaborador da edição:

Athaide Inácio | Agente de Segurança de Voo  
Karoline Diniz | Analista de Fator Humano

Edição e diagramação:  
Marketing

Dúvidas e sugestões: [safetynews@lideraviacao.com.br](mailto:safetynews@lideraviacao.com.br)

Identificou algum risco à operação?

Acesse o site da Líder Aviação e faça um relatório de prevenção - RELPREV

