

AVALIAÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE TRABALHADORES DO VALE SÃO PATRÍCIO-GO

Isabella Vinhal Santana Cordeiro¹

Murilo Marques Costa²

Suelen Marçal Nogueira³

Universidade Evangélica de Goiás – UniEVANGÉLICA¹²³

RESUMO

O ambiente de trabalho é marcado por pressões crescentes, sobrecarga de afazeres e exigências organizacionais, podendo impactar negativamente a saúde física e psicológica dos trabalhadores, favorecendo o desenvolvimento de estresse, ansiedade e depressão. Diante disso, este estudo teve como objetivo avaliar a saúde mental dos trabalhadores do Vale do São Patrício, em Goiás, considerando aspectos relacionados às condições de trabalho e à percepção individual de bem-estar psicológico. Trata-se de uma pesquisa de campo, quantitativa, descritiva e transversal, realizada entre janeiro e junho de 2024, com 839 trabalhadores de empresas públicas e privadas. Os participantes responderam ao questionário sociodemográfico e à versão brasileira do Depression, Anxiety and Stress Scale – Short Form (DASS-21). Os dados foram analisados por estatística descritiva, com cálculo de frequências, médias e desvios-padrão, e classificados conforme pontos de corte da escala. A média de idade foi de 38,1 anos ($\pm 12,5$), predominando mulheres (63,05%) e servidores públicos (59,24%). Na escala de estresse, 63,8% apresentaram sintomas normais, 11,9% leve, 11,0% moderado, 10,1% severo, 3,2% extremamente severo; para ansiedade, 54,5% foram classificados como normal, 6,34% leve, 18,4% moderado, 6,4% severo, 14,4% extremamente severo; na depressão, 60,5% apresentaram sintomas normais, 17,4% leve, 14,2% moderado, 5,0% severo, 2,9% extremamente severo. Conclui-se que, embora a maioria apresente escores normais, parcela expressiva dos trabalhadores manifesta sintomas clínicos relevantes, sobretudo de ansiedade. Esses achados reforçam a necessidade de estratégias organizacionais voltadas à promoção da saúde mental e à redução de barreiras de acesso ao cuidado.

Palavras-chave: Saúde mental; Trabalhadores; DASS-21.

INTRODUÇÃO

Atualmente os ambientes de trabalho sofrem pressões crescentes para atingir metas cada vez mais desafiadoras, o que intensifica o ritmo das atividades e frequentemente leva à extrapolação da jornada laboral, expondo os trabalhadores a riscos à saúde física e mental (1,2). Essas implicações acabam por acarretar em um estresse crônico decorrente do trabalho com consequências emocionais, comportamentais e fisiológicas (3). Além disso, fatores como idade, sexo e presença de comorbidades tendem a retardar o diagnóstico e o tratamento, prolongando sintomas de ansiedade, depressão e estresse (4).

O ambiente laboral, torna-se um fator de relevância, desencadeado por pressões por prazos rigorosos, sobrecarga de afazeres, longas jornadas, conflitos sociais, além de questões emocionais como lidar com clientes e situações desgastantes, o que se associa a *burnout*, depressão e outros (5,6). O estresse, por exemplo, tem sido amplamente estudado e mencionado na área da psicologia, sendo manifestado na vida cotidiana causando comprometimento a saúde física e psicológica (7,8).

Estudos indicam que iniciativas voltadas à saúde mental, incluindo estratégias de controle do estresse, reduzem de sintomas como ansiedade, depressão e tensão, além de fortalecer a autoconfiança dos trabalhadores e promover seu bem-estar geral (9). As organizações precisam analisar e ajustar métodos e processos de administração, em particular na coordenação de pessoas e gestão organizacional, considerando exigências laborais e as relações entre pessoas que não são as mesmas de outras épocas (10).

Os desafios da saúde mental não se limitam ao trabalho, afetando colaboradores, famílias, comunidades e, como grande parte da vida é dedicada ao ambiente laboral, espera-se que os trabalhadores cuidem da saúde para melhorar a qualidade de vida e o equilíbrio social (11). Dessa forma este estudo tem como objetivo avaliar a saúde mental dos trabalhadores da região do Vale do São Patrício, em Goiás, considerando aspectos relacionados às condições de trabalho, ao estilo de vida e à percepção individual de bem-estar psicológico.

MATERIAIS E MÉTODOS

Foi realizada uma pesquisa de campo, de natureza quantitativa, descritiva e transversal, voltada à investigação da saúde mental dos trabalhadores do Vale do São Patrício, GO. A coleta de dados ocorreu entre janeiro e junho de 2024, abrangendo trabalhadores de empresas públicas e privadas das 20 cidades da região: Campos Verdes, Carmo do Rio Verde, Ceres, Crixás, Guarinos, Ipiranga de Goiás, Itapaci, Morro Agudo de Goiás, Nova América, Nova Glória, Pilar de Goiás, Rialma, Rianópolis, Rubiataba, Santa Isabel, Santa Terezinha de Goiás, São Luís do Norte, São Patrício, Uirapuru e Uruana. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do IFGoiano (nº 6.436.246).

Foram incluídos trabalhadores com 18 anos ou mais, residentes na região e que assinarem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e excluídos os questionários com possíveis preenchimentos inadequados. A coleta foi realizada por meio de questionário digital aplicado presencialmente nas empresas participantes. Para avaliação da saúde mental, foi utilizada a versão brasileira do *Depression, Anxiety and Stress Scale – Short Form (DASS-21)*, que mede sintomas de depressão, ansiedade e estresse na semana anterior, em escala Likert de 0 a 3. A soma dos 21 itens fornece as pontuações das três subescalas, sendo a DASS-21 reconhecida por sua estabilidade fatorial e validade adequada (12,13). Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva, com cálculo de frequências, médias e desvios-padrão, e classificados segundo os pontos de corte estabelecidos para cada subescala do DASS-21.

RESULTADOS

O estudo foi realizado em 20 cidades do Vale do São Patrício, com participação de 839 indivíduos, sendo a média de idade de 38,1 anos ($\pm 12,5$). A amostra foi composta majoritariamente por mulheres ($n=529$; 63,05%), em comparação a homens ($n=310$; 36,95%). Quanto ao vínculo empregatício, 303 (36,11%) eram trabalhadores de empresas privadas, 497 (59,24%) servidores públicos e 39 (4,65%) atuavam em ambas as esferas. Em relação à raça/cor, 428 (51,0%) se autodeclararam pardos, 321 (38,3%) brancos, 66 (7,9%) pretos, 23 (2,7%) amarelos e 1 (0,1%) indígena.

A seguinte tabela apresenta a distribuição dos participantes de acordo com os níveis mensurados pela Escala DASS-21.

Tabela 1. Classificação dos participantes segundo níveis de estresse, ansiedade e depressão (DASS-21).

Nível	Estresse n (%)	Ansiedade n (%)	Depressão n (%)
Normal	535 (63,8%)	457 (54,5%)	508 (60,5%)
Leve	100 (11,9%)	54 (6,34%)	146 (17,4%)
Moderado	92 (11,0%)	154 (18,4%)	119 (14,2%)
Severo	85 (10,1%)	53 (6,4)	42 (5,0%)
Extremamente severo	27 (3,2%)	121 (14,4%)	24 (2,9%)
Total	839 (100%)	839 (100%)	839 (100%)

Fonte: Autoria própria.

Os resultados evidenciam a presença expressiva de sintomas de ansiedade, estresse e depressão em parte significativa da população

investigada. Tais achados corroboram a literatura internacional e nacional sobre a utilização do DASS-21 como instrumento válido e confiável, conforme demonstrado por (12), reforçando sua aplicabilidade no contexto brasileiro para avaliação dos estados emocionais em diferentes grupos sociais.

Estudos internacionais confirmam a confiabilidade do DASS-21 na avaliação de estados emocionais, evidenciando sua estrutura bifatorial, invariância em jovens chineses e validade em diferentes países, o que reforça sua aplicabilidade transcultural (14,15). Essa funcionalidade também foi demonstrada em profissionais da saúde da oncologia, nos quais o DASS-21 possibilitou reconhecer níveis elevados de estresse, ansiedade e depressão, ajudando a entender o impacto emocional da pandemia (16).

CONCLUSÃO

Os achados revelam que, embora a maioria dos trabalhadores do Vale do São Patrício apresente escores dentro da normalidade, uma parcela expressiva manifesta sintomas de estresse, ansiedade e depressão em níveis moderados a extremamente severos, sobretudo a ansiedade, que atinge quase um terço da amostra em graus clínicos relevantes. Tais resultados reforçam que o ambiente laboral, marcado por pressões crescentes e condições adversas, constitui importante fator de risco à saúde mental, tornando imprescindível que organizações e gestores implementem estratégias de prevenção e promoção de bem-estar psicológico, reduzindo barreiras de acesso ao cuidado e mitigando impactos do adoecimento no trabalho.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Choi Eunsoo, Choi KWoo, Jeong HGhang, Lee MSoo, Ko YHoon, Han Changsu, et al. Long working hours and depressive symptoms: moderation by gender, income, and job status. *J Affect Disord.* 2021 May;286:99–107.
2. Guimarães LAMagalhães, Laudelino Neto Alessandra, Massuda Júnior João, Sartoratto MMateus, Cardoso MSoares. Burnout syndrome and minor mental disorders in public employees. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho.* 2023;21(01):01–8.
3. Narwal Simran, Narwal Pavandeep, Leung YYan, Ahmed Bilal. Stress and work-life balance in undergraduate dental students in Birmingham, United Kingdom and Hong Kong, China. *J Dent Educ.* 2021 Jul 23;85(7):1267–72.

4. Hengartner MP, Angst Felix, Ajdacic-Gross Vladeta, Rössler Wulf, Angst Jules. Treated versus non-treated subjects with depression from a 30-year cohort study: prevalence and clinical covariates. *Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci*. 2016 Mar 23;266(2):173–80.
5. Søvold LE, Naslund JA, Kousoulis AA, Saxena Shekhar, Qoronfleh M, Walid, Grobler Christoffel, et al. Prioritizing the Mental Health and Well-Being of Healthcare Workers: An Urgent Global Public Health Priority. *Front Public Health*. 2021 May 7;9.
6. Suh Chunhui, Punnett Laura. High Emotional Demands at Work and Poor Mental Health in Client-Facing Workers. *Int J Environ Res Public Health*. 2022 Jun 20;19(12):7530.
7. Chen WQing, Wong TWai., Yu TSun. Review Article: Influence of occupational stress on mental health among Chinese off-shore oil workers. *Scand J Public Health*. 2009 Sep 9;37(7):766–73.
8. Hirschle ALTeixeira, Gondim SMGuedes. Estresse e bem-estar no trabalho: uma revisão de literatura. *Cien Saude Colet*. 2020 Jul;25(7):2721–36.
9. Hwang WJu, Jo HHee. Impact of Mental Health on Wellness in Adult Workers. *Front Public Health*. 2021 Dec 16;9.
10. Harvey SB, Modini Matthew, Joyce Sadhbh, Milligan-Saville JS, Tan Leona, Mykletun Arnstein, et al. Can work make you mentally ill? A systematic meta-review of work-related risk factors for common mental health problems. *Occup Environ Med*. 2017 Apr;74(4):301–10.
11. Khalid A, Syed J. Mental health and well-being at work: A systematic review of literature and directions for future research. *Human Resource Management Review*. 2024 Mar;34(1):100998.
12. Vignola RCBatistelli, Tucci AMarcassa. Adaptation and validation of the depression, anxiety and stress scale (DASS) to Brazilian Portuguese. *J Affect Disord*. 2014 Feb;155:104–9.
13. Lovibond PF, Lovibond SH. The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*. 1995 Mar;33(3):335–43.
14. Luo Jie, Xian Guohui, Yao Chengkui, Jin Jie, Zhao Jianhua, Song Xi, et al. Further validating of the Depression Anxiety Stress Scales-21 (Dass-21) in Chinese adolescents: factor structure and measurement invariance. *BMC Public Health*. 2025 Jun 4;25(1):2073.
15. Adu Peter, Popoola Tosin, Iqbal Naved, Medvedev ON, Simpson CR. Validating the depression anxiety stress scales (DASS-21) across Germany, Ghana, India, and New Zealand using Rasch methodology. *J Affect Disord*. 2025 Aug;383:363–73.
16. Marijanović Inga, Kraljević Marija, Buhovac Teo, Cerić Timur, Mekić Abazović Alma, Alidžanović Jasmina, et al. Use of the Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21) Questionnaire to Assess Levels of Depression, Anxiety, and Stress in Healthcare and Administrative Staff in 5 Oncology Institutions in Bosnia and Herzegovina During the 2020 COVID-19 Pandemic. *Medical Science Monitor*. 2021 Feb 17;27.