



Notícias...Estresse, saúde Mental e produtividade.

Os transtornos mentais ocupam o 3º lugar nos afastamentos do INSS. Um estudo realizado em 2007 pela Unifesp, em parceria com o Ministério da Saúde, revelou que metade dos afastamentos do trabalho ocorre por transtornos mentais. Diante desse quadro a prevenção é um fator primordial e determinante.

Fonte: Revista Você S/A



'Stress' domina doenças profissionais em 2020

O stress profissional vai ser, dentro de dez anos, a principal origem de doenças laborais, destronando a liderança actual das doenças músculo-esqueléticas, prevê o Observatório Europeu dos Riscos. No primeiro relatório daquele organismo, dedicado aos riscos psicossociais do trabalho, conclui-se que as mudanças que estão a atravessar o mundo laboral - desde as tecnológicas, à precarização dos contratos, passando pela redução de trabalhadores e intensificação dos ritmos - vão resultar no aumento do número de pessoas afetadas por doenças relacionadas com o stress. O que poderá originar uma "grave deterioração da saúde mental e física dos trabalhadores".

Atualmente, o stress é já considerado o segundo problema de saúde relacionado com o trabalho mais comum na Europa, afetando 22% dos trabalhadores na União Europeia, de acordo com dados de 2005. E está na origem de metade dos dias de trabalho perdidos por faltas.

As exigências emocionais elevadas, como a violência e intimidação, e que estão sinalizadas com quatro pontos, suscitam, segundo o relatório, cada vez mais preocupações. Na mesma posição está também a dificuldade de conciliar a vida familiar e profissional, uma vez que os horários de trabalho longos e inflexíveis criam dificuldades adicionais, sobretudo, às mulheres.

As profissões nos ramos da saúde, educação, emergência e segurança, atendimento ao grande público, mercados financeiros, mas também em novos sectores como os call centers, são das mais expostas ao stress. A receita da Agência Europeia para a Segurança e Saúde no Trabalho é monitorizar e melhorar o ambiente de trabalho a nível psicossocial. A promoção da saúde mental e emocional dos funcionários visa reduzir custos, evitar o desgaste profissional, pessoal e familiar, diminuir a quantidade de afastamentos e, por conseqüência, reduzir o número de contratações temporárias por parte das organizações. Um trabalhador afastado repercute em todos os níveis, desde o RH, que necessita buscar um substituto, sua própria área que fica desfalcada gerando sobrecarga para os outros funcionários, desgasta a imagem do afastado perante a empresa, diminui sua auto-estima e repercute no relacionamento familiar.

Fonte: Diário de Notícia, 2008.

Todo este quadro inspiram cuidados. Contudo, se a organização adota condutas preventivas, que possibilitem aos funcionários e chefias, recursos para identificar sintomas de maneira precoce, a chance de tratamento e resultados mais eficientes



tornam-se mais prováveis, prevenindo os custos diretos e indiretos que tais problemas acarretariam tardiamente.

Um trabalhador afastado repercute problemas em todos os níveis:

Para a empresa:

- ✓ Que necessita buscar um substituto,
- ✓ Gera sobrecarga para os outros funcionários que são solicitados cobrir a área desfalcada

Para o funcionário:

- ✓ Desgasta a imagem do afastado perante a empresa,
- ✓ Diminui sua auto-estima e
- ✓ Repercute na qualidade do relacionamento familiar.



Para que tal processo ocorra de maneira satisfatória, é de fundamental importância evitar o estigma e o preconceito em relação ao problema, tratando-a como um segmento da área da saúde como outro qualquer. O programa de saúde mental deve atuar na promoção, prevenção, intervenção, remediação e reintegração do colaborador quando necessário. Sua realização viabiliza a redução de custos, evita o desgaste profissional, pessoal e familiar, diminuindo a quantidade de afastamentos e, por consequência, o número de contratações temporárias por parte das organizações.

Conheça os [Projetos de Gerenciamento do Estresse](#) do NDH