



Africa\_images\_CANVA

SAÚDE MENTAL  
EM RISCO

# OS PRINCIPAIS DESAFIOS PSICOSSOCIAIS NAS EMPRESAS BRASILEIRAS

A saúde mental dos trabalhadores brasileiros enfrenta uma pressão crescente, em um contexto no qual os riscos psicossociais ganham cada vez mais relevância dentro das empresas.

Ricardo Queiroz (\*)

Entre os principais fatores, destacam-se quatro frentes que alimentam estresse, ansiedade e burnout: a insegurança organizacional, o assédio moral e sexual, os conflitos interpessoais e a perpetuação de culturas tóxicas. Os números já refletem a gravidade do problema, evidenciando que não se trata de questões intangíveis, mas de fatores que impactam diretamente pessoas e negócios.

Segundo o INSS, em 2024, os afastamentos por transtornos mentais atingiram o maior volume dos últimos dez anos, registrando um aumento de 68% em relação a 2023. Além disso, de acordo com o Ministério da Saúde, somente no ano passado foram registradas mais de 30 mil internações por depressão no SUS, muitas vezes relacionadas a ambientes de trabalho hostis. A dificuldade de equilibrar vida pessoal e profissional também pesa, os atendimentos ambulatoriais por ansiedade no SUS ultrapassaram 671 mil casos no mesmo período. Esses dados deixam claro que os riscos psicossociais não são secundários. Eles já impactam diretamente milhões de pessoas e, como consequência, comprometem a produtividade, a reputação e a sustentabilidade dos negócios brasileiros.

Além disso, com base em informações do INSS, a síndrome de burnout teve um crescimento de quase 1.000% em dez anos, embora ainda subnotificada.

Os dados mostram que os setores mais vulneráveis são aqueles que exigem muito do colaborador sem oferecer suporte proporcional. A vulnerabilidade, no entanto, não é sinal de fraqueza das empresas, mas de contextos que pedem políticas mais consistentes de prevenção e cuidado. Quando organizações expostas assumem esse protagonismo, não apenas reduzem afastamentos e custos, mas também constroem ambientes sustentáveis, capazes de reter talentos e garantir resultados no longo prazo.

### Prevenção de riscos psicossociais

Quando uma empresa previne e gerencia riscos psicossociais, cria as condições para que as pessoas trabalhem com clareza, equilíbrio e energia, fatores que se traduzem diretamente



berkeley8\_CANVA

em produtividade e resultados. Do ponto de vista humano, colaboradores que se sentem seguros e respeitados tendem a apresentar maior engajamento e disposição para colaborar. Já sob a ótica estratégica, trata-se de um investimento com retorno mensurável, de acordo com pesquisas da Deloitte, cada real aplicado em programas de saúde mental pode gerar até R\$4 em retorno.

No Brasil, os números reforçam essa lógica. Em 2024, o INSS registrou o maior número já visto por afastamentos envolvendo a saúde mental de colaboradores. O impacto vai muito além do custo

financeiro, envolve perda de talentos, quebra de continuidade e erosão da confiança dentro das equipes. Além disso, na prática, empresas que implementam programas de acompanhamento psicossocial e check-ups emocionais periódicos conseguem reduzir em até 30% os afastamentos por transtornos mentais. Isso significa menos custos, mas também mais vitalidade, criatividade e retenção de talentos.

### Tecnologia como uma grande aliada

A inclusão dos riscos psicossociais na NR-1 representou um avanço significativo para a gestão de saúde e segurança no trabalho. O grande desafio das empresas é transformar essa exigência em processos contínuos, mensuráveis e estratégicos. É exatamente nesse ponto que a tecnologia faz diferença. Plataformas digitais permitem diagnósticos em escala, aplicando avaliações em toda a força de trabalho de forma ágil, padronizada e com segurança de dados. Isso dá às organizações uma visão precisa da realidade, substituindo achismos por evidências concretas.

Além disso, os resultados ficam registrados em dashboards integrados ao PGR e ao PCMSO, garantindo organização, rastreabilidade e solidez em auditorias e fiscalizações. Com inteligência de dados, ainda é possível identificar padrões de risco antes que se tornem críticos, reduzindo custos com afastamentos.

“ Em 2024, o INSS registrou o maior número já visto por afastamentos envolvendo a saúde mental de colaboradores. O impacto vai muito além do custo financeiro, envolve perda de talentos, quebra de continuidade e erosão da confiança dentro das equipes.

Mais do que atender à legislação, a tecnologia se consolida como uma aliada estratégica ao direcionar investimentos de forma assertiva. Em vez de dispersar recursos em ações genéricas, as empresas podem personalizar benefícios, políticas e programas de bem-estar com base em evidências reais, potencializando o impacto de cada real investido. Ao mesmo tempo, essas plataformas fortalecem a cultura de cuidado ao oferecer feedbacks, conteúdos educativos e canais de apoio que ajudam a reduzir o tabu em torno da saúde mental no trabalho. Em outras palavras, a tecnologia cria a infraestrutura necessária para que a gestão de riscos psicossociais deixe de ser mera burocracia e se torne parte central da estratégia de pessoas e de negócios.

Ricardo Queiroz é CEO da Flora Insights, uma plataforma digital especializada e pioneira no diagnóstico e gestão de riscos psicossociais ocupacionais, e cofundador da Shawee, maior plataforma de hackathons da América Latina. Sua carreira foi transformada por experiências globais em tecnologia, que o levaram a contribuir ativamente para o ecossistema de inovação, também com foco em riscos psicossociais e cultura digital.



tadamichi\_CANVA