

PSICOLOGIA E TRABALHO

Uma Publicação AGP/NAIS em parceria com o Curso de Psicologia da Uesb.



Depressão no ambiente de trabalho

A depressão causa considerável impacto na saúde física e mental e na qualidade de vida das pessoas acometidas; ela é, entre todas as doenças físicas e mentais, uma das principais causas daquilo que a Organização Mundial da Saúde (OMS) chama de “anos vividos com incapacidades” (YLDs, years lived with disability) e “perda de anos em termos de morte prematura e perda de anos de vida produtiva” (DALY Disability Adjust Life Years). A DALY relacionada à depressão foi associada, em 2010, a cerca de 16 milhões de suicídios (Ferrari et al., 2013). Do ponto de vista psicopatológico, as síndromes depressivas têm com elementos mais salientes o humor triste e, na esfera volitiva, o desânimo, mais ou menos marcante. Tal tristeza e desânimo são, na depressão desproporcionalmente mais intensos e duradouros do que nas respostas normais de tristeza que ocorrem ao longo da vida (Del Pino, 2003).

Principais sinais e sintomas da depressão de acordo com o DSM-5 TR:

- Humor deprimido na maior parte do dia, quase todos os dias. Interesse ou prazer nitidamente diminuído em todas, ou quase todas, as atividades na maior parte do dia, quase todos os dias;
- Perda de peso significativa quando não está fazendo dieta ou ganho de peso, ou diminuição ou aumento do apetite quase todos os dias;
- Uma desaceleração do pensamento e uma redução do movimento físico (observável por outros, não apenas sentimentos subjetivos de inquietação ou desaceleração);
- Fadiga ou perda de energia quase todos os dias;
- Sentimentos de inutilidade ou culpa excessiva ou inadequada quase todos os dias;
- Capacidade diminuída de pensar ou se concentrar, ou indecisão, quase todos os dias;
- Pensamentos recorrentes de morte, ideação suicida recorrente sem uma tentativa de suicídio, um plano específico ou não para cometer suicídio;

Depressão e trabalho

Dejours (apud Cavalheiro, 2019), pondera que o “ Trabalho pode ser entendido como fonte de prazer e realização; representa o que de mais humano existe no homem, a capacidade de expressar sua “marca essencial” - a subjetividade -fator fundamental ao equilíbrio e desenvolvimento humano”. Em Contraponto, o trabalhador pode ter nesse mesmo meio que lhe trás realizações e prazer, sentimentos de angústia e sofrimento.

Conforme Manneti et al (2007) a literatura mostra que os fatores desencadeantes associados podem estar relacionados a fatores internos ao ambiente e processo de trabalho, como: os setores de atuação profissional, o turno, o relacionamento interpessoal, a sobrecarga, serviço, os problemas na escala, a autonomia na execução de tarefas, a assistência a clientes, o desgaste, o suporte social, a insegurança, o conflito de interesses, e as estratégias de enfrentamento desenvolvidas; e a fatores externos ao trabalho, como: sexo, idade, carga de trabalho doméstico, suporte e renda familiar, estado de saúde geral do trabalhador, e as características individuais.



Caso sinta necessidade da ajuda de um profissional você pode entrar em contato com o seguintes núcleos:

Núcleo de Atenção Integral ao Servidor – NAIS, localizado na UESB, campus de Vitória da Conquista.

·NUPPSI - Núcleo de Práticas Psicológicas da UESB - Tv. João Pessoa, 369 - Centro, Vitória da Conquista - BA. CEP: 45000-795. Telefone: [\(77\) 3424-1045](tel:(77)3424-1045).

·Ambulatório de Saúde Mental de Vitória da Conquista - Av. Olívia Flores, Complexo de Saúde (CEMAE) nº 3000 - Candeias, Vitória da Conquista - BA. CEP: 45000-100. Telefone: (77)342 9-3481.

·UNIFTC - Rua Ubaldino Figueira, 200 - Recreio, CEP: 45020-510. Telefone: (77) 3424-3735

·Serviço de Psicologia da Universidade Federal da Bahia - (UFBA). Rua Jonas Hortélio, 377, Bairro – Recreio, Vitória da Conquista – BA. CEP: 45020-330. Telefone: (77) 3421-6258.

Expediente

Autores: Andressa Pereira de Carvalho dos Santos, Carlos Moisés Soglia de Melo, Jailza Figueredo Meira, Joelma Souza Pereira e Noilma Souza de Oliveira.

Orientação: Pablo Jacinto

Edição : Luiz Pedro Passos e Jaqueline Barreto

Contato: nais@uesb.edu.br



UESB

AGP

Assessoria Especial de
Gestão de Pessoas

NAIS

Núcleo de Atenção
Integral ao Servidor

Referências

MANNETI;MARZIELLE. Fatores associados à depressão relacionada ao trabalho de enfermagem. *Estud. psicol. Natal*, 2007. Disponível em <<https://www.scielo.br/j/epsic/a/rNXFZgBx3DK85WB454fZcwg/?lang=pt#>> Acesso em 30 de maio de 2023.

American Psychiatric Association (APA). *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-5*. 5. ed. Porto Alegre: artmed, 2014.

Cavalheiro, Gabriela e Tolfo, Suzana da Rosa. Trabalho e depressão: um estudo com profissionais afastados do ambiente laboral. *Psico-USF [online]*. 2011, v. 16, n. 2 pp. 241-249. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1413-82712011000200013>>. Epub 31 Out 2011. ISSN 2175-3563. <https://doi.org/10.1590/S1413-82712011000200013>. Acessado em: 30 de maio de 2023.