

A VULNERABILIDADE OCUPACIONAL NA CONSTRUÇÃO CIVIL: UMA ANÁLISE DOS FATORES PSICOSSOCIAIS E SUAS REPERCUSSÕES NA SAÚDE MENTAL

OCCUPATIONAL VULNERABILITY IN CIVIL CONSTRUCTION: AN ANALYSIS OF PSYCHOSOCIAL FACTORS AND THEIR REPERCUSSIONS ON MENTAL HEALTH

VULNERABILIDAD OCUPACIONAL EN LA CONSTRUCCIÓN CIVIL: UN ANÁLISIS DE LOS FACTORES PSICOSOCIALES Y SUS REPERCUSIONES EN LA SALUD MENTAL

Célia Pereira Alencar Santos¹

Jean Moura Lopes²

Elissandra de Jesus Oliveira Ramos³

Edmundo Roberto Demarchi⁴

Ana Angelica da Silva⁵

Jenina Ferreira Nunes⁶

Quemili de Cássia Dias de Sousa⁷

2124

RESUMO: A indústria da construção civil, embora fundamental para o desenvolvimento econômico, expõe seus trabalhadores a riscos psicossociais que comprometem a saúde, a produtividade e a segurança. O presente estudo objetiva investigar tais riscos, avaliando seus efeitos sobre a saúde mental, o bem-estar e a produtividade dos trabalhadores do setor, com o intuito de propor soluções que melhorem as condições laborais e mitiguem seus impactos negativos. Este trabalho consiste em uma revisão bibliográfica qualitativa, com foco na investigação aprofundada dos riscos psicossociais e seus impactos na saúde mental dos trabalhadores da construção civil. As buscas foram realizadas nas bases de dados SciELO, PePSIC e LILACS, com um recorte temporal de 2020 a 2025, utilizando as palavras-chave: Construção Civil; Estresse Ocupacional; Saúde Mental e Segurança do Trabalho. Os resultados revelam que a falta de reconhecimento e valorização, relações de trabalho tensas e longas jornadas de trabalho intensificam o quadro de estresse ocupacional, levando a consequências como fadiga crônica, síndrome de burnout e outros transtornos de saúde mental. Conclui-se que a adoção de políticas organizacionais voltadas à saúde mental, a promoção de suporte psicológico, a valorização do trabalhador e a implementação de práticas de gestão de estresse podem reduzir significativamente os efeitos adversos desses riscos no setor.

Palavras-chave: Construção Civil. Estresse Ocupacional. Saúde Mental. Segurança do Trabalho.

¹Discente do Curso de Psicologia, Faculdade Mauá GO.

²Especialista, Tecnologia Bim para engenheiros.Faculdade Mauá-GO.

³Neuropsicóloga Clinica, mestrandona em Psicologia pela UCB, Faculdade Mauá GO e Clinica Affeto Ldta.

⁴Especialista em Engenharia Civil, Faculdade Mauá GO.

⁵Pós-graduada mais alta, Faculdade Mauá -Go.

⁶Docente Faculdade Mauá Go, mestrandona Universidade Católica de Brasília.

⁷Especialista em Gestão, Faculdade Mauá-GO.

ABSTRACT: The construction industry, although fundamental to economic development, exposes its workers to psychosocial risks that compromise their health, productivity, and safety. This study aims to investigate these risks, assessing their effects on the mental health, well-being, and productivity of construction workers, with the aim of proposing solutions to improve working conditions and mitigate their negative impacts. This work consists of a qualitative literature review, focusing on in-depth investigation of psychosocial risks and their impacts on the mental health of construction workers. Searches were conducted in the SciELO, PePSIC, and LILACS databases, covering the period 2020 to 2025, using the keywords: Civil Construction; Occupational Stress; Mental Health and Safety at Work. The results reveal that a lack of recognition and appreciation, strained working relationships, and long working hours intensify occupational stress, leading to consequences such as chronic fatigue, burnout syndrome, and other mental health disorders. It is concluded that the adoption of organizational policies focused on mental health, the promotion of psychological support, the appreciation of workers, and the implementation of stress management practices can significantly reduce the adverse effects of these risks in the sector.

Keywords: Civil Construction. Occupational Stress. Mental Health. Occupational Safety.

RESUMEN: La industria de la construcción, aunque fundamental para el desarrollo económico, expone a sus trabajadores a riesgos psicosociales que comprometen su salud, productividad y seguridad. Este estudio tiene como objetivo investigar estos riesgos, evaluando sus efectos en la salud mental, el bienestar y la productividad de los trabajadores de la construcción, con el objetivo de proponer soluciones para mejorar las condiciones laborales y mitigar sus impactos negativos. Este trabajo consiste en una revisión bibliográfica cualitativa, centrada en la investigación en profundidad de los riesgos psicosociales y sus impactos en la salud mental de los trabajadores de la construcción. Se realizaron búsquedas en las bases de datos SciELO, PePSIC y LILACS, cubriendo el período 2020 a 2025, utilizando las palabras clave: Construcción Civil; Estrés Ocupacional; Salud Mental y Seguridad en el Trabajo. Los resultados revelan que la falta de reconocimiento y valoración, las relaciones laborales tensas y las largas jornadas laborales intensifican el estrés ocupacional, lo que lleva a consecuencias como la fatiga crónica, el síndrome de burnout y otros trastornos de salud mental. Se concluye que la adopción de políticas organizacionales centradas en la salud mental, la promoción del apoyo psicológico, la valoración de los trabajadores y la implementación de prácticas de gestión del estrés pueden reducir significativamente los efectos adversos de estos riesgos en el sector.

2125

Palavras chave: Construcción Civil. Estrés Laboral. Salud Mental. Seguridad Laboral.

INTRODUÇÃO

A indústria da construção civil é um dos setores mais dinâmicos e essenciais para o desenvolvimento econômico, sendo responsável pela criação de infraestrutura e habitação. No entanto, é também uma área de trabalho caracterizada por condições desafiadoras, como prazos apertados, ambientes de risco e demandas físicas intensas. Além dos riscos físicos e ergonômicos, os trabalhadores da construção civil estão expostos a diversos riscos psicossociais, que podem impactar sua saúde mental, produtividade e segurança (CNOP, 2021).

Os riscos psicossociais envolvem fatores como estresse devido à sobrecarga de trabalho, pressão por desempenho, instabilidade no emprego, dificuldades nas relações interpessoais e exposição a ambientes de trabalho inseguros. A ausência de políticas adequadas de suporte emocional e organizacional pode contribuir para o desenvolvimento de transtornos como ansiedade, depressão e síndrome de burnout (Ruedell; Gonçalves, 2021).

Os efeitos dos riscos psicossociais no trabalho podem ser observados em indicadores preocupantes de saúde mental no Brasil. Estima-se que cerca de 30% dos trabalhadores apresentem síndrome de burnout, o que corresponde a aproximadamente 28 milhões de pessoas afetadas. Além disso, levantamentos recentes revelam que 78% da força de trabalho brasileira relatam níveis moderados ou graves de estresse ocupacional, sendo que 58% manifestam sintomas compatíveis com depressão. Esse cenário repercute diretamente no sistema previdenciário: apenas em 2023, os benefícios por incapacidade associados a transtornos mentais registraram um aumento de 38%, totalizando 288.865 concessões no país (WHO, 2022).

Segundo Clinchamps (2024) o estresse ocupacional em profissionais da engenharia civil já evidenciam fatores críticos, como a sobrecarga de responsabilidades, o desequilíbrio entre vida profissional e pessoal e a prevalência de altos níveis de estresse. Além disso, estudos indicam que trabalhadores da construção frequentemente enfrentam ambientes inseguros, exposição a múltiplos fatores de risco e carência de suporte adequado em saúde mental.

2126

Diante desse cenário, este estudo tem como objetivo geral investigar os riscos psicossociais na indústria da construção civil, avaliando seus efeitos sobre a saúde mental, o bem-estar e a produtividade dos trabalhadores, a fim de propor soluções que contribuam para a melhoria das condições de trabalho e para a redução de seus impactos negativos no setor. Compreendendo a magnitude desses impactos na vida dos trabalhadores é fundamental para o desenvolvimento de estratégias eficazes de enfrentamento. A criação de ambientes laborais mais seguros e saudáveis, em suas dimensões físicas e psicológicas, não apenas favorece o bem-estar e a qualidade de vida dos profissionais, como também fortalece a produtividade e a eficiência do setor.

MÉTODOS

Trata-se revisão bibliográfica com abordagem qualitativa, com o intuito de investigar de forma aprofundada os riscos psicossociais na indústria da construção civil e seus impactos na saúde mental dos trabalhadores. Realizou-se buscas nas bases de dados SciELO, PePSIC e LILACS, com recorte temporal de 2020 a 2025 utilizando-se as palavras-chaves: Construção Civil; Estresse Ocupacional; Saúde Mental e Segurança do Trabalho.

Foram adotados como critérios de inclusão artigos completos disponíveis em português, inglês ou espanhol, publicados no período estabelecido, com acesso livre e que tratem diretamente de riscos psicossociais no contexto ocupacional, especialmente relacionados à construção civil. Já os critérios de exclusão, foram desconsiderados trabalhos duplicados, resumos simples, artigos de opinião, capítulos de livros, teses e dissertações não indexadas nas bases escolhidas, bem como estudos que abordem riscos psicossociais em outros setores sem relação direta com a indústria da construção. Essa estratégia metodológica permite reunir evidências relevantes, possibilitando uma análise crítica e integradora dos dados disponíveis para subsidiar a discussão e a proposição de medidas preventivas.

RESULTADOS

A indústria da construção civil desempenha papel essencial no desenvolvimento de infraestrutura e habitação urbana, mas configura-se também como um dos ambientes de trabalho mais desafiadores, caracterizado por uma elevada exposição a riscos psicossociais que afetam diretamente a saúde mental e o bem-estar dos trabalhadores. Esses riscos transcendem as condições físicas, como acidentes e lesões, abrangendo fatores emocionais, sociais e organizacionais que, quando persistentes, podem ocasionar prejuízos psicológicos significativos ao longo do tempo (Ferreira et al., 2025).

2127

O estresse ocupacional destaca-se como um dos riscos psicossociais mais frequentes na indústria da construção civil, originando-se da interação entre altas demandas de trabalho e baixo controle sobre as atividades desempenhadas, conforme descrito no modelo Demanda-Controle de Karasek (1979). Nesse setor, os trabalhadores enfrentam constantemente prazos apertados, tarefas fisicamente desgastantes e pressões por produtividade, enquanto dispõem de pouca autonomia sobre os métodos e o planejamento de suas atividades. Essa combinação gera um ambiente de elevada tensão, aumentando a probabilidade de surgimento de transtornos como ansiedade e depressão. Quando a autonomia do trabalhador é limitada e suas necessidades individuais são frequentemente negligenciadas em função da eficiência operacional, o risco de

desenvolvimento de estresse crônico torna-se substancial, impactando diretamente sua saúde mental e seu bem-estar (Clinchamps, 2024).

Ademais, os riscos psicossociais no ambiente de trabalho referem-se a fatores que podem comprometer a saúde mental e o bem-estar dos trabalhadores, resultando em estresse, ansiedade, depressão e outros transtornos psicológicos. Esses riscos emergem das interações entre as condições de trabalho, a organização do trabalho, o ambiente social e os comportamentos individuais, afetando diretamente a qualidade de vida e a produtividade dos profissionais (De Sá et al., 2023).

Decorrente de fatores como prazos apertados, pressão para atingir metas, trabalho em ambientes de alta demanda e exposição a condições perigosas contribuem significativamente para o estresse ocupacional nesse setor. Além disso, a falta de reconhecimento e valorização, relações de trabalho tensas e longas jornadas de trabalho agravam ainda mais o quadro, levando a consequências como fadiga crônica, esgotamento (burnout) e transtornos de saúde mental (De Sá et al., 2023).

Para Madeira e Martins (2022) outro risco significativo na construção civil está relacionado à exposição a condições de trabalho inseguras, que, além de provocarem acidentes físicos, geram elevados níveis de estresse psicológico. Os trabalhadores estão frequentemente sujeitos a situações de perigo, como quedas, ferimentos ocasionados por máquinas e ferramentas ou desabamentos. O medo constante de acidentes pode desencadear transtornos como estresse pós-traumático (TEPT), ansiedade generalizada e depressão. A percepção contínua de insegurança contribui para uma sensação persistente de vulnerabilidade, que, ao longo do tempo, pode comprometer seriamente a saúde mental. Essa exposição constante ao perigo favorece a fadiga emocional e mantém o trabalhador em estado de alerta permanente, prejudicando a concentração e aumentando a probabilidade de erros e acidentes.

2128

DISCUSSÃO

Segundo Patrício (2023) as relações hierárquicas rígidas e, em muitos casos, a prevalência de valores de masculinidade e dureza emocional também dificultam a comunicação sobre questões de saúde mental. A ideia de que um trabalhador precisa ser forte e resiliente, sem espaço para demonstrar fragilidade emocional, perpetua o estigma em torno da saúde mental, dificultando o reconhecimento de problemas psicológicos, como ansiedade e depressão, e torna os trabalhadores mais relutantes em buscar ajuda. Além disso, a presença de violência

psicológica, como assédio moral e humilhações por parte de superiores ou colegas, é um fator importante que contribui para o sofrimento emocional. Essas dinâmicas tóxicas podem resultar em baixa autoestima, frustração e até em despersonalização, onde os trabalhadores se sentem como meros objetos dentro da organização.

Outro fator relevante é o isolamento social que muitos trabalhadores da construção civil enfrentam, especialmente aqueles que atuam em locais distantes de suas residências, como em obras fora das grandes cidades. Esse isolamento físico e emocional pode levar a sentimentos de solidão, alienação e falta de apoio social, que são potentes fatores de risco para transtornos de saúde mental, como depressão e distúrbios de ansiedade. O trabalhador, frequentemente longe da família e de redes de apoio, pode sentir-se desconectado da sua vida pessoal, o que agrava a percepção de desamparo e pode levar à dificuldade de enfrentamento dos estressores diários (Ferreira et al., 2025).

A falta de tempo para lazer e descanso também é um aspecto significativo que contribui para o desgaste emocional dos trabalhadores. A jornada de trabalho frequentemente extensa e irregular, somada à pressão para cumprir prazos, reduz as oportunidades para os trabalhadores se recuperarem física e mentalmente. A falta de um equilíbrio entre vida pessoal e profissional é um fator determinante para o esgotamento emocional (burnout), onde os trabalhadores, além de estarem fisicamente exaustos, se sentem emocionalmente distantes de suas tarefas e da organização (Patrício, 2023).

2129

Além disso, o estigma relacionado à saúde mental na construção civil faz com que os trabalhadores frequentemente negligenciam ou ocultam os sinais de sofrimento emocional. A abordagem tradicional do não falar sobre problemas emocionais ou sobre dificuldades psicológicas, ainda prevalente em muitas culturas organizacionais, impede que os trabalhadores busquem ajuda quando necessário. Essa resistência em tratar a saúde mental como uma prioridade pode agravar ainda mais os problemas, levando a um ciclo de sofrimento não tratado que impacta tanto a saúde individual quanto o desempenho da equipe (CNOP, 2021).

Para Marques et al. (2025) a implementação de políticas de gestão do estresse, treinamentos para o reconhecimento e manejo da saúde mental e a criação de ambientes de trabalho mais colaborativos e seguros são essenciais para mitigar os impactos negativos dos riscos psicossociais e promover o bem-estar dos trabalhadores. Somente com essas ações será possível reduzir os efeitos adversos sobre a saúde mental e melhorar as condições de trabalho na construção civil.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da análise dos riscos psicossociais na indústria da construção civil, este estudo evidenciou que fatores como estresse ocupacional, insegurança no emprego, exposição a condições perigosas, longas jornadas de trabalho, isolamento social, falta de reconhecimento e hierarquias rígidas têm impactos significativos sobre a saúde mental e o bem-estar dos trabalhadores. Esses elementos contribuem para o desenvolvimento de transtornos como ansiedade, depressão, burnout e transtorno de estresse pós-traumático, além de comprometer a produtividade e a segurança no ambiente laboral.

O estudo também destacou a importância de compreender a magnitude desses riscos para subsidiar estratégias de prevenção e mitigação, atendendo aos objetivos específicos de identificar e analisar os principais fatores de risco, bem como propor soluções que promovam ambientes de trabalho mais saudáveis. Observou-se que a criação de políticas organizacionais voltadas à saúde mental, a promoção de suporte psicológico, a valorização do trabalhador e a adoção de práticas de gestão de estresse podem reduzir significativamente os efeitos adversos desses riscos.

Portanto, a pesquisa reafirma que a gestão adequada dos riscos psicossociais na construção civil é essencial não apenas para proteger a saúde emocional dos profissionais, mas também para garantir maior eficiência e sustentabilidade do setor. A implementação de medidas preventivas e a construção de uma cultura organizacional saudável constituem passos fundamentais para mitigar os impactos negativos identificados, promovendo o bem-estar dos trabalhadores e fortalecendo o desempenho organizacional como um todo.

2130

REFERÊNCIAS

CLINCHAMPS, Maëlys et al. Exploring the relationship between occupational stress, physical activity and sedentary behavior using the Job-Demand-Control Model. *Frontiers in Public Health*, v. 12, p. 1392365, 2024.

CNOP, Conselho Nacional das Ordens Profissionais. Grupo de Trabalho no Âmbito dos Riscos Psicossociais. CNOP, 2021 Disponível em: <https://www.cnop.pt/docs/2021/10/cnop-gt-riscospsicossociais.pdf>, Acesso em: 07 set. 2025

DE SÁ, R. M. et al. Avanços na construção civil através do desempenho otimizado do gerenciamento dos riscos psicossociais com utilização da psicodinâmica do trabalho. *Revista Foco*, v. 16, n. 02, p. e963-e963, 2023.

FERREIRA, G. G. S. et al. Segurança no trabalho na construção civil: os impactos dos fatores psicossociais sobre a saúde mental dos trabalhadores. *Revista DCS*, v. 22, n. 81, p. e3208-e3208, 2025.

MARQUES, N. R.P.C. et al. Saúde mental na indústria da construção civil: um desafio a ser enfrentado. *BIUS-Boletim Informativo Unimotrisaúde em Sociogerontologia*, v. 51, n. 45, p. 1-17, 2025.

MADEIRA, T. P.; MARTINS, M. G. T. A psicologia nas organizações: estresse e manejo do estresse em trabalhadores. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 8, n. 10, p. 1657-1678, 2022.

PATRÍCIO, A.C. C. et al. Fatores de risco psicossocial no trabalho e suas consequências para a saúde mental dos trabalhadores. *Revista Contemporânea*, v. 3, n. 12, p. 29234-29267, 2023.

RÜEDELL, F. T.; GONÇALVES, J. Riscos psicossociais no trabalho de auxiliares de cozinha de uma indústria. *Psi Unisc*, v. 5, n. 2, p. 95-108, 2021.

WHO, World mental health report: transforming mental health for all.

Geneva: World Health Organization; 2022. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO