doi.org/10.51891/rease.v12i11.32457

A ATUAÇÃO DA PSICOLOGIA ORGANIZACIONAL E DO TRABALHO NA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL E NO MANEJO DO ESTRESSE OCUPACIONAL

THE ROLE OF ORGANIZATIONAL AND WORK PSYCHOLOGY IN PROMOTING MENTAL HEALTH AND MANAGING OCCUPATIONAL STRESS

EL DESEMPEÑO DE LA PSICOLOGÍA ORGANIZACIONAL Y DEL TRABAJO EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL Y EN EL MANEJO DEL ESTRÉS OCUPACIONAL

Saul de Melo Ibiapina Neres[1]
Brendon Hallan Sousa Ribeiro[2]
Eliene Maura da Costa Ramos Meneses[3]

RESUMO: Esse artigo buscou analisar as contribuições da atuação do Psicólogo Organizacional e do Trabalho na promoção da saúde mental e no manejo do estresse ocupacional. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, de abordagem qualitativa e caráter descritivo, baseada em publicações científicas sobre saúde mental, condições de trabalho e estresse ocupacional. Os estudos analisados apontaram que a sobrecarga de atividades, a baixa autonomia, os conflitos entre colegas, a insegurança e a falta de apoio da organização estão relacionados ao estresse e ao sofrimento psicológico dos trabalhadores. Também foram identificadas possibilidades de atuação do psicólogo na prevenção do adoecimento, na identificação de fatores de risco e na realização de ações voltadas à saúde mental. Os resultados mostram que essas ações precisam considerar não apenas as dificuldades enfrentadas pelos trabalhadores, mas também as condições em que o trabalho é realizado. Além disso, observou-se que nem todas as intervenções descritas na literatura apresentam evidências suficientes sobre seus resultados. Conclui-se que o Psicólogo Organizacional e do Trabalho pode contribuir para a saúde mental dos trabalhadores por meio de ações preventivas que considerem as necessidades dos profissionais e as condições do ambiente de trabalho.

Palavras-chave: Psicologia Organizacional e do Trabalho. Estresse ocupacional. Saúde mental.

ABSTRACT: This article aims to analyze the contributions of the work of the organizational psychologist and the work in promoting mental health and the management of labor stress. This is a narrative review of literature, with a qualitative focus and descriptive character, based on scientific publications on mental health, working conditions and labor stress. The analyzed studies revealed that the overload of activities, low autonomy, conflicts between partners, insecurity and the lack of support from the organization are related to the stress and psychological distress of workers. In this way, possibilities for intervention by the psychologist in the prevention of illnesses, the detection of risk factors and the implementation of actions oriented towards mental health were identified. The results show that these actions must consider on the ground the difficulties that workers face, as well as the conditions in which the work is carried out. Furthermore, it was observed that not all interventions described in the literature contain sufficient evidence about their results. It is concluded that the organizational and work psychologist can contribute to the mental health of workers through preventive actions that take into account the needs of professionals and the conditions of the work environment.

Keywords: Organizational and Work Psychology. Occupational stress. Mental health.

[1]Psicólogo pela Universidade estadual do Piauí, Enfermeiro pela Faculdade Integral Diferencial, Mestre em Psicologia do Desenvolvimento e Políticas Públicas pela Faculdade Católica de Santos, Professor do curso de Psicologia do Instituto Centro Universitários Chrisfapi – UNICHRISFAPI.
[2]Discente do curso de Psicologia do Instituto Centro Universitários Chrisfapi – UNICHRISFAPI.
[3]Pedagoga, discente do curso de Psicologia do Instituto Centro Universitários Chrisfapi – UNICHRISFAPI.

RESUMEN: Este artículo tuvo como objetivo analizar las contribuciones de la labor del psicólogo organizacional y del trabajo en la promoción de la salud mental y el manejo del estrés laboral. Se trata de una revisión narrativa de la literatura, de enfoque cualitativo y carácter descriptivo, basada en publicaciones científicas sobre salud mental, condiciones de trabajo y estrés laboral. Los estudios analizados señalaron que la sobrecarga de actividades, la baja autonomía, los conflictos entre compañeros, la inseguridad y la falta de apoyo por parte de la organización están relacionados con el estrés y el sufrimiento psicológico de los trabajadores. Asimismo, se identificaron posibilidades de intervención del psicólogo en la prevención de enfermedades, la detección de factores de riesgo y la implementación de acciones orientadas a la salud mental. Los resultados muestran que dichas acciones deben considerar no solo las dificultades que enfrentan los trabajadores, sino también las condiciones en las que se realiza el trabajo. Además, se observó que no todas las intervenciones descritas en la literatura cuentan con evidencia suficiente sobre sus resultados. Se concluye que el psicólogo organizacional y del trabajo puede contribuir a la salud mental de los trabajadores mediante acciones preventivas que tengan en cuenta las necesidades de los profesionales y las condiciones del entorno laboral.

Palabras clave: Psicología organizacional y del trabajo. Estrés ocupacional. Salud mental.

INTRODUÇÃO

O trabalho ocupa um lugar importante na vida das pessoas e na organização da sociedade, tendo suas formas de realização se transformado ao longo da história em decorrência de mudanças econômicas, sociais e tecnológicas. Com a industrialização, consolidaram-se diferentes modelos de organização produtiva, como o Taylorismo, marcado pela racionalização das tarefas, o Fordismo, caracterizado pela produção em massa, e o Toyotismo, associado à flexibilidade dos processos produtivos. Essas transformações modificaram as exigências direcionadas aos trabalhadores e contribuíram para a ampliação dos conhecimentos psicológicos aplicados ao contexto organizacional. Inicialmente voltada à compreensão do comportamento e ao aprimoramento do desempenho profissional, a Psicologia passou a considerar também as relações interpessoais, os processos psicossociais e os aspectos relacionados à saúde e ao bem-estar dos trabalhadores (Silva; Hashimoto, 2022; Camillo; Moura, 2022; Bazanini; Cortez, 2023; Dourado; Santos; Forma, 2023).

A Psicologia Organizacional e do Trabalho dedica-se ao estudo das relações entre indivíduos, grupos, organizações e trabalho, considerando como o contexto laboral influencia o comportamento e as experiências dos trabalhadores. Sua atuação abrange aspectos como relações interpessoais, liderança, clima e cultura organizacional, desenvolvimento profissional e condições de trabalho. A análise dessas dimensões permite compreender tanto a dinâmica das organizações quanto suas repercussões sobre a satisfação, a qualidade de vida e a saúde dos trabalhadores (Tolfo; Monteiro; Heloani, 2023).

Nesse contexto, a atuação do psicólogo não se restringe aos processos de recrutamento, seleção e treinamento, podendo envolver a avaliação das condições organizacionais, o desenvolvimento de lideranças e o planejamento de ações voltadas à saúde dos trabalhadores. Essa atuação permite identificar fatores presentes nas relações e na organização do trabalho que podem favorecer ou prejudicar o bem-estar profissional, contribuindo para a prevenção do adoecimento e para a construção de ambientes organizacionais mais saudáveis (Dourado; Santos; Forma, 2023).

A relação entre trabalho e saúde envolve aspectos físicos, psicológicos, sociais e organizacionais. Embora o ambiente laboral possa favorecer o desenvolvimento, o reconhecimento e o bem-estar, condições inadequadas podem contribuir para o sofrimento dos trabalhadores. Nesse sentido, a saúde mental é influenciada pelas relações interpessoais, pelas demandas profissionais, pelo apoio recebido e pela forma como as atividades são organizadas. Assim, embora características individuais influenciem o modo de enfrentar as situações profissionais, as condições de trabalho também podem atuar como fatores de risco ou de proteção à saúde mental (Santos et al., 2024; Tolfo; Monteiro; Heloani, 2023).

Entre os aspectos que merecem atenção nesse contexto está o estresse ocupacional, que pode ocorrer quando as exigências do trabalho são percebidas como superiores aos recursos disponíveis para enfrentá-las. Sobrecarga de atividades, demandas elevadas, baixa autonomia, falta de apoio, conflitos, insegurança e ausência de reconhecimento podem intensificar a pressão vivenciada pelos trabalhadores. Quando essas condições persistem, podem contribuir para o sofrimento psicológico, problemas de saúde e alterações do sono, embora seus efeitos variem de acordo com as características individuais e o contexto profissional (Duchaine et al., 2020; Salla; Sticca; Carlotto, 2022).

Em contrapartida, o apoio social, o reconhecimento e as condições adequadas de trabalho podem contribuir para a proteção da saúde mental. A exposição aos riscos psicossociais também pode variar entre grupos de trabalhadores, o que reforça a importância de considerar as desigualdades sociais e as particularidades de cada ambiente laboral. Dessa forma, a prevenção do estresse ocupacional envolve tanto a identificação dos fatores de risco quanto o fortalecimento dos recursos de proteção, reconhecendo que o sofrimento não depende exclusivamente de características individuais, mas também das condições e da organização do trabalho (Silva; Tolfo, 2022; Campos et al., 2020; Vieira et al., 2023).

A escolha do tema está relacionada à importância da saúde mental no ambiente de trabalho e à influência que as condições laborais exercem sobre a vida dos trabalhadores. Em

situações nas quais o estresse ocupacional está associado a condições desfavoráveis, o bem-estar dos profissionais pode ser afetado, prejudicando a realização de suas atividades. Por isso, compreender esse problema é importante para identificar formas de prevenção e medidas que possam diminuir seus efeitos no cotidiano de trabalho.

Diante disso, o estudo busca compreender de que maneira o Psicólogo Organizacional e do Trabalho pode atuar na promoção da saúde mental e no manejo do estresse ocupacional. Para isso, considera-se a importância de identificar os fatores presentes no ambiente de trabalho que podem contribuir para o adoecimento psicológico, bem como as estratégias de prevenção e intervenção que podem ser desenvolvidas nesse contexto. A partir dessas questões, estabelece-se a seguinte questão norteadora: como a atuação do Psicólogo Organizacional e do Trabalho pode contribuir para o manejo do estresse ocupacional e para a promoção da saúde mental dos trabalhadores?

Para responder a esse questionamento, o estudo tem como objetivo geral analisar as contribuições da atuação do Psicólogo Organizacional e do Trabalho na promoção da saúde mental e no manejo do estresse ocupacional no ambiente de trabalho. Como objetivos específicos, pretende-se identificar os principais fatores psicossociais relacionados ao estresse ocupacional; examinar as estratégias de intervenção abordadas na literatura; analisar suas possíveis contribuições para a saúde e o bem-estar dos trabalhadores; e discutir os aspectos éticos e técnicos da atuação psicológica na prevenção do adoecimento e na promoção de ambientes organizacionais mais saudáveis.

MÉTODOS

O estudo foi desenvolvido por meio de uma revisão narrativa da literatura, com abordagem qualitativa e caráter descritivo, com o objetivo de analisar as contribuições da Psicologia Organizacional e do Trabalho para a promoção da saúde mental e o manejo do estresse ocupacional. A revisão narrativa possibilita o contato com diferentes estudos e perspectivas teóricas sobre o tema, permitindo discutir os conhecimentos já produzidos e compreender como a atuação do psicólogo pode contribuir para a saúde mental dos trabalhadores (Ogassavara et al., 2023).

O levantamento bibliográfico foi realizado nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PePSIC) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), com consulta complementar ao Google Acadêmico. As buscas ocorreram entre agosto e dezembro de 2025, sendo atualizadas a partir de agosto de 2026 até outubro do

mesmo ano. Foram utilizados os descritores “Psicologia Organizacional”, “saúde mental no trabalho”, “estresse ocupacional”, “fatores psicossociais”, “psicólogo organizacional” e “saúde do trabalhador”, combinados conforme a necessidade da pesquisa.

Foram incluídos artigos científicos disponíveis na íntegra, publicados entre 2020 e 2026, em língua portuguesa e relacionados ao tema e aos objetivos da pesquisa. Também foram utilizadas publicações anteriores a esse período, quando consideradas importantes para a fundamentação teórica do estudo. Por outro lado, foram excluídos materiais duplicados, textos que não abordavam diretamente o tema e publicações que não apresentavam informações relevantes para a discussão proposta.

A seleção das publicações ocorreu inicialmente pela leitura dos títulos e resumos, seguida da leitura integral dos estudos considerados relevantes. Nessa etapa, foram observadas a relação dos conteúdos com o problema de pesquisa e a contribuição dos trabalhos para a compreensão dos fatores psicossociais associados ao estresse ocupacional, das estratégias de intervenção no contexto organizacional e da atuação da Psicologia na promoção da saúde mental dos trabalhadores.

A análise dos materiais selecionados foi feita a partir da leitura e interpretação dos estudos, levando em conta seus objetivos, métodos e principais resultados. A partir dessa leitura, foi possível relacionar as informações encontradas e discutir as contribuições dos autores sobre a atuação da Psicologia Organizacional e do Trabalho na promoção da saúde mental e no manejo do estresse ocupacional.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Fatores psicossociais, estresse ocupacional, sofrimento psíquico e burnout

Os fatores psicossociais do trabalho envolvem características da organização, das condições e das relações profissionais, como exigências, ritmo, autonomia, apoio, liderança e organização das tarefas. O estresse ocupacional ocorre quando as demandas são percebidas como superiores aos recursos disponíveis para enfrentá-las, relacionando-se, portanto, não apenas a características individuais, mas também às condições de trabalho (Tolfo; Monteiro; Heloani, 2023).

Entre os fatores relacionados ao estresse ocupacional encontram-se sobrecarga de atividades, pressão por produtividade, baixa autonomia, conflitos interpessoais, falta de apoio, insegurança e dificuldades na organização do trabalho. Estudos realizados com diferentes categorias profissionais reforçam essa relação. Entre docentes da educação básica pública, por

exemplo, a sobrecarga e o conflito trabalho-família apresentaram relação com transtornos mentais comuns, danos físicos e alterações do sono, enquanto a insegurança na carreira também apareceu como importante estressor (Carvalho; Santos, 2022). Em trabalhadores da saúde, os efeitos dos estressores também variaram conforme gênero e raça, indicando que a exposição aos riscos psicossociais não ocorre de maneira homogênea (Campos et al., 2020).

Embora estejam relacionados, estresse ocupacional, sofrimento psíquico e burnout não são conceitos equivalentes. O estresse ocupacional corresponde a respostas diante de demandas relacionadas ao trabalho que podem ultrapassar os recursos disponíveis para enfrentá-las. O sofrimento psíquico apresenta uma dimensão mais ampla e pode envolver diferentes formas de mal-estar relacionadas às experiências vivenciadas no trabalho. Já o burnout corresponde a uma condição relacionada à exposição prolongada a estressores ocupacionais, não devendo ser utilizado como sinônimo de qualquer manifestação de estresse ou sofrimento. A compreensão dos fatores psicossociais permite diferenciar riscos e recursos de proteção. Em uma instituição federal de educação, foram identificadas condições relacionadas tanto à vulnerabilidade quanto à proteção da saúde mental, indicando que um mesmo contexto pode reunir fatores prejudiciais e recursos favoráveis ao bem-estar (Silva; Tolfo, 2022).

As transformações tecnológicas acrescentam novos elementos a essa discussão. A utilização intensa de tecnologias digitais pode produzir tecnoestresse quando as demandas tecnológicas e organizacionais ultrapassam os recursos disponíveis ao trabalhador. Uma revisão integrativa identificou fatores individuais e organizacionais associados ao tecnoestresse e consequências para a saúde dos trabalhadores, mostrando que as mudanças tecnológicas não eliminam os riscos psicossociais, mas podem produzir novas formas de exposição (Salla; Sticca; Carlotto, 2022).

Atuação da Psicologia Organizacional e do Trabalho na promoção da saúde mental e no manejo do estresse ocupacional

Na promoção da saúde mental no trabalho, o Psicólogo Organizacional e do Trabalho procura entender de que forma as condições de trabalho e as relações profissionais influenciam o bem-estar dos trabalhadores. Entre suas atividades, estão a identificação de situações que podem prejudicar a saúde mental, a análise das relações entre colegas e gestores e o desenvolvimento de ações preventivas. Esse trabalho deve envolver tanto os gestores quanto os funcionários, levando em conta a realidade de cada organização e os problemas identificados, pois as medidas adotadas precisam atender às necessidades de cada contexto.

A promoção da saúde mental também envolve uma perspectiva preventiva. O psicólogo pode contribuir para identificar situações de risco, fortalecer fatores protetivos e planejar ações adequadas ao contexto. Essa atuação deve considerar a responsabilidade ética e técnica da profissão e as condições concretas vivenciadas pelos trabalhadores (Conselho Federal de Psicologia, 2024).

A atuação da POT integra trabalhador, organização e contexto laboral, considerando que o sofrimento relacionado ao trabalho não pode ser explicado apenas por características individuais. Essa perspectiva fundamenta a análise das estratégias de intervenção e suas contribuições para a saúde e o bem-estar dos trabalhadores (Tolfo; Monteiro; Heloani, 2023).

Estratégias de intervenção da Psicologia Organizacional

Os estudos indicam que a promoção da saúde mental pode envolver ações direcionadas aos trabalhadores e à organização, como identificação de riscos, avaliação das condições laborais, apoio e acompanhamento. Essa diversidade demonstra que o manejo do estresse não deve ser reduzido a uma única modalidade de intervenção (Pinhatti et al., 2024).

A literatura apresenta propostas de prevenção primária, secundária e terciária, mas é necessário diferenciar recomendações de intervenções efetivamente avaliadas. A classificação dos níveis de prevenção ajuda a organizar as possibilidades de atuação, porém não significa que todas as estratégias apresentem eficácia comprovada. Por isso, a análise da literatura deve considerar o delineamento dos estudos e o tipo de evidência produzida (Pinhatti et al., 2024).

Essa distinção é reforçada por experiências concretas de intervenção. Em uma corporação de policiais rodoviários federais, foi descrito um programa integrado de saúde mental do trabalhador que articulou atendimento psicológico e ações de saúde no contexto institucional. A experiência demonstra a possibilidade de desenvolver intervenções que ultrapassem o atendimento individual e estabeleçam articulação com diferentes dimensões do cuidado no trabalho. Entretanto, por se tratar de um estudo descritivo-analítico de experiência profissional, seus resultados não permitem concluir que o modelo apresente a mesma efetividade em outras organizações (Guimarães; Laudelino; Massuda, 2020).

A participação dos trabalhadores na identificação dos problemas pode favorecer estratégias mais adequadas às necessidades de cada contexto, especialmente quando considera os estressores presentes no cotidiano profissional (Carvalho; Oliveira, 2023). Entretanto, é necessário diferenciar estratégias recomendadas de intervenções efetivamente avaliadas, pois

experiências profissionais e propostas de prevenção não permitem, isoladamente, afirmar eficácia a longo prazo (Pinhatti et al., 2024; Guimarães; Laudelino; Massuda, 2020).

As pesquisas mostram que a saúde mental dos trabalhadores depende tanto de suas necessidades individuais quanto das condições de trabalho. As estratégias pessoais podem ajudar no controle do estresse, mas nem sempre são suficientes quando as dificuldades estão relacionadas à própria organização do trabalho. Dessa forma, também é necessário avaliar a distribuição das tarefas, a comunicação entre os profissionais, o apoio oferecido pela instituição e a convivência entre os membros da equipe.

Atuação ética e técnica do psicólogo organizacional

Os resultados analisados indicam que a atuação da Psicologia diante das questões relacionadas à saúde mental no trabalho precisa considerar simultaneamente o trabalhador e o contexto organizacional. A identificação de fatores psicossociais, a análise das condições de trabalho, o reconhecimento de situações de risco e a elaboração de ações preventivas aparecem como possibilidades de atuação profissional, desde que estejam articuladas às necessidades concretas de cada contexto (Conselho Federal de Psicologia, 2024; Silva; Azevedo; Hoffmann, 2024).

A comparação entre os estudos reforça que a atuação não deve ser reduzida ao atendimento das consequências individuais do estresse. Quando os fatores de risco estão relacionados à sobrecarga, às exigências quantitativas, aos conflitos ou à organização das atividades, uma intervenção exclusivamente individual tende a não alcançar a origem das demandas. Nesse sentido, a atuação psicológica precisa incluir a compreensão das condições que favorecem o sofrimento e, quando possível, contribuir para estratégias preventivas relacionadas ao contexto organizacional (Oliveira; Guimarães, 2022; Tolfo; Monteiro; Heloani, 2023).

Também é necessário distinguir a contribuição específica da Psicologia das ações que dependem da organização ou de outros profissionais. Nem todas as estratégias de promoção da saúde mental constituem atribuições exclusivas do psicólogo, pois algumas exigem mudanças institucionais e atuação multiprofissional. Assim, a contribuição da Psicologia deve ser compreendida dentro de uma atuação integrada (Pinhatti et al., 2024; Conselho Federal de Psicologia, 2024).

A dimensão ética também exige que a atuação profissional considere os direitos, a dignidade e as condições concretas dos trabalhadores. A promoção da saúde mental não deve

ser utilizada apenas como mecanismo para aumentar a produtividade ou adaptar o trabalhador a condições inadequadas. A intervenção precisa considerar a relação entre saúde, trabalho e organização, reconhecendo que determinados problemas podem estar associados à própria forma como as atividades são estruturadas (Conselho Federal de Psicologia, 2024).

A atuação ética e técnica exige avaliação das necessidades, planejamento das ações, respeito aos limites profissionais e compreensão das características de cada organização. Intervenções contextualizadas permitem considerar riscos, recursos protetivos, relações profissionais e formas de organização do trabalho (Silva; Azevedo; Hoffmann, 2024; Tolfo; Monteiro; Heloani, 2023).

Assim, a principal contribuição da Psicologia Organizacional e do Trabalho não está em oferecer uma resposta única ao estresse ocupacional, mas em ampliar a compreensão do fenômeno e contribuir para estratégias de prevenção e promoção da saúde articuladas às condições concretas de trabalho. A atuação profissional pode envolver trabalhadores, grupos e organizações, mas deve distinguir aquilo que possui respaldo nos estudos daquilo que constitui recomendação ou possibilidade de intervenção (Conselho Federal de Psicologia, 2024; Pinhatti et al., 2024).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A revisão narrativa da literatura identificou que o estresse ocupacional pode estar relacionado a diferentes situações no ambiente de trabalho, como excesso de tarefas, cobranças constantes, pouca autonomia, conflitos entre profissionais, insegurança e falta de apoio. Em contrapartida, o reconhecimento profissional, a autonomia, o apoio dos colegas e as oportunidades de crescimento podem contribuir para o bem-estar dos trabalhadores. Isso mostra que a saúde mental no trabalho não depende somente da maneira como cada pessoa lida com as dificuldades, mas também das condições de trabalho oferecidas pela organização.

Diante disso, o Psicólogo Organizacional e do Trabalho pode contribuir para a identificação de problemas que afetam a saúde mental, a prevenção do adoecimento e a realização de ações que favoreçam o bem-estar dos trabalhadores. A escolha dessas ações, porém, deve levar em conta a realidade de cada organização e as necessidades dos profissionais. Também é importante considerar os resultados das pesquisas disponíveis, pois nem todas as estratégias apresentam o mesmo nível de comprovação científica quanto à sua eficácia.

Também foi possível observar que o enfrentamento do estresse não deve ficar sob a responsabilidade exclusiva dos trabalhadores. As estratégias individuais podem ajudar a lidar

com as dificuldades, mas não são suficientes para resolver problemas como o excesso de tarefas, os conflitos frequentes e a má organização do trabalho. Por isso, o psicólogo também precisa olhar para as condições em que as atividades são realizadas e, junto aos gestores e funcionários, buscar formas de diminuir os fatores que prejudicam a saúde mental.

Entre as limitações encontradas, estão as diferenças entre os métodos, instrumentos, grupos estudados e ambientes de trabalho, que dificultaram a comparação dos resultados. Além disso, alguns estudos apresentaram recomendações teóricas ou relataram experiências específicas, sem acompanhar as intervenções por tempo suficiente para verificar seus efeitos. Diante disso, são necessárias novas pesquisas que avaliem os resultados das ações de promoção da saúde mental em diferentes categorias profissionais, principalmente aquelas voltadas às condições e à organização do trabalho.

Conclui-se que a Psicologia Organizacional e do Trabalho pode contribuir para a promoção da saúde mental e o manejo do estresse ocupacional por meio da prevenção, da identificação dos fatores de risco e do planejamento de intervenções adequadas a cada contexto. Para que essa atuação alcance seus objetivos, é necessário considerar não apenas as necessidades dos trabalhadores, mas também as condições em que as atividades são desenvolvidas. Dessa forma, o trabalho do psicólogo pode colaborar para a redução dos fatores que favorecem o sofrimento psicológico e para a construção de ambientes profissionais mais saudáveis.

REFERÊNCIAS

1. BAZANINI, Roberto; CORTEZ, Estela. Reflexões sobre a racionalidade instrumental na gestão das organizações: o substrato do método cartesiano. **Pensamento & Realidade**, São Paulo, v. 38, n. 1, p. 157-176, 2023.

2. CAMILLO, Eliane Juraski; MOURA, Dante Henrique. Trabalho, capitalismo e classe trabalhadora: do Taylorismo-Fordismo ao Toyotismo Uberizado. **Trabalho & Educação**, Belo Horizonte, v. 30, n. 3, p. 17-31, 2022.

3. CAMPOS, Françoise Magalhães et al. Estresse ocupacional e saúde mental no trabalho em saúde: desigualdades de gênero e raça. **Cadernos Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 28, n. 4, p. 579-589, 2020.

4. CARVALHO, Virgínia D.; SANTOS, Vitória Régia Lopes dos. Estressores psicossociais e saúde ocupacional entre docentes da educação básica pública. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, v. 22, n. 1, p. 1893-1901, 2022.

5. CARVALHO, Virginia; OLIVEIRA, Larissa Almeida. Mapeamento e construção coletiva de estratégias de intervenção em estresse entre docentes. **Revista Psicologia em Pesquisa**, v. 17, n. 3, p. 1-31, 2023.

6. CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. Nota Técnica CFP nº 18/2024: o escopo da atuação da(o) psicóloga(o) no campo das organizações e do trabalho. Brasília, DF: CFP, 2024.

7. DOURADO, Amanda; SANTOS, Michelli Cristina Lopes dos; FORMA, Nailaine Pereira Santos. O psicólogo organizacional e do trabalho no contexto hospitalar: uma revisão da literatura. **Semina: Ciências Sociais e Humanas**, Londrina, v. 44, n. 2, p. 199-210, 2023.

8. DUCHAINE, Caroline S. et al. Psychosocial stressors at work and the risk of sickness absence due to a diagnosed mental disorder: a systematic review and meta-analysis. **JAMA Psychiatry**, v. 77, n. 8, p. 842-851, 2020.

9. GUIMARÃES, Liliana Andolpho Magalhães; LAUDELINO, Alessandra; MASSUDA, João. Intervenção integrada em saúde mental do trabalhador em uma corporação policial de Campo Grande (MS). **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 45, e8, 2020.

10. OGASSAVARA, Dante et al. Concepções e interlocuções das revisões de literatura narrativa: contribuições e aplicabilidade. **Ensino & Pesquisa**, v. 21, n. 3, p. 8-21, 2023.

11. OLIVEIRA, Fernando Faleiros de; GUIMARÃES, Liliana Andolpho Magalhães. Fatores psicossociais no trabalho em Psicologia no Brasil. **Estudos de Psicologia** (Natal), v. 27, n. 2, p. 167-177, 2022.

12. PINHATTI, Evelin Daiane Gabriel et al. Recomendações de diretrizes para promoção da saúde mental no local de trabalho: umbrella review. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 77, n. 6, 2024.

13. SALLA, Thaís Granato Riscifina; STICCA, Marina Greghi; CARLOTTO, Mary Sandra. Revisão integrativa sobre tecnoestresse no trabalho: fatores individuais, organizacionais e consequências. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, v. 22, n. 3, 2022.

14. SANTOS, Caroline Castro de Assis et al. Avaliação dos aspectos psicossociais do trabalho no Brasil no contexto da saúde do trabalhador: uma revisão de escopo. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 49, e9, 2024.

15. SILVA, Hávila Mizraim de Souza; AZEVEDO, Larissa Caroline Vieira; HOFFMANN, Stela Maris Schutz. Atuação do psicólogo organizacional e do trabalho a favor da saúde mental do trabalhador. **Revista Mato-grossense de Gestão, Inovação e Comunicação**, v. 2, n. 2, p. 130-141, 2024.

16. SILVA, Karen Silvia Salles; HASHIMOTO, Francisco. A Psicologia Organizacional e do Trabalho no Brasil: a quantas anda? **Revista Psicologia & Saberes**, v. 10, n. 2, 2022.

17. SILVA, Milena Garcia da; TOLFO, Suzana da Rosa. Processos psicossociais, saúde mental e trabalho em um instituto federal de educação. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 47, e13, 2022.

18. TOLFO, Suzana da Rosa; MONTEIRO, Janine Kieling; HELOANI, José Roberto Montes. Processos psicossociais e saúde no trabalho: perspectivas teóricas, instrumentos e gerenciamento. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 15, n. 2, p. 76-94, 2023.

19. VIEIRA, Barbara; BANDINI, Marcia; AZEVEDO, Valmir; LUCCA, Sergio. Risco de suicídio no trabalho: revisão integrativa sobre fatores psicossociais. **Saúde em Debate**, v. 47, n. 136, p. 253-268, 2023.