

FACULDADE DAMAS DA INSTRUÇÃO CRISTÃ
CURSO DE BACHARELADO EM ADMINISTRAÇÃO

BRUNA CAVALCANTI TAVARES DE MELO

**DOENÇAS OCUPACIONAIS E QUALIDADE DE VIDA NO AMBIENTE DE
TRABALHO**

RECIFE

2024

BRUNA CAVALCANTI TAVARES DE MELO

**DOENÇAS OCUPACIONAIS E QUALIDADE DE VIDA NO AMBIENTE DE
TRABALHO**

Trabalho de conclusão de curso
apresentado à Faculdade Damas da
Instrução Cristã, como requisito parcial
para obtenção ao título de Bacharel em
Administração, sob orientação do
Professor Dr. Pedro Paulo Procópio.

RECIFE

2024

Catálogo na fonte
Bibliotecário Ricardo Luiz Lopes CRB-4/2116

M528d Melo, Bruna Cavalcanti Tavares de.
Doenças ocupacionais e qualidade de vida no ambiente de
trabalho / Bruna Cavalcanti Tavares de Melo. - Recife, 2024.
46 f. : il.

Orientador: Prof. Dr. Pedro Paulo Procópio.
Trabalho de Conclusão de Curso (Monografia - Administração) –
Faculdade Damas da Instrução Cristã, 2024.
Inclui bibliografia.

1. Doenças ocupacionais. 2. Qualidade de vida no trabalho. 3.
Saúde ocupacional. I. Procópio, Pedro Paulo. II. Faculdade Damas da
Instrução Cristã. III. Título

658 CDU (22. ed.) FADIC(2024.1-003)

FACULDADE DAMAS DA INSTRUÇÃO CRISTÃ
CURSO DE BACHARELADO EM ADMINISTRAÇÃO

BRUNA CAVALCANTI TAVARES DE MELO

**DOENÇAS OCUPACIONAIS E QUALIDADE DE VIDA NO AMBIENTE DE
TRABALHO**

Defesa Pública em Recife, 19 de junho de 2024.

BANCA EXAMINADORA

Orientador: Professor Pedro Paulo

Professora Convidada: Dra. Ana Lúcia Neves de Moura

Professor Convidado: Me. Arthur Henrique Farias dos Santos

AGRADECIMENTOS

Ao meu orientador, Dr. Pedro Paulo Procópio, pela orientação, paciência e dedicação ao longo de todo o processo. Sua experiência e conhecimento foram fundamentais para o desenvolvimento deste estudo.

À minha família, pelo suporte incondicional, compreensão e incentivo em todos os momentos. A vocês, minha gratidão eterna por acreditarem em mim e me motivarem a seguir em frente.

Aos meus amigos e colegas de curso, pelo apoio, companheirismo e troca de experiências ao longo dessa jornada acadêmica. Vocês foram essenciais para tornar esse caminho mais leve e enriquecedor.

RESUMO

Este trabalho tem como objetivo analisar a relação entre doenças ocupacionais e a qualidade de vida no ambiente de trabalho, identificando fatores de risco, doenças prevalentes e práticas de prevenção e gestão eficazes. Realizou-se uma revisão narrativa da literatura, abrangendo estudos publicados entre 2004 e 2024. As principais doenças identificadas incluem Lesões por Esforços Repetitivos (LER/DORT), doenças respiratórias ocupacionais, transtornos mentais relacionados ao trabalho, dermatites de contato, perda auditiva induzida por ruído (PAIR), intoxicações ocupacionais e cânceres ocupacionais. Os fatores de risco mais comuns envolvem exposição a ruídos elevados, radiações, temperaturas extremas, vibrações, substâncias químicas tóxicas e condições ergonômicas inadequadas. As doenças ocupacionais afetam significativamente a saúde física, mental e social dos trabalhadores, resultando em dor crônica, incapacidades, estresse, ansiedade, depressão e isolamento social. As práticas de prevenção e gestão eficazes incluem a implementação de medidas ergonômicas, uso adequado de Equipamentos de Proteção Individual (EPI), capacitação contínua dos trabalhadores, programas de promoção de hábitos saudáveis, suporte psicológico e programas de gestão do estresse. Este estudo enfatiza a necessidade de uma abordagem integrada para abordar as doenças ocupacionais, promovendo ambientes de trabalho mais saudáveis e seguros, melhorando a qualidade de vida dos trabalhadores e contribuindo para a produtividade e sustentabilidade das organizações.

Palavras-chave: doenças ocupacionais; qualidade de vida no trabalho; saúde ocupacional.

ABSTRACT

This work aims to analyze the relationship between occupational diseases and quality of life in the workplace, identifying risk factors, prevalent diseases and effective prevention and management practices. A narrative review of the literature was carried out, covering studies published between 2004 and 2024. The main diseases identified include Repetitive Strain Injuries (RSI/WMSD), occupational respiratory diseases, work-related mental disorders, contact dermatitis, hearing loss induced by noise (NIHL), occupational poisoning and occupational cancers. The most common risk factors involve exposure to loud noise, radiation, extreme temperatures, vibrations, toxic chemicals and inadequate ergonomic conditions. Occupational illnesses significantly affect the physical, mental and social health of workers, resulting in chronic pain, disabilities, stress, anxiety, depression and social isolation. Effective prevention and management practices include the implementation of ergonomic measures, adequate use of Personal Protective Equipment (PPE), continuous training of workers, programs to promote healthy habits, psychological support and stress management programs. This study emphasizes the need for an integrated approach to addressing occupational illnesses, promoting healthier and safer work environments, improving workers' quality of life and contributing to the productivity and sustainability of organizations.

Keywords: occupational diseases; quality of life at work; occupational health.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

DPOC	Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica
EAP	Programa de Assistência ao Empregado
EPI	Equipamento de Proteção Individual
LER/DORT	Lesões por Esforços Repetitivos/Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho
OMS	Organização Mundial da Saúde
OIT	Organização Internacional do Trabalho
PAIR	Perda Auditiva Induzida por Ruído

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	9
1.1 JUSTIFICATIVA,.....	10
1.2 OBJETIVOS.....	11
1.2.1 Objetivo geral.....	11
1.2.2 Objetivos específicos.....	11
1.3 ESTRUTURA DO TRABALHO.....	12
2 REFERENCIAL TEÓRICO.....	13
2.1 DEFINIÇÃO E CLASSIFICAÇÃO DAS DOENÇAS OCUPACIONAIS.....	13
2.2 QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO: CONCEITOS E DIMENSÕES	15
2.3 RELAÇÃO ENTRE SAÚDE OCUPACIONAL E QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO	16
2.4 PRINCIPAIS DOENÇAS OCUPACIONAIS	19
2.4.1 Lesões por Esforços Repetitivos (LER/DORT)	18
2.4.2 Doenças Respiratórias Ocupacionais	20
2.4.3 Transtornos Mentais Relacionados ao Trabalho	21
2.4.4 Outras Doenças Ocupacionais Relevantes	23
2.5 PREVENÇÃO, GESTÃO E IMPACTO NA QUALIDADE DE VIDA	25
2.5.1 Estratégias de Prevenção e Gestão de Doenças Ocupacionais	25
2.5.2 Impacto das Doenças Ocupacionais na Qualidade de Vida dos Trabalhadores	27
2.5.3 Programas de Saúde e Bem-Estar no Trabalho	31
2.5.4 Boas Práticas e Recomendações para Ambientes de Trabalho Saudáveis ...	30
3 MÉTODO	33
4 RESULTADOS E ANÁLISE DOS DADOS	35
4.1 PRINCIPAIS DOENÇAS OCUPACIONAIS	36
4.2 FATORES DE RISCO ASSOCIADOS	37
4.3 IMPACTO NA QUALIDADE DE VIDA DOS TRABALHADORES.....	37
4.4 PRÁTICAS DE PREVENÇÃO E GESTÃO EFICAZES.....	37
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	39
REFERÊNCIAS.....	41

1 INTRODUÇÃO

No contexto do ambiente de trabalho contemporâneo, as doenças ocupacionais têm se tornado uma preocupação crescente, impactando significativamente a qualidade de vida dos trabalhadores. As condições laborais adversas, a exposição contínua a fatores de risco físico, químico e biológico, bem como o estresse psicológico, contribuem para o surgimento e agravamento de doenças ocupacionais. Entre as mais prevalentes estão as lesões por esforços repetitivos (LER), doenças respiratórias ocupacionais e transtornos mentais relacionados ao trabalho (Campos, 2018).

A qualidade de vida no ambiente de trabalho não se restringe apenas à ausência de doenças, mas engloba uma série de fatores que incluem o bem-estar físico, emocional e social dos trabalhadores. Um ambiente de trabalho saudável é fundamental para garantir a produtividade, a satisfação e a motivação dos funcionários, refletindo diretamente no sucesso e na sustentabilidade das organizações (Soares; Mafra, 2018).

A problemática das doenças ocupacionais destaca-se pela sua complexidade e pelo impacto multifacetado que exerce sobre os indivíduos e as organizações. A identificação, prevenção e gerenciamento eficaz dessas doenças são desafios constantes para os profissionais de saúde, gestores e legisladores. Nesse cenário, surge a necessidade de aprofundar o entendimento sobre as interações entre as condições laborais, as doenças ocupacionais e a qualidade de vida no trabalho (Zenelis, 2021).

Diante dessa realidade, a pergunta de pesquisa que orienta este estudo é: Como as doenças ocupacionais influenciam a qualidade de vida dos trabalhadores no ambiente de trabalho? A resposta a essa questão é fundamental para a formulação de estratégias de intervenção e políticas de saúde ocupacional que promovam ambientes de trabalho mais saudáveis e seguros.

Este estudo foi realizado com o objetivo de revisar a literatura existente sobre doenças ocupacionais e qualidade de vida no ambiente de trabalho, buscando identificar as principais doenças ocupacionais, os fatores de risco associados e as melhores práticas para a promoção da saúde e do bem-estar dos trabalhadores.

1.1 JUSTIFICATIVA

A crescente incidência de doenças ocupacionais e seu impacto negativo na qualidade de vida dos trabalhadores torna imperativa a realização de estudos aprofundados sobre essa temática. A relevância de investigar as doenças ocupacionais e a qualidade de vida no ambiente de trabalho está ancorada em vários fatores de ordem social, econômica e de saúde pública.

Primeiramente, as doenças ocupacionais representam um problema de saúde pública significativo, afetando milhões de trabalhadores em diversos setores. A Organização Mundial da Saúde (OMS) e a Organização Internacional do Trabalho (OIT) têm enfatizado a necessidade de ações coordenadas para a prevenção e o controle dessas doenças, dada a sua prevalência e as consequências debilitantes que impõem aos trabalhadores. Lesões por esforços repetitivos, transtornos mentais relacionados ao trabalho, doenças respiratórias ocupacionais e outras condições crônicas resultantes de exposições ocupacionais são apenas algumas das manifestações que prejudicam a saúde e a capacidade produtiva dos trabalhadores (Franco; Duck; Seligmann-Silva, 2010).

Em segundo lugar, o impacto econômico das doenças ocupacionais é substancial. As empresas enfrentam custos elevados devido ao aumento do absenteísmo, à redução da produtividade, ao pagamento de indenizações e à rotatividade de funcionários. Além disso, os sistemas de saúde pública e privados são sobrecarregados pelo tratamento contínuo das doenças ocupacionais, aumentando os custos de cuidados médicos e prolongando os tempos de recuperação dos trabalhadores afetados (Souza, 2017).

Outro aspecto relevante é a qualidade de vida dos trabalhadores. A satisfação e o bem-estar no ambiente de trabalho são determinantes cruciais para a motivação, o engajamento e a eficiência dos funcionários. Um ambiente de trabalho saudável, que minimize os riscos ocupacionais e promova práticas de saúde e segurança, é essencial para garantir que os trabalhadores possam desempenhar suas funções de maneira eficaz e sustentável. Melhorar a qualidade de vida no trabalho não apenas beneficia os indivíduos, mas também contribui para o desenvolvimento econômico e social das comunidades (França, 2019).

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 Objetivo geral

Analisar a relação entre doenças ocupacionais e a qualidade de vida no ambiente de trabalho, identificando fatores de risco, doenças prevalentes e práticas de prevenção e gestão eficazes.

1.2.2 Objetivos específicos

- a) Identificar e categorizar as principais doenças ocupacionais presentes em diferentes setores de trabalho;
- b) Analisar os fatores de risco associados ao desenvolvimento de doenças ocupacionais;
- c) Avaliar o impacto das doenças ocupacionais na qualidade de vida dos trabalhadores;
- d) Revisar e sintetizar as melhores práticas e estratégias de prevenção e gestão de doenças ocupacionais.

1.3 ESTRUTURA DO TRABALHO

Este trabalho está estruturado em cinco capítulos principais, além das referências bibliográficas.

No Capítulo 1, são apresentados a introdução ao tema, a justificativa para a realização do estudo, os objetivos gerais e específicos, e a estrutura do trabalho. Este capítulo contextualiza a importância da pesquisa sobre doenças ocupacionais e qualidade de vida no ambiente de trabalho, e delinea os objetivos que guiaram a investigação.

O Capítulo 2 é dedicado ao referencial teórico, onde são abordados os conceitos fundamentais sobre doenças ocupacionais e qualidade de vida no trabalho. Este capítulo inclui uma revisão da literatura sobre a definição e classificação das doenças ocupacionais, as diferentes dimensões da qualidade de vida no trabalho, e a relação entre saúde ocupacional e qualidade de vida. Além disso, são discutidas as principais doenças ocupacionais, os fatores de risco associados, e as melhores práticas de prevenção e gestão.

No Capítulo 3, é descrito o método utilizado para a realização deste estudo. São detalhados a natureza da pesquisa, a abordagem adotada, o tipo de pesquisa, os procedimentos metodológicos, as limitações do estudo e as considerações éticas. Este capítulo explica como foi conduzida a revisão narrativa da literatura, incluindo os critérios de inclusão e exclusão dos estudos analisados.

O Capítulo 4 apresenta os resultados e a análise dos dados coletados. Este capítulo inclui a identificação das principais doenças ocupacionais, os fatores de risco associados, o impacto dessas doenças na qualidade de vida dos trabalhadores, e as práticas de prevenção e gestão eficazes. A análise comparativa dos estudos revisados é realizada, destacando as convergências e divergências nas abordagens preventivas sugeridas.

No Capítulo 5, são expostas as considerações finais, onde são retomados os principais achados do estudo, discutidas suas implicações práticas, e apresentadas sugestões para pesquisas futuras. Este capítulo enfatiza a importância de uma abordagem integrada para a prevenção e gestão das doenças ocupacionais, visando promover ambientes de trabalho mais saudáveis e seguros.

Por fim, são apresentadas as Referências, contendo todas as fontes bibliográficas utilizadas ao longo do trabalho.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

Nesta seção, serão abordados os principais temas relacionados às doenças ocupacionais e à qualidade de vida no ambiente de trabalho. Serão discutidas a definição e classificação das doenças ocupacionais, as dimensões da qualidade de vida no trabalho e a relação entre saúde ocupacional e bem-estar dos trabalhadores. Além disso, serão examinadas as principais doenças ocupacionais, como lesões por esforços repetitivos (LER/DORT), doenças respiratórias e transtornos mentais. Por fim, a seção discutirá estratégias de prevenção e gestão dessas doenças, incluindo medidas ergonômicas, uso de Equipamentos de Proteção Individual (EPI) e programas de promoção da saúde e bem-estar.

2.1 DEFINIÇÃO E CLASSIFICAÇÃO DAS DOENÇAS OCUPACIONAIS

As doenças ocupacionais, também conhecidas como doenças relacionadas ao trabalho, são condições de saúde que surgem diretamente como resultado das atividades laborais ou do ambiente de trabalho. Essas doenças podem ser causadas por exposições contínuas a agentes físicos, químicos, biológicos, ergonômicos e psicossociais presentes no local de trabalho. A definição precisa de uma doença ocupacional pode variar entre países e jurisdições, mas geralmente envolve uma correlação direta entre a condição de saúde e as atividades ou condições de trabalho (Monteiro, 2017).

Elas são classificadas em diversas categorias, cada uma abrangendo diferentes tipos de condições de saúde. As doenças respiratórias ocupacionais incluem a pneumoconiose, causada pela inalação de poeiras minerais como a sílica (silicose) e o amianto (asbestose), a asma ocupacional, resultante da exposição a alérgenos ou irritantes no local de trabalho, e as doenças pulmonares obstrutivas crônicas (DPOC), agravadas por poluentes no ambiente de trabalho (Ferreira, 2018).

As doenças musculoesqueléticas são representadas principalmente pelas lesões por esforços repetitivos (LER/DORT), que afetam músculos, tendões e nervos devido a movimentos repetitivos e posturas inadequadas, e pelas doenças degenerativas da coluna vertebral, resultantes de posturas inadequadas, levantamento de peso e ergonomia inadequada (Dale; Dias, 2018).

As doenças de pele incluem dermatites de contato, inflamações da pele causadas por exposição a substâncias químicas irritantes ou alérgenos, e câncer de pele, decorrente da exposição prolongada a radiações ultravioleta (UV) em trabalhadores ao ar livre (Lopes et al., 2022).

As doenças de natureza psicossocial englobam transtornos de ansiedade e depressão, relacionados ao estresse ocupacional, cargas de trabalho excessivas e ambientes de trabalho tóxicos, bem como a síndrome de burnout, resultante de estresse crônico no trabalho e caracterizada por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal (Fernandes et al., 2018).

Essas patologias ocupacionais sistêmicas incluem intoxicações causadas por exposição a substâncias químicas tóxicas, como metais pesados (chumbo, mercúrio) e solventes orgânicos, além do câncer ocupacional, associado à exposição a carcinógenos específicos no local de trabalho, como benzeno e asbestos. Ao compreender as diversas categorias de doenças ocupacionais, empregadores, trabalhadores e profissionais de saúde podem colaborar para criar ambientes de trabalho mais seguros e saudáveis, minimizando os riscos e promovendo o bem-estar dos trabalhadores (Guimarães et al., 2019).

Portanto, a definição e classificação das doenças ocupacionais fornecem uma base essencial para entender a complexidade dessas condições e suas causas no ambiente de trabalho. Compreender essas classificações permite a identificação adequada dos fatores de risco e a implementação de medidas preventivas eficazes. Em seguida, discutiremos a qualidade de vida no trabalho, explorando seus conceitos e dimensões, e como esses fatores influenciam o bem-estar geral dos trabalhadores no contexto ocupacional.

2.2 QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO: CONCEITOS E DIMENSÕES

A qualidade de vida no trabalho é um conceito abrangente que se refere ao bem-estar físico, psicológico e social dos trabalhadores dentro do ambiente laboral. Ela envolve a percepção dos trabalhadores sobre suas condições de trabalho, incluindo fatores como segurança, saúde, ambiente físico, satisfação com o trabalho, relações interpessoais e equilíbrio entre vida profissional e pessoal. A qualidade de vida no trabalho não se limita à ausência de doenças ou lesões, mas engloba um

estado geral de bem-estar e satisfação que permite aos trabalhadores desempenharem suas funções de maneira eficaz e prazerosa (Lírio et al., 2020).

Entre as dimensões mais importantes da qualidade de vida no trabalho, destaca-se a saúde e bem-estar físico, que envolve a ausência de doenças ocupacionais, a existência de condições ergonômicas adequadas, a disponibilização de equipamentos de proteção individual e a promoção de práticas de saúde ocupacional. A segurança no ambiente de trabalho é igualmente crucial, englobando a identificação e mitigação de riscos e a garantia de um ambiente seguro e protegido contra acidentes e perigos (Farsen et al., 2018).

Outra dimensão essencial é o bem-estar psicológico, que inclui a gestão do estresse, a satisfação com o trabalho, o reconhecimento e a valorização dos esforços dos trabalhadores. A carga de trabalho adequada, o suporte psicológico e a presença de uma cultura organizacional positiva também são aspectos importantes para manter o bem-estar emocional dos empregados (Hirschle; Gondim, 2020).

As relações interpessoais no ambiente de trabalho constituem outra dimensão vital da qualidade de vida. Um ambiente de trabalho saudável é caracterizado por relações harmoniosas entre colegas, supervisores e subordinados, comunicação eficaz, cooperação e respeito mútuo. A promoção de um clima organizacional positivo, onde os trabalhadores se sintam valorizados e apoiados, contribui significativamente para a qualidade de vida no trabalho (Garcia et al., 2019).

A qualidade de vida no trabalho é, portanto, um conceito multidimensional que envolve uma série de fatores inter-relacionados. A melhoria da qualidade de vida no ambiente laboral requer uma abordagem holística que considere todas essas dimensões, promovendo um ambiente de trabalho saudável, seguro e satisfatório para todos os trabalhadores. Investir na qualidade de vida no trabalho não só beneficia os indivíduos, mas também melhora a produtividade, reduz o absenteísmo e aumenta a retenção de talentos, contribuindo para o sucesso e a sustentabilidade das organizações (Lírio; Severo, 2018).

É possível concluir que a qualidade de vida no trabalho é um conceito multifacetado que abrange bem-estar físico, psicológico e social, influenciado por uma variedade de fatores laborais. Compreender essas dimensões é crucial para a promoção de um ambiente de trabalho saudável e produtivo. No próximo tópico irá ser

explorada a relação entre saúde ocupacional e qualidade de vida no trabalho, destacando como práticas e políticas eficazes de saúde ocupacional podem melhorar significativamente o bem-estar dos trabalhadores e a produtividade organizacional.

2.3 RELAÇÃO ENTRE SAÚDE OCUPACIONAL E QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO

A relação entre saúde ocupacional e qualidade de vida no trabalho é estreitamente interligada, uma vez que a saúde dos trabalhadores é um componente fundamental para garantir um ambiente de trabalho produtivo, seguro e satisfatório. A saúde ocupacional refere-se às práticas e políticas voltadas para a prevenção de doenças e acidentes no trabalho, bem como à promoção do bem-estar físico, mental e social dos trabalhadores. Uma abordagem eficaz de saúde ocupacional não só previne doenças e lesões, mas também contribui para a melhoria da qualidade de vida no trabalho, refletindo-se em benefícios tanto para os empregados quanto para os empregadores (Nascimento, 2021).

A promoção da saúde ocupacional começa com a identificação e mitigação dos riscos presentes no ambiente de trabalho. Isso inclui a implementação de medidas de segurança, o uso de equipamentos de proteção individual, a adequação ergonômica dos postos de trabalho e a garantia de um ambiente físico saudável. A ausência de riscos e a presença de condições de trabalho seguras são essenciais para evitar acidentes e doenças ocupacionais, que podem ter consequências graves para a saúde dos trabalhadores e impactar negativamente a sua qualidade de vida (Osaki; Pustiglione, 2019).

Além das condições físicas, a saúde mental dos trabalhadores é um aspecto crítico da saúde ocupacional que influencia diretamente a qualidade de vida no trabalho. O estresse ocupacional, resultante de fatores como excesso de carga de trabalho, pressão por resultados, ambiente de trabalho tóxico e falta de suporte organizacional, pode levar a transtornos mentais como ansiedade, depressão e síndrome de burnout. A implementação de programas de apoio psicológico, promoção de um ambiente de trabalho positivo e estratégias de gestão do estresse são fundamentais para preservar a saúde mental dos trabalhadores e melhorar sua qualidade de vida (Teixeira et al., 2019).

As políticas de saúde ocupacional também abrangem a promoção de hábitos saudáveis e a educação em saúde, incentivando os trabalhadores a adotar estilos de vida que contribuam para o bem-estar geral. Programas de promoção da saúde, como atividades físicas, alimentação saudável, campanhas de prevenção e ações de conscientização, são importantes para manter a saúde dos trabalhadores e, conseqüentemente, sua qualidade de vida no trabalho (Souza; Bernardo, 2019).

A saúde ocupacional é um pilar essencial para garantir a qualidade de vida no trabalho. A adoção de práticas e políticas eficazes de saúde ocupacional não só protege os trabalhadores de doenças e acidentes, mas também cria um ambiente de trabalho onde eles possam prosperar física, mental e emocionalmente. A integração de medidas de saúde ocupacional com estratégias de promoção da qualidade de vida é vital para o desenvolvimento sustentável das organizações e para o bem-estar contínuo dos trabalhadores (Silva; Fischer; Reimberg, 2024).

Walton em seu influente trabalho, propôs um modelo abrangente para entender e melhorar a qualidade de vida no trabalho. Walton destacou que a qualidade de vida no ambiente de trabalho vai além das condições físicas e de segurança, abrangendo também aspectos psicológicos e sociais que contribuem para o bem-estar dos trabalhadores. Sua abordagem sistêmica enfatiza a importância de considerar múltiplas dimensões inter-relacionadas para criar um ambiente de trabalho satisfatório e produtivo (Pedroso; Pilatti, 2009).

Walton argumentou que melhorar a qualidade de vida no trabalho é benéfico não apenas para os trabalhadores, mas também para as organizações. Um ambiente de trabalho que aborda essas dimensões resulta em trabalhadores mais motivados, satisfeitos e produtivos. Além disso, reduz o absenteísmo, a rotatividade de funcionários e melhora o clima organizacional, contribuindo para o sucesso e a sustentabilidade das empresas (Ramos et al., 2017).

A abordagem de Walton influenciou significativamente as práticas de gestão e políticas de recursos humanos. Sua ênfase na multidimensionalidade da qualidade de vida no trabalho incentivou as organizações a adotar uma perspectiva holística, considerando diversos aspectos que impactam o bem-estar dos trabalhadores. Políticas e práticas baseadas nesse modelo têm sido implementadas para criar ambientes de trabalho mais equilibrados, justos e satisfatórios (Silva et al., 2021).

Constata-se que Walton, em seu trabalho seminal de 1973, forneceu uma estrutura robusta para entender e melhorar a qualidade de vida no trabalho. Suas oito dimensões destacam a importância de uma abordagem abrangente que considere fatores econômicos, físicos, psicológicos e sociais. A implementação dessas ideias tem demonstrado benefícios substanciais para trabalhadores e organizações, promovendo um ambiente de trabalho mais saudável, equilibrado e produtivo.

2.4 PRINCIPAIS DOENÇAS OCUPACIONAIS

As doenças ocupacionais representam uma importante área de estudo e intervenção no campo da saúde ocupacional, devido ao impacto significativo que exercem sobre a saúde dos trabalhadores e a produtividade das organizações. Essas doenças são causadas diretamente pelas condições de trabalho e podem variar amplamente em sua natureza e gravidade. Nesta seção, serão discutidas as principais doenças ocupacionais, categorizadas de acordo com os sistemas corporais afetados e os fatores de risco envolvidos.

2.4.1 Lesões por Esforços Repetitivos (LER/DORT)

As Lesões por Esforços Repetitivos (LER) e os Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho (DORT) são condições médicas resultantes de movimentos repetitivos, postura inadequada e esforços contínuos durante as atividades laborais. Essas lesões afetam principalmente os músculos, tendões, nervos e outras estruturas musculoesqueléticas, causando dor, inflamação e, em casos graves, incapacitação funcional. LER/DORT são comumente observadas em trabalhadores de diversas áreas, incluindo escritório, linha de produção, construção civil e serviços de saúde, devido à natureza repetitiva e muitas vezes extenuante das tarefas realizadas (Barbosa; Santos; Trezza, 2007).

Os fatores de risco para o desenvolvimento são múltiplos e interrelacionados. A repetitividade de movimentos é um dos principais desencadeadores, especialmente quando os movimentos são realizados com frequência e força inadequadas. A manutenção de posturas estáticas ou desfavoráveis por longos períodos também contribui significativamente para o aparecimento dessas lesões. Além disso, a ausência de pausas adequadas para descanso, o mobiliário inadequado e a falta de ergonomia no ambiente de trabalho exacerbam o risco de LER/DORT (Medeiros; Segatto, 2012)

Seus sintomas variam em intensidade e podem incluir dor persistente, sensação de formigamento, perda de força e coordenação, rigidez articular e inchaço nas áreas afetadas. Com o tempo, esses sintomas podem evoluir para condições crônicas, como tendinites, bursites, síndrome do túnel do carpo e epicondilite lateral (cotovelo de tenista). A progressão das lesões pode levar a uma redução significativa da capacidade de trabalho e até mesmo à incapacitação temporária ou permanente (Viegas; Almeida, 2016).

A prevenção e o manejo eficaz de envolvem uma abordagem multifacetada, focada tanto na organização do trabalho quanto no bem-estar individual dos trabalhadores. A implementação de medidas ergonômicas é fundamental, incluindo a adaptação do mobiliário, a disposição adequada dos equipamentos e a organização do espaço de trabalho para minimizar posturas forçadas e movimentos repetitivos. Programas de pausas regulares para descanso e alongamento também são essenciais para reduzir a tensão acumulada nos músculos e tendões (Barbosa; Santos; Trezza, 2007).

Além disso, a educação e treinamento dos trabalhadores sobre práticas de trabalho seguras e ergonômicas desempenham um papel crucial na prevenção de LER/DORT. O incentivo à adoção de técnicas corretas de levantamento de peso, postura e uso de ferramentas adequadas pode minimizar os riscos. A promoção de um ambiente de trabalho que valorize a saúde e segurança dos funcionários, incluindo o apoio psicológico e a atenção à carga de trabalho, é igualmente importante para a prevenção dessas lesões (Oliveira; Souza, 2015).

Seu tratamento varia conforme a gravidade dos sintomas e pode incluir fisioterapia, medicamentos anti-inflamatórios, repouso das áreas afetadas e, em casos mais graves, intervenções cirúrgicas. A reabilitação é um processo essencial para a recuperação funcional e o retorno ao trabalho, e deve ser acompanhada de ajustes no ambiente de trabalho para evitar recidivas (Dale; Dias, 2018).

Portanto, essas Lesões relacionados ao trabalho representam um desafio significativo para a saúde ocupacional. A abordagem preventiva, centrada na ergonomia e na educação dos trabalhadores, aliada a um manejo clínico adequado, é essencial para reduzir a incidência e o impacto dessas condições. Promover

ambientes de trabalho saudáveis e seguros é fundamental para melhorar a qualidade de vida dos trabalhadores e a produtividade das organizações.

2.4.2 Doenças Respiratórias Ocupacionais

As doenças respiratórias ocupacionais são condições médicas que afetam o sistema respiratório dos trabalhadores, resultantes da exposição a agentes nocivos presentes no ambiente de trabalho. Essas doenças variam de leves a graves e podem ter efeitos duradouros ou permanentes na saúde respiratória dos indivíduos. Entre as doenças respiratórias ocupacionais mais comuns estão a pneumoconiose, a asma ocupacional e as doenças pulmonares obstrutivas crônicas (DPOC) (Ferreira, 2018).

A pneumoconiose é um grupo de doenças pulmonares causadas pela inalação de poeiras minerais, sendo a silicose e a asbestose as formas mais conhecidas. A silicose ocorre devido à inalação de partículas de sílica cristalina, comum em indústrias de mineração, construção civil e fabricação de cerâmica. A asbestose, por sua vez, resulta da exposição ao amianto, material utilizado em diversas indústrias, incluindo a construção naval e a fabricação de produtos de isolamento térmico. Ambas as condições levam à fibrose pulmonar, que é a formação de tecido cicatricial nos pulmões, resultando em dificuldade respiratória e função pulmonar reduzida (Teixeira et al., 2023).

A asma ocupacional é outra doença respiratória significativa, caracterizada pela inflamação das vias aéreas em resposta a alérgenos ou irritantes específicos no ambiente de trabalho. Substâncias como poeiras de madeira, produtos químicos, fumos metálicos e agentes biológicos podem desencadear crises asmáticas em trabalhadores suscetíveis. Os sintomas incluem chiado, falta de ar, tosse e aperto no peito, que podem variar em intensidade dependendo da exposição e da sensibilidade individual (Roio et al., 2021).

As DPOCs incluem bronquite crônica e enfisema, também são exacerbadas pela exposição a poluentes ocupacionais. Trabalhadores expostos a fumos, poeiras e substâncias químicas irritantes, como aqueles em indústrias de manufatura, agricultura e mineração, estão em maior risco de desenvolver DPOC. A doença se caracteriza por uma obstrução progressiva e irreversível das vias aéreas, resultando em dificuldade respiratória crônica e limitações funcionais significativas (Reis; Stirbulov, 2017).

A prevenção das doenças respiratórias ocupacionais envolve uma abordagem abrangente que inclui a identificação e controle dos agentes causadores, a implementação de medidas de proteção e a educação dos trabalhadores. A avaliação dos riscos no ambiente de trabalho é o primeiro passo, permitindo a identificação de agentes potencialmente perigosos e a adoção de medidas para minimizar a exposição. O uso de equipamentos de proteção individual (EPI), como máscaras respiratórias adequadas, é crucial para proteger os trabalhadores de inalar partículas e substâncias nocivas (Souza, 2015).

Além do uso de EPI, a melhoria da ventilação nos locais de trabalho, a adoção de práticas seguras de manuseio de materiais perigosos e a substituição de substâncias tóxicas por alternativas menos prejudiciais são medidas efetivas de controle. Programas de monitoramento da saúde respiratória, com exames médicos regulares e espirometria, ajudam a detectar precocemente quaisquer alterações na função pulmonar, permitindo intervenções imediatas (Lima, 2023).

A educação e o treinamento dos trabalhadores sobre os riscos respiratórios e as práticas de segurança são essenciais para a prevenção das doenças respiratórias ocupacionais. Os trabalhadores devem estar cientes dos perigos associados à sua ocupação e das medidas que podem tomar para proteger sua saúde. A promoção de um ambiente de trabalho que priorize a saúde e segurança ocupacional é fundamental para reduzir a incidência dessas doenças e melhorar a qualidade de vida dos trabalhadores (Nunes et al., 2024).

Dessa forma, as doenças respiratórias ocupacionais representam um desafio significativo para a saúde ocupacional. A identificação precoce, a implementação de medidas preventivas e a promoção de um ambiente de trabalho seguro são cruciais para proteger a saúde respiratória dos trabalhadores. Investir na prevenção e no controle dessas doenças não apenas beneficia os trabalhadores, mas também contribui para a produtividade e a sustentabilidade das organizações.

2.4.3 Transtornos Mentais Relacionados ao Trabalho

Os transtornos mentais relacionados ao trabalho são condições psicológicas que surgem ou são exacerbadas pelas condições de trabalho, resultando em significativo sofrimento emocional e impacto na capacidade funcional dos trabalhadores. Entre os transtornos mais comuns estão a ansiedade, a depressão e a

síndrome de burnout. Esses transtornos representam uma crescente preocupação no campo da saúde ocupacional, dada a sua prevalência e os efeitos adversos tanto para os indivíduos quanto para as organizações (Rodrigues; Calheiros, 2019).

A ansiedade relacionada ao trabalho é caracterizada por sentimentos persistentes de preocupação, tensão e medo que estão diretamente ligados às exigências e ao ambiente de trabalho. Fatores como altas cargas de trabalho, prazos apertados, falta de controle sobre as tarefas, conflitos interpessoais e insegurança no emprego podem desencadear ou agravar sintomas de ansiedade. Trabalhadores ansiosos podem apresentar sintomas físicos como palpitações, tremores, sudorese excessiva e dificuldade para respirar, além de sintomas psicológicos como irritabilidade, dificuldade de concentração e insônia (Ribeiro et al., 2019)

A depressão ocupacional é outra condição comum, manifestando-se através de sentimentos persistentes de tristeza, desânimo, perda de interesse em atividades previamente prazerosas e uma diminuição geral na energia e motivação. Condições de trabalho estressantes, falta de apoio social, reconhecimento insuficiente e situações de assédio moral são fatores que podem contribuir para o desenvolvimento da depressão. A depressão não tratada pode levar a uma redução significativa na produtividade, aumento do absenteísmo e, em casos graves, ao suicídio (Moraes et al., 2021).

A síndrome de burnout, especificamente relacionada ao esgotamento profissional, é uma condição resultante do estresse crônico no trabalho. Caracteriza-se por três dimensões principais: exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal. A exaustão emocional refere-se a uma sensação de sobrecarga e de estar emocionalmente esgotado pelos próprios recursos. A despersonalização envolve atitudes cínicas e desapego em relação ao trabalho e às pessoas com quem se trabalha. A redução da realização pessoal se manifesta como uma sensação de ineficácia e falta de realização e competência no trabalho. A síndrome de burnout é particularmente prevalente em profissões que exigem intenso contato interpessoal, como serviços de saúde, educação e assistência social (Pêgo; Pêgo, 2016).

A prevenção e o manejo dos transtornos mentais relacionados ao trabalho requerem uma abordagem holística, que envolva tanto mudanças organizacionais quanto apoio individual aos trabalhadores. A promoção de um ambiente de trabalho

saudável é crucial, e isso pode ser alcançado através da implementação de políticas que promovam a saúde mental, incluindo a flexibilização de horários de trabalho, a promoção do equilíbrio entre vida profissional e pessoal e a criação de um ambiente de trabalho inclusivo e de apoio (Carlotto et al., 2019).

Além disso, é essencial oferecer programas de bem-estar e apoio psicológico no local de trabalho, como serviços de aconselhamento, workshops de gestão do estresse e programas de mindfulness. A formação de líderes e gestores para identificar sinais de sofrimento psicológico e proporcionar suporte adequado é igualmente importante para criar uma cultura organizacional que valorize a saúde mental (Oliveira; Barreto, 2024).

Por fim, os transtornos mentais relacionados ao trabalho representam um desafio significativo para a saúde ocupacional e o bem-estar dos trabalhadores. A abordagem preventiva e o manejo eficaz dessas condições requerem esforços coordenados entre empregadores, gestores e profissionais de saúde, visando criar ambientes de trabalho que promovam a saúde mental, reduzam o estresse e apoiem o bem-estar emocional dos trabalhadores. Investir na saúde mental no trabalho não apenas melhora a qualidade de vida dos trabalhadores, mas também contribui para a eficiência e a sustentabilidade das organizações.

2.4.4 Outras Doenças Ocupacionais Relevantes

Além das lesões por esforços repetitivos, doenças respiratórias e transtornos mentais, há uma série de outras doenças ocupacionais que afetam significativamente a saúde dos trabalhadores e a produtividade das organizações. Estas condições variam amplamente em termos de causas, sintomas e impactos, mas todas compartilham a característica comum de serem diretamente relacionadas às condições e atividades laborais.

Uma das categorias relevantes de doenças ocupacionais inclui as doenças de pele, como as dermatites de contato. Estas condições são causadas pela exposição a substâncias irritantes ou alérgenos, frequentemente encontradas em ambientes de trabalho como fábricas, construção civil e serviços de saúde. Dermatites de contato irritantes resultam do contato direto com substâncias que causam danos à pele, enquanto dermatites de contato alérgicas são reações imunológicas a certos alérgenos. Sintomas comuns incluem vermelhidão, prurido, inchaço e formação de

bolhas na pele afetada, que podem causar desconforto significativo e incapacidade temporária (Pereira, 2017).

Outra importante categoria é a das doenças auditivas ocupacionais, particularmente a perda auditiva induzida por ruído (PAIR). Esta condição é causada pela exposição prolongada a níveis elevados de ruído em ambientes de trabalho como fábricas, construção civil e setores de transportes. A PAIR é uma condição irreversível que resulta na diminuição gradual da capacidade auditiva, afetando a comunicação e a qualidade de vida dos trabalhadores. A prevenção envolve a implementação de programas de conservação auditiva, uso de protetores auriculares e a adoção de medidas para reduzir os níveis de ruído no ambiente de trabalho (Nazu, 2015).

Doenças cardiovasculares também podem ser relacionadas ao ambiente de trabalho, especialmente em situações de estresse crônico, longas horas de trabalho e exposição a agentes químicos tóxicos. Trabalhos que envolvem alta demanda física e emocional sem a devida recuperação aumentam o risco de hipertensão, doenças coronarianas e outros problemas cardiovasculares. A promoção de um ambiente de trabalho que apoie a saúde cardiovascular, através de práticas como pausas regulares, apoio psicológico e promoção de hábitos saudáveis, é essencial para a prevenção dessas condições (Magalhães, 2019).

As doenças infecciosas ocupacionais são outra área de preocupação, particularmente em setores como saúde, agricultura e serviços de limpeza. Trabalhadores de saúde, por exemplo, estão expostos a patógenos que podem causar doenças como tuberculose, hepatite e, mais recentemente, COVID-19. A prevenção inclui o uso adequado de equipamentos de proteção individual (EPI), práticas rigorosas de higiene e vacinação dos trabalhadores (Araújo et al., 2023).

As intoxicações ocupacionais são causadas pela exposição a substâncias químicas tóxicas, como metais pesados (chumbo, mercúrio), solventes orgânicos e pesticidas. Esses agentes podem ser absorvidos pelo organismo através da inalação, ingestão ou contato com a pele, resultando em uma série de sintomas agudos e crônicos que variam conforme a substância e o nível de exposição. A prevenção envolve a substituição de substâncias tóxicas por alternativas mais seguras, o uso de EPI adequado e a implementação de práticas seguras de manuseio e armazenamento de produtos químicos (Carvalho et al., 2017).

De uma forma geral, as doenças ocupacionais vão além das condições mais frequentemente discutidas e incluem uma ampla gama de problemas de saúde que afetam os trabalhadores. A identificação e gestão eficaz dessas doenças requerem uma abordagem abrangente e multidisciplinar, envolvendo a avaliação contínua dos riscos ocupacionais, a implementação de medidas preventivas, a promoção da saúde no ambiente de trabalho e a educação dos trabalhadores. A proteção da saúde ocupacional é fundamental não apenas para o bem-estar dos trabalhadores, mas também para a produtividade e sustentabilidade das organizações.

2.5 PREVENÇÃO, GESTÃO E IMPACTO NA QUALIDADE DE VIDA

A prevenção e a gestão eficazes de doenças ocupacionais são fundamentais para garantir a saúde e o bem-estar dos trabalhadores, impactando diretamente na qualidade de vida no ambiente de trabalho. A identificação e avaliação dos riscos presentes no ambiente de trabalho são os primeiros passos na prevenção de doenças ocupacionais. É essencial realizar uma análise detalhada das condições laborais, considerando fatores físicos, químicos, biológicos, ergonômicos e psicossociais para detectar possíveis ameaças à saúde dos trabalhadores.

2.5.1 Estratégias de Prevenção e Gestão de Doenças Ocupacionais

A primeira etapa na prevenção de doenças ocupacionais é a identificação e avaliação dos riscos presentes no ambiente de trabalho. Isso envolve a realização de avaliações de risco detalhadas que considerem fatores físicos, químicos, biológicos, ergonômicos e psicossociais. A utilização de ferramentas como auditorias de segurança, monitoramento ambiental e análise de incidentes é crucial para detectar possíveis ameaças à saúde dos trabalhadores. A participação ativa dos trabalhadores nesse processo é igualmente importante, pois eles estão em posição de identificar riscos específicos relacionados às suas atividades diárias (Leite et al., 2018).

Com os riscos identificados, a implementação de medidas de controle torna-se a próxima prioridade. As estratégias de controle podem ser divididas em três categorias principais: controles de engenharia, controles administrativos e uso de Equipamentos de Proteção Individual (EPI). Os controles de engenharia envolvem modificações no ambiente de trabalho para eliminar ou reduzir os riscos, como a instalação de sistemas de ventilação adequados, barreiras físicas para isolar fontes de ruído e a substituição de materiais perigosos por alternativas mais seguras. Os

controles administrativos incluem a adoção de políticas e procedimentos que promovam práticas de trabalho seguras, a organização de horários de trabalho que permitam pausas regulares e a rotação de tarefas para evitar a exposição prolongada a fatores de risco. O uso de EPI, como máscaras respiratórias, luvas, óculos de proteção e protetores auriculares, é essencial quando os riscos não podem ser totalmente eliminados por meio de controles de engenharia ou administrativos (Heidtmann-Bemvenuti *et al.*, 2021).

A educação e o treinamento dos trabalhadores são componentes críticos das estratégias de prevenção. Capacitar os trabalhadores sobre a identificação de riscos, o uso correto de EPIs, práticas ergonômicas e procedimentos de segurança contribui para a criação de uma cultura de segurança no local de trabalho. Workshops, treinamentos regulares e campanhas de conscientização são métodos eficazes para garantir que os trabalhadores estejam bem informados e preparados para proteger sua saúde (Lemos *et al.*, 2018).

A gestão eficaz dos casos de doenças ocupacionais quando eles ocorrem é igualmente importante. Isso envolve a monitorização contínua da saúde dos trabalhadores, com exames médicos periódicos e avaliações de desempenho funcional para detectar precocemente quaisquer sinais de doenças ocupacionais. O acesso a serviços médicos e terapêuticos adequados, incluindo fisioterapia, apoio psicológico e, quando necessário, intervenções cirúrgicas, é fundamental para o tratamento e a recuperação dos trabalhadores afetados (Costa *et al.*, 2023).

Além disso, a implementação de ajustes no ambiente de trabalho e nas práticas de trabalho para acomodar as necessidades dos trabalhadores afetados e prevenir novas ocorrências é uma prática essencial na gestão das doenças ocupacionais. Isso pode incluir a adaptação de ferramentas e equipamentos, a modificação de processos de trabalho e a promoção de um ambiente de trabalho mais inclusivo e acessível. (Ximenes, 2024).

Verifica-se que as estratégias de prevenção e gestão de doenças ocupacionais envolvem uma abordagem multifacetada que combina a identificação e controle de riscos, a educação e capacitação dos trabalhadores, a gestão eficaz de casos de doenças e a promoção de um ambiente de trabalho seguro e saudável. Investir nessas estratégias não só protege a saúde e o bem-estar dos trabalhadores, mas também

contribui para a produtividade e a sustentabilidade das organizações, criando um ambiente de trabalho onde todos possam prosperar.

2.5.2 Impacto das Doenças Ocupacionais na Qualidade de Vida dos Trabalhadores

As doenças ocupacionais têm um impacto profundo e multifacetado na qualidade de vida dos trabalhadores, afetando não apenas sua saúde física, mas também seu bem-estar mental, emocional e social. Essas condições, que surgem devido à exposição a diversos fatores de risco no ambiente de trabalho, podem resultar em incapacidades temporárias ou permanentes, alterando significativamente a vida dos indivíduos afetados.

A saúde física é diretamente comprometida pelas doenças ocupacionais. Condições como lesões por esforços repetitivos, doenças respiratórias, doenças de pele, transtornos musculoesqueléticos e cânceres ocupacionais podem causar dor crônica, limitações funcionais e, em casos graves, incapacidades que dificultam ou impedem a realização de atividades diárias e profissionais. A perda da capacidade de trabalho pode levar à diminuição da renda e à instabilidade financeira, agravando o estresse e a ansiedade dos trabalhadores (Moraes; Bastos, 2017).

O impacto na saúde mental e emocional dos trabalhadores é igualmente significativo. As doenças ocupacionais frequentemente resultam em estresse psicológico, ansiedade e depressão, especialmente quando os indivíduos enfrentam incertezas sobre seu estado de saúde, a duração do tratamento e a possibilidade de retorno ao trabalho. A síndrome de burnout, relacionada ao estresse crônico no trabalho, é um exemplo claro de como as condições laborais podem afetar profundamente a saúde mental dos trabalhadores. A exaustão emocional, a despersonalização e a sensação de baixa realização pessoal associadas ao burnout têm efeitos devastadores na qualidade de vida (Gavin et al., 2015).

As relações sociais dos trabalhadores também são afetadas pelas doenças ocupacionais. A dor e o desconforto físicos podem limitar a participação em atividades sociais e de lazer, isolando os indivíduos de seus círculos sociais. Além disso, a necessidade de frequentes consultas médicas e tratamentos pode interferir nas responsabilidades familiares e nos relacionamentos pessoais, criando tensão e conflito. A falta de compreensão ou apoio por parte de colegas e empregadores pode exacerbar a sensação de isolamento e frustração dos trabalhadores (Stonoga, 2020).

No ambiente de trabalho, as doenças ocupacionais resultam em absenteísmo e presenteísmo. O absenteísmo, caracterizado pela ausência do trabalhador devido a problemas de saúde, reduz a produtividade e sobrecarrega os colegas que precisam compensar a falta de pessoal. O presenteísmo, por outro lado, ocorre quando os trabalhadores continuam a trabalhar apesar de estarem doentes, resultando em desempenho reduzido, erros e maior risco de acidentes. Ambos os fenômenos têm impactos negativos na eficiência e na moral da equipe, além de aumentar os custos operacionais para as organizações (Oliveira et al., 2018).

A longo prazo, as doenças ocupacionais podem levar à perda de emprego e à necessidade de requalificação profissional. Trabalhadores que desenvolvem incapacidades permanentes podem ser forçados a abandonar suas carreiras e buscar novas oportunidades de trabalho que sejam compatíveis com suas limitações físicas. Este processo pode ser emocionalmente desgastante e financeiramente desafiador, especialmente se houver falta de apoio para requalificação e reintegração no mercado de trabalho (Sousa, 2022).

Para os empregadores, o impacto das doenças ocupacionais se reflete em custos adicionais com indenizações, tratamentos médicos e medidas de reabilitação. Além disso, há uma perda de capital humano e experiência, que pode ser difícil de substituir. Investir na prevenção e gestão das doenças ocupacionais é, portanto, essencial para mitigar esses impactos negativos e promover um ambiente de trabalho saudável e seguro (Cavalcante, 2016).

As doenças ocupacionais têm um impacto significativo e abrangente na qualidade de vida dos trabalhadores. A saúde física, mental e emocional dos indivíduos é comprometida, afetando suas relações sociais, desempenho profissional e estabilidade financeira. A prevenção eficaz, a gestão adequada dos casos de doenças e a promoção de um ambiente de trabalho saudável são fundamentais para proteger a saúde e o bem-estar dos trabalhadores, garantindo sua qualidade de vida e contribuindo para a sustentabilidade das organizações.

2.5.3 Programas de Saúde e Bem-Estar no Trabalho

Os programas de saúde e bem-estar no trabalho são iniciativas estratégicas que visam promover a saúde física, mental e emocional dos trabalhadores, criando um ambiente de trabalho mais seguro, saudável e produtivo. Esses programas

desempenham um papel crucial na prevenção de doenças ocupacionais, na melhoria da qualidade de vida dos trabalhadores e na redução de custos associados a tratamentos médicos e absenteísmo.

Uma abordagem eficaz para programas de saúde e bem-estar no trabalho começa com a avaliação das necessidades dos trabalhadores. Isso envolve a realização de pesquisas, entrevistas e análises de dados para identificar os principais problemas de saúde e bem-estar enfrentados pelos empregados. Compreender essas necessidades permite o desenvolvimento de programas personalizados que abordem especificamente os desafios e riscos presentes no ambiente de trabalho (Agapito et al., 2015).

Promoção de hábitos saudáveis é um componente central desses programas. Iniciativas como a promoção de atividades físicas regulares, alimentação saudável e programas de cessação do tabagismo são fundamentais para melhorar a saúde geral dos trabalhadores. Empresas podem oferecer subsídios para academias, organizar sessões de exercícios no local de trabalho, fornecer opções de refeições saudáveis na cafeteria e criar grupos de apoio para ajudar os trabalhadores a parar de fumar (Ceballos; Santos, 2015).

A prevenção de lesões e doenças ocupacionais é outro foco importante. Isso inclui a implementação de práticas ergonômicas, a promoção de pausas regulares para alongamento e descanso, e a realização de treinamentos de segurança. A ergonomia, por exemplo, pode ser abordada através da adaptação dos postos de trabalho para reduzir o risco de LER/DORT e outros distúrbios musculoesqueléticos. Treinamentos de segurança periódicos e atualizados ajudam a garantir que os trabalhadores estejam cientes dos riscos e saibam como evitá-los (Souza et al., 2015).

Saúde mental e bem-estar emocional são igualmente cruciais para a eficácia dos programas de saúde no trabalho. Oferecer suporte psicológico, como acesso a terapeutas, conselheiros e programas de assistência ao empregado (EAP), pode ajudar a prevenir e tratar problemas como estresse, ansiedade e depressão. Além disso, promover um ambiente de trabalho positivo, com políticas que incentivem o equilíbrio entre vida profissional e pessoal, flexibilidade de horários e uma cultura organizacional de apoio e respeito, contribui significativamente para o bem-estar emocional dos trabalhadores (Coelho et al., 2016).

Educação e conscientização são componentes essenciais para o sucesso de qualquer programa de saúde e bem-estar. Workshops, seminários e campanhas de conscientização podem fornecer informações valiosas sobre prevenção de doenças, nutrição, exercícios físicos e técnicas de gerenciamento de estresse. A educação contínua mantém os trabalhadores informados e capacitados para cuidar melhor de sua saúde (Lima, 2018).

A avaliação e monitoramento contínuos dos programas de saúde e bem-estar são fundamentais para garantir sua eficácia. Coletar feedback dos trabalhadores, analisar indicadores de saúde e bem-estar e ajustar as iniciativas com base nos resultados observados são práticas importantes para a melhoria contínua dos programas. Ferramentas de avaliação, como questionários de satisfação, métricas de saúde e relatórios de desempenho, ajudam a medir o impacto das iniciativas e identificar áreas para aprimoramento (Anacleto et al., 2023).

Além dos benefícios diretos para a saúde dos trabalhadores, os programas de saúde e bem-estar no trabalho também trazem vantagens significativas para as empresas. Eles podem resultar em aumento da produtividade, redução do absenteísmo e do presenteísmo, diminuição dos custos com saúde e melhoria do clima organizacional. Trabalhadores saudáveis e felizes são mais engajados, motivados e leais, o que contribui para um ambiente de trabalho mais eficiente e harmonioso (Silva, 2017).

Em resumo, os programas de saúde e bem-estar no trabalho são investimentos valiosos que beneficiam tanto os trabalhadores quanto as empresas. Ao promover a saúde física, mental e emocional, prevenir doenças ocupacionais e criar um ambiente de trabalho positivo, essas iniciativas melhoram significativamente a qualidade de vida dos trabalhadores e a sustentabilidade das organizações. Implementar e manter programas de saúde e bem-estar eficazes é uma responsabilidade compartilhada que requer o comprometimento de todos os níveis da organização, desde a alta gestão até cada um dos trabalhadores.

2.5.4 Boas Práticas e Recomendações para Ambientes de Trabalho Saudáveis

Criar e manter um ambiente de trabalho saudável é fundamental para garantir a saúde, segurança e bem-estar dos trabalhadores. As boas práticas e recomendações para alcançar esse objetivo envolvem uma abordagem integrada que

considera aspectos físicos, mentais e organizacionais do ambiente de trabalho. A implementação de tais práticas não apenas promove a qualidade de vida dos trabalhadores, mas também melhora a produtividade e a eficiência das organizações.

Uma das principais boas práticas é a avaliação regular dos riscos no ambiente de trabalho. Realizar inspeções periódicas e avaliações de risco ajuda a identificar potenciais perigos físicos, químicos, biológicos, ergonômicos e psicossociais. Com base nessas avaliações, é possível implementar medidas preventivas eficazes, como melhorias na ventilação, controle de ruído, substituição de materiais perigosos e adoção de práticas ergonômicas adequadas (Santos; Paiva, 2018).

Promover a ergonomia no local de trabalho é essencial para prevenir lesões musculoesqueléticas e melhorar o conforto dos trabalhadores. Isso pode ser alcançado através do design ergonômico dos postos de trabalho, fornecimento de equipamentos ajustáveis e adequados, e treinamento dos trabalhadores sobre posturas corretas e técnicas de levantamento de peso. A ergonomia não apenas reduz o risco de lesões, mas também aumenta a eficiência e a satisfação dos trabalhadores (Ribeiro; Santana, 2015).

Garantir o uso adequado de Equipamentos de Proteção Individual é uma prática crucial para proteger os trabalhadores contra exposições perigosas. As empresas devem fornecer EPIs adequados, como máscaras, luvas, óculos de proteção e protetores auriculares, e garantir que os trabalhadores estejam treinados para usá-los corretamente. Além disso, é importante realizar inspeções regulares para garantir que os EPIs estejam em boas condições e sejam usados conforme necessário (Souza, 2023).

Implementar programas de promoção da saúde no local de trabalho também é uma prática recomendada. Esses programas podem incluir atividades físicas, campanhas de vacinação, sessões de alongamento, oficinas de nutrição e programas de cessação do tabagismo. Promover hábitos saudáveis e oferecer recursos para que os trabalhadores cuidem de sua saúde contribui significativamente para o bem-estar geral (Malta et al., 2016).

A prevenção e gestão do estresse ocupacional são igualmente importantes. Criar um ambiente de trabalho que valorize o equilíbrio entre vida profissional e pessoal, oferecer suporte psicológico, incentivar pausas regulares e promover uma

cultura de respeito e apoio são medidas essenciais para reduzir o estresse e melhorar a saúde mental dos trabalhadores. Programas de assistência ao empregado (EAP) e treinamentos em técnicas de gerenciamento de estresse também são recomendados (Farias et al., 2023).

Fomentar uma cultura de segurança e saúde no trabalho é outra boa prática fundamental. Isso envolve o comprometimento da liderança, a participação ativa dos trabalhadores e a comunicação aberta sobre questões de saúde e segurança. Incentivar os trabalhadores a relatar perigos e participar de comitês de segurança ajuda a criar um ambiente de trabalho mais seguro e colaborativo. A liderança deve dar o exemplo, demonstrando um compromisso genuíno com a segurança e o bem-estar dos empregados (Jacques et al., 2018).

Educação e treinamento contínuos são componentes chave para manter um ambiente de trabalho saudável. Proporcionar treinamentos regulares sobre práticas seguras de trabalho, uso de EPIs, ergonomia e primeiros socorros garante que os trabalhadores estejam bem informados e preparados para lidar com situações de risco. Além disso, programas de sensibilização sobre saúde mental e bem-estar ajudam a criar uma consciência coletiva sobre a importância de cuidar da saúde emocional (Ribeiro et al., 2018).

Constata-se que as boas práticas e recomendações para ambientes de trabalho saudáveis envolvem uma abordagem abrangente e integrada. Inclui a avaliação regular de riscos, promoção da ergonomia, uso adequado de EPIs, programas de promoção da saúde, prevenção e gestão do estresse, fomento de uma cultura de segurança, educação contínua e monitoramento constante. Implementar essas práticas não só melhora a qualidade de vida dos trabalhadores, mas também contribui para a eficiência, produtividade e sustentabilidade das organizações. Criar um ambiente de trabalho saudável é uma responsabilidade compartilhada que requer o comprometimento e a colaboração de todos os níveis da organização.

3 MÉTODO

Para a elaboração desta pesquisa, adotou-se uma revisão narrativa da literatura, visando sintetizar e analisar as informações relevantes sobre doenças ocupacionais e a qualidade de vida no ambiente de trabalho. Este estudo é de natureza básica, buscando ampliar o conhecimento teórico sobre as doenças ocupacionais e sua influência na qualidade de vida dos trabalhadores.

A abordagem adotada foi qualitativa, caracterizada pela análise interpretativa dos dados coletados a partir de fontes secundárias, como artigos científicos, livros e relatórios técnicos. A pesquisa realizada é descritiva e exploratória, identificando e descrevendo as principais doenças ocupacionais e seus impactos na qualidade de vida no trabalho, bem como explorando os fatores de risco associados e as práticas de prevenção e gestão dessas doenças.

O principal procedimento metodológico adotado foi a pesquisa bibliográfica. O processo de revisão narrativa da literatura incluiu a seleção de fontes de dados, como artigos científicos indexados em bases de dados como Scielo, Google Scholar, Biblioteca Digital de Teses e Dissertações e o Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES. Foram analisadas 23 publicações, incluindo estudos publicados nos últimos dez anos, em português, que abordassem diretamente as doenças ocupacionais e a qualidade de vida no trabalho.

Estudos fora desse período, em outros idiomas ou que não fossem diretamente relevantes ao tema, foram excluídos. A coleta de dados foi realizada por meio de busca sistemática nas bases de dados mencionadas, utilizando palavras-chave como "doenças ocupacionais", "qualidade de vida no trabalho", "prevenção de doenças ocupacionais" e "fatores de risco ocupacionais".

Os dados foram analisados de forma qualitativa, utilizando a técnica de análise de conteúdo. Foram identificadas e categorizadas as principais doenças ocupacionais, os fatores de risco, os impactos na qualidade de vida dos trabalhadores e as melhores práticas de prevenção e gestão. Ao todo, 23 estudos compuseram a seção de resultados e análise dos dados, fornecendo uma base sólida para as conclusões deste trabalho. Entre as limitações deste estudo, destaca-se a disponibilidade de estudos nas bases de dados selecionadas, o que pode restringir a abrangência dos achados, além da natureza dinâmica das condições de trabalho e das práticas de saúde

ocupacional, que podem implicar em mudanças que não foram capturadas pelos estudos mais antigos. Por se tratar de uma revisão narrativa da literatura, este estudo não envolveu a coleta de dados primários de participantes humanos, portanto, não exigiu aprovação de um comitê de ética em pesquisa. Contudo, todos os cuidados foram tomados para garantir a integridade e a fidelidade na interpretação dos dados coletados das fontes secundárias.

4 RESULTADOS E ANÁLISE DOS DADOS

Este capítulo apresenta os resultados da revisão narrativa da literatura sobre as doenças ocupacionais e a qualidade de vida no ambiente de trabalho, considerando apenas os estudos publicados entre 2004 e 2024. A análise inclui a identificação das principais doenças ocupacionais, os fatores de risco associados, o impacto na qualidade de vida dos trabalhadores e as práticas de prevenção e gestão eficazes.

Quadro 1. Principais doenças ocupacionais

Doenças Ocupacionais	Características	Segmentos com Maior Prevalência	Impactos na Qualidade de Vida (Físico, Mental, Social)	Estratégias para Minimizar	Autores
Lesões por Esforços Repetitivos (LER/DORT)	Movimentos repetitivos, postura inadequada	Escritório, linha de produção, construção civil	Dor crônica, incapacitação funcional	Medidas ergonômicas, pausas regulares, uso de EPIs	Viegas e Almeida (2016)
Doenças Respiratórias Ocupacionais	Exposição a poeiras minerais e poluentes	Mineração, construção civil, fabricação de cerâmica	Dificuldade respiratória, função pulmonar reduzida	Melhorias na ventilação, uso de EPIs, monitoramento ambiental	Ferreira (2018), Teixeira et al. (2023)
Transtornos Mentais Relacionados ao Trabalho	Alta carga de trabalho, falta de suporte organizacional	Ambientes de trabalho de alta pressão	Ansiedade, depressão, síndrome de burnout	Programas de apoio psicológico, gestão do estresse, suporte organizacional	Rodrigues e Calheiros (2019), Ribeiro et al. (2019)
Dermatites de Contato	Exposição a substâncias irritantes	Indústria química, construção civil	Desconforto físico, isolamento social	Uso de EPIs adequados, práticas de higiene	Pereira (2017)
Perda Auditiva Induzida por Ruído (PAIR)	Exposição prolongada a níveis elevados de ruído	Fábricas, construção civil, setores de transportes	Diminuição da capacidade auditiva, comunicação prejudicada	Programas de conservação auditiva, uso de protetores auriculares	Nazu (2015)

Intoxicações Ocupacionais	Exposição a substâncias químicas tóxicas	Indústrias de manufatura, agricultura	Sintomas agudos e crônicos variáveis	Substituição de substâncias tóxicas, uso de EPIs, práticas seguras de manuseio	Carvalho et al. (2017)
Cânceres Ocupacionais	Exposição a carcinógenos específicos	Indústrias que utilizam amianto, benzeno	Dificuldade respiratória, cânceres	Vigilância médica regular, políticas de segurança rigorosas	Guimarães et al. (2019)

Fonte: Autor

4.1 PRINCIPAIS DOENÇAS OCUPACIONAIS

A revisão da literatura identificou várias doenças ocupacionais prevalentes em diferentes setores de trabalho. Viegas e Almeida (2016) discutem a prevalência de Lesões por Esforços Repetitivos (LER/DORT) em trabalhadores de escritório e de linha de produção, enfatizando a importância de medidas ergonômicas para prevenir essas lesões. Ferreira (2018) e Teixeira et al. (2023) abordam a ocorrência de doenças respiratórias como pneumoconiose, asma ocupacional e doenças pulmonares obstrutivas crônicas (DPOC) em trabalhadores expostos a poeiras minerais e poluentes. Ferreira sugere o uso de Equipamentos de Proteção Individual (EPI) como medida preventiva, enquanto Teixeira et al. recomendam melhorias na ventilação e monitoramento ambiental.

Rodrigues e Calheiros (2019) e Ribeiro et al. (2019) exploram a prevalência de transtornos mentais relacionados ao trabalho, como ansiedade, depressão e síndrome de burnout, em ambientes de trabalho de alta pressão. Ambos os estudos apontam que a falta de suporte organizacional e a alta carga de trabalho são fatores significativos. Programas de apoio psicológico e gestão do estresse são recomendados como intervenções eficazes. Pereira (2017) aborda as dermatites de contato causadas pela exposição a substâncias irritantes em trabalhadores da indústria química e construção civil, destacando o uso de EPIs adequados e práticas de higiene como medidas preventivas. Nazu (2015) discute a perda auditiva induzida por ruído (PAIR) como uma condição irreversível resultante da exposição prolongada a níveis elevados de ruído, recomendando programas de conservação auditiva e o uso de protetores auriculares.

Carvalho et al. (2017) discutem as intoxicações ocupacionais causadas pela exposição a metais pesados e solventes orgânicos, sugerindo a substituição de substâncias tóxicas por alternativas mais seguras e a implementação de práticas seguras de manuseio como formas de prevenção. Guimarães et al. (2019) destacam os cânceres ocupacionais associados à exposição a carcinógenos como amianto e benzeno, enfatizando a necessidade de vigilância médica regular e políticas de segurança rigorosas para a prevenção.

4.2 FATORES DE RISCO ASSOCIADOS

Os fatores de risco identificados nos estudos incluem a exposição a ruídos elevados, radiações, temperaturas extremas e vibrações, conforme discutido por Nazu (2015) e Viegas e Almeida (2016). Contato com substâncias tóxicas como solventes e metais pesados é abordado por Carvalho et al. (2017), enquanto a exposição a patógenos em serviços de saúde e agricultura é destacada por Araújo et al. (2023). Posturas inadequadas e movimentos repetitivos são discutidos por Barbosa, Santos e Trezza (2007), e o estresse ocupacional e a falta de suporte organizacional são abordados por Rodrigues e Calheiros (2019).

4.3 IMPACTO NA QUALIDADE DE VIDA DOS TRABALHADORES

Os impactos na qualidade de vida identificados na literatura são significativos e multifacetados. Doenças como LER/DORT resultam em dor crônica e incapacidades temporárias ou permanentes, afetando diretamente a capacidade de trabalho, conforme discutido por Viegas e Almeida (2016). Transtornos mentais como ansiedade e depressão resultam em sofrimento emocional e reduzem a produtividade, conforme observado por Rodrigues e Calheiros (2019) e Ribeiro et al. (2019). Doenças como dermatites de contato podem isolar os trabalhadores de suas atividades sociais devido ao desconforto físico, conforme Pereira (2017). Doenças respiratórias e outras condições crônicas resultam em absenteísmo e presenteísmo, diminuindo a eficiência no trabalho, conforme Teixeira et al. (2023). A perda de capacidade de trabalho pode levar à diminuição da renda e à instabilidade financeira, agravando o estresse e a ansiedade, conforme observado por Carvalho et al. (2017).

4.4 PRÁTICAS DE PREVENÇÃO E GESTÃO EFICAZES

Ferreira (2018) e Nazu (2015) destacam o uso adequado de EPIs para proteger contra doenças respiratórias e perda auditiva. A capacitação dos trabalhadores é sugerida por Teixeira et al. (2023) e Rodrigues e Calheiros (2019) como fundamental para a prevenção de riscos ocupacionais. Programas de promoção de hábitos saudáveis são recomendados por Ceballos e Santos (2015) para melhorar a saúde geral dos trabalhadores. O apoio psicológico e programas de assistência ao empregado (EAP) são recomendados por Rodrigues e Calheiros (2019) para prevenir e tratar transtornos mentais relacionados ao trabalho. Programas de gestão do estresse são destacados por Ribeiro et al. (2019) como eficazes para melhorar a saúde mental dos trabalhadores. A coleta e análise contínua de dados sobre saúde ocupacional são recomendadas por Guimarães et al. (2019) para ajustar políticas e procedimentos de segurança.

Os estudos revisados apresentam uma concordância significativa quanto à identificação das principais doenças ocupacionais e dos fatores de risco associados. No entanto, há variações nas abordagens preventivas sugeridas. Por exemplo, enquanto Ferreira (2018) enfatiza o uso de EPIs para prevenir doenças respiratórias, Teixeira et al. (2023) sugerem melhorias na ventilação e monitoramento ambiental. Os estudos sobre transtornos mentais, como os de Rodrigues e Calheiros (2019) e Ribeiro et al. (2019), concordam que o estresse ocupacional é um fator crítico, mas diferem nas abordagens para sua gestão, com Rodrigues e Calheiros enfatizando o apoio psicológico e Ribeiro et al. focando em programas de gestão do estresse.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

As doenças ocupacionais representam um desafio significativo tanto para a saúde pública quanto para a gestão organizacional, devido aos seus impactos adversos na saúde e na qualidade de vida dos trabalhadores. Este estudo revisou a literatura existente sobre doenças ocupacionais e qualidade de vida no ambiente de trabalho, com o objetivo de identificar as principais doenças ocupacionais, seus fatores de risco, impactos na qualidade de vida e práticas eficazes de prevenção e gestão. A revisão abrangeu estudos publicados entre 2004 e 2024, oferecendo uma visão atualizada sobre o tema.

Os resultados da revisão indicam que as Lesões por Esforços Repetitivos, doenças respiratórias ocupacionais, transtornos mentais relacionados ao trabalho, dermatites de contato, perda auditiva induzida por ruído, intoxicações ocupacionais e cânceres ocupacionais são as doenças mais prevalentes em diversos setores de trabalho. A importância de medidas ergonômicas e o uso de Equipamentos de Proteção Individual foram frequentemente enfatizados como estratégias essenciais para a prevenção dessas doenças.

Os fatores de risco associados a essas doenças são variados e incluem a exposição a ruídos elevados, radiações, temperaturas extremas, vibrações, substâncias químicas tóxicas, patógenos e condições ergonômicas inadequadas. O controle eficaz desses fatores é crucial para prevenir a ocorrência de doenças ocupacionais. Além disso, o estresse ocupacional e a falta de suporte organizacional são identificados como fatores críticos para o desenvolvimento de transtornos mentais relacionados ao trabalho.

O impacto das doenças ocupacionais na qualidade de vida dos trabalhadores é significativo, afetando não apenas a saúde física, mas também o bem-estar mental, emocional e social. Doenças como LER/DORT resultam em dor crônica e incapacidades, enquanto transtornos mentais como ansiedade e depressão reduzem a produtividade e aumentam o sofrimento emocional. A perda de capacidade de trabalho pode levar à instabilidade financeira e ao isolamento social, agravando ainda mais o estresse e a ansiedade dos trabalhadores.

As práticas de prevenção e gestão eficazes identificadas na revisão incluem a implementação de medidas ergonômicas, o uso adequado de EPIs, a capacitação

contínua dos trabalhadores, programas de promoção de hábitos saudáveis, suporte psicológico e programas de gestão do estresse. Melhorias na ventilação e monitoramento ambiental, juntamente com o uso de EPIs, são essenciais para prevenir doenças respiratórias. Além disso, programas de apoio psicológico e assistência ao empregado (EAP) são recomendados para prevenir e tratar transtornos mentais relacionados ao trabalho.

A análise comparativa dos estudos revisados revela uma concordância significativa na identificação das principais doenças ocupacionais e fatores de risco. No entanto, as abordagens preventivas sugeridas variam entre os autores, refletindo a complexidade e a necessidade de estratégias multifacetadas para a prevenção e gestão eficazes das doenças ocupacionais. Por exemplo, enquanto alguns estudos enfatizam o uso de EPIs para prevenir doenças respiratórias, outros sugerem que melhorias na ventilação e monitoramento ambiental também são essenciais.

Em termos de implicações práticas, este estudo destaca a importância de uma abordagem integrada para abordar as doenças ocupacionais, considerando os diversos fatores de risco e seus impactos na qualidade de vida dos trabalhadores. A implementação de práticas de prevenção e gestão eficazes é essencial para promover ambientes de trabalho mais saudáveis e seguros, beneficiando tanto os trabalhadores quanto as organizações. Investir na saúde ocupacional não apenas melhora a qualidade de vida dos trabalhadores, mas também contribui para a produtividade e sustentabilidade das empresas.

As limitações deste estudo incluem a disponibilidade de estudos nas bases de dados selecionadas e a natureza dinâmica das condições de trabalho, que podem não ser totalmente capturadas pelos estudos mais antigos. Futuras pesquisas poderiam explorar a aplicação de novas tecnologias e abordagens inovadoras na prevenção e gestão de doenças ocupacionais, bem como avaliar a eficácia de intervenções específicas em diferentes contextos organizacionais.

De uma forma geral, este estudo contribui para a literatura sobre saúde ocupacional ao fornecer uma síntese atualizada das principais doenças ocupacionais, fatores de risco, impactos na qualidade de vida e práticas de prevenção e gestão eficazes. Ao abordar essas questões, espera-se que este trabalho possa orientar políticas e programas de saúde ocupacional mais eficazes, promovendo ambientes

de trabalho mais seguros e saudáveis e melhorando a qualidade de vida dos trabalhadores.

REFERÊNCIAS

- AGAPITO, Paula Rodrigues et al. Bem-estar no trabalho e percepção de sucesso na carreira como antecedentes de intenção de rotatividade. **RAM. Revista de Administração Mackenzie**, v. 16, p. 71-93, 2015.
- ANACLETO, Ariele Vitória et al. Desenvolvimento e Retenção de Talentos: Leal Dutra Distribuidora. **Projeto Integrado**, 2023.
- BARBOSA, Maria do Socorro Alécio; SANTOS, Regina Maria dos; TREZZA, Maria Cristina Soares Figueiredo. A vida do trabalhador antes e após a Lesão por Esforço Repetitivo (LER) e Doença Osteomuscular Relacionada ao Trabalho (DORT). **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 60, p. 491-496, 2007.
- CAMPOS, Terezinha Aparecida. **O caleidoscópio do processo de saúde e doença na percepção de professores do ensino médio dos colégios públicos do município de Cascavel/Pr**. 2018. 136 f. Dissertação (Mestrado - Programa de Pós-Graduação em Educação) - Universidade Estadual do Oeste do Paraná, Cascavel, 2018.
- CARLOTTO, Mary Sandra et al. Prevalência de afastamentos por transtornos mentais e do comportamento relacionados ao trabalho em professores. **Psi Unisc**, v. 3, n. 1, p. 19-32, 2019.
- CAVALCANTE, Sandra Regina. **O papel da Justiça do Trabalho na prevenção e reparação dos acidentes e doenças ocupacionais**. 2016. Tese (Doutorado em Saúde Ambiental) - Faculdade de Saúde Pública, University of São Paulo, São Paulo, 2016.
- CEBALLOS, Albanita Gomes da Costa de; SANTOS, Gustavo Barreto. Fatores associados à dor musculoesquelética em professores: aspectos sociodemográficos, saúde geral e bem-estar no trabalho. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 18, p. 702-715, 2015.
- COELHO, Vítor Alexandre et al. Programas de intervenção para o desenvolvimento de competências socioemocionais: Uma revisão crítica dos enquadramentos SEL e SEAL. **Análise Psicológica**, v. 34, n. 1, p. 61-72, 2016.
- COSTA, Etienne de Jesus Lobato et al. A aplicação das normas regulamentadoras e capacitação, treinamento aos trabalhadores do ambiente hospitalar. **Revista de Gestão e Secretariado**, v. 14, n. 10, p. 18170-18181, 2023.
- DALE, Alana Pires; DIAS, Maria Dionísia do Amaral. A 'extravagância' de trabalhar doente: o corpo no trabalho em indivíduos com diagnóstico de LER/DORT. **Trabalho, Educação e Saúde**, v. 16, p. 263-282, 2018.
- FARIAS, Paula et al. Riscos psicossociais: prevenção e controlo do stress ocupacional. **Revista de Investigação & Inovação em Saúde**, v. 6, n. 1, p. 125-137, 2023.
- FARSEN, Thaís Cristine et al. Qualidade de vida, Bem-estar e Felicidade no Trabalho: sinônimos ou conceitos que se diferenciam?. **Interação em Psicologia**, v. 22, n. 1, 2018.

FERNANDES, Márcia Astrês et al. Prevalência dos transtornos de ansiedade como causa de afastamento de trabalhadores. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 71, p. 2213-2220, 2018.

FERREIRA, António Jorge. Doenças Ocupacionais Respiratórias–Perspetivas Atuais. **Revista Internacional em Língua Portuguesa**, n. 34, p. 53-76, 2018.

FRANÇA, Luane Resende. **Preparação para qualidade de vida no trabalho: análise de um curso na perspectiva de servidores públicos federais**. 2019. 83 f. Dissertação (Mestrado em Saúde Ambiental e Saúde do Trabalhador) - Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2019.

FRANCO, Tânia; DRUCK, Graça; SELIGMANN-SILVA, Edith. As novas relações de trabalho, o desgaste mental do trabalhador e os transtornos mentais no trabalho precarizado. **Revista brasileira de saúde ocupacional**, v. 35, p. 229-248, 2010.

GARCIA, Ivana de França et al. Estudo da qualidade de vida no trabalho de professores do ensino superior. **Revista Intersaberes**, v. 14, n. 31, p. 187-197, 2019.

GAVIN, Rejane Salomão et al. Associação entre depressão, estresse, ansiedade e uso de álcool entre servidores públicos. **SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)**, v. 11, n. 1, p. 2-9, 2015.

GUIMARÃES, Raphael Mendonça et al. Estabelecimento de agentes e atividades ocupacionais carcinogênicas prioritárias para a vigilância em saúde no Brasil. **Rev Bras Med Trab**, v. 17, n. 2, p. 254-9, 2019.

HEIDTMANN-BEMVENUTI, Renata et al. **Gestão de Riscos Ocupacionais: técnicas para o processo de avaliação de riscos**. São Luís: Editora Pascal, 2021.

HIRSCHLE, Ana Lucia Teixeira; GONDIM, Sônia Maria Guedes. Estresse e bem-estar no trabalho: uma revisão de literatura. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 7, p. 2721-2736, 2020.

JACQUES, João Paulo Belini et al. Sala de bem-estar como estratégia para redução do estresse ocupacional: estudo quase-experimental. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 71, p. 483-489, 2018.

LEITE, Kerolayne Santos et al. Análise de riscos ocupacionais através de ferramentas gerenciais: estudo de caso em laboratório de tecnologia de alimentos. **Brazilian Journal of Development**, v. 4, n. 7, p. 3959-3974, 2018.

LEMOES, Grazielle de Carvalho et al. A cultura de segurança do paciente no âmbito da enfermagem: reflexão teórica. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, v. 8, 2018.

LIMA, Iury Rafael Pino de. **Medidas de controle ocupacionais em um reator de produção de dicloroetano**. 2023. 75 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Engenharia Química) – Centro de Tecnologia, Universidade Federal de Alagoas, Maceió, 2023.

LIMA, Valquíria de. **Ginástica laboral: atividade física no ambiente de trabalho**. Phorte Editora, 2018.

LÍRIO, Angélica Barbieri; SEVERO, Eliana Andrea; GUIMARÃES, Julio Cesar Ferro de. A influência da qualidade de vida no trabalho sobre o comprometimento organizacional. **Gestão & Planejamento-G&P**, v. 10, 2018.

LOPES, Marcelo Santos et al. Impactos da exposição ocupacional ao sol para a pele do trabalhador ao ar livre. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 3, p. e51011326992-e51011326992, 2022.

MAGALHÃES, Jacineide Santos. O sofrimento/adoecimento no exercício laboral Docente: uma revisão de literatura. **Rev. Cien. Educ**, v. 3, p. 566-576, 2019.

MALTA, Deborah Carvalho et al. Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS): capítulos de uma caminhada ainda em construção. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, p. 1683-1694, 2016.

MEDEIROS, Urubatan Vieira; SEGATTO, Giane Ghisleni. Lesões por esforços repetitivos (LER) e distúrbios osteomusculares (Dort) em dentistas. **Revista Brasileira de Odontologia**, v. 69, n. 1, p. 49, 2012.

MONTEIRO, Antonio. **Acidentes do trabalho e doenças ocupacionais**. Saraiva Educação SA, 2017.

MORAES, Aline de Oliveira Novato et al. Saúde ocupacional de profissionais de enfermagem e a depressão. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 7, p. e55810716831-e55810716831, 2021.

MORAES, Paulo Wenderson Teixeira; BASTOS, Antonio Virgílio Bittencourt. Os Sintomas de LER/DORT: um Estudo Comparativo entre Bancários com e sem Diagnóstico. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 37, p. 624-637, 2017.

NASCIMENTO, Tatiana Rita Lima et al. Ergonomia: saúde ocupacional e qualidade de vida. **Revista Ação Ergonômica**, v. 13, n. 1, p. 151-162, 2021.

NAZU, Erica Nogueira. Acidente do trabalho e a perda auditiva induzida por ruído-pair. **Revista Linhas Jurídicas**, p. 40-69, 2015.

NUNES, Daniel Santos et al. Poluição do ar no local de trabalho: impactos e prevenção em doenças respiratórias ocupacionais. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 5, p. 1776-1785, 2024.

OLIVEIRA, Alexsandro Narciso; BARRETO, Maria Helena Brizido Marinho. EDUCAÇÃO EM SAÚDE E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL EM AMBIENTES DE TRABALHO. **Revista Amor Mundi**, v. 5, n. 4, p. 141-154, 2024.

OLIVEIRA, Ana Livia Castelo Branco de et al. Presenteísmo, fatores de risco e repercussões na saúde do trabalhador de enfermagem. **Avances en Enfermería**, v. 36, n. 1, p. 79-87, 2018.

OLIVEIRA, Ricardo Araújo; SOUZA, Sueli Tavares de Melo. Lesões por esforços repetitivos/distúrbios osteomusculares relacionados a atividade bancária. **Sistemas & Gestão**, v. 10, n. 1, p. 124-132, 2015.

OSAKI, Milton M.; PUSTGLIONE, Marcelo. Proposta de metodologia para ações de qualidade de vida no trabalho em serviços de saúde. **Revista de Administração em Saúde**, v. 19, n. 74, 2019.

PEDROSO, Bruno; PILATTI, Luiz Alberto. Notas sobre o modelo de qualidade de vida no trabalho de Walton: uma revisão literária. **Conexões**, v. 7, n. 3, p. 29-43, 2009.

PÊGO, Francinara Pereira Lopes; PÊGO, Delcir Rodrigues. Síndrome de burnout. **Rev. bras. med. trab**, p. 171-176, 2016.

PEREIRA, Cristiane de Almeida. A importância da atuação do médico do trabalho na prevenção do câncer de pele ocupacional. **Revista brasileira de medicina do trabalho**, 2017.

RAMOS, Manoel João et al. QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO: UM ESTUDO DE CASO APLICADO NO SETOR ADMINISTRATIVO DE UM DE LATICÍNIO. **Revista de Administração**, v. 15, n. 27, p. 77-89, 2017.

REIS, Ataulpa Pereira dos; STIRBULOV, Roberto. Síndrome de sobreposição asma e DPOC. **Arquivos de Asma, Alergia e Imunologia**, v. 1, n. 2, p. 189-194, 2017.

RIBEIRO, Hellany Karolliny Pinho et al. Transtornos de ansiedade como causa de afastamentos laborais. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 44, p. e1, 2019.

RIBEIRO, Larissa Alves; SANTANA, Lídia Chagas de. Qualidade de vida no trabalho: fator decisivo para o sucesso organizacional. **Revista de Iniciação Científica–RIC Cairu**, v. 2, n. 02, p. 75-96, 2015.

RIBEIRO, Renata Perfeito et al. Estresse ocupacional entre trabalhadores de saúde de um hospital universitário. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 39, p. e65127, 2018.

RODRIGUES, Paula Evelyn Barbosa; CALHEIROS, Maria Izabel Migueis Quintas. TRANSTORNOS MENTAIS RELACIONADOS AO TRABALHO NO BRASIL E A PSICODINÂMICA DO TRABALHO. **Farol-Revista de Estudos Organizacionais e Sociedade**, v. 6, n. 16, 2019.

SANTOS, Roselaine Raimundo dos; PAIVA, Miriam Cristina Marques da Silva de; SPIRI, Wilza Carla. Associação entre qualidade de vida e ambiente de trabalho de enfermeiros. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 31, p. 472-479, 2018.

SILVA, Jefferson Peixoto da; FISCHER, Frida Marina; REIMBERG, Cristiane Oliveira. Trabalho e saúde dos professores no Brasil: uma publicação para ser destacada. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 49, p. edepi20, 2024.

SILVA, Marcos Meurer et al. Avaliação da Qualidade de Vida no Trabalho baseado no Modelo de Walton em uma empresa de reforma de transformadores.

In: **Desvendando a engenharia: sua abrangência e multidisciplinaridade**. Editora Científica Digital, p. 110-122, 2021.

SILVA, Rosenilda da Costa. Ginástica laboral - um instrumento de melhoria ergonômica e do bem-estar da saúde dos colaboradores do Polo Industrial de Manaus. 2017. 98 f. Dissertação (Mestrado em Engenharia de Produção) - Universidade Federal do Amazonas, Manaus, 2017.

SOARES, Michelle Barbosa; MAFRA, Simone Caldas Tavares. A interferência da carreira do magistério superior na qualidade de vida dos docentes da Universidade

Federal de Viçosa-MG. **Oikos: Família e Sociedade em Debate**, v. 29, n. 2, p. 350-371, 2018.

SOUZA, Gabriele Fatima de. **Fatores de riscos ocupacionais e implicações à saúde do trabalhador em biotérios da Fiocruz Rio de Janeiro, RJ**. 2015. 130 f. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) - Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca, Rio de Janeiro, 2015.

SOUZA, Heloisa Aparecida; BERNARDO, Marcia Hespanhol. Prevenção de adoecimento mental relacionado ao trabalho: a práxis de profissionais do Sistema Único de Saúde comprometidos com a saúde do trabalhador. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 44, p. e26, 2019.

Souza, Sueline Silva de. **Saúde e segurança laboral em empreendimentos associativos autogestionários: uma análise das práticas adotadas na fábrica de tapetes da APAEB**. 2017. 169 f. Dissertação (mestrado) – Universidade Federal da Bahia, Escola de Administração, Salvador, 2017.

SOUZA, Vivia Santos de. Segurança no canteiro de obras: prevenção de acidentes na engenharia civil através da aplicação da NR-18 E USO ADEQUADO DE EPIS. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 9, n. 10, p. 4103-4125, 2023.

STONOGA, Vania Irene. **Gestão de Segurança e Saúde no Trabalho: biomelhoramento Contínuo**. Editora Appris, 2020.

TEIXEIRA, Bárbara Silvia Rodrigues et al. Pneumoconiose: resumo. **REVISTA DE TRABALHOS ACADÊMICOS–UNIVERSO BELO HORIZONTE**, v. 1, n. 8, 2023.

TEIXEIRA, Graziela Silveira et al. Qualidade de vida no trabalho e estresse ocupacional da enfermagem em unidade de pronto atendimento. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 28, p. e20180298, 2019.

VIEGAS, Louise Raissa Teixeira; ALMEIDA, Milena Maria Cordeiro de. Perfil epidemiológico dos casos de LER/DORT entre trabalhadores da indústria no Brasil no período de 2007 a 2013. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 41, 2016.

XIMENES, Antônia de Maria. **Além do limite: reflexões sobre a dispensa discriminatória de trabalhadores doentes no Direito do Trabalho**. Editora Dialética, 2024.

ZENELIS, Ioannis Elias. **Estresse no trabalho**. 2021. [39] f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Administração) - Faculdade de Administração e Ciências Contábeis, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2021.