



UNIVERSIDADE LA SALLE

SAÚDE MENTAL NO SETOR ELÉTRICO E A EXPOSIÇÃO AO RISCO DE VIDA NO COTIDIANO DE ELETRICISTAS DE DISTRIBUIÇÃO

Renata Dorneles Russi¹
Maria de Lourdes Borges²

Resumo:

O presente trabalho busca compreender a influência da exposição ao risco de vida no cotidiano laboral de eletricitas de distribuição em relação à sua saúde mental. O setor elétrico, expõe colaboradores operacionais (eletricitas) a condições de risco, como descargas elétricas, quedas de grandes alturas e condições climáticas adversas. O estudo utiliza uma revisão narrativa da literatura, analisando pesquisas que relacionam riscos ocupacionais e saúde mental no setor elétrico, identificando os principais fatores estressores no ambiente de trabalho dos eletricitas e o impacto psicológico dessas condições. O referencial teórico é baseado em abordagens da psicodinâmica do trabalho, especialmente nas contribuições de Christophe Dejours, e na teoria da motivação humana que ressalta a dualidade do trabalho como fonte de realização e sofrimento. Os resultados da pesquisa destacam que a constante exposição a situações de perigo afeta a saúde mental desses profissionais, podendo levar ao desenvolvimento de transtornos mentais como ansiedade e estresse pós-traumático (TEPT), além de comprometer sua produtividade e aumentar o risco de acidentes. A análise evidencia a importância das políticas de apoio psicológico, programas de saúde mental, e uma cultura organizacional que valorize o bem-estar dos eletricitas. Conclui-se que, para garantir um ambiente de trabalho mais seguro e saudável, é essencial que as empresas adotem intervenções de suporte psicológico, incentivando práticas que reduzam o impacto negativo do trabalho sobre a saúde dos profissionais.

Palavras-chave: Saúde-Mental; Riscos Ocupacionais; Setor Elétrico.

Introdução

¹ Graduanda de psicologia da Universidade La Salle, E-mail renata.202010608@unilasalle.edu.br e renata.russi@hotmail.com, Orcid 0009-0005-0803-1375. Trabalho de Conclusão de Curso, Semestre 2024/2.

² Psicóloga, doutora e mestre em Administração. Professora da graduação de Psicologia e do Programa de Pós Graduação em Memória Social e Bens Culturais da Universidade La Salle. E-mail: maria.borges@unilasalle.edu.br e maluborg@gmail.com e Orcid <https://orcid.org/0000-0002-1277-5773>.

O presente artigo tem por objetivo compreender a influência da exposição ao risco de vida no trabalho cotidiano de eletricistas, colaboradores de empresas de distribuição de energia elétrica, em relação à sua saúde mental. O setor elétrico desempenha um papel significativo no crescimento da economia brasileira, sendo essencial para o desenvolvimento econômico e para o funcionamento da sociedade moderna (Agência Gov, 2023). A energia elétrica é cada vez mais vital para o cotidiano da sociedade global, e, dentro desse setor, destaca-se a função dos eletricistas de Linha Viva de Distribuição (ELV), que desempenham atividades de alta periculosidade.

O trabalho dos eletricistas de Linha Viva envolve diversas tarefas complexas e arriscadas, como a manutenção de redes elétricas energizadas (linha-viva), reparos em redes não energizadas, atendendo tanto clientes de baixa e média, quanto alta tensão. Além disso, eles também são responsáveis pelo manejo e poda de vegetação em torno das linhas de distribuição de energia. Esses serviços são realizados geralmente em altura e sob condições climáticas diversas, o que aumenta os riscos associados. Para minimizar os perigos, os trabalhos são feitos sempre em duplas, sendo que um dos eletricistas é designado como o "guardião da vida", com a responsabilidade de supervisionar o colega que está em atividade ativa, principalmente durante operações de risco. Essa prática visa aumentar a segurança e diminuir o número de acidentes fatais, que infelizmente ainda são comuns neste setor.

As Normas Regulamentadoras, como a NR10 (Segurança em Instalações e Serviços em Eletricidade), abordam as precauções necessárias para garantir a segurança desses trabalhadores. Entre os riscos enfrentados pelos eletricistas de linha viva estão as descargas elétricas, quedas de grandes alturas e até a exposição a condições atmosféricas adversas, como tempestades e a ocorrência de raios. Em 2024, as atualizações da NR10 SEP enfatizam a necessidade de cuidados adicionais durante o trabalho a céu aberto, principalmente para garantir a proteção dos trabalhadores diante de mudanças climáticas repentinas (Ministério do Trabalho e Emprego, 2004).

A introdução do tema da saúde mental no ambiente de trabalho tornou-se uma pauta cada vez mais relevante, à medida que as empresas reconhecem a importância de garantir o bem-estar psicológico de seus funcionários. As pressões constantes do ambiente laboral, somadas a fatores como o estresse, podem prejudicar seriamente a saúde mental dos trabalhadores, resultando não apenas em problemas psicológicos, mas também em doenças físicas. Quando a saúde mental dos colaboradores é afetada,

observa-se uma queda na produtividade, além de conflitos interpessoais e dificuldades para atingir metas e expectativas estabelecidas pela organização. Esses fatores reforçam a importância de promover a saúde mental no local de trabalho, como forma de assegurar o bem-estar e o bom desempenho dos colaboradores.

Machado et al. (2024) destacam que a exposição prolongada a condições extremas, como o calor intenso, pode levar ao desenvolvimento de doenças ocupacionais, como fadiga, estresse, cefaleia e enxaqueca. Essas condições, por sua vez, afetam diretamente a saúde mental dos trabalhadores, contribuindo para o aumento dos níveis de estresse e de desgaste emocional. Esse cenário é particularmente preocupante no caso dos eletricitistas, que trabalham constantemente sob exposição direta a condições climáticas adversas.

De acordo com Franco et al. (2010), a falta de condições de trabalho adequadas e a desmotivação dos trabalhadores podem resultar em uma série de problemas, como a queda na produtividade e o aumento dos conflitos interpessoais. Em profissões de risco, como a dos eletricitistas, essa desmotivação pode se manifestar de maneira ainda mais perigosa, uma vez que trabalhadores desmotivados podem negligenciar o uso dos equipamentos de proteção individual (EPIs) ou adotar práticas de trabalho inadequadas na tentativa de concluir as tarefas mais rapidamente. Isso não só aumenta o risco de acidentes, como também coloca em perigo a vida dos próprios trabalhadores e de seus colegas.

A utilização dos EPIs é obrigatória no setor elétrico é fundamental para garantir a proteção dos eletricitistas contra choques elétricos e outros riscos. Esses equipamentos incluem vestimentas anti térmicas, luvas, botinas, mangas isolantes, capacetes, cintos de segurança e protetores faciais. O uso correto desses itens é essencial para a segurança no ambiente de trabalho, mas, como apontado por Franco et al. (2010), a desmotivação pode levar à sua utilização inadequada, aumentando os riscos de acidentes graves.

A relação entre o trabalho e a saúde mental tem sido objeto de estudos desde a década de 1990, quando a medicina do trabalho começou a analisar o impacto dos transtornos mentais sobre a segurança e a saúde dos trabalhadores. Esses estudos apontam que o sofrimento psíquico dos trabalhadores pode estar diretamente relacionado às situações de risco a que estão expostos diariamente. Sato e Bernardo (2005) indicam que os trabalhadores expostos a situações de risco de vida, como os eletricitistas, são particularmente vulneráveis ao desenvolvimento de transtornos

mentais, como ansiedade e estresse pós-traumático. Essas condições podem comprometer tanto a saúde dos trabalhadores quanto sua capacidade de desempenhar suas funções de maneira segura e eficaz.

A saúde mental no setor elétrico, especialmente entre os eletricitistas que estão constantemente expostos a riscos de vida, é, portanto, um tema de grande relevância. A exposição frequente a situações perigosas, como choques elétricos e quedas, pode afetar de maneira significativa a saúde mental desses trabalhadores, levando ao desenvolvimento de transtornos psicológicos e emocionais. Além disso, o desgaste emocional causado pelas pressões constantes e pelas condições adversas de trabalho pode contribuir para a desmotivação e para o aumento do risco de acidentes.

Este trabalho foca nos colaboradores operacionais do setor elétrico de distribuição de energia, que convivem diariamente com os perigos inerentes à sua profissão. Estudos apontam que o convívio constante com esses riscos pode gerar um desgaste mental significativo, o que, somado a outras exigências da profissão, contribui para o aumento do sofrimento psíquico dos eletricitistas. Compreender essa relação é fundamental para o desenvolvimento de estratégias que possam minimizar os impactos negativos do trabalho sobre a saúde mental desses profissionais, promovendo um ambiente de trabalho mais seguro e saudável.

2. Referencial Teórico

O trabalho possui um papel social de grande importância na formação do indivíduo e do coletivo na sociedade atual. Ele é essencial para o desenvolvimento econômico e social, mas também assume um papel central na construção da identidade individual e coletiva. A partir do trabalho, o ser humano se define e se posiciona na sociedade, contribuindo para o bem-estar coletivo e para o progresso. Segundo Maslow (2000), a motivação no trabalho está diretamente ligada à satisfação das necessidades humanas, como a autorrealização, a autoestima e outros fatores que promovem o bem-estar. O autor sugere que o ser humano busca constantemente atender suas necessidades básicas, psicológicas e de autorrealização, sendo o trabalho uma das principais vias para alcançar esses objetivos.

Nesse sentido, o trabalho pode ser uma fonte de realização pessoal e profissional, mas também pode gerar frustrações e sofrimento. Areosa (2021) destaca a dualidade do trabalho, que tanto pode ser gerador de satisfação, prazer e reforço de identidade quanto de sofrimento, alienação e descompensação. Essa ambivalência é

frequentemente observada em ambientes laborais nos quais as condições de trabalho, a pressão por resultados e as relações interpessoais impactam diretamente a saúde mental dos trabalhadores.

As estratégias de promoção e prevenção da saúde mental no ambiente de trabalho são cruciais para minimizar os efeitos negativos do trabalho sobre a vida dos colaboradores. Essas estratégias não apenas visam motivar os trabalhadores, mas também têm o objetivo de educá-los sobre a importância de reconhecer sinais de estresse e desgaste mental em si mesmos e em seus colegas. No caso específico dos eletricitistas, que frequentemente trabalham em duplas, uma prática adotada é a designação de um "guardião da vida", um colaborador que, em cada tarefa, acompanha o trabalho do colega que está em atividade, garantindo sua segurança e o bem-estar durante a execução das tarefas (Primo, 2020). Essa abordagem visa aumentar a vigilância e a percepção sobre riscos, além de fomentar um ambiente de colaboração e apoio mútuo, fundamental em atividades de alto risco.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a saúde mental é definida como um estado de bem-estar no qual o indivíduo percebe suas próprias capacidades, consegue lidar com os estresses normais da vida, trabalha de forma produtiva e contribui para a sua comunidade. No ambiente laboral, diversos fatores podem influenciar a saúde mental dos trabalhadores. A falta de controle sobre as tarefas, a pressão constante por produtividade e as condições inseguras de trabalho são algumas das principais causas do aumento do estresse e do desgaste emocional entre os trabalhadores (Seligmann-Silva, 2011). Esses fatores estão presentes em diferentes profissões, mas se tornam especialmente críticos em áreas como o setor elétrico, onde os trabalhadores são expostos a riscos elevados, como a possibilidade de choques elétricos, quedas e outras condições perigosas.

No campo da psicodinâmica do trabalho, Christophe Dejours (2004) oferece uma visão aprofundada sobre a relação entre trabalho e saúde mental. Dejours argumenta que os trabalhadores vivem uma "normalidade sofrida", uma condição na qual o sofrimento faz parte da rotina de trabalho, sendo esse sofrimento gerado pelas pressões e exigências impostas pelo ambiente laboral. No entanto, ele destaca que os trabalhadores desenvolvem estratégias para lidar com esse sofrimento, seja individualmente ou de forma coletiva, buscando formas de resistir às pressões e de encontrar um equilíbrio entre as demandas do trabalho e a manutenção da saúde mental. Para Dejours, a normalidade no trabalho não se caracteriza pela ausência de

sofrimento, mas sim pela capacidade dos trabalhadores de lutar contra as pressões que podem levar à desestabilização psíquica.

Os Riscos Psicossociais do Trabalho (RPST) e os Fatores de Risco Psicossociais do Trabalho (FRPST) são definidos como aspectos do ambiente laboral que atuam como estressores e que podem gerar problemas de saúde mental e emocional dos trabalhadores. Esses riscos podem ser entendidos como sinônimos de estresse ocupacional, uma vez que estão diretamente ligados à forma como o trabalhador interage com seu ambiente de trabalho e às pressões que enfrenta diariamente. Segundo Pereira et al. (2020), os riscos psicossociais incluem fatores como a falta de suporte social, o excesso de carga de trabalho, a insegurança quanto ao emprego e a exposição a situações de risco constante, como no caso dos eletricitistas.

No setor elétrico, esses riscos são particularmente acentuados devido à natureza perigosa das atividades desempenhadas pelos trabalhadores. A exposição constante a riscos de vida, como choques elétricos, quedas de altura e acidentes com equipamentos pesados, gera um nível elevado de estresse e ansiedade entre os eletricitistas. Esses profissionais são responsáveis por reparos, manutenções e instalações de linhas de energia, tanto suspensas quanto subterrâneas, além de outros equipamentos auxiliares. A natureza técnica e perigosa de suas atividades exige um alto nível de conhecimento e habilidades específicas, como a instalação de medidores de energia, poda de vegetação e trabalho em altura em redes energizadas (Lima, 2022).

Além dos riscos físicos, os eletricitistas também enfrentam pressão por tempo, especialmente no trabalho de Linha Viva (ELV), onde a interrupção de energia deve ser minimizada para evitar prejuízos financeiros às empresas. Esse tipo de pressão intensifica o estresse, pois o tempo de resposta e execução das atividades é diretamente relacionado ao faturamento da empresa, criando uma tensão constante sobre os trabalhadores. Como resultado, a saúde mental desses profissionais é profundamente impactada pela combinação de riscos físicos e pressões organizacionais. O medo e a ansiedade gerados pela possibilidade de acidentes, somados às demandas de produtividade, contribuem para o desgaste emocional e para o surgimento de transtornos psicológicos.

Para lidar com esses desafios, é essencial que as empresas do setor elétrico adotem políticas e práticas que promovam a saúde mental dos seus trabalhadores.

Intervenções como treinamentos em saúde mental e resiliência, programas de apoio psicológico e a implementação de políticas rigorosas de segurança são fundamentais para mitigar os efeitos negativos do trabalho sobre os eletricitistas. Além disso, a promoção de uma cultura organizacional que valorize a segurança e o bem-estar psicológico dos trabalhadores é crucial para reduzir o estresse e melhorar a qualidade de vida dos profissionais.

A segurança no trabalho no setor elétrico é uma questão de grande importância, e os eletricitistas estão expostos a uma série de riscos ocupacionais. Segundo o Brasil (2020), risco ocupacional é definido como a combinação de fatores que envolvem a probabilidade de ocorrer lesões ou agravos à saúde devido à exposição a eventos perigosos ou agentes nocivos. Esses riscos podem ter origem em diferentes dimensões, como física, biológica, química, mecânica, ergonômica e psicossocial. Lima et al. (2023) detalha que os riscos ocupacionais enfrentados pelos eletricitistas incluem desde condições adversas de trabalho, como altas temperaturas e trabalhos em altura, até a possibilidade de ataques de animais ou contaminações por produtos químicos.

Além disso, Scopinho (2002) discorre sobre os riscos de natureza física, mecânica, química e biológica que afetam os trabalhadores do setor elétrico. As atividades que esses profissionais realizam envolvem, frequentemente, a exposição a condições extremas, como temperaturas elevadas, alta tensão elétrica, esforço físico intenso e riscos de acidentes fatais. Trabalhar em ambientes com redes de energia suspensas, por exemplo, exige um nível elevado de atenção e de preparo físico e psicológico, pois qualquer erro pode resultar em consequências graves.

Os riscos psicossociais também são uma preocupação significativa nesse setor. Muitas vezes, esses riscos estão associados ao medo e à insegurança que surgem da exposição constante a situações de alta periculosidade. A atividade dos eletricitistas apresenta um elevado nível de periculosidade, o que afeta diretamente a saúde mental desses profissionais. O medo de acidentes fatais ou de situações que possam colocar sua vida em risco gera um estado de alerta constante, que, a longo prazo, pode levar ao desgaste emocional e ao desenvolvimento de transtornos psicológicos, como ansiedade e depressão.

As Normas Regulamentadoras (NR) estabelecem uma série de direitos, obrigações e deveres que os trabalhadores e empregadores devem seguir para garantir a segurança no ambiente de trabalho. Essas normas são fundamentais para prevenir

acidentes e doenças ocupacionais, especialmente em setores de alto risco, como o setor elétrico (GOV, 2023). O uso de Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) é uma das principais exigências dessas normas. No caso dos eletricitistas, os EPIs incluem vestimentas anti térmicas, luvas, botinas, mangas isolantes, capacetes, cintos de segurança e protetores faciais. Esses equipamentos são projetados para oferecer proteção contra choques elétricos e outros riscos presentes no ambiente de trabalho.

Além das medidas de segurança física, Mendes (1995) argumenta que há uma aproximação entre as teorias da psicanálise e da psicodinâmica do trabalho, proposta por Dejours. Ele discute como os trabalhadores, individual ou coletivamente, são capazes de desenvolver estratégias defensivas que transformam o sofrimento gerado pelo trabalho em formas de realização e reconhecimento. Isso sugere que, apesar das adversidades e dos riscos, os eletricitistas podem encontrar formas de enfrentar o sofrimento e construir uma relação positiva com seu trabalho, desde que haja suporte adequado por parte das empresas e das instituições de saúde ocupacional.

Portanto, é fundamental que as empresas invistam na promoção de um ambiente de trabalho seguro e saudável, tanto do ponto de vista físico quanto mental. A implementação de políticas que incentivem o uso adequado dos EPIs, aliada à promoção da saúde mental e ao apoio psicológico, são essenciais para garantir o bem-estar dos trabalhadores do setor elétrico. Esse conjunto de medidas não apenas reduz o número de acidentes e doenças ocupacionais, mas também melhora a qualidade de vida dos trabalhadores, aumentando sua satisfação e produtividade.

3. Metodologia

Para a construção do presente trabalho, utilizou-se uma metodologia de revisão de literatura do tipo narrativa, com o objetivo de analisar as principais publicações relacionadas à saúde mental de eletricitistas de distribuição e a influência da exposição ao risco de vida em seu cotidiano laboral. Esta abordagem foi escolhida por permitir uma visão ampla do tema, reunindo interpretações e conclusões de estudos diversos para melhor compreensão do impacto psicológico que a exposição ao risco causa nos colaboradores do setor elétrico.

A pesquisa foi realizada nas bases de dados SciELO e Google Scholar, abrangendo artigos publicados entre 2005 e 2024, em português. A escolha dessas bases se deu pela relevância das publicações disponíveis nessas plataformas, reconhecidas na comunidade acadêmica pela ampla credibilidade dos trabalhos.

Neste artigo, foi realizada uma revisão narrativa, uma modalidade de revisão que permite descrever e discutir o estado atual de conhecimento sobre um tema específico. Optou-se pela revisão narrativa, pois ela possibilita explorar melhor o impacto psicológico de forma interpretativa, além de ser apropriada para temas onde a síntese quantitativa é menos aplicável. Diferentemente das revisões sistemáticas, as revisões narrativas não requerem uma metodologia replicável, mas são úteis para oferecer uma visão crítica sobre o tema com base na interpretação do autor. Esta abordagem é, portanto, qualitativa, permitindo uma análise aprofundada dos fatores estressores e das condições de risco (Rother, 2007).

Para a seleção dos artigos, foi realizada uma leitura inicial de título e resumo, buscando verificar o enquadramento nos critérios de inclusão. Os descritores utilizados foram: “saúde mental”, “eletricistas”, “riscos ocupacionais”, “setor elétrico” e “exposição ao risco de vida” — foram escolhidas para capturar aspectos psicológicos e ocupacionais pertinentes.

Os critérios de inclusão abrangeram estudos empíricos ou teóricos que abordassem diretamente a relação entre riscos ocupacionais e saúde mental de trabalhadores no setor elétrico, permitindo uma análise abrangente de estudos quantitativos, qualitativos ou metodologias mistas.

Já os critérios de exclusão foram desconsiderados estudos com foco exclusivo em riscos ocupacionais de natureza física ou ambiental, sem ligação direta com a saúde mental, e aqueles centrados apenas na atuação técnica dos eletricistas, que não consideram riscos psicossociais.

Aplicados os critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados seis artigos para este estudo. A análise dos seis artigos selecionados foi qualitativa, permitindo uma leitura crítica e a identificação de categorias temáticas, como fatores estressores no ambiente de trabalho dos eletricistas, percepção de risco, impacto psicológico da exposição ao risco e medidas preventivas adotadas pelas empresas. Essa abordagem qualitativa mostrou-se eficaz para aprofundar a compreensão sobre os fatores psicológicos e psicossociais.

Com relação às limitações metodológicas, salienta-se que esta revisão narrativa não segue um método replicável, o que limita a generalização dos achados e a comparação quantitativa entre estudos. No entanto, esses pontos foram mitigados pelo uso de critérios rigorosos de seleção de palavras-chave e pela inclusão apenas de artigos com relevância comprovada para o tema. A inclusão de diferentes fontes

possibilitou um olhar amplo referente às variáveis culturais, de regulamentação que influenciam nas políticas de saúde e segurança mental no setor elétrico.

Os resultados foram organizados em categorias temáticas, e foram apresentadas convergências, como a relação entre exposição a riscos ocupacionais e transtornos como estresse e burnout, e divergências nas recomendações de prevenção e intervenções.

5. Análise

A saúde mental dos trabalhadores tem se tornado um tema de crescente relevância em diversas áreas de atuação, especialmente naquelas que envolvem elevados riscos ocupacionais. No setor elétrico, essa questão tem se destacado, visto que os eletricitas de distribuição são frequentemente expostos a situações de risco de vida.

Este trabalho tem como objetivo analisar como a exposição a essas condições afeta a saúde mental desses colaboradores, considerando tanto os riscos físicos quanto os riscos psicossociais.

Categoria temática 1: Tarefas perigosas no cotidiano dos eletricitas

Os eletricitas de distribuição, especialmente os que atuam em “Linha Viva”, realizam **tarefas de extrema periculosidade**, como a manutenção de redes energizadas, além de reparos em diferentes níveis de tensão e a poda de vegetação em áreas de risco, essas atividades são realizadas, em sua maioria, em altura e com exposição a condições climáticas adversas, o que aumenta os riscos de acidentes graves, como possibilidade de quedas e choques elétricos. Segundo a CLT o art.193 diz que o trabalhador exposto a risco acentuado e permanente tem direito a receber um adicional de 30% sobre o salário. Para minimizar esses perigos, o trabalho é sempre realizado em duplas, sendo um dos eletricitas responsável por supervisionar o colega, em uma função denominada “guardião da vida”.

Conforme as Normas Regulamentadoras (NR), especialmente a NR10, que trata da segurança em instalações e serviços em eletricidade, existem várias diretrizes para garantir a segurança física dos eletricitas. As atualizações mais recentes, como a NR10 SEP (Sistemas Elétricos de Potência), reforçam a necessidade de cuidados adicionais, principalmente em trabalhos ao ar livre, sujeitos a variações climáticas,

como tempestades e raios, que aumentam consideravelmente os riscos para esses profissionais. (NR10, 2019).

Categoria temática 2: Psicodinâmica do trabalho

Apesar dos esforços para garantir a segurança física dos trabalhadores, pouco se tem discutido sobre os impactos psicológicos causados pela exposição constante a riscos elevados. O convívio diário com o perigo pode gerar um significativo desgaste mental, levando a um aumento nos níveis de estresse e ansiedade, e, em casos extremos, ao desenvolvimento de transtornos mentais graves, como o transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), se presenciado ou vivido um acidente (Barnhill, 2023). Esse cenário demanda uma reflexão mais aprofundada sobre as condições de trabalho desses profissionais e as estratégias que podem ser adotadas para promover sua saúde mental no ambiente laboral.

Christophe Dejours (2004), expoente da **psicodinâmica do trabalho**, argumenta que o sofrimento no ambiente laboral em grande parte não é evitável, mas os colaboradores desenvolvem mecanismos de defesa que lhes permitem lidar com as pressões e o estresse. Entretanto, no caso dos eletricitistas de distribuição, as demandas psicológicas do trabalho são exacerbadas pelos riscos constantes. Segundo Dejours (2004), os trabalhadores expostos a riscos de vida são mais suscetíveis ao desenvolvimento de transtornos mentais, uma vez que enfrentam um ambiente laboral onde o medo e a ansiedade são constantes.

Além dos riscos físicos, como quedas e choques elétricos, os eletricitistas também lidam com a **pressão organizacional por aumento de produtividade**, principalmente nas operações de Linha Viva, quando a energia deve ser desligada durante os trabalhos. Essa pressão aumenta o estresse e, com ele, o risco de acidentes. Quando somados à necessidade de constante vigilância e ao medo de acidentes fatais, esses fatores criam um ambiente de trabalho altamente estressante, que compromete a saúde mental dos colaboradores.

Estudos como o de Saraiva et al. (2023) mostram que a falta de condições adequadas de trabalho e a desmotivação dos colaboradores podem aumentar significativamente os riscos psicossociais. Em profissões de risco, como a dos eletricitistas de distribuição, a desmotivação pode levar à negligência no uso de equipamentos de proteção individual (EPIs), o que eleva ainda mais o risco de acidentes. Além disso, o estresse acumulado pode desencadear conflitos interpessoais, afetando negativamente o ambiente de trabalho e a produtividade.

Categoria temática 3: Saúde mental dos eletricitistas

A **exposição contínua ao risco de vida tem efeitos profundos na saúde mental** dos eletricitistas. Estudos realizados por Sato e Bernardo (2005) também destacam que trabalhadores em profissões de risco, como os eletricitistas, têm maiores chances de desenvolver transtornos de ansiedade, estresse crônico e depressão. O medo de acidentes e a necessidade de manter-se constantemente alerta criam um ambiente de trabalho onde o desgaste emocional é elevado.

Além disso, o impacto do estresse e da ansiedade não se limita ao ambiente de trabalho. Os eletricitistas frequentemente levam esses sentimentos para suas vidas pessoais, o que afeta suas relações familiares e sociais. A dificuldade de desligar-se mentalmente do trabalho, mesmo fora do expediente, é uma característica comum entre trabalhadores em profissões de risco, levando a um esgotamento emocional contínuo. Esse desgaste mental pode resultar, a longo prazo, em sérios problemas de saúde, tanto físicos quanto psicológicos, como o burnout. Segundo Pêgo e Pêgo (2016), a síndrome de burnout é um estado de esgotamento profissional crônico caracterizado por uma combinação de exaustão emocional, despersonalização e uma sensação de diminuição da realização pessoal no trabalho.

Outra questão relevante é o sentimento de responsabilidade que recai sobre os trabalhadores que desempenham a função de “**guardião da vida**”. Esses profissionais são responsáveis por garantir a segurança de seus colegas, o que pode gerar uma carga adicional de estresse. Caso ocorra um acidente, o guardião pode sentir-se culpado, mesmo que o evento tenha sido causado por fatores externos, o que agrava ainda mais seu estado emocional.

Diante dos riscos físicos e psicológicos aos quais os eletricitistas estão expostos, torna-se fundamental que as empresas do setor elétrico adotem medidas para promover a saúde mental desses profissionais. Além das políticas de segurança física, é essencial que as organizações implementem estratégias voltadas para o bem-estar psicológico dos trabalhadores. Essas estratégias podem incluir programas de apoio psicológico, treinamentos sobre saúde mental e resiliência, além de iniciativas que promovam um ambiente de trabalho mais colaborativo e menos estressante.

A **promoção da saúde mental no ambiente de trabalho** tem como objetivo reduzir o estresse e prevenir o desenvolvimento de transtornos mentais entre os trabalhadores. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), a saúde mental é um estado de bem-estar no qual o indivíduo consegue lidar com os estresses normais

da vida, trabalhar de forma produtiva e contribuir para sua comunidade. No contexto dos eletricitistas, isso significa criar condições de trabalho que permitam o cumprimento de suas tarefas de maneira segura, sem que sua saúde mental seja prejudicada.

Entre as medidas que podem ser adotadas pelas empresas estão a criação de políticas de segurança mais rígidas, que priorizem não apenas a integridade física dos trabalhadores, mas também sua saúde mental. Programas de apoio psicológico, como sessões regulares com psicólogos, podem ajudar os eletricitistas a lidar com o estresse e a ansiedade causados pela exposição constante ao risco de vida. Além disso, a capacitação dos trabalhadores em relação à identificação de sinais de desgaste emocional em si mesmos e em seus colegas pode ser uma ferramenta valiosa para a prevenção de problemas mais graves.

Para que as estratégias de promoção da saúde mental sejam eficazes, é necessário que as empresas do setor elétrico desenvolvam uma cultura organizacional que valorize o bem-estar psicológico dos trabalhadores. Isso envolve, além de políticas de segurança e de apoio psicológico, a criação de um ambiente de trabalho onde os trabalhadores se sintam seguros para expressar suas preocupações e limitações, sem medo de represálias ou de serem vistos como fracos ou incapazes.

Categoria temática 4: Cultura organizacional

A **cultura organizacional** tem um papel crucial na forma como os trabalhadores lidam com o estresse e com os desafios impostos pelo trabalho. Em um ambiente onde a segurança é tratada como prioridade e onde os trabalhadores têm acesso a apoio psicológico, há uma tendência de redução dos níveis de estresse e de aumento da satisfação e da produtividade. Por outro lado, em empresas onde a saúde mental não é uma preocupação central, os trabalhadores tendem a sofrer mais com o estresse, o que pode resultar em aumento do número de acidentes e em maior rotatividade de pessoal. A cultura e clima organizacional, determinam diferenças entre as organizações, assim como o sucesso de sua operação e sobrevivência no mercado (Santos; Santos, 2020).

Além disso, a promoção de uma cultura de colaboração e apoio mútuo entre os trabalhadores é fundamental, especialmente em atividades de alto risco, como as desempenhadas pelos eletricitistas de distribuição. A prática de trabalhar em duplas, com a figura do “guardião da vida”, é um exemplo de como a colaboração pode ser uma estratégia eficaz para aumentar a segurança e reduzir o estresse no ambiente de

trabalho. No entanto, é necessário que essa prática seja acompanhada de um esforço maior por parte das empresas para promover um ambiente de trabalho onde a segurança e o bem-estar dos trabalhadores sejam tratados como prioridades.

Desta forma, a saúde mental dos eletricitistas de distribuição é profundamente afetada pela exposição contínua a situações de risco de vida. Além dos riscos físicos, como quedas e choques elétricos, esses trabalhadores enfrentam uma série de pressões psicológicas, que, se não forem devidamente gerenciadas, podem levar ao desenvolvimento de transtornos mentais graves. Compreende-se com os estudos apresentados que o convívio constante com o perigo, aliado à pressão por produtividade e à responsabilidade de garantir a segurança dos colegas, cria um ambiente de trabalho altamente estressante, que pode comprometer tanto a saúde psicológica quanto a segurança física dos trabalhadores.

Para enfrentar esse desafio, é essencial que as empresas do setor elétrico adotem políticas e práticas que promovam a saúde mental de seus colaboradores. Além de garantir a segurança física, é necessário que as organizações ofereçam apoio psicológico e promovam uma cultura organizacional que valorize o bem-estar dos colaboradores. Dessa forma, será possível não apenas reduzir o número de acidentes e doenças ocupacionais, mas também melhorar a qualidade de vida dos profissionais, aumentando satisfação e produtividade no ambiente laboral.

6. Considerações Finais

O objetivo deste artigo foi compreender a influência da exposição ao risco de vida no cotidiano laboral de eletricitistas de distribuição em relação à sua saúde mental por meio de uma revisão narrativa. Os resultados das análises apontam para a importância da saúde mental e do bem-estar psicológico no ambiente laboral, sobretudo em profissões que envolvem alto grau de risco de vida, como a dos eletricitistas de linha viva. A exposição contínua a condições de trabalho estressantes e de exposição a risco de vida, somada às pressões organizacionais por produtividade e cumprimento de prazos, impacta significativamente a saúde mental desses colaboradores, podendo acarretar em alguns transtornos psicológicos, como estresse, ansiedade e fadiga emocional.

Para reduzir esses impactos, é essencial que as empresas do setor elétrico e áreas similares, onde há exposição do colaborador a riscos de vida, promovam

práticas e políticas voltadas à segurança física e mental de seus funcionários. Além das normativas de segurança e do uso obrigatório de EPIs, recomenda-se que as empresas invistam em programas de apoio psicológico, treinamentos de resiliência e gestão emocional, além de palestras sobre conscientização de saúde mental. A presença de um “guardião da vida” nas atividades de alto risco também é uma prática importante, pois fomenta a colaboração e fortalece a percepção de segurança entre os trabalhadores e deve-se manter como prática obrigatória do setor.

Além disso, ao implementar políticas que priorizem o bem-estar dos eletricitas, as empresas podem melhorar a motivação e o desempenho desses profissionais, o que, por sua vez, contribui para a redução de acidentes e o aumento da produtividade. Assim, cuidar da saúde mental dos eletricitas não é apenas uma questão de responsabilidade social, mas também uma estratégia eficaz para otimizar o desempenho e assegurar um ambiente de trabalho mais seguro, saudável e confortável.

Foram elencadas quatro categorias temáticas de análise: **Tarefas perigosas no cotidiano dos eletricitas**, **Psicodinâmica do trabalho**, **Saúde mental dos eletricitas** e **Cultura organizacional**.

A primeira categoria **Tarefas perigosas no cotidiano dos eletricitas**, comenta-se a respeito da atuação dos eletricitas de “Linha Viva” que enfrentam tarefas de alta periculosidade, como manutenção de redes energizadas e trabalhos em altura sob condições climáticas adversas. Para reduzir os riscos de acidentes, são seguidas diretrizes como as da NR10 e NR10 SEP, que enfatizam a segurança em instalações elétricas e reforçam medidas preventivas. Além disso, a CLT assegura o direito ao adicional de periculosidade, reconhecendo a exposição constante a perigos graves.

A Segunda categoria **Psicodinâmica do trabalho**, além dos riscos físicos, os eletricitas enfrentam o desgaste psicológico devido à exposição constante ao perigo, com impacto na saúde mental e chances de desenvolver transtornos como TEPT. A pressão por produtividade e a necessidade de vigilância constante agravam o estresse, criando um ambiente laboral desafiador. Estudos apontam que condições inadequadas de trabalho e desmotivação aumentam os riscos psicossociais e comprometem a segurança e o bem-estar.

A Terceira categoria **Saúde mental dos eletricitas**, a exposição contínua ao risco afeta profundamente a saúde mental dos eletricitas, elevando os níveis de

estresse, ansiedade e risco de burnout. Além de políticas de segurança física, as empresas devem promover o bem-estar psicológico, com programas de apoio, treinamentos em resiliência e ambientes de trabalho colaborativos. Essas iniciativas ajudam a prevenir transtornos mentais, garantindo maior equilíbrio entre a vida profissional e pessoal desses trabalhadores.

A Quarta categoria **Cultura organizacional**, este conceito é determinante para a segurança e saúde mental dos trabalhadores, especialmente em profissões de alto risco. Ambientes que priorizam segurança e bem-estar reduzem o estresse e promovem maior satisfação e produtividade. Para isso, é essencial investir em políticas de apoio psicológico e práticas colaborativas, como o trabalho em duplas, garantindo um clima organizacional saudável e seguro.

As categorias temáticas revelaram convergências sobre a relação entre exposição ao risco e estresse ocupacional, bem como divergências nas estratégias preventivas propostas pelos autores. Identificou-se uma lacuna em estudos empíricos e quantitativos, indicando a necessidade de pesquisas futuras que abordem o tema com maior profundidade e diversidade metodológica, possibilitando a replicação e comparação de achados.

Compreender os desafios enfrentados pelos eletricitistas e implementar medidas preventivas e de apoio pode promover um ambiente de trabalho mais seguro e saudável, valorizando o capital humano do setor elétrico. Esta revisão contribui para a formação contínua dos leitores, oferecendo uma visão abrangente e atualizada sobre os impactos psicológicos da exposição ao risco e auxiliando no desenvolvimento de políticas voltadas à segurança e saúde mental.

Referências

AREOSA, J. Ensaio sobre psicodinâmica do trabalho. **Revista Katálisis**, v. 24, n. 2, p. 321–330, ago. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rk/a/JdZkgTRMT3sdTcLwL9M8Bsh/#>. Acesso em: 20 out. 2024.

BARNHILL, J. W. Transtorno de estresse pós-traumático (TEPT). **Manual MSD**, 2023. Disponível em: <https://www.msmanuals.com/pt/casa/dist%C3%BArbios-de-sa%C3%BAde-mental/transtornos-de-ansiedade-e-relacionados-a-fatores-estressantes/transtorno-de-estresse-p%C3%B3s-traum%C3%A1tico-tept>. Acesso em: 20 out. 2024.

BRASIL. Decreto-Lei n. 5.452, de 1º de maio de 1943. **Consolidação das Leis do Trabalho**. Disponível em:

<<https://www.jusbrasil.com.br/legislacao/111983249/consolidacao-das-leis-do-trabalho-decreto-lei-5452-43>>. Acesso em: 13 nov. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde Mental**. Disponível em:

<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-mental#:~:text=De%20acordo%20com%20a%20Organiza%C3%A7%C3%A3o%20Mundial%20de%20Sa%C3%BAde,desafios%20da%20vida%20e%20contribuir%20com%20a%20comunidade>. Acesso em: 1 nov. 2024.

BRASIL. Ministério do Trabalho e Emprego. **NR 10 - Segurança em Instalações e Serviços em Eletricidade**. Disponível em: <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/aceso-a-informacao/participacao-social/conselhos-e-orgaos-colegiados/comissao-tripartite-partitaria-permanente/arquivos/normas-regulamentadoras/nr-10.pdf>. Acesso em: 25 out. 2024.

DEJOURS, Christophe. **Da psicopatologia à psicodinâmica do trabalho**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz/Brasília, 2004.

Eletricidade contribui para o crescimento do PIB em 2023. **Agência Gov**, 6 dez. 2024. Disponível em: <https://agenciagov.ebc.com.br/noticias/202312/eletricidade-contribui-para-o-crescimento-do-pib-em-2023>. Acesso em: 27 out. 2024.

<https://www.gov.br/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-mental#:~:text=De%20acordo%20com%20a%20Organiza%C3%A7%C3%A3o%20Mundial%20de%20Sa%C3%BAde,desafios%20da%20vida%20e%20contribuir%20com%20a%20comunidade>

LIMA, L. A. de O.; DOMINGUES JÚNIOR, P. L.; GOMES, O. V. de O. Mental health and professional burnout: a qualitative study on associated factors burnout syndrome among healthcare professionals. **Boletim de conjuntura (BOCA)**, v. 16, n. 47, p. 264–283, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.5281/zenodo.10198981>. Acesso em: 30 out. 2024.

MACHADO, J. S. et al. Trabalho a céu aberto e sua relação com a saúde dos trabalhadores: exposição ao calor e a radiação solar. **Caderno Pedagógico**, v. 21, n. 5, 2024. Disponível em: <https://ojs.studiespublicacoes.com.br/ojs/index.php/cadped/article/view/4045>. Acesso em: 27 out. 2024.

MASLOW, H. A. **Maslow no Gerenciamento**. 1 ed. Rio de Janeiro :Qualitymark, 2000.

MENDES, A. M. B. Aspectos psicodinâmicos da relação homem-trabalho: as contribuições de C. Dejours. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 15, n. 1-3, p. 34–38, 1995. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/R4yymBFkPGNFb3BSvXFnZzn/#>. Acesso em: 1 nov. 2024.

PEREIRA, A. C. L. et al. Fatores de riscos psicossociais no trabalho: limitações para uma abordagem integral da saúde mental relacionada ao trabalho. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 45, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbso/a/Yj4VrBQcQ3tgQgHcnnGkC6F/?lang=pt>. Acesso em: 20 out. 2024.

~~PEREIRA, A. C. L. et al. Fatores de riscos psicossociais no trabalho: limitações para uma abordagem integral da saúde mental relacionada ao trabalho. **Revista Brasileira de Saúde Ocupacional**, v. 45, 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbso/a/Yj4VrBQcQ3tgQgHcnnGkC6F/?lang=pt. Acesso em: 20 out. 2024.~~

ROTHER, E. T. Revisão sistemática X revisão narrativa. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 20, n. 2, p. v–vi, jun. 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/z7zZ4Z4GwYV6FR7S9FHTByr/?lang=pt#>. Acesso em: 20 out. 2024.

SANTOS, E; SANTOS, R. Cultura organizacional: uma revisão narrativa acerca das tipologias e influências na gestão. **Revista de Administração e Contabilidade da FAT**, v. 12, n. 1, 2020. Disponível em: https://editorarealize.com.br/editora/anais/join/2019/TRABALHO_EV124_MD1_SA132_ID1483_01082019002143.pdf. Acesso em: 28 out. 2024.

SATO, L.; BERNARDO, M. H. Saúde mental e trabalho: os problemas que persistem. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 10, n. 4, p. 869–878, dez. 2005. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/rNNzNMDBjbR5dS8LCN86p4M/#>. Acesso em: 1 nov. 2024.

SCOPINHO, Rosemeire A. Qualidade total, saúde e trabalho: uma análise em empresas su-croalcooleiras. **Revista de Administração Contemporânea**, v. 4, n. 1, p. 93-112, jan./abr., 2000. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rac/a/Q6HRQJjj5ZyYHNXwQQwv8pC/?format=pdf>. Acesso em: 30 out. 2024.

SELIGMANN-SILVA, E. **Trabalho e desgaste mental: o direito de ser dono de si mesmo**. 1 ed. São Paulo: Cortez, 2011.