

Casos de burnout no Brasil aumentam quase 300%

Afastamentos por depressão e ansiedade também crescem no País

/ SAÚDE

Ana Gonzalez

ana.teixeira@jcrs.com.br

Em meio às ações do Setembro Amarelo, mês de conscientização e prevenção do suicídio, os impactos do trabalho sobre a saúde mental ganham atenção. O Brasil é o segundo país do mundo com mais registros de casos de burnout, segundo dados da International Stress Management Association (ISMA-BR), ficando atrás apenas do Japão no ranking.

O burnout ou síndrome do esgotamento profissional é um transtorno ocupacional que se caracteriza por esgotamento de energia, distanciamento mental das obrigações profissionais e redução da produtividade no ambiente de trabalho. Os sintomas surgem a partir do estresse crônico gerado pelo ambiente profissional, que pode ser efeito de fatores como sobrecarga de tarefas, assédio moral e falta de reconhecimento.

Entre 2023 e 2025, de acordo com um levantamento da Associação Nacional de Medicina do Trabalho (Anamt) que utilizou dados do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS), o burnout registrou o maior crescimento percentual entre os transtornos de saúde mental que geram afastamentos do trabalho no Brasil. Os registros quase triplicaram no período, saltando de 1.760 afastamentos ocasionados por burnout no País em 2023 para 6.985 no ano passado.

Isso pode ser explicado, em parte, pela inclusão da síndrome de burnout na 11ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID-11), publicada em 2019, que entrou oficialmente em vigência global em 2022, mas teve implantação oficial nos sistemas de saúde no Brasil adiada para janeiro de 2027 pelo Ministério da Saúde. Mesmo assim, médicos já podem diagnosticar pacientes com a síndrome. Com a atualização, o burnout passou a ser reconhecido como fenômeno ocupacional capaz de gerar afastamentos do ambiente de trabalho.

Além do burnout, outras condições relacionadas à saúde mental também têm registrado um aumento nos afastamentos trabalhistas no Brasil desde 2023. Segundo o mesmo levantamento, os



FREEPIK/DIVULGAÇÃO/JC

Governo federal fez mudanças na NR-1 para auxiliar os trabalhadores

transtornos relativos à ansiedade representaram cerca de 40% de todos os afastamentos por transtornos mentais em 2025, com mais de 157 mil casos. Os transtornos depressivos, por sua vez, totalizaram mais de 182 mil benefícios por afastamento do INSS no ano passado.

A psicóloga Denise Milk, especialista em saúde mental no ambiente corporativo, explica que o aumento de afastamentos trabalhistas ocasionados por transtornos de saúde mental e pelo burnout pode ser fruto de uma vida acelerada e hiperconectada, em que demandas de trabalho podem chegar a qualquer momento do dia – mesmo nos que deveriam ser dedicados ao descanso.

“Hoje, o expediente termina, mas o trabalho muitas vezes continua mentalmente presente por meio de mensagens, decisões e problemas que seguem além dos muros da empresa”, observa.

Além disso, Denise explica que a estruturação do ambiente de trabalho precisa ser pensada de acordo com as capacidades, recursos e limites de cada funcionário, e que isso perpassa a formação de gestores capazes de identificar esses traços e trabalhar a partir deles. “As pessoas precisam de um ambiente onde elas se sintam seguras para assumir riscos nas relações interpessoais. Por isso, a gente sabe que investir no desenvolvimento dos líderes é uma importante estratégia de prevenção em saúde mental”, aponta.

Para assegurar o cumprimento de medidas que reduzam os impactos à saúde mental no trabalho, o governo federal realizou mudanças, neste ano, à Norma Re-

guladora nº 1 (NR-1), que estabelece diretrizes gerais de segurança e saúde no trabalho. As atualizações entraram em vigor em maio e exigem que empresas identifiquem riscos psicossociais em seu Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO). Na prática, a NR-1 amplia o conceito de segurança do trabalho para incluir também o bem-estar mental dos trabalhadores.

Segundo o advogado Alexandre Márter, especialista em Direito Trabalhista, o não-cumprimento das novas exigências da NR-1, constatado através da Inspeção do Trabalho, pode gerar notificações, autos de infração, multas administrativas e exigências de adequação às empresas.

“Dependendo do caso, pode haver repercussões trabalhistas e previdenciárias, além de eventual responsabilidade civil da empresa, inclusive com condenação ao pagamento de indenização por danos materiais e morais quando demonstrados o dano e os pressupostos da responsabilidade”, esclarece.

Márter aponta, ainda, que o afastamento do trabalhador por burnout e outras condições de saúde mental garante os mesmos direitos de um afastamento por condições físicas que impossibilitam o trabalho. Ele explica que, “caso o burnout ou outro transtorno mental seja reconhecido como relacionado ao trabalho, o afastamento pode ter natureza de acidente de trabalho, e não apenas previdenciária”.

“Dependendo das circunstâncias e da responsabilidade patronal, também pode existir direito à indenização por danos materiais e morais”, conclui.

Opinião

O que a Lei Felca e a Lei das Bets têm em comum

Ana Lacativa

Em menos de dois anos, o Brasil sancionou duas leis que, à primeira vista, parecem tratar de assuntos completamente diferentes. A Lei nº 14.790/2023 regulamentou o mercado de apostas esportivas de quota fixa, conhecida como a Lei das Bets. Enquanto, a Lei nº 15.211/2025, sobre o Estatuto Digital da Criança e do Adolescente, popularmente conhecida como Lei Felca, trouxe regras de proteção para crianças e adolescentes no ambiente digital. As leis estão menos distantes do que aparentam.

A Lei das Bets opta por uma exclusão pela pessoa. O artigo 26 impede que menores de 18 anos figurem como apostadores, e a lei exige que as operadoras licenciadas, sob fiscalização da Secretaria de Prêmios e Apostas do Ministério da Fazenda (SPA/MF), implementem verificação de identidade e idade antes de permitir qualquer aposta. O produto segue existindo; e a lei barra o acesso de uma pessoa específica a ele.

A Lei Felca, na parte que trata de jogos eletrônicos, opta por uma exclusão pelo produto. Um jogo com classificação indicativa para adultos pode manter sua mecânica de loot box normalmente, ou seja, a vedação não é sobre a pessoa que joga, é sobre o público a que o jogo se destina, conforme a pró-

pria classificação indicativa.

E as duas leis compartilham o mesmo ponto fraco de implementação da verificação de idade. As operadoras licenciadas investem pesado em tecnologia de verificação documental, biometria facial, cruzamento de dados, exatamente porque a lei trata apostas como atividade financeira regulada, com todas as obrigações de prevenção à lavagem de dinheiro que isso implica. Não é autodeclaração, é verificação de identidade de verdade, auditável, com custo real para a operadora que falhar nisso.

Mas as duas leis compartilham a exigência de conformidade com a LGPD, a Lei das Bets expressamente, para o tratamento de dados de apostadores; a Lei Felca, para qualquer produto digital destinado a menores, com camadas adicionais de proteção contra perfilamento comportamental e publicidade direcionada.

O Brasil está, aos poucos e por caminhos diferentes, desenvolvendo um vocabulário regulatório mais maduro para lidar com mecânicas de recompensa aleatória de forma geral. A questão tende a se repetir, em outro setor qualquer, na próxima vez que a indústria encontrar uma forma nova de monetizar a mesma sensação.

Advogada e cofundadora da Olho na BET

NOTAS

• O Centro Judiciário de Solução de Conflitos e Cidadania, regional de Caxias do Sul, promove o 2º Simpósio de Mediação e Conciliação Caxiense nesta quinta-feira, das 13h às 19h, no auditório da Uniftec. O evento reúne o Poder Judiciário, Ministério e Defensoria Pública, OAB, profissionais da Justiça Restaurativa e instituições de ensino para discutir métodos consensuais de solução de conflitos, Justiça Restaurativa e cultura de paz.

• A OAB/RS promoverá, nos dias 25 e 26/09, a XII Regional Sul da Competição Brasileira de Arbitragem e Mediação Empresarial. A iniciativa visa simular a prática advocatícia diante de casos fictícios e preparar as equipes de estudantes e profissionais da Região Sul para a etapa nacional do certame. As atividades ocorrerão em formato híbrido, divididas entre o Prédio 40 da Pucrs, o OAB Cubo e transmissão ao vivo no YouTube.

Desde 1980 protegendo a inovação para você construir o futuro.

in @ f www.sko.com.br | 51 3342.9323

SKO[®]
OYARZÁBAL
MARCAS & PATENTES S/C
Ética • Dinamismo • Confiabilidade