

Universidade do Vale do Paraíba
Faculdade de Educação e Artes
Curso de Psicologia

Eloisa Helena Alves da Silva
Flávia Cristina de Faria
Raquel O.F.C.C. Silva e Souza

Invisibilidade no trabalho e impacto na saúde mental:
uma revisão bibliográfica

São José dos Campos-SP
2025

Eloisa Helena Alves da Silva
Flávia Cristina de Faria
Raquel O.F.C.C. Silva e Souza

Invisibilidade no trabalho e impacto na saúde mental:
uma revisão bibliográfica

Relatório Final apresentado como parte das exigências da disciplina Trabalho de Graduação II à Banca Examinadora do Curso de Psicologia da Faculdade de Educação e Artes da Universidade do Vale do Paraíba.

Orientador: Prof. Dr. Rodney Querino Ferreira da Costa

São José dos Campos-SP
2025

TERMO DE AUTORIZAÇÃO DE DIVULGAÇÃO DA OBRA

Ficha catalográfica

Silva, Eloisa
Invisibilidade no trabalho e impacto na saúde mental : uma
revisão bibliográfica / Eloisa Silva; Flávia Faria; Raquel
Souza; orientador, Rodney Querino Ferreira da Costa. - São José
dos Campos, SP, 2025.
28 p.

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) - Universidade do Vale
do Paraíba, São José dos Campos. Psicologia.

Inclui referências

1. Psicologia. 2. Psicologia . 3. Trabalhos invisíveis. 4.
Justiça social. 5. Saúde mental. I. Faria, Flávia. II. Souza,
Raquel. III. Querino Ferreira da Costa, Rodney, orient. IV.
Universidade do Vale do Paraíba. Psicologia. V. Título.

Eu, Eloisa Silva, autor(a) da obra acima referenciada: Autorizo a divulgação total ou parcial da obra impressa, digital ou fixada em outro tipo de mídia, bem como, a sua reprodução total ou parcial, devendo o usuário da reprodução atribuir os créditos ao autor da obra, citando a fonte. Declaro, para todos os fins e efeitos de direito, que o Trabalho foi elaborado respeitando os princípios da moral e da ética e não violou qualquer direito de propriedade intelectual sob pena de responder civil, criminal, ética e profissionalmente por meus atos.

São José dos Campos, 8 de Dezembro de 2025.

Documento assinado digitalmente
gov.br ELOISA HELENA ALVES DA SILVA
Data: 08/12/2025 12:05:40-0300
Verifique em <https://validar.itl.gov.br>

Autor(a) da Obra

Data da defesa: 24 / 12 / 2025

Eloísa Helena Alves Silva
Flávia Cristina de Faria
Raquel Oliveira Ferraz de Camargo Coelho Silva e Souza

Invisibilidade no trabalho e impacto na saúde mental: uma revisão bibliográfica

Relatório final de pesquisa aprovado como parte das exigências da disciplina Trabalho de Graduação II do curso de Psicologia da Faculdade de Educação e Artes da Universidade do Vale do Paraíba, pela seguinte banca examinadora:

Profa. Dr. Rodney Querino Ferreira da Costa (UNIVAP)

Profa. Dra Lidianne Maria Maciel (UNIVAP)

Prof. Ma. Denise Cristina Miquelotti Luizari (UNIVAP)

Nota:

10,0

Profa. Dra. Ana Enedi Prince Silva

Diretora da Faculdade de Educação e Artes – FEA/UNIVAP

São José dos Campos, 24 de novembro de 2025

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho aos milhares de trabalhadores invisíveis deste país, em especial às trabalhadoras domésticas. Àqueles que são a força propulsora da nossa sociedade e seguem marginalizados. Foi essa força que nos moveu a escrever! Que essa “escrevivência” seja uma forma de reconhecimento e homenagem a cada um(a) de vocês!

Eloisa Helena

Dedico este estudo às trabalhadoras e trabalhadores que são invisibilizados por uma sociedade que ainda privilegia o lucro em detrimento da dignidade humana. Que este trabalho represente, ainda que de maneira singela, um gesto de resistência, um contramovimento diante de um sistema que oprime, explora, culpabiliza e adocece. Que este estudo possa reforçar a importância, a humanidade e o valor de cada uma e cada um.

Flávia Cristina de Faria

Dedico este trabalho a todos os trabalhadores invisíveis, homens e mulheres, que estão nas camadas mais baixas da sociedade e os quais vivem e viveram o ápice do adoecimento físico e mental sem tratamento digno, humano e sem qualquer acolhida pelo Estado, pelos serviços de saúde e pela sociedade. A vocês todo meu incômodo, pesquisa e ação para que vocês sejam vistos, verdadeiramente, pela ciência, sejam protegidos pelas políticas públicas e cuidados com afeto pelos profissionais da saúde.

Raquel Silva e Souza

AGRADECIMENTO

Agradeço a minha dupla Flavinha e Raquel pela parceria ao longo destes anos, sem as quais a jornada seria muito mais difícil. Ao nosso orientador Prof. Dr. Rodney Querino pela dedicação, paciência e ensinamentos que tornaram possíveis a realização deste trabalho. Às Prof.^a. Dra. Lidianne Maciel e Prof.^a. Me. Denise Luizari, pelos direcionamentos e incentivo. Aos meus familiares e amigas que suportaram minhas ausências nesse processo e aos Orixás que me sustentaram até aqui.

Eloisa Helena

AGRADECIMENTO

Agradeço a meu querido professor e orientador, Dr. Rodney Costa. Sua forma de ensinar e orientar cativa, provoca e motiva. Agradeço os ensinamentos, apoio, confiança e incentivos. Agradeço também às queridas professoras Dra. Lidiane Maciel e Me. Denise Luizari, pelas contribuições que auxiliaram na construção deste trabalho.

Agradeço às minhas queridas amigas Elô e Raquel. Vocês me inspiram, cativam e me fortalecem. Esta jornada foi longa e desafiadora, e sem dúvidas percorrer este caminho com vocês ao lado foi um privilégio. Sigamos juntas, até e além o CRP.

Agradeço também a minha família, pelo apoio e compreensão durante este processo. Por fim, agradeço a meu fiel companheiro, Fernando. Por sempre estar ao meu lado, sempre me apoiando e incentivando. Obrigada pela construção diária deste amor tranquilo, sem dúvidas foi essencial para a conclusão desta jornada.

Flávia Cristina de Faria

AGRADECIMENTO

Agradeço primeiramente à Deus e a Nossa Senhora Auxiliadora que me permitiram concluir essa etapa acadêmica, apesar dos imensos desafios. Agradeço à minha querida avó, in memoriam, minha primeira psicóloga da vida que, tantas vezes me acolheu em escuta atenta e amorosa. Você me viu começar essa graduação, mas infelizmente não me viu concluí-la.

Agradeço ao meu amado esposo, meu maior incentivador para o retorno aos estudos. Sem seu apoio, ajuda, escuta, conselhos, cuidado e incentivo, a psicologia seria só um projeto inacabado. Agradeço à minha família: minha mãe Rita, meu irmão Matheus, minha cunhada Gabriela e meu sobrinho Miguel pela compreensão e paciência nas minhas muitas ausências. Sou eternamente grata ao professor, amigo e orientador Prof. Dr. Rodney Costa pela paciência na orientação do trabalho, escuta, conselhos, horas de correção e direcionamento. Contigo aprendi que a ciência não está nem aí para a opinião pessoal e, que fazer ciência é para os corajosos que se propõem a aplicar o método, analisar os dados e concluir de forma íntegra. O bom cientista não espreme os números para defender uma crença, mas observa, analisa, mede, discute e critica. Meu desejo de seguir na pesquisa científica vem da tremenda admiração e respeito que tenho pelo seu trabalho e sua história. Eu espero que eu tenha criado as “casca necessárias” para seguir nessa jornada. Muito obrigada!

Obrigada às queridas professoras Dra. Lidiane Maciel e Me. Denise Luizari pela leitura cuidadosa, pelos apontamentos que nos fizeram, no meio da pesquisa, redirecionar a rota em busca de uma pesquisa mais objetiva e atualizada. O olhar de vocês nos foi muito precioso.

Agradeço aos meus queridos amigos psicólogos Daniel, Fernanda e Mari, meu grupo de estudos no começo da minha graduação que me inspira. Agradeço também às amigas que me acolheram do meio ao fim, Eloísa e Flávia. Vocês foram meu sustento, troca, afeto e acolhida.

Agradeço aos meus colegas, professores e mestres. A dedicação, a troca e o cuidado de cada um de vocês jamais serão esquecidos.

Raquel Silva e Souza

A essência dos Direitos Humanos é o direito a ter direitos.

Hannah Arendt; As origens do totalitarismo (2012)

Resumo

Esta revisão bibliográfica investiga os impactos do trabalho invisível na saúde mental dos trabalhadores invisíveis no Brasil. Considera-se trabalho invisível aquele que não é uma escolha pessoal, com baixa remuneração, qualificação, escolaridade e cuja mão de obra é contratada de forma terceirizada ou autônoma, o que precariza ainda mais as condições de trabalho. Esse grupo é majoritariamente composto por pessoas de baixa renda, pouca escolaridade, mulheres e pessoas negras. Trata-se de uma revisão bibliográfica narrativa, abrangendo publicações entre 1999 e 2024, em bases como SciELO, Google Acadêmico e diretórios institucionais (USP e UNESP). Os resultados apontam que a desvalorização social do trabalho, a precariedade dos espaços físicos e instrumentais e a busca incessante por resultados, que gera uma exploração e objetificação do trabalhador no modelo capitalista, são características que trazem maior impacto negativo na saúde mental desse grupo. Observou-se, também, maior incidência de internação psiquiátrica em pessoas com idade laboral e menor renda. Portanto, se faz necessário um posicionamento no tema e intervenções que considerem esses aspectos e que visem o combate à desigualdade social e a promoção da saúde do trabalhador a fim de reduzir a exclusão social.

Palavras-chaves: trabalhos invisíveis; equidade de gênero; justiça social; direitos humanos; saúde mental trabalhador.

Abstract

This literature review investigates the impacts of invisible work on the mental health of the workers in Brazil. Invisible work is defined as work that is not a personal choice, with low pay, qualifications, or education, and whose labor is outsourced or self-employed, which further worsens working conditions. This group is predominantly composed of low-income people, people with low levels of education, women, and black people. It is a narrative bibliographic review covering academic publications from 1999 to 2024, using databases such as SciELO, Google Scholar, and institutional repositories (USP and UNESP). The results indicate that the social work depreciation, the precariousness of physical and instrumental spaces, and the relentless pursuit of results, which generates exploration and objectification of workers in the capitalist model, are characteristics that have the greatest negative impact on the mental health of this group. A higher incidence of psychiatric hospitalization was also observed among people of working age and lower income. Therefore, a position on the issue and interventions that consider these aspects are necessary, aiming to oppose social inequality and promote worker health to reduce social exclusion.

Key Words: invisible work; gender equity; social justice; human rights; mental health of workers.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	5
2 OBJETIVOS	8
2.1 Objetivo Geral	8
2.2 Objetivos Específicos	8
3 MÉTODO.....	9
4 RESULTADOS E DISCUSSÕES:.....	10
4.1 Conceituando trabalhos invisíveis e saúde mental do trabalhador.....	10
4.2 Impactos da invisibilidade na saúde mental do trabalhador	14
4.3 Caracterizando o papel do psicólogo frente ao trabalho invisível.....	19
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	23
REFERÊNCIAS.....	25

1 INTRODUÇÃO

O trabalho, além de ser um meio de subsistência, desempenha papel crucial na construção da identidade dos indivíduos. No entanto, quando este trabalho é invisibilizado, o impacto negativo sobre a saúde mental e qualidade de vida destes trabalhadores é significativo, tornando urgente a necessidade de um aprofundamento no tema. Diante disso, esta pesquisa visa investigar os impactos na saúde mental dos trabalhadores invisíveis no Brasil, por meio da análise de estudos já realizados sobre o tema.

O adoecimento mental do trabalho é classificado como *Burnout*, que se trata de uma síndrome de esgotamento físico e mental causado pelo trabalho. Os altos números de adoecimento e afastamento de trabalhadores de suas funções por adoecimento mental, tem despertado uma crescente preocupação de órgãos de classe, governantes, empregadores e empregados. De acordo com um levantamento disponibilizado pelo INSS, em 2023 houve um aumento de 1000% no número de afastamentos por *Bournout* no Brasil.

Dados do Observatório de Segurança e Saúde no Trabalho, divulgados em 2025, sob a coordenação do Ministério Público do Trabalho e a Organização Internacional do Trabalho (OIT) para o Brasil, apontam que no biênio de 2022-2024, houve um aumento de 134% no número de afastamentos concedidos pelo INSS por doenças como: stress, ansiedade e depressão. A mesma pesquisa aponta que 15% da população ativa apresenta algum tipo de transtorno mental, que se desdobra em prejuízos para empregados e empregadores, com perdas financeiras, baixa ou nenhuma produtividade, absenteísmo e rotatividade de funcionários. Segundo a Organização Mundial de Saúde (2024), os dados financeiros somaram uma perda mundial em produtividade de US\$ 1 trilhão por ano devido aos afastamentos por adoecimento mental.

A fim de delimitar o tema da pesquisa, foi considerado trabalho invisível aquele que não é realizado por escolha pessoal, oferece baixa remuneração e, geralmente, é executado por indivíduos com baixa qualificação e escolaridade. São exemplos de trabalho invisível os serviços de limpeza e manutenção, segurança, trabalhos domésticos, entre outros. Esse tipo de trabalho costuma ser terceirizado e apresenta condições marcadas pela precariedade (Padilha, 2011).

Essa precariedade possui impacto na economia, na medida que pesquisas recentes realizadas no Brasil sugerem que, caso os trabalhos invisíveis recebessem remuneração adequada, o Produto Interno Bruto (PIB) do país poderia aumentar em quase 9% (IBGE, 2022).

Para além das implicações econômicas, a invisibilidade no trabalho também está relacionada às desigualdades de gênero, demonstrando que este também é um fator associado a este processo. É fato que a mulher sempre trabalhou, mas o trabalho doméstico foi comumente considerado informal, não reconhecido e nem remunerado. No que tange a entrada da mulher no mercado de trabalho formal, segundo Querino, Domingues e Luz (2013, p.2), pode-se atribuir seu início:

[...] a partir do século XX, quando a mulher se viu obrigada a trabalhar para sustentar suas famílias enquanto seus companheiros lutavam na guerra e, desde então, elas têm se dedicado mostrando suas competências e habilidades no mercado de trabalho.

Entretanto, até os dias de hoje elas enfrentam maiores dificuldades, pois são mães, esposas e mantenedoras do lar e nem por isso deixam a desejar em suas atribuições, continuam lutando pelos mesmos salários e benefícios.

Com a consolidação do sistema capitalista, no século XIX, ocorreram várias mudanças na dinâmica do trabalho feminino. Um intenso crescimento da maquinaria, e um acelerado desenvolvimento tecnológico fizeram com que grande parte da mão de obra feminina fosse transferida para as fábricas, com uma carga horária de até 18 horas por dia, e um salário inferior ao do homem (Kühner, 1977).

As pesquisadoras dessa revisão de literatura são mulheres que vivem a realidade de uma jornada tripla de estudos, trabalho formal e doméstico, e sentem na própria pele, branca ou preta, a dura realidade de uma sociedade que ainda não reconhece e nem remunera o trabalho feminino nas mesmas proporções que o trabalho de um homem branco. Movidas pela provocação do orientador deste trabalho que sustenta a máxima de que só se pesquisa o que afeta e incomoda, a pouca publicação científica na temática e ao papel político e social da psicologia na sociedade na busca por direitos humanos, se faz urgente a produção de reflexões e dados para promoção de uma sociedade mais equânime e justa.

Embora a pesquisa em psicologia seja ampla e consolidada, ainda são poucas as pesquisas que abordem invisibilidade no trabalho sob a perspectiva psicológica,

portanto construir reflexões e dados, com o olhar dessa ciência, é um chamado urgente a todos os profissionais dessa área. É importante compreender atuação em psicologia além da clínica, que ainda é majoritária nos tempos atuais.

Sob a perspectiva social, a invisibilidade no trabalho é uma questão de extrema urgência e relevância no contexto atual. Em diversos setores econômicos, muitos trabalhadores essenciais permanecem invisíveis e subvalorizados, recebendo pouco reconhecimento e valorização desproporcionalmente baixa (IBGE, 2022). Identificar e compreender os impactos gerados por esta invisibilidade é crucial para promover políticas, sejam elas públicas ou corporativas, para mudar esse cenário e promover a devida valorização desses trabalhadores. Além disso, a escolha do tema reflete uma preocupação com a justiça social e a necessidade de promover o protagonismo desses trabalhadores que, embora sejam essenciais para o funcionamento da sociedade, muitas vezes são ignorados e negligenciados.

Uma das hipóteses levantadas pelas pesquisadoras é que minorias sociais, entre estes, mulheres e indivíduos de grupos raciais marginalizados representam a maioria entre os trabalhadores invisíveis, enfrentando obstáculos adicionais de discriminação e desvalorização. Desta forma, este estudo busca orientar e contribuir para futuras intervenções práticas, principalmente na área da Psicologia, voltadas para a promoção da equidade em diferentes classes de trabalho.

Diante disto, a presente revisão bibliográfica conceituará trabalho invisível e os tipos de trabalho invisível no Brasil, investigará como a invisibilidade afeta a saúde mental do trabalhador, caracterizará o papel do psicólogo frente ao trabalho invisível e por fim concluirá de forma crítica sobre o tema.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo Geral

Objetiva-se primariamente, investigar os impactos na saúde mental dos trabalhadores invisível no Brasil.

2.2 Objetivos Específicos

Secundariamente, pretende-se:

- a.) Descrever os tipos de trabalho invisível no Brasil;
- b.) Investigar como a invisibilidade afeta a saúde mental do trabalhador;
- c.) Caracterizar o papel do psicólogo frente ao trabalho invisível;

3 MÉTODO

Essa pesquisa se caracteriza como um estudo qualitativo de revisão de literatura narrativa, que consiste em explorar estudos publicados sobre um determinado assunto, de forma a reunir evidências e levantar questionamentos. Nesse desenho não ocorre coleta de informações com participantes.

Apesar de a revisão narrativa não seguir protocolos de busca rígidos, alguns procedimentos foram adotados. Foram utilizados artigos publicados em revistas científicas, indexadas nas seguintes plataformas: *Google Acadêmico*, *SciELO*, diretório digital de trabalhos acadêmicos da Universidade de São Paulo (USP) e da Universidade Estadual Paulista (Unesp).

Fizeram parte textos publicados no período de 1999 a 2024, nas áreas de psicologia, direito e sociologia. Para a busca foram utilizadas as palavras-chave: “trabalhos invisíveis”, “subempregos”, “trabalhos subalternos”, “saúde mental do trabalhador” e “adoecimento psíquico no trabalho” “psicologia”. Além disso, também se utilizou publicações literárias teóricas clássicas nas mesmas temáticas.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES:

4.1 Conceituando trabalhos invisíveis e saúde mental do trabalhador

A definição de trabalho é plural e interseccional no campo da sociologia, do direito, da psicologia e da filosofia. Sua definição pode ser bastante diferente, a depender de qual recorte e análise se pretende fazer sobre esse constructo.

Nesta pesquisa será abordado um tipo específico de trabalho, que é o trabalho invisível, também conhecido como trabalho subalterno. Portanto, será adotado o conceito de Padilha (2011), o autor define o trabalho subalterno (invisível) como aquele que não é exercido como uma escolha pessoal, que oferece baixa remuneração e é desempenhado por pessoas de pouca qualificação e escolaridade.

Importante destacar que todo trabalho está submetido a um modelo de organização no qual há uma relação de poder, inclusive os trabalhos invisíveis. Como postulado por Dejours (1987), organização do trabalho se define como a divisão do trabalho, o conteúdo da tarefa, à medida que ele dela deriva, o sistema hierárquico, as modalidades de comando, as relações de poder, as questões de responsabilidade.

Segundo Cardoso, da Silva e Zimath (2017), a importância do trabalho na vida das pessoas é grande, como se pode observar nas simples ações do cotidiano, quando as pessoas, ao se apresentarem umas às outras, logo informam seu cargo e empresa onde trabalham. Ao contrário disto, percebe-se o desconforto daqueles que estão desempregados ou não possuem vínculo formal com nenhuma organização renomada, pois a situação de desemprego não é socialmente aceita.

Mas afinal, qual o sentido do trabalho? Inúmeros teóricos caracterizaram o sentido do trabalho e a importância deste na vida e na subjetividade dos sujeitos. Em Marx (1993), o trabalho nada mais é que a capacidade humana de transformar a natureza para atender suas necessidades, devendo ser humanizador, digno e principal força na vida das pessoas. Já em Borges (1999) conclui-se que, o trabalho que surge na forma de mercadoria no capitalismo é alienante, explorador, humilhante, monótono, discriminante, embrutecedor e submisso.

No que tange à invisibilidade do trabalho, importante pontuar que a invisibilidade é um fenômeno psicossocial que atinge a vida de muitos/as trabalhadores/as, que são menos valorizados/as em nossa atual sociedade, que exercem funções tidas pela sociedade como atividades de menor importância, baixa

qualificação e remuneração, sendo assim vista como de baixo status social. (Celeguim; Roesler, 2009).

Um grande marco no campo da psicologia social, que é necessário trazer luz, é a pesquisa de Costa (2002), a qual verificou que as pessoas enxergam apenas a função social dos indivíduos. Ele concluiu em sua pesquisa, onde trabalhou por 10 anos como gari varrendo as ruas de uma das mais renomadas universidades do país, a Universidade de São Paulo (USP), que trabalhadores braçais, como os garis, são seres invisíveis. Qualquer indivíduo nota quando uma atividade laboral braçal não é realizada, entretanto ninguém nota o indivíduo, ou seja, a pessoa que está por trás da realização daquela atividade. A invisibilidade acaba sendo uma forma de dor e, também, de violência. Pode-se conjecturar que invisibilizar uma certa camada da sociedade se tornou algo normal, quase um mau hábito da contemporaneidade. Com isso, recorre-se ao conceito de *habitus* em Bourdieu (1996), que o definiu como esquema de conduta e comportamento que passa a gerar práticas individuais e coletivas. O *habitus* é o passado tornado presente, a história tornada corpo e, portanto, naturalizada de sua própria gênese (Souza, 2012).

O trabalho, como pode-se observar, ocupa um grande espaço na vida das pessoas e, por isso, ao longo da história é fato conhecido que muitas pessoas tiveram suas vidas ceifadas pela falta de segurança laboral. Outras sobreviveram, mas seus corpos foram marcados pela dor devido às péssimas condições de trabalho de saúde, higiene e segurança.

É inquestionável que trabalhos invisíveis tem um solo fértil em sociedades onde há altos índices de desigualdade social. Segundo o *World Weath Report* (2024), o Brasil tem a terceira maior taxa de desigualdade de distribuição da riqueza em uma amostra de 56 países, ficando apenas atrás da Rússia e da África do Sul.

Os marcadores sociais da diferença são categorias que organizam os indivíduos a partir de alguns aspectos de diferenciação (Zamboni, 2014). Um importante marcador de desigualdade social é o índice de Gini, também conhecido como coeficiente de Gini, que se trata de uma medida estatística que avalia a desigualdade de renda em uma população. O índice de Gini, quando apresenta uma pontuação mais alta indica uma desigualdade maior, quando apresenta uma pontuação mais baixa indica uma distribuição mais igualitária da riqueza (Hoffman, 1979). Segundo o índice de Gin, calculado e apresentado no *World Weath Report*

(2024), o Brasil, comparando dados entre 2008 e 2023, apresentou um aumento de 16,8% na taxa de desigualdade na repartição da riqueza.

Os fatores como raça, classe social, e gênero e promovem a invisibilidade do pública do indivíduo. “A invisibilidade pública é baseada por motivações psicossociais, antagonismo de classes, racismo estrutural, bem como numa concepção repetitiva de ambiente de trabalho desprovido de dignidade” (Castro, 2021, p. 136).

A formação do país foi inicialmente constituída por um modelo de colonização, que, posteriormente, se lançou da mercantilização de trabalhadores escravizados, em sua grande maioria africanos, emigrados de maneira forçada para o país (Cisne e Ianael, 2022, p. 193). O trabalho sob condições desumanas foi ao longo dos anos se modificando, leis trabalhistas foram criadas com a intenção de proteger os empregados e garantir condições dignas de trabalho. Mas na contemporaneidade ainda é fácil perceber os resquícios dessa formação exploradora e colonizadora.

Conforme o Ministério Público do Trabalho de São Paulo (2020), o trabalho análogo à escravidão aumentou quase 50% no Estado, naquele ano, em comparação aos últimos cinco anos e ainda em 2020 o órgão recebeu 607 denúncias desse tipo. Entre 2015 e 2019, somente na capital paulista, foram resgatadas 374 pessoas nesta condição. Ainda segundo o Ministério Público do Trabalho de São Paulo (2020), os setores onde mais são encontrados trabalhadores nessas condições foram a indústria têxtil, a indústria de confecções e a construção civil, que são espaços de maior fiscalização.

Cabe aqui levantar o questionamento de possíveis subnotificações nos demais setores de difícil acesso a nível de fiscalização, tais como trabalhadores que realizam serviços domésticos, faxineiros, varredores, coletores de lixo ou reciclagem, porteiros, motoboys, seguranças, entre outros, que ocupam funções historicamente vistas como subalternas e estão entre os invisíveis no mercado de trabalho e sociedade. Muita dessa mão de obra é contratada de forma terceirizada ou autônoma, o que aumenta as chances de precariedade nas condições de trabalho (Padilha, 2011, p. 87).

As condições econômicas dos indivíduos, a necessidade pela sobrevivência, também são fatores que direcionam essas pessoas a práticas laborais invisíveis, em que o simples fato de não poder escolher qual posição ocupar já indica a desigualdade no mundo do trabalho. “A distância entre aqueles que têm o direito de escolher o trabalho e aqueles que têm necessidade de sobreviver já indica o muro que nos separa” (Pachá, 2018, p. 7).

É possível considerar que a invisibilidade e o alto índice de desigualdade social afetam a saúde mental de milhares de pessoas que estão em condições de completo abandono e sem vislumbrar qualquer projeção de melhora em suas situações. Esse fenômeno tem sido observado ao se analisar o crescente aumento dos afastamentos do trabalho por transtornos como depressão e ansiedade nos indicadores de monitoramento do ministério do trabalho nos últimos anos.

No que tange a definição de saúde mental, Dejours (1987) postula que saúde mental do trabalhador está relacionado à capacidade do trabalhador de mobilizar a inteligência e a criatividade (trabalho vivo) e que o adoecimento surge quando o trabalhador é impedido de realizar ajustes e transformações na organização prescrita, gerando um sofrimento ético e sofrimento patogênico (que pode se manifestar em doenças físicas ou psíquicas). A patologia se desenvolverá, ainda que o medo e a pressão no trabalho surgem como estratégias necessárias para a produtividade dos empregados. A exploração do medo aumenta a produtividade, exerce uma pressão no sentido da ordem social e estimula o processo de produção, o que certamente aumenta a desigualdade social e o adoecimento mental e, proporcionalmente, o trabalho invisível. Os riscos e impactos psicossociais são reais, mesmo quando são invisíveis. Dejours (1987) conclui que mais que as condições estruturais, salariais, de higiene e de segurança, é a organização do trabalho, ou seja, as relações afetivas e de comando, a divisão e conteúdo do serviço e as motivações e obrigações, as responsáveis pelo sofrimento mental.

Em função disso, no Brasil, o Ministério do Trabalho e Emprego criou em 1978 a Norma Regulamentadora nº 1 (NR-1) que estabelece as diretrizes gerais de segurança e saúde no trabalho e define responsabilidades e obrigações dos empregadores e trabalhadores, e especifica a importância da prevenção de acidentes e doenças ocupacionais. Verifica-se que, devido ao aumento dos afastamentos por adoecimento mental, a partir de maio de 2026, a NR-1 exigirá, adicionalmente, das empresas o gerenciamento de riscos psicossociais no trabalho. A pergunta e o desafio que fica para o Estado e para Psicologia Organizacional do Trabalho é como gerenciar riscos psicossociais de inúmeros trabalhadoras e trabalhadores que estão informal e ilegalmente empregados ou aqueles que, mesmo formalmente registrados, mas que exercem atividades subalternas, sequer recebem um “bom dia” ou são notados pela maior parte da população? Certamente a NR-1 não chegará a essa classe de trabalhadores pois sobrou a estes um lugar de assujeito. Serem olhados

parece algo distante de se alcançar, pois o trabalho compõe o sujeito e tem um sentido para este (Hackman; Oldhan, 1975).

Cabe pontuar que revisão da referida norma, a NR-1, se fez urgente devido a um recorde aumento no afastamento do trabalho em razão de doenças e condições mentais deteriorantes, segundo os dados do anuário estatístico do Ministério da Previdência Social (2024), tendo em vista as novas dinâmicas societárias, a urgência no modo de viver e trabalhar, resultado do capitalismo em sua fase neoliberal resulta em um alto índice de pessoas adoecidas, estressadas e esgotadas.

Sustentado em Gonçalves Filho (2004), que propõe o fato e o sentimento da invisibilidade pública como componentes decisivos do que se caracteriza como humilhação social, o sofrimento de rebaixamento político, moral e psicológico é longamente experimentado por cidadãos das classes pobres. No entanto, quando este trabalho é invisibilizado, o impacto negativo sobre a saúde mental e qualidade de vida destes trabalhadores é significativo, tornando urgente a necessidade de um aprofundamento no tema (Costa; Pedro-Silva, 2020). Será que a NR1 conseguirá endereçar os riscos psicossociais de todas as classes, em especial aos mais pobres? Há ainda muito que se debater e pesquisar a respeito.

4.2 Impactos da invisibilidade na saúde mental do trabalhador

Adoecimento mental e sofrimento são combinações interligadas e observáveis. Para Barbosa (2018) o sofrimento do trabalhador é resultado das relações desiguais na nossa sociedade:

[...] o sofrimento psíquico do trabalhador [...]. É um reflexo negativo do tipo de relação desumanizada que passa a existir entre os indivíduos dentro de um sistema socioeconômico vigente em determinadas sociedades, em um determinado tempo histórico e disseminado em organizações de trabalho no mundo todo (Barbosa, 2018, p. 64).

Ser considerado e tratado como invisível é fator de adoecimento psíquico e físico. O trabalho que é gerador de sobrevivência, promotor de acessos e realização de desejos materiais, profissionais e pessoais, pode se tornar um local de sofrimento, exclusão e ocasionar humilhação social. Gonçalves Filho (1998) chamou de humilhação social o que gera sofrimento nas pessoas devido a desigualdade de classes. Essa mesma desigualdade, devido a classe social, às atividades

profissionais de menor prestígio e reconhecimento: sejam eles sociais, salarial, de cargo e posição, que acaba por condenar os indivíduos aos trabalhos invisíveis e, conseqüentemente, ao adoecimento mental.

Segundo um levantamento do Instituto Nacional de Seguridade Social, o INSS (INSS, 2023), houve um aumento de 1000% no número de afastamentos no Brasil devido ao adoecimento mental, a Síndrome de *Burnout*, que se caracteriza por um elevado esgotamento físico e mental causado pelo trabalho. Hipotetiza-se, portanto, que esse dado tenha sido o grande motivador da revisão da Norma Regulamentadora do Trabalho, a NR1, que obrigará as empresas a mapearem, a partir de 2026, os riscos psicossociais dos trabalhadores.

Quando se analisa a população dos trabalhadores invisíveis, é importante considerar uma análise que considera a perspectiva de gênero. Em relação às questões de gênero, no que tange à entrada da mulher no mercado de trabalho formal, pode-se atribuir seu início:

[...] a partir do século XX, quando a mulher se viu obrigada a trabalhar para sustentar suas famílias enquanto seus companheiros lutavam na guerra e, desde então, elas têm se dedicado mostrando suas competências e habilidades no mercado de trabalho. Entretanto, destaca-se que, histórica e culturalmente, o serviço doméstico, o cuidado com os filhos, com os idosos, às pessoas com deficiência, e aos familiares adoecidos é creditado majoritariamente às mulheres. Como consequência desse advento, as mulheres passaram a desempenhar uma dupla jornada de trabalho, seguindo sem qualquer reconhecimento pessoal, social ou financeiro. Até os dias de hoje elas enfrentam maiores dificuldades, pois são mães, esposas e mantenedoras do lar e nem por isso deixam a desejar em suas atribuições, continuam lutando pelos mesmos salários e benefícios (Querino; Domingues; Luz, 2013, p.2)

O trabalho doméstico é um dos tipos de trabalho subalterno e a perspectiva de gênero e racial são fatores associados ao trabalho invisível, pois observa-se uma grande incidência de mulheres desempenhando a função de empregada doméstica. Segundo dados da Pesquisa Nacional por Amostra por Domicílio (IBGE, 2022), há no Brasil 6,08 milhões de empregados domésticos, destes, as mulheres representam 91,1% e os homens 8,9%. Neste mesmo estudo, notou-se que as mulheres dedicam 21,3 horas semanais aos trabalhos domésticos e/ou cuidado de pessoas contra 11,7 horas dedicadas pelos homens. Sendo 9,6 horas a mais, por semana, do que os homens. Sobre o recorte racial, dentre as mulheres, as que se declararam negras e pardas, configuram o maior índice entre as que se dedicam aos afazeres domésticos,

totalizando 92,7%, sendo uma média também superior a todos, inclusive aos homens do mesmo grupo étnico.

Portanto, identificar e compreender os fatores que adoecem o trabalhador e que contribuem para essa invisibilidade é crucial para promover políticas, sejam elas públicas ou corporativas, para mudar esse cenário e promover a devida valorização e promoção de saúde desses trabalhadores. Além disso, a escolha do tema reflete uma preocupação com a justiça social e a necessidade de promover o protagonismo desses trabalhadores que, embora sejam essenciais para o funcionamento da sociedade, muitas vezes são ignorados, negligenciados e isso os faz adoecer.

Sobre o adoecimento laboral, segundo Costa e Pedro-Silva (2020), o papel do trabalhador se tornou cada vez mais preponderante na constituição psíquica do sujeito, o que elucida que novas formas que decorrerem da maneira como este se relaciona com o trabalho pode afetar diretamente como se estabelecem e como conduzem as prioridades, os valores e demais relações, familiares e de convivência, em geral. Portanto, não surpreende que o trabalho seja um dos maiores produtores de doença mental na atualidade.

O filósofo Byung-Chul Han (2015), por sua vez, descreve os adoecimentos característicos do século XXI como doenças neuronais, entre elas a depressão, o Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), o Transtorno de Personalidade Limítrofe (TPL) e a Síndrome de Burnout (SB). Segundo o autor, tais patologias são resultados de uma sociedade não mais disciplinar, conforme descrito por Michel Foucault, mas sim uma sociedade de desempenho, evidenciando uma nova forma de exploração no contexto do trabalho. Os sujeitos não são, portanto, sujeitos de obediência, mas sujeitos de desempenho e produção. Segundo Han:

[...] a sociedade do desempenho e a sociedade ativa geram um cansaço e esgotamento excessivos. Esses estados psíquicos são característicos de um mundo que se tornou pobre em negatividade e que é dominado por um excesso de positividade. [...] O excesso da elevação do desempenho leva a um infarto da alma (Han, 2015, p. 70).

O imperativo de estar sempre ativo, produtivo e eficiente define o excesso de positividade descrito por Han, sendo caracterizados por frases como: “Não desista”, “Você pode tudo, basta se esforçar”, “Seja a melhor versão de si mesmo”. Desta forma, a sociedade não é mais marcada pela repressão e disciplina, mesmo que o trabalhador continue disciplinado, mas pela performance e produtividade. Han alerta

para uma violência implícita em tais frases, uma vez que ao se impor o dever de produzir continuamente os indivíduos se tornam explorador e explorados de si mesmo. (Han, 2015). À luz desta análise, é possível interpretar que o contexto dos trabalhadores invisíveis evidencia uma dupla violência, não apenas a pressão contemporânea por desempenho e pela constante produtividade, mas também a condição de não reconhecimento e desvalorização material e simbólica.

Conectando esses dados e fatores com o grau de adoecimento mental entre trabalhadores não invisibilizados e trabalhadores invisibilizados, apesar de ambos estarem, atualmente, mais propensos ao adoecimento mental no trabalho, pode-se conjecturar que o primeiro grupo pode, devido ao acesso a renda, recorrer a intervenções em saúde mental de forma preventiva ou já no início dos primeiros sintomas de adoecimento, enquanto o segundo grupo, devido a má distribuição de renda, acaba recorrendo ao tratamento apenas quando o adoecimento mental já está em situação limítrofe de internação psiquiátrica.

Quando se pensa em intervenção preventiva ou mesmo no início dos sintomas de adoecimento mental, cabe refletir que esse tipo de tratamento só está disponível à apenas uma parcela mais abastada socioeconomicamente da população. As camadas sociais, empobrecida, são as mais incidentes nos casos de internação psiquiátrica, situação extrema, como concluiu o recente estudo da Toledo *et al.* (2024), que evidenciou a presença dos impactos psicológicos de adoecimento que recaem sobre os trabalhadores invisíveis. A situação de invisibilidade e exclusão passa do campo do trabalho para o campo da saúde. A invisibilidade se perpetua.

Segundo Costa (2002) sobre as manifestações da exclusão:

As retaliações, a ameaça, intimidam e fazem silenciar. A experiência de sujeição faz falar no corpo e no olhar suas respostas mais violentas: O corpo e o olhar dos garis podem parecer sem vida, quase petrificados: sintomas dos frequentes impactos traumáticos: experiências pontiagudas de rebaixamento político (Costa, 2002, p.162).

Neste cenário, um estudo realizado na Universidade Federal do Ceará (2024) analisou como a precarização do trabalho possui efeitos na saúde mental dos trabalhadores. Em seus achados, destacam-se profissões como mototaxistas, operadores de *Call Center* e empregadas domésticas como exemplos de trabalhos precarizados, sendo identificado na pesquisa, que “os trabalhadores submetidos às

precárias condições de trabalho manifestam sintomas psicopatológicos, psicossomáticos, bem como consumo de álcool e outras drogas” (Sales et al., 2024, p.181).

Em sede de complemento, um recente estudo publicado pela Fiocruz e a Universidade de Harvard no Brasil com população jovem, Toledo *et al.* (2024 p.3) identificaram que “fatores socioeconômicos mostraram uma associação mais forte com a internação psiquiátrica da juventude de baixa renda”. Dentre eles está viver com um membro da família mais velho com baixa escolaridade ou em situação de desemprego e residir em um domicílio com sete ou mais pessoas”

Dessa forma, fica evidente a presença dos impactos psicológicos de adoecimento que recaem sobre os trabalhadores invisíveis. As experiências de insegurança laboral, assim como o desemprego ou subemprego, estão diretamente relacionadas a tensões emocionais que podem desencadear sofrimento psíquico, como quadros de depressão, ansiedade e até mesmo ao risco de suicídio (Do Nascimento; Borges, 2022).

No que tange à saúde do trabalhador na sociedade capitalista, segundo Costa e Pedro-Silva (2020), o caminho percorrido para o reconhecimento dos reflexos físicos e psíquicos que o modo de produção desempenhado na sociedade infringiu aos trabalhadores. No entanto, mesmo com o surgimento de leis de proteção e uma crescente literatura relacionada à saúde no trabalho, ainda há muitos desafios atuais para que o espaço laboral se torne local de promoção de bem-estar. Não há de se negar a evolução dos direitos e condições dos trabalhos que hoje observa-se na camada de trabalhadores-visíveis.

No entanto, quando se observa as condições dos trabalhos invisíveis, nota-se que uma parcela da população ainda se enquadra às condições de trabalho do início do século XIX: precarizada, explorada e socialmente invisível. Os trabalhos que são considerados invisíveis, ou seja, com baixa remuneração, pouca qualificação exigida e pouca valorização social são majoritariamente realizados por mulheres e por pessoas pertencentes a grupos racialmente marginalizados (Padilha, 2011).

Sob novas formas de precarização, sustentadas por relações sociais e de poder que continuam a naturalizar a exclusão dos sujeitos, sobretudo no mundo do trabalho, o que mantém a desigualdade social. Os dados obtidos indicam que as características dos trabalhadores invisíveis estão fortemente associadas a fatores estruturais como classe social, gênero e raça, conforme postulou Castro (2021). É fato que a mulher

sempre trabalhou, mas o trabalho doméstico foi comumente considerado informal, não reconhecido e nem remunerado. No que tange à entrada da mulher no mercado de trabalho formal, pode-se atribuir seu início:

[...] a partir do século XX, quando a mulher se viu obrigada a trabalhar para sustentar suas famílias enquanto seus companheiros lutavam na guerra e, desde então, elas têm se dedicado mostrando suas competências e habilidades no mercado de trabalho. Entretanto, até os dias de hoje elas enfrentam maiores dificuldades, pois são mães, esposas e mantenedoras do lar e nem por isso deixam a desejar em suas atribuições, continuam lutando pelos mesmos salários e benefícios (Querino; Domingues; Luz, 2013, p.2).

Desta forma, além de investigar o impacto na saúde mental, este estudo busca orientar e contribuir para futuras intervenções práticas, principalmente na área da Psicologia, voltadas para a promoção da saúde nas diferentes classes de trabalho.

4.3 Caracterizando o papel do psicólogo frente ao trabalho invisível

A trajetória da Psicologia no Brasil e a inserção do psicólogo no ambiente de trabalho são temas complexos e repletos de debates. Historicamente, essa inserção passou por três principais momentos. Inicialmente, na década de 1930, surge a Psicologia Industrial, focada principalmente na seleção e alocação de profissionais para os trabalhos nas indústrias, onde o psicólogo atuava como psicotécnico. Posteriormente, evoluiu para a Psicologia Organizacional, que, apesar de ampliar a atuação para incluir dinâmicas de grupos dentro das organizações, ainda mantinha o foco na produtividade empresarial. A fase mais recente, denominada Psicologia do Trabalho, busca uma compreensão mais abrangente do trabalho humano, considerando todos os seus significados e manifestações, marcando um campo de estudo mais profundo sobre as interações e bem-estar dos trabalhadores (Coelho-Lima; Costa; Yamamoto, 2011).

Neste contexto histórico, é importante considerar também as transformações estruturais que afetaram o próprio mundo do trabalho nas últimas décadas. A precarização, entendida como o aumento da instabilidade de condições laborais e deterioração das relações contratuais está cada vez mais presente no cenário contemporâneo (Peres; Da Silva; Carvalho, 2003). A promulgação da Lei nº 13.467

ampliou ainda mais este contexto ao permitir a terceirização não somente das “atividades meio”, mas também das “atividades-fim”, ou seja, garantindo à empresa a maior liberdade de escolha do regime de ocupação dos postos de trabalho (Brasil, 2017).

A situação dos psicólogos do trabalho, impactados pela reforma trabalhista e pelas condições de trabalho terceirizado, é complexa, assim como a dos outros trabalhadores. Inseridos neste cenário de crescente precarização e flexibilização das relações laborais, esses profissionais também vivenciam as consequências das mudanças de legislações trabalhistas. Muitos psicólogos encontram-se hoje atuando como terceirizados e/ou independentes, ilustrando que o psicólogo do trabalho não está alheio às forças econômicas e à ideologia neoliberal (Lopes *et al*, 2020).

Muitas vezes, esses profissionais, ao tentar auxiliar trabalhadores que sofrem os impactos desta precarização, acabam reforçando o *status quo* ao tentar adaptar os trabalhadores ao mercado, sem perceber que também estão se alienando e perpetuando um ciclo de desumanização e desigualdade que sustenta o capitalismo (Lopes *et al*, 2020). Uma abordagem transformadora na psicologia do trabalho, que atue de forma política e crítica, focada no sujeito e nas complexidades históricas para promover uma práxis ética e transformadora. Isso exige dos psicólogos uma consciência crítica de suas próprias contradições e das realidades com as quais interagem.

Além da terceirização, outro processo que se apresenta como agravante da precarização das condições de trabalho é a pejetização, prática que transforma os trabalhadores em pessoas jurídicas, contratados como autônomos sob um CNPJ ao invés de empregados sob o regime CLT. Ao serem forçados a atuar como pequenas empresas, os trabalhadores perdem garantias essenciais, como férias, 13º salário e seguro-desemprego. Em troca, recebem uma liberdade ilusória que, na prática, se traduz em maior insegurança, ausência de direitos e sobrecarga de responsabilidades (Haas; Opuszka, 2025).

Sob o manto de uma falsa flexibilidade, a pejetização transforma o trabalhador em pessoa jurídica, diluindo seus direitos e aprofundando a precarização das relações de trabalho. Empurrados para uma condição de vulnerabilidade, os trabalhadores perdem a proteção garantida pelo vínculo formal e se veem isolados, sem apoio jurídico e sem articulação coletiva. Esse afastamento social e político dificulta seu reconhecimento como sujeitos de direitos, agravando a exclusão e a desigualdade

nas condições de trabalho. Além disso, a instabilidade e a sobrecarga impostas por esse modelo impactam diretamente a saúde mental dos trabalhadores, deixando-os mais vulneráveis a adoecimentos psíquicos (Haas; Opuszka, 2025).

Sendo um dos principais efeitos desta precarização e invisibilidade do trabalho o adoecimento psíquico dos trabalhadores, fica evidente a relevância de intervenções comprometidas com a promoção de saúde e dignidade destes sujeitos. Esses novos desafios reforçam a importância da atuação do psicólogo frente aos trabalhos invisíveis. Segundo o Código de Ética do Psicólogo, há um compromisso explícito com a promoção da qualidade de vida e eliminação de formas de negligência e opressão. O código destaca que:

O psicólogo trabalhará visando promover a saúde e a qualidade de vida das pessoas e das coletividades e contribuirá para a eliminação de quaisquer formas de negligência, discriminação, exploração, violência, crueldade e opressão (CFP, 2005, p. 7).

Tal determinação reafirma um papel social do psicólogo, crucial na promoção da saúde, do bem-estar e na luta contra as desigualdades sociais e laborais. Este papel se expande para além do âmbito clínico e diagnóstico, adentrando as esferas de proteção social e enfrentamento a violências e desigualdades, conforme orientações do Conselho Federal de Psicologia (CFP, 2016). A atuação nestes contextos requer uma abordagem que estimule a reflexão e a ativação dos sujeitos em seus contextos sociais, visando uma transformação que almeje uma maior equidade e justiça social.

Essa compreensão crítica da atuação do psicólogo no trabalho passa, necessariamente, pela valorização dos saberes e práticas dos trabalhadores, especialmente daqueles cuja atuação é invisibilizada socialmente. Dejours (1987) explora o impacto do trabalho na saúde mental dos indivíduos. Para ele, o trabalho não é apenas uma atividade produtiva, mas um espaço de construção de subjetividade. Ele acredita que o significado do trabalho na vida do sujeito é tão significativo que pode levar ao sofrimento psíquico, dependendo das experiências vividas. Segundo ele:

A organização do trabalho exerce sobre o homem uma ação específica, cujo impacto é o aparelho psíquico. Em certas condições emerge um sofrimento que pode ser atribuído ao choque entre uma história individual, portadora de projetos, de esperanças e de desejos e uma organização do trabalho que os ignora (Dejours, 1987, p. 133).

Desta forma, a invisibilidade no trabalho pode ser compreendida como um fator que agrava ainda mais o sofrimento psíquico, ao negar ao trabalhador o reconhecimento de seu valor e sua existência social. Diante da invisibilidade que se apresenta em diversas práticas de trabalho, torna-se ainda mais urgente a atuação crítica e ética do psicólogo na promoção de condições de trabalho dignas e no reconhecimento dos sujeitos enquanto agentes de transformação social.

O conselho Federal de Psicologia orienta que o psicólogo deve atuar com responsabilidade social, analisando crítica e historicamente a realidade política, econômica, social e cultural (CFP, 2005), sendo este um dos princípios de sua atuação. Desta forma, o psicólogo deve adotar uma postura ativa que vá além da adaptação do sujeito às condições impostas, buscando estimular espaços de diálogo, fortalecimento da cidadania, e resistência às práticas que naturalizam a desigualdade. Esse compromisso ético-político é essencial para que o psicólogo consiga contribuir efetivamente para a transformação das realidades injustas do trabalho.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realização dessa revisão bibliográfica teve por objetivo geral investigar os impactos na saúde mental dos trabalhadores invisíveis no Brasil, a fim de verificar o quanto o ambiente laboral e as condições a que essas pessoas estão submetidas são fatores promotores de adoecimento.

Como objetivo específico, buscou-se descrever os tipos de trabalho invisíveis no Brasil. São funções desempenhadas por trabalhadores domésticos, faxineiros, coletores de lixo ou reciclagem, porteiros, motoboys, seguranças, entre outros. Funções que são vistas na sociedade como menos prestigiadas, realizadas de forma braçal e em grande número contratada de forma terceirizada e precarizada (Padilha, 2011, p. 87).

Outro objetivo secundário investigado foi como a invisibilidade afeta a saúde mental do trabalhador. Verificou-se que fatores como a humilhação social (Gonçalves Filho, 1998), que está ligada a desigualdades de classes, menor prestígio, baixos salários e falta de reconhecimento são fatores de adoecimento psíquico e físico nos indivíduos.

Por fim, também buscou-se caracterizar o papel do psicólogo frente ao trabalho invisível. Entende-se que o profissional deve adotar uma postura ativa frente aos desafios existentes no mundo do trabalho, visando estimular um ambiente saudável, de diálogo, fortalecimento da cidadania, e resistência às práticas que naturalizam a desigualdade e são geradoras de sofrimento.

No que tange à pergunta de pesquisa, “qual o impacto do trabalho invisível na saúde mental dos trabalhadores?”, pode-se concluir, a partir dos dados coletados, que a condição da invisibilidade é promotora de sofrimento aos indivíduos e responsável por desencadear transtornos psíquicos, físicos e alterações comportamentais, especialmente nas camadas mais baixas da sociedade.

Foi possível observar que a invisibilidade se expressa de múltiplas formas: na ausência de reconhecimento, na precarização das relações de trabalho e nas consequências psicossociais que recaem sobre esses trabalhadores, que majoritariamente não tem acesso à renda.

Observou-se ao longo da pesquisa, no que tange à gênero e raça configuram a maioria entre os trabalhadores invisíveis. Tais marcadores, promovem a

invisibilidade pública do indivíduo (Castro, 2021) e são baseadas em fatores como racismo estrutural e classes sociais.

Estudos da Universidade Federal do Ceará (2024), apontaram que condições laborais precárias os indivíduos manifestam sintomas psicopatológicos, psicossomáticos, bem como consumo de álcool e outras drogas (Sales et al., 2024, p.181).

Nesse sentido, o papel da Psicologia mostra-se fundamental, principalmente no que diz respeito ao enfrentamento de desigualdades e à atuação ética e política diante das condições de trabalho que geram sofrimento e exclusão, o que tem desdobrado em um alto nível de afastamento do trabalho por adoecimento psíquico. Isso tem sido tão alarmante que o ministério do trabalho atualizou a NR-1, norma esta que exigirá o gerenciamento de riscos psicossociais no ambiente de trabalho pelas empresas. Esse fato surge como oportunidade concreta para que psicólogos e psicólogas intervenham de maneira mais ativa na promoção da saúde mental. Entretanto, é sabido que a norma que visa a proteção à nível de direito trabalhista afetará apenas uma parcela da população: àqueles trabalhadores que estão em atividades laborais visíveis na sociedade, mas infelizmente não chegará às camadas mais baixas da sociedade, nos quais estão os trabalhadores invisíveis. Quando se observa, em estudos, os impactos em saúde mental em sujeitos com idade laboral, nota-se que o risco de internação psiquiátrica para jovens com baixa renda expostos à violência é cinco vezes maior. Pode-se então concluir que os trabalhadores invisíveis estão mais expostos a níveis mais graves e extremos de adoecimento psíquico do que os trabalhadores visíveis.

Estas considerações apontam para a importância de aprofundar o debate sobre os impactos em saúde mental nos trabalhos invisíveis, possibilitando a ampliação da escuta e do olhar para aqueles que, apesar de estarem presentes, continuam à margem.

Com isso reforça-se a importância do papel político e social da psicologia na sociedade na busca por direitos humanos, e políticas públicas que promovam o acesso a intervenções preventivas do adoecimento em todas as camadas da sociedade, bem como se faz urgente a produção de reflexões e dados para promoção de uma sociedade mais equânime e justa: excluir o que exclui.

REFERÊNCIAS

- AGÊNCIA BRASIL. Afastamento por síndrome de burnout cresceu 1.000% em relação a 2014. Brasília, DF. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/radioagencia-nacional/saude/audio/2024-08/afastamento-por-sindrome-de-burnout-cresceu-1000-em-relacao-2014#:~:text=O%20n%C3%BAmero%20de%20trabalhadores%20afastados,1.000%25%20em%20rela%C3%A7%C3%A3o%20a%202014.> Acesso em: 5 abril de 2025.
- ARENDT, Hannah. *As Origens do Totalitarismo*. São Paulo: Companhia das Letras, 2012.
- BARBOSA, Irella Borges dos Santos. **O sofrimento psíquico e o trabalho**. Dissertação apresentada ao Programa de Mestrado em Educação, da Faculdade de Educação da Universidade Federal de Uberlândia/MG; 2018.
- NAÇÕES UNIDAS BRASIL. Brasil: Afastamentos por problemas de saúde mental aumentam 134%. 2025. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/292926-brasil-afastamentos-por-problemas-de-sa%C3%BAdede-mental-aumentam-134>. Acesso em: 04/11/2025.
- BORGES, Livia de Oliveira. As concepções do trabalho: um estudo de análise de conteúdo de dois periódicos de circulação nacional. **Revista de Administração Contemporânea**, v. 3, p. 81-107, 1999
- BOURDIEU, Pierre. **Razões práticas: sobre a teoria da ação**. Campinas: Papirus, 1996
- BRASIL. **Lei nº 13.467, de 13 de junho de 2017**. Altera a Consolidação das Leis do Trabalho (CLT), aprovada pelo Decreto-Lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943, e as Leis nºs 6.019, de 3 de janeiro de 1974, 8.036, de 11 de maio de 1990, e 8.212, de 24 de julho de 1991, a fim de adequar a legislação às novas relações de trabalho. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2017/lei/L13467.htm. Acesso em: 05 out. 2025.
- CARDOSO, Priscila Silva; DA SILVA, Talita; ZIMATH, Sofia Cieslak. Todo mundo olha, quase ninguém vê: a percepção de trabalhadores operacionais com relação à invisibilidade social de seus trabalhos/Everybody looks, almost no one sees: the perception of operational workers in relation to the social invisibility of their work. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 25, n. 4, p. 701-711, 2017.
- CASTRO, Maria Rafaela de; Os trabalhadores invisíveis. **Revista Tribunal Superior do Trabalho**, São Paulo, v. 87, p. 136, 2021.
- CISNE, Mirla; IANAEL, Fernanda. Vozes de resistência no Brasil colonial: o protagonismo de mulheres negras. v.25, n. 2, p. 193, 2022.
- CELEGUIM, Cristiane RJ; ROESLER, H. M. K. N. A invisibilidade social no âmbito do trabalho. **Interação: Revista Científica da Faculdade das Américas**, v. 3, n. 1, p. 1-19, 2009.

COELHO-LIMA, Fellipe; COSTA, Ana Ludmila Freire; YAMAMOTO, Oswaldo Hajime. O exercício profissional do psicólogo do trabalho e das organizações: uma revisão da produção científica. **Revista Psicologia: organizações e trabalho**, v. 11, n. 2, p. 21-35, 2011.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Código de Ética Profissional dos Psicólogos**. Brasília: CFP, 2005.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA (Brasil). **Nota Técnica nº 01/2016**: Parâmetros para atuação das (os) profissionais de Psicologia no âmbito do Sistema Único de Assistência Social (SUAS). Brasília: CFP, 2016.

COSTA, Fernando Braga da. **Garis**: um estudo de psicologia sobre invisibilidade pública. 2002. Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2002.

COSTA, Rodney; PEDRO-SILVA, Nelson. **A escola adoecida**: ansiedade, depressão e síndrome de burnout. São Paulo: Caravana, 2020.

DEJOURS, Christophe. **A loucura do trabalho**: estudo de psicopatologia do trabalho. São Paulo: Cortez, 1987.

GONÇALVES FILHO, José Moura. A invisibilidade pública [Prefácio]. **Homens invisíveis**: relatos de uma humilhação social. São Paulo: Globo, 2004.

GONÇALVES FILHO, J. M. Humilhação social: um problema político em psicologia. **Psicologia USP**, São Paulo, v.9, n.2, p.11-67, 1998.

HAAS, Camila; OPUSZKA, Paulo Ricardo. Sob pressão: sindicalismo na era da pejetização e das doenças psíquicas no trabalho. **Revista Brasileira de Direito Social**, v. 8, n. 1, p. 59-73, 2025.

HACKMAN, J. Richard; OLDHAM, Greg R. Development of the job diagnostic survey. **Journal of Applied psychology**, v. 60, n. 2, p. 159, 1975

HAN, Byung-Chul. **Sociedade do cansaço**. Editora Vozes, 2015.

HOFFMANN, Rodolfo. **Estimação da desigualdade dentro de estratos no cálculo do índice de Gini e da redundância**. 1979.

IBGE, 2022. **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílio (PNAD)**. Disponível em www.ibge.com.br. Acesso em 28. Mar. 2025.

KUHNER, M. H. **O desafio atual da mulher**. Rio de Janeiro, 1977

LOPES, Fábio José Orsini *et al.* forma trabalhista: flexibilização e precarização pela (s) perspectiva (s) da (s) psicologia (s) do trabalho. **Psicologia em Estudo**, v. 25, p. e48213, 2020.

MARX, Karl. **Manuscritos Econômico-Filosóficos**. São Paulo: Boitempo Editorial, 1982.

MINISTÉRIO DO TRABALHO E EMPREGO. **Emprego doméstico no Brasil é formado por mulheres**. Brasília: TEM, 2023: Disponível em:

<https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/noticias-e-conteudo/2024/Marco/emprego-domestico-no-brasil-e-formado-por-mulheres>. Acesso: 5/4/2025.

MINISTÉRIO DO TRABALHO E EMPREGO. **NR-1: Disposições Gerais e gerenciamento de riscos ocupacionais**. Brasília: MTE, 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/trabalho-e-emprego/pt-br/assuntos/inspecao-do-trabalho/seguranca-e-saude-no-trabalho/ctpp-nrs/normas-regulamentadoras-nrs>. Acesso em 25. Mar. 2025.

MINISTÉRIO DA PREVIDÊNCIA SOCIAL. **Anuário Estatístico 2023-2024**. Brasília: MPS, 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/previdencia/pt-br/assuntos/rpps/noticias/anuario-estatistico-da-previdencia-social-2013-2023-2024>. Acesso em 31. mar. 2025.

MINISTÉRIO PÚBLICO DO TRABALHO. SÃO PAULO. Trabalho escravo aumenta em quase 50% em São Paulo. São Paulo: MPT, 2020. Disponível em: <https://www.prt2.mpt.mp.br/715-trabalho-escravo-aumenta-em-quase-50-em-sao-paulo>. Acesso em: 23 de março de 2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Saúde Mental no Trabalho. 2024. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-at-work>. Acesso em: 05/11/2025.

PACHA, Andrea. Prefácio. In: BRASIL. Tribunal Regional do Trabalho (1. Região). Escola Judicial. **Vivendo o trabalho subalterno: as experiências de doze magistrados**. 1. ed. Rio de Janeiro: TRT-1ª Região, 2018, p.5

PADILHA, Valquiria. A realidade do trabalho subalterno de limpeza em shopping Center. **Perspectivas**: Revista de Ciências Sociais, São Paulo, v. 39, p. 75-98, 2011.

PERES, Rodrigo Sanches; DA SILVA, Juliana Azevedo; DE CARVALHO, Ana Maria Rodrigues. Um olhar psicológico acerca do desemprego e da precariedade das relações de trabalho. **Revista Psicologia: Teoria e Prática**, v. 5, n. 1, p. 97-110, 2003.

QUERINO, Luciane Cristina Santos; DOMINGUES, Mariana Dias dos Santos; LUZ, Rosângela C. A evolução da mulher no mercado de trabalho. **E-FACEQ: revista dos discentes da Faculdade Eça de Queirós**, v. 2, n. 2, p. 1-32, 2013.

SALES, Laís Maria Germano Canuto et al. Elos entre a precarização laboral e a saúde mental do trabalhador. **Psi Unisc**, v. 8, n. 2, p. 173-189, 2024.

SOUZA, Jessé. **A construção social da subcidadania: para uma sociologia política da modernidade periférica**. Belo Horizonte; Rio de Janeiro: UFMG; IUPERJ, 2012.

SUIÇA. Global Weath Report, 2024. Disponível em: <https://www.ubs.com/content/dam/assets/wma/mx/latam-access-2024/week31/global-wealth-report-2024-pt.pdf>. Acesso em 19 de março de 2025

TOLEDO, Lidiane *et al.* Risk of psychiatric hospitalization in low-income youth: longitudinal findings from the 100 Million Brazilian Cohort. **International Journal of Epidemiology**, v. 53, n. 6, p. dyae153, 2024

ZAMBONI, Marcio. Marcadores sociais da diferença. **Sociologia: grandes temas do conhecimento (Especial Desigualdades)**, São Paulo, v. 1, p. 14-18, 2014.