

Pesquisa revela que 7 em cada 10 trabalhadores enfrentaram, em 2023, situações de estresse, burnout, depressão ou medo de perder o emprego

*Estudo nacional realizado pela VR, em parceria com o Instituto Locomotiva, mostra que as questões emocionais afetaram principalmente mulheres e os mais jovens. Entre os entrevistados de 18 a 29 anos, 54% relataram mais estresse, 46% medo de perder o emprego e 49% ansiedade, crise de pânico e depressão*

Um levantamento quantitativo e abrangente sobre percepção de saúde, realizado em território nacional com 4.529 trabalhadores brasileiros pela VR, ecossistema de negócios em mobilidade, gerenciamento de capital humano, benefícios em alimentação e soluções financeiras, juntamente com o Instituto Locomotiva, mostrou que 74% expressaram preocupação com a saúde em geral; e 66% especificamente com a saúde mental.

A pesquisa reúne informações coletadas por meio de entrevistas com homens e mulheres maiores de 18 anos de todas as classes sociais, realizadas entre 30 de outubro e 04 de dezembro de 2023, e indicadores da base VR Ecossistema, nos últimos 12 meses.

De acordo com o levantamento, cerca de 7 em cada 10 trabalhadores (67%) já enfrentaram alguma situação desafiadora de saúde mental e emocional: 43% relataram ter enfrentado estresse ou burnout, 35% lidaram com ansiedade, crises de pânico ou depressão e 38% referiram medo de perder o emprego.

Os dados são diferentes entre gêneros:

- as mulheres representam 50% de casos de estresse ou burnout, e os homens 37%
- 42% das mulheres demonstraram medo de perder o emprego e 35% entre os homens
- 47% das mulheres lidaram com ansiedade, crises de pânico ou depressão enquanto entre os homens o índice foi de 25%

A pesquisa também revela que a maioria das empresas não oferece benefícios tangíveis para cuidados com a saúde mental. Apenas 36% dos trabalhadores são incentivados a praticar atividades físicas, e somente 32% têm acesso a palestras e seminários sobre o tema.

Pesquisa revela que 7 em cada 10 trabalhadores enfrentaram, em 2023, situações de estresse, burnout, depressão ou medo de perder o emprego

Programas de apoio psicológico e reembolso para terapia são oferecidos por 30% das empresas e são mais comuns entre as classes sociais mais altas que participaram do estudo.

“Os números destacam uma lacuna significativa no suporte à saúde mental no ambiente de trabalho, apontando para uma demanda crescente por intervenções e benefícios que preencham esse espaço. Os elevados índices evidenciam a urgência de medidas organizacionais que estejam atentas a esses desafios. Diante desse panorama, torna-se crucial que as empresas respondam de maneira proativa, implementando ações eficazes para promover ambientes de trabalho mais saudáveis”, comenta Renato Meirelles, presidente do Instituto Locomotiva.

“A saúde mental está interconectada com a saúde física. Manter o equilíbrio entre ambas é essencial para uma boa qualidade de vida. Colaboradores saudáveis impactam positivamente no desempenho organizacional, e é isso que as empresas precisam ter consciência, não apenas em épocas como Janeiro Branco ou Setembro Amarelo, mas sim, o ano todo”, explica Simone Marques, vice-presidente Jurídica & Pessoas e Cultura da VR.

## **Sobre a VR**

A VR é um ecossistema que atua colaborativamente para melhorar a jornada do trabalhador, da hora que ele acorda até a hora que vai dormir. Para gerar um impacto social positivo, a VR possui seis unidades de negócio especializadas em mobilidade, gestão de RH, marketplaces e ofertas, estabelecimentos comerciais, serviços financeiros e benefícios em alimentação, que valorizam, simplificam e facilitam a relação entre empregadores e trabalhadores.