

Sintomas Psicológicos entre Servidores Públicos Federais Brasileiros: uma Revisão de Escopo

Psychological Symptoms among Brazilian Federal Public Servants: a Scoping Review

Síntomas Psicológicos entre Empleados Públicos Federales Brasileños: una Revisión de Alcance

Revisão da Literatura

Jéssica Petronilha da Silva¹

<https://orcid.org/0000-0001-6352-3739>

E-mail: jessicapetronilhas@gmail.com

Francini Vargas Hess¹

<https://orcid.org/0009-0001-2353-9290>

E-mail: hessfrancini@gmail.com

Geovanna Ferrari Souza Brum¹

<https://orcid.org/0009-0005-4640-4048>

E-mail: geovanna.fsbrum@gmail.com

Andressa Nunes de Almeida¹

<https://orcid.org/0009-0002-8344-6894>

E-mail:

andressa1122almeida@gmail.com

Fernanda Machado Lopes¹

<http://orcid.org/0000-0002-4853-7670>

E-mail: femlopes23@gmail.com

¹ Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Florianópolis, Santa Catarina (SC), Brasil

Editor Associado Responsável:
Ricardo Durães

Como citar:

Silva, J. P., Hess, F. V., Brum, G. F. S., Almeida, A. N., & Lopes, F. M. (2025). Sintomas Psicológicos entre Servidores Públicos Federais Brasileiros: uma Revisão de Escopo. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, 25, e25938. <https://doi.org/10.5935/rpot/2025.25938>

Resumo: Problemas de saúde mental são uma das principais causas de afastamento do trabalho, afetando trabalhadores e a economia. Esta revisão de escopo teve como objetivo responder à seguinte questão norteadora: quais são as características metodológicas e os tipos de evidências disponíveis em estudos sobre sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre servidores públicos federais brasileiros? A busca foi realizada em seis bases de dados, seguindo as diretrizes do Instituto Joanna Briggs. Foram identificados 840 estudos, dos quais 19 foram incluídos na análise qualitativa. A maioria era de levantamento transversal, e os achados indicaram altas prevalências de sintomas psicológicos, variando entre 8,9% a 73,2%. Apenas quatro estudos avaliaram intervenções, revelando uma escassez de estratégias voltadas a público. Os resultados apontam a necessidade de ampliar investigações com desenhos experimentais e desenvolver políticas públicas voltadas à promoção da saúde mental no setor público.

Palavras-chave: servidores públicos, depressão, ansiedade, estresse.

Abstract: Mental health problems are among the leading causes of work absenteeism, affecting workers and the economy. This scoping review aimed to address the following guiding question: what are the methodological characteristics and types of evidence available in studies on symptoms of depression, anxiety, and stress among Brazilian federal public servants? The search was conducted in six databases, following the Joanna Briggs Institute guidelines. A total of 840 studies were identified, of which 19 were included in the qualitative analysis. Most studies had a cross-sectional design, and the findings indicated high prevalence rates of psychological symptoms, ranging from 8.9% to 73.2%. Only four studies assessed interventions, highlighting a shortage of targeted strategies. The results underscore the need to expand experimental research and to develop public policies aimed at promoting mental health in the public sector.

Keywords: government employees, depression, anxiety, stress.

Resumen: Los problemas de salud mental son una de las principales causas de ausentismo laboral, afectando a trabajadores y a la economía. Esta revisión de alcance tuvo como objetivo responder a la siguiente pregunta orientadora: ¿cuáles son las características metodológicas y los tipos de evidencia disponibles en estudios sobre síntomas de depresión, ansiedad y estrés entre los servidores públicos federales brasileños? La búsqueda se realizó en seis bases de datos, siguiendo las directrices del Instituto Joanna Briggs. Se identificaron 840 estudios, de los cuales 19 fueron incluidos en el análisis cualitativo. La mayoría eran encuestas, con prevalencias de síntomas del 8,9% al 73,2%. Solo cuatro estudios evaluaron intervenciones, evidenciando la escasez de estrategias dirigidas a esta población. Los resultados resaltan la necesidad de ampliar las investigaciones experimentales y de desarrollar políticas públicas orientadas a la promoción de la salud mental en el sector público.

Palabras clave: empleados del gobierno, depresión, ansiedad, estrés.

Introdução

O trabalho é um fenômeno central na vida dos indivíduos, desempenhando um papel fundamental na construção das identidades pessoais e sociais, além de atribuir sentido à existência. Ele cria as condições necessárias para o desenvolvimento da subjetividade, permitindo a expressão de competências e aspirações. Além disso, promove a saúde mental ao oferecer um espaço para realização pessoal e profissional, possibilitar o reconhecimento social e favorecer a interação coletiva, o que fortalece o senso de pertencimento e o desenvolvimento de um projeto de vida (Brunoro et al., 2021).

No entanto, o trabalho também pode se configurar como uma fonte de risco para a saúde física e mental, estando relacionado ao surgimento de quadros de doenças ocupacionais e ao agravamento de doenças multicausais, nem sempre diretamente associadas ao ambiente laboral (Mendes, 2021). Esses impactos negativos geram custos significativos para o sistema de saúde e sobrecarregam a economia do país. Nesse contexto, o campo da Saúde do Trabalhador investiga os efeitos do trabalho na saúde, analisando as causas e os mecanismos envolvidos no surgimento de doenças relacionadas ao ambiente laboral. Destaca-se, nesse campo, um volume expressivo de pesquisas epidemiológicas e estudos sobre políticas públicas voltadas à atenção integral à saúde do trabalhador (Lacaz et al., 2020).

Nesse sentido, essa área enfatiza a necessidade de compreender o processo de saúde-doença como resultado das condições de trabalho e do contexto social mais amplo em que o trabalho está inserido (Vasconcellos & Machado, 2011). Sob esse prisma, é fundamental considerar os riscos psicossociais relacionados ao adoecimento no ambiente laboral, como (sobre)carga de trabalho, dificuldades nas relações interpessoais, conflito entre vida pessoal e profissional, papéis mal definidos na organização, entre outros fatores. Quando presentes de forma negativa, esses aspectos podem contribuir para o desenvolvimento de transtornos psicológicos (Gatto, 2024; World Health Organization [WHO], 2022).

Em face dos crescentes indicadores de adoecimento no ambiente de trabalho e seus impactos, os Transtornos Mentais Comuns (TMC) emergem como um dos principais desafios de saúde pública nos últimos anos, destacando-se como uma das principais causas de afastamento do trabalho no Brasil (Tiara et al., 2021). Os TMC englobam sinais e sintomas somáticos e emocionais, como insônia, fadiga, ansiedade, irritabilidade, tristeza e estresse. Eles geram sofrimento significativo e comprometem a funcionalidade e a qualidade de vida dos indivíduos afetados (Lopes et al., 2022). Nesse sentido, elevados níveis de estresse no ambiente de trabalho podem atuar como fatores desencadeantes de respostas psicológicas, comportamentais e biológicas, aumentando significativamente o risco de desenvolvimento de ansiedade e depressão (Lungu et al., 2021).

Nessa seara, os custos diretos (relacionados ao tratamento, medicalização e custos de saúde em geral) e indiretos (perda de produtividade ocasionada pela incapacidade e perda de renda pela mortalidade precoce atribuída à doença) relacionam-se intimamente com os impactos econômicos e sociais, de maneira que diminuem a atividade econômica e aprofundam a desigualdade social e a pobreza (Federação das Indústrias do Estado de Minas Gerais [FIEMG], 2023; Santos et al., 2022). Assim, a pesquisa realizada pela FIEMG (2023), com base nos dados do *Institute for Health Metrics and Evaluation* (IHME, s.d.) sobre carga global de doenças, estimou que, em 2019, o impacto econômico de mais de 20 milhões de pessoas entre 15 e 69 anos vivendo com transtornos mentais no Brasil alcançaria aproximadamente 282 bilhões de reais, o equivalente a cerca de 4,7% do PIB nacional daquele ano. Esses dados destacam a relevância da saúde mental dos trabalhadores em diversos setores da economia e seu impacto expressivo na saúde pública brasileira.

Em particular, a saúde mental de servidores públicos federais desponta como uma questão de relevância crescente no Brasil, evidenciada por estudos que apontam o impacto significativo dos transtornos mentais neste grupo (ENAP, 2019; Ribeiro et al., 2019). Dados da Escola Nacional de Administração Pública (ENAP) revelaram que, entre 2012 e 2019, aproximadamente 15 mil servidores federais foram afastados de suas funções devido a problemas de saúde mental, configurando um grave problema de saúde pública com implicações individuais, sociais e organizacionais (ENAP, 2019).

Dessa forma, estudar a saúde mental de servidores públicos federais é fundamental não apenas pela magnitude do problema, mas também pelas lacunas existentes no conhecimento sobre as causas dos afastamentos, a sintomatologia predominante e os custos associados. A dificuldade em rastrear essas informações, somada à escassez de dados atualizados e à necessidade de sigilo e proteção (ENAP, 2019), torna urgente a produção de pesquisas nacionais que ofereçam uma visão abrangente sobre o tema. Assim, faz-se necessária a produção de dados atualizados e nacionais acerca da sintomatologia, dos motivos do afastamento laboral por transtorno mental e dos custos associados aos servidores federais, a fim de estabelecer uma visão panorâmica desse entrave, estimular a coleta de dados e desenvolver intervenções adequadas ao público brasileiro.

No que se refere a estudos prévios sobre o tema, uma revisão sistemática identificada analisou artigos que investigaram as causas, características e consequências do adoecimento

mental em servidores públicos estaduais e federais de universidades brasileiras. A revisão incluiu 21 artigos publicados entre 2016 e 2021, revelando uma maior incidência de estresse ocupacional e *burnout* como principais fatores associados ao adocimento. Além disso, observou-se uma predominância de estudos voltados para docentes em comparação aos técnicos administrativos em educação (TAEs) (Caldas et al., 2022).

Com achados similares, outra revisão sistemática publicada posteriormente analisou 35 estudos publicados entre 2011 e 2019, com o objetivo de mapear a produção científica sobre a saúde mental de servidores públicos do ensino superior. Os resultados também indicaram uma predominância de pesquisas voltadas para docentes, enquanto apenas cinco dos estudos incluídos abordavam exclusivamente TAEs. Entre os temas mais recorrentes, destacaram-se a relação entre produtividade e saúde mental, a incidência de *burnout* e a prevalência de TMC (Araujo et al., 2023).

Segundo dados dos Anuários da Previdência Social, entre 2006 e 2021 foram registrados 3.286.107 casos de afastamento relacionados a transtornos psicológicos. Os transtornos mais recorrentes nesse período envolveram sintomas depressivos e ansiosos, além de um aumento expressivo na incidência de sintomas associados ao estresse a partir de 2020 (Sá et al., 2023). Apesar desses números, observa-se uma escassez de revisões que investiguem a relação entre esses três grupos de sintomas e os afastamentos de servidores, bem como a falta de estudos voltados para servidores federais que atuam fora do ambiente universitário.

Considerando o exposto, o objetivo desta revisão de escopo é mapear e sintetizar as características metodológicas e os tipos de evidências disponíveis em estudos sobre sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre servidores públicos federais brasileiros. Espera-se que essa pesquisa possa contribuir para a formulação de políticas públicas e intervenções específicas, voltadas ao bem-estar dos servidores federais e à mitigação dos impactos negativos nos contextos individual, laboral e institucional, promovendo maior eficiência e qualidade nos serviços prestados à sociedade.

Método

Essa revisão de escopo seguiu as diretrizes do *Joanna Briggs Institute Manual* e do *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses Extension for Scoping Reviews* (PRISMA-ScR) Checklist (Tricco et al., 2018). Foi realizada conforme as seguintes etapas: 1) elaboração do protocolo; 2) identificação dos estudos relevantes, aplicando as estratégias de busca nas bases de dados selecionadas; 3) seleção dos estudos com base nos critérios de elegibilidade; 4) extração e análise dos dados; 5) sistematização e resumo dos dados e relato dos resultados. O protocolo da revisão (disponível mediante solicitação à autora correspondente) foi desenvolvido pela equipe de pesquisa, composta por especialistas em psicologia, e revisado por uma bibliotecária.

A pergunta de pesquisa que guiou esta revisão foi: Quais são as características metodológicas e os tipos de evidências disponíveis em estudos sobre sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre servidores públicos federais brasileiros? Os componentes da pergunta seguiram o acrônimo PCC (item 4 do PRISMA ScR), em que os “participantes” (P) foram estudos empíricos completos conduzidos com servidores públicos federais brasileiros; “conceito” (C) foram os que investigaram sintomas de depressão, ansiedade e/ou estresse; e “contexto” (C) foi o brasileiro. Para responder a essa pergunta, a revisão de escopo foi escolhida como método mais adequado, uma vez que é o tipo de revisão mais indicado para mapear, sumarizar, identificar aspectos metodológicos da pesquisa em uma área de interesse e disseminar achados de pesquisa (Arksey & O'Malley, 2005; Munn et al., 2018).

Critérios de Elegibilidade e Estratégias de Busca

Foram incluídos estudos (artigos, teses e dissertações) empíricos completos de qualquer natureza, como estudos experimentais e quasi-experimentais, estudos observacionais analíticos e descritivos, abordagens qualitativas, que avaliassem sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre servidores públicos federais brasileiros, sem restrições de idioma ou ano. Foram excluídos estudos com servidores municipais/estaduais ou outras populações que não servidores públicos federais (população errada); editoriais, cartas, erratas, livros, capítulos de livro e trabalhos apresentados em congresso (tipo de publicação errada); estudos teóricos e revisões de qualquer natureza - integrativa, narrativa, sistemática, meta-análise (desenho do estudo errado); estudos que não avaliaram pelo menos um dos três grupos de sintomas-alvo da revisão (método errado).

A busca sistemática foi realizada em 02 de julho de 2024 nas bases de dados MEDLINE via PubMed, EMBASE (Elsevier), Scopus (Elsevier), LILACS, IndexPsi e SciELO, Catálogo de Teses e Dissertações da CAPES e Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações (BDTD), e a conclusão da extração dos dados aconteceu em 12 de março de 2025. A escolha das bases levou em consideração a abrangência mundial, com amplo alcance de artigos na área da saúde e na área multidisciplinar; a indexação de artigos publicados em revistas da América Latina e Caribe, já que o foco é em estudos com servidores brasileiros; e os principais bancos de teses e dissertações

brasileiras. As estratégias de busca completas, incluindo os descritores e operadores booleanos utilizados, estão apresentadas na Tabela 1. As referências obtidas a partir das buscas nas bases de dados foram importadas com o auxílio do *software* EndNote, utilizado também para excluir os estudos duplicados.

Tabela 1

Estratégias de busca completas aplicada nas bases de dados utilizadas

MEDLINE via PubMed	("Depression"[MeSH Terms] OR "Depression"[Title/Abstract] OR "Depressive"[Title/Abstract] OR "stress, psychological"[MeSH Terms] OR "stress*"[Title/Abstract] OR "Anxiety"[MeSH Terms] OR "anxiet*"[Title/Abstract] OR "Angst"[Title/Abstract] OR "Hypervigilance"[Title/Abstract] OR "Nervousness"[Title/Abstract] OR "anxious*"[Title/Abstract] OR "Anxiety Disorders"[MeSH Terms]) AND ("Government Employees"[MeSH Terms] OR "government employee*"[Title/Abstract] OR "government official*"[Title/Abstract] OR "civil servant*"[Title/Abstract] OR "public worker*"[Title/Abstract] OR "public employee*"[Title/Abstract] OR "public servant*"[Title/Abstract] OR "government personnel"[Title/Abstract]) AND ("brazil"[MeSH Terms] OR "brazil*"[Title/Abstract] OR "brasil*"[Title/Abstract])
EMBASE (Elsevier)	('depression'/exp OR 'depression':ti,ab,kw OR 'depressive':ti,ab,kw OR 'mental stress'/exp OR 'stress*':ti,ab,kw OR 'anxiety'/exp OR 'anxiet*':ti,ab,kw OR 'angst':ti,ab,kw OR 'hypervigilance':ti,ab,kw OR 'nervousness':ti,ab,kw OR 'anxious*':ti,ab,kw OR 'anxiety disorder'/exp) AND ('government employee'/exp OR 'government employee*':ti,ab,kw OR 'government official*':ti,ab,kw OR 'civil servant*':ti,ab,kw OR 'public worker*':ti,ab,kw OR 'public employee*':ti,ab,kw OR 'public servant*':ti,ab,kw OR 'government personnel':ti,ab,kw) AND ('brazil'/exp OR 'brazil*':ti,ab,kw OR 'brasil*':ti,ab,kw)
Scopus (Elsevier)	TITLE-ABS-KEY(Depression OR Depressive OR Stress* OR Anxiet* OR Angst OR Hypervigilance OR Nervousness OR Anxious*) AND TITLE-ABS-KEY("Government Employee*" OR "Government Official*" OR "civil servant*" OR "public worker*" OR "public employee*" OR "public servant*" OR "government personnel") AND TITLE-ABS-KEY(Brazil* OR Brasil*)
LILACS e IndexPsi	(depression OR depressive OR stress* OR anxiet* OR angst OR hypervigilance OR nervousness OR anxious* OR depressão OR "Síntomas Depressivos" OR depresión OR "Síntomas Depresivos" OR "Estresse Psicológico" OR estresse OR "Tensão Vital" OR "Tensão da Vida" OR "Estrés Psicológico" OR estrés OR "Estresor Psicológico" OR "Estresores Psicológicos" OR "Factor Estresante Psicológico" OR "Factores Estresantes Psicológicos" OR ansiedad OR angústia OR hipervigilancia OR nervosismo OR ansiedad OR nerviosismo) AND ("Government Employee" OR "Government Employees" OR "Government Official" OR "Government Officials" OR "civil servant" OR "civil servants" OR "public worker" OR "public workers" OR "public employee" OR "public employees" OR "public servant" OR "public servants" OR "government personnel" OR "Empregados do Governo" OR "Empregados Públicos" OR "Funcionários Públicos" OR "Funcionário Público" OR "Oficiais do Governo" OR "Servidores Públicos" OR "Servidor Público" OR "Agente del Estado")
SciELO	(depression OR depressive OR stress* OR anxiet* OR angst OR hypervigilance OR nervousness OR anxious* OR depressão OR "Síntomas Depressivos" OR depresión OR "Síntomas Depresivos" OR "Estresse Psicológico" OR estresse OR "Tensão Vital" OR "Tensão da Vida" OR "Estrés Psicológico" OR estrés OR "Estresor Psicológico" OR "Estresores Psicológicos" OR "Factor Estresante Psicológico" OR "Factores Estresantes Psicológicos" OR ansiedad OR angústia OR hipervigilancia OR nervosismo OR ansiedad OR nerviosismo) AND ("Government Employee" OR "Government Employees" OR "Government Official" OR "Government Officials" OR "civil servant" OR "civil servants" OR "public worker" OR "public workers" OR "public employee" OR "public employees" OR "public servant" OR "public servants" OR "government personnel" OR "Empregados do Governo" OR "Empregados Públicos" OR "Funcionários Públicos" OR "Funcionário Público" OR "Oficiais do Governo" OR "Servidores Públicos" OR "Servidor Público" OR "Agente del Estado")
Catálogo CAPES	(stress OR ansiedad OR depressão) AND "servidores públicos"
BDTD	(depression OR depressive OR stress OR anxiety OR depressão OR "Síntomas Depressivos" OR depresión OR "Síntomas Depresivos" OR estresse OR estrés OR ansiedad OR ansiedad) AND ("Government Employee" OR "Government Employees" OR "Government Official" OR "Government Officials" OR "civil servant" OR "civil servants" OR "public worker" OR "public workers" OR "public employee" OR "public employees" OR "public servant" OR "public servants" OR "government personnel" OR "Empregados do Governo" OR "Empregados Públicos" OR "Funcionários Públicos" OR "Funcionário Público" OR "Oficiais do Governo" OR "Servidores Públicos" OR "Servidor Público" OR "Agente del Estado")

Fonte: elaborado pelas autoras.

Triagem, Extração e Análise de Dados

O processo de seleção dos estudos (triagem) foi realizado por quatro juízas de forma independente (em duplo-cego) a partir da leitura dos títulos e resumos, utilizando o *software* Rayyan® (Ouzzani et al., 2016), uma ferramenta útil para revisões sistemáticas e de escopo que permite que várias pessoas acessem e avaliem os mesmos resumos sem visualizar a avaliação dos demais juízes por meio do “*blind mode ON*”. Como forma de treinamento para padronizar o *checklist* de itens de inclusão e exclusão, os cinco primeiros resumos foram avaliados em reunião online com toda a equipe. As discrepâncias na etapa de triagem foram resolvidas por uma quinta juíza em reunião com as avaliadoras até se chegar a um consenso.

Para a extração dos dados, a equipe de pesquisa elaborou uma planilha matriz no *software* Excel, com base nas diretrizes do PRISMA-ScR. A planilha foi organizada em cinco grandes categorias para extrair dados e fazer a análise qualitativa: 1) Caracterização geral dos estudos (ano da publicação e objetivo do estudo); 2) Método dos estudos, como delineamento e especificações do público-alvo (número, sexo, instituição); 3) Avaliação, como uso de instrumentos de avaliação, procedimentos (única, pré-pós-intervenção, follow-up), sintomas e habilidades avaliados; 4) Dados sobre a intervenção (se aplicada), como o nome da intervenção, as estratégias aplicadas, número de sessões, frequência, tempo de duração e formato; 5) Dados sobre resultados das intervenções. Os dois primeiros textos completos foram extraídos de forma conjunta em reunião para determinar a padronização das respostas e ver se todas as variáveis de interesse constavam na planilha. Posteriormente, os textos foram lidos e extraídos por quatro pesquisadoras da equipe de forma independente e conferidos de forma aleatória por uma quinta juíza.

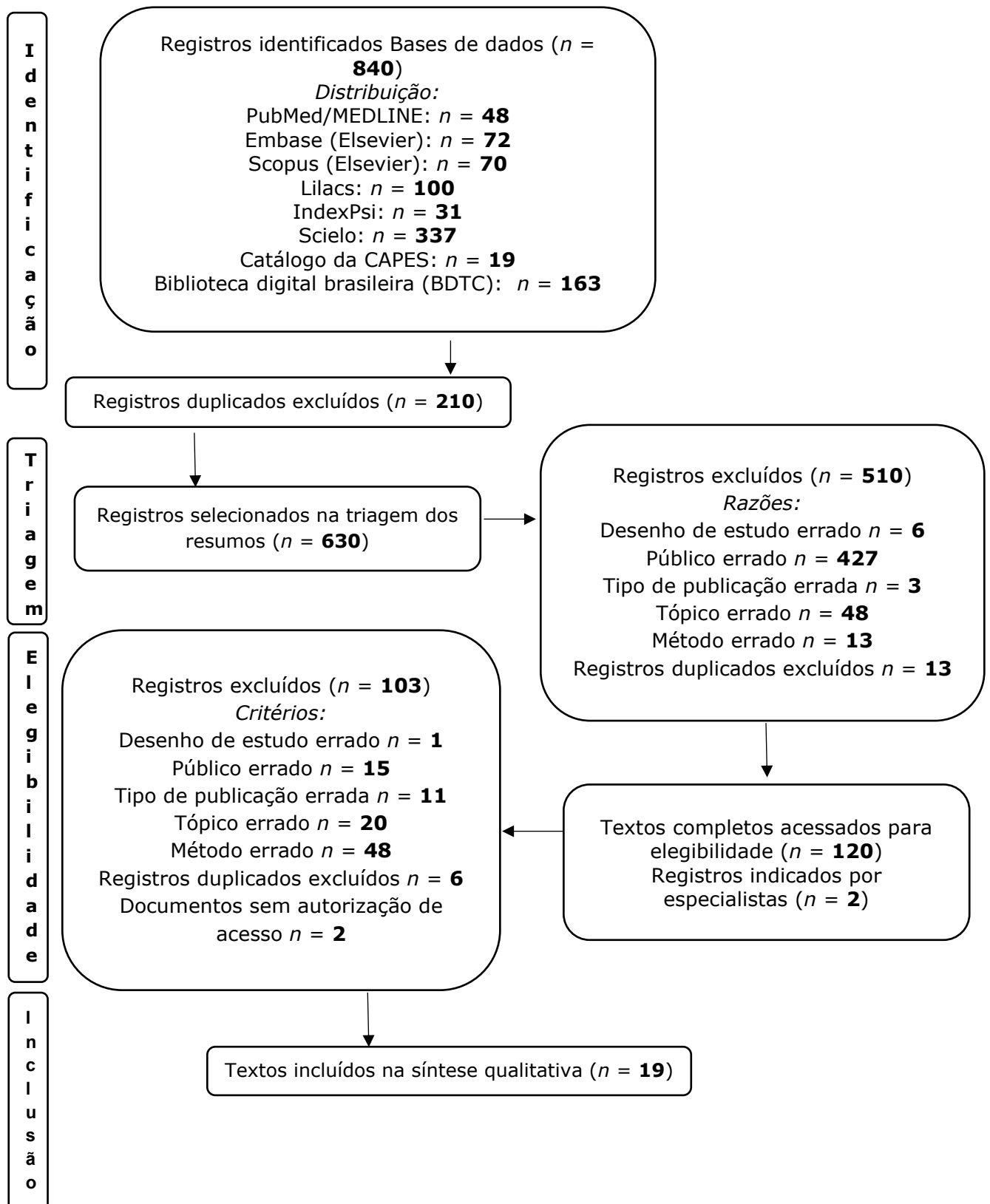
Para a análise, foi realizada uma síntese qualitativa dos resultados, apresentando-os de forma individual e agrupada. Considerando que esta é uma revisão de escopo, que busca apresentar de forma sumarizada as características metodológicas e os tipos de evidências disponíveis em estudos sobre sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre servidores públicos federais brasileiros, não foram aplicadas ferramentas de análise de qualidade metodológica, risco de viés e qualidade da evidência, pois estes itens são aplicáveis a revisões sistemáticas que visam avaliar efeitos de intervenções (Arksey & O'Malley, 2005; Munn et al., 2018).

Resultados

As buscas nas bases de dados selecionadas resultaram na recuperação de 840 estudos. Após a exclusão de 210 duplicatas, 630 estudos seguiram para a fase de triagem. Destes, 510 foram eliminados por não atenderem aos critérios de inclusão, sendo a maioria excluída por não se adequar à população-alvo pré-definida. Assim, 120 estudos avançaram para a etapa de leitura dos textos completos, na qual 103 foram excluídos por motivos especificados na Figura 1, e dois foram incluídos por indicação de especialistas no tema, resultando em 19 estudos para a análise qualitativa. A Figura 1 apresenta o fluxograma com detalhes de todo o processo de identificação, triagem, seleção e inclusão dos estudos.

Figura 1

Fluxograma com detalhes do processo de coleta de dados



Fonte: elaborado pelas autoras.

Em relação às características das publicações, a maioria dos 19 estudos incluídos para análise foi publicada a partir de 2017 ($n = 12$). Embora o período de busca não tenha sido

restringido, o primeiro artigo identificado que atendeu aos critérios de elegibilidade foi publicado em 2000. Em relação ao formato da publicação, a maioria dos estudos que atenderam aos critérios de elegibilidade ($n = 12$) foi publicada em formato de tese ($n = 5$) ou dissertação ($n = 7$), enquanto apenas sete foram publicados como artigos (em casos de duplicação, o estudo excluído foi o que estava em formato de tese ou dissertação). Em termos de objetivo principal, 16 estudos tiveram como objetivo investigar a prevalência de sinais e sintomas relacionados à depressão, ansiedade e estresse; e três estudos tiveram como objetivo avaliar intervenção relacionada ao conjunto de sinais e sintomas.

Resumo dos Achados

Características metodológicas dos estudos. Os estudos incluídos nesta revisão foram predominantemente conduzidos com servidores públicos federais de diferentes funções ($n = 13$), técnicos administrativos em educação ($n = 5$) e um estudo exclusivamente com docentes. O número total de participantes variou de cinco a 890, e a maioria dos estudos incluiu indivíduos de ambos os sexos ($n = 17$), sendo um dos estudos com amostra exclusivamente masculina (Santos & Moreira, 2018) e um com amostra exclusivamente feminina (Monteiro, 2015).

Em relação ao desenho do estudo, a maioria dos estudos foi observacional do tipo levantamento ($n = 16$), e três estudos foram quasi-experimentais. Quanto aos procedimentos de avaliação, a maioria ($n = 15$) empregou coleta de dados em um único momento, dois estudos não informaram e dois estudos conduziram avaliações antes e após a intervenção. Do total de 19 estudos, as investigações mais frequentes foram relacionadas à depressão ($n = 7$); estresse ($n = 4$); e depressão e ansiedade ($n = 2$). O estudo de Menegazzi (2023) investigou ansiedade e estresse e o estudo de Freitas et al. (2021) investigou os três sintomas. Quatro dos estudos (Araujo 2023a; 2023b; Monteiro, 2015; Osieck, 2013) não apresentaram dados sobre a prevalência destes sintomas na população estudada. A Tabela 2 apresenta as características gerais dos estudos em termos de objetivos, participantes, desenho, procedimentos de avaliação e instrumentos.

Tabela 2

Características metodológicas dos estudos incluídos na revisão

Autor/Ano Tipo de estudo Publicação	Objetivo	Participantes	Delineamento e Avaliação	Instrumentos
Martins, 2000 Tese Universidade Federal de Santa Catarina	Avaliar intervenção	Servidores públicos ($N = 26$)	quasi experimental Pré-pós	PSS; Questionário estresse ocupacional sobre
Rossetti et al., 2008 Artigo Revista Brasileira de Terapias Cognitivas	Investigar prevalência	Servidores públicos ($N = 250$)	observacional única	ISSL
Osiecki, 2013 Tese Universidade Federal do Paraná	Avaliar intervenção	Servidores públicos ($N = 88$)	quasi experimental Pré-pós	Cortisol capilar e salivar; Índice de Qualidade de Sono de <i>Pittsburgh</i> ; EPS 10; Escala de Sonolência de <i>Epworth</i>
Traesel, 2014 Tese Universidade Federal do Rio Grande do Sul	Investigar prevalência	Servidores públicos ($N = 51$)	observacional única	<i>WHOQOL-Bref</i> ; SRQ-20
Abdalla, 2014 Dissertação Universidade Federal de Juiz de Fora	Investigar prevalência	Técnicos administrativos em educação ($N =$ 401)	observacional única	PHQ-9
Monteiro, 2015 Dissertação Universidade Federal de São Carlos	Avaliar intervenção	Técnicos administrativos em educação ($N = 5$)	quasi experimental única	Entrevista; <i>WHOQOL-Bref</i> ; ISSL; FAST; BAI; BDI

Autor/Ano Tipo de estudo Publicação	Objetivo	Participantes	Delineamento e Avaliação	Instrumentos
Godinho et al., 2016 Artigo BMC Research Notes	Investigar prevalência	Técnicos administrativos em educação ($N = 600$)	observacional única	Questionário WA; PHQ-9; <i>International Physical Activity Questionnaire</i> (curto); <i>Alcohol Use Disorder Identification Test</i> ; <i>Social Support Survey</i> ; DSC
Santos e Moreira, 2018 Artigo Polis Revista Latinoamericana	Investigar prevalência	Servidores públicos ($N = 30$)	observacional única	ISSL
Missiatto et al., 2019 Artigo Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas	Investigar prevalência	Servidores públicos ($N = 132$)	observacional Não informa	PHQ-9
Godinho et al., 2019 Artigo Revista Brasileira de Epidemiologia	Investigar prevalência	Técnicos administrativos em educação ($N = 328$)	observacional única	PHQ-9
Barreto, 2021 Dissertação Universidade Federal de Goiás	Investigar prevalência	Servidores públicos ($N = 890$)	observacional única	Questionário
Freitas et al., 2021 Artigo Jornal Brasileiro de Psiquiatria	Investigar prevalência	Docentes ($N = 150$)	observacional única	DASS 21; Questionário sociolaboral
Buratti, 2022 Dissertação Universidade Católica de Pelotas	Investigar prevalência	Servidores públicos ($N = 93$)	observacional única	<i>WHOQOL-Bref</i>
Pinto, 2022 Dissertação Universidade Federal de Viçosa	Investigar prevalência	Servidores públicos ($N = 211$)	observacional única	PSS
Araujo, 2023a Dissertação (estudo 2) Universidade Federal da Bahia	Investigar prevalência	Servidores públicos ($N = 180$)	observacional única	EST; MBI; DASS 21; EPGP Pública; Questionário sociolaboral
Araujo, 2023b Dissertação (estudo 3) Universidade Federal da Bahia	Investigar prevalência	Servidores públicos ($N = 180$)	observacional única	EST; MBI; DASS 21; EPGP Pública; Questionário sociolaboral
Bouzada, 2023 Artigo Revista Brasileira de Medicina do Trabalho	Investigar prevalência	Servidores públicos ($N = 247$)	observacional única	DSC; Questionário sociolaboral
Menegazzi, 2023 Tese Universidade Federal de Santa Maria	Investigar prevalência	Técnicos administrativos em educação ($N = 375$)	observacional única	<i>Generalized Anxiety Disorder</i> (GAD 7); Escala de Estresse no Trabalho (EET)

Autor/Ano Tipo de estudo Publicação	Objetivo	Participantes	Delineamento e Avaliação	Instrumentos
Soares, 2024 Tese Universidade Federal do Mato Grosso do Sul	Investigar prevalência	Servidores públicos (N = 540)	observacional Não se aplica	Não se aplica

Nota. Fonte: elaborado pelas autoras. Pré-pós = avaliação feita antes e após a intervenção; única = avaliação feita em único momento; PSS = *Perceived Stress Scale* (Escala de Estresse Percebido); ISSL = Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp; EPS 10 = Escala de Percepção do Stress; PHQ-9 = *Patient Health Questionnaire*; DSC = Escala Sueca de Demanda-Control-Apoio social; WHOQOL-Bref = *World Health Organization Quality of Life - Bref*; SRQ-20 = *Self Report Questionnaire*; FAST = Escala *Functional Assessment Staging*; BAI = Inventário Beck de Ansiedade; BDI = Inventário Beck de Depressão; EFEx = Escala Fatorial de Extroversão; EST = Escala de Satisfação no Trabalho; MBI = *Maslach Burnout Inventory*; DASS 21 = Escala de Depressão Ansiedade e Estresse; EPGP Pública = Escala de Práticas de Gestão de Pessoas; a = estudo 2 relatado na dissertação; b = estudo 3 relatado na dissertação.

Dados de prevalência dos sintomas de depressão, ansiedade e estresse. Em relação à prevalência de sinais e sintomas de depressão, o levantamento de Barreto (2021) foi o estudo que identificou os índices mais elevados, constatando que 68,2% dos participantes experienciaram sentimentos de tristeza, irritabilidade e medo. Com uma taxa um pouco menor, mas ainda preocupante, Soares (2024) apontou que 53,4% dos afastamentos registrados entre 2012 e 2022, em uma universidade federal, foram motivados por transtornos depressivos. A pesquisa conduzida com professores universitários encontrou que 50% dos respondentes referiram sofrer com sintomas depressivos (Freitas et al., 2021). De forma semelhante, o levantamento realizado por Missiato et al. (2019) revelou que 47,7% dos participantes apresentaram níveis moderados a severos de depressão. Adicionalmente, Traesel (2014) constatou que 42,9% de sua amostra de servidores públicos federais manifestou pensamentos depressivos, um percentual próximo ao identificado por Pinto (2022), que verificou sinais de tristeza em 54,5% dos participantes. Com uma taxa mais baixa, o estudo de Abdalla (2014) indicou que 32,7% dos indivíduos apresentaram sinais de depressão. Por fim, Godinho e colaboradores identificaram sintomas depressivos em 10,5% dos TAEs em 2016 (Godinho et al., 2016) e em 8,9% dos mesmos trabalhadores em 2019 (Godinho et al., 2019), evidenciando uma redução ao longo do tempo.

Entre os três estudos que apresentaram prevalência de sintomas ansiosos, Menegazzi (2023) revelou as maiores taxas, indicando que 65,5% dos TAEs exibiram níveis de ansiedade baixos a moderados, enquanto 5% apresentaram níveis elevados dessa condição. Já Barreto (2021) observou que 64,3% dos participantes (servidores públicos em geral) se perceberam ansiosos. O menor índice de ansiedade (37,4%) foi encontrado por Freitas et al. (2021) entre docentes. Buratti (2022) investigou a frequência de sentimentos como ansiedade e depressão entre os participantes por meio de uma pergunta sobre a frequência da experimentação. Entre eles, 8,6% relataram sentir esses sentimentos frequentemente, enquanto 2,2% afirmaram senti-los sempre.

Entre os seis estudos que investigaram a prevalência de sintomas de estresse, Martins (2000) evidenciou as maiores taxas, indicando que 73,2% dos servidores públicos manifestaram níveis elevados dessa condição. O estudo de Bouzada (2023) identificou que 60% dos servidores públicos apresentavam sintomas de estresse, enquanto a pesquisa de Freitas et al. (2021) encontrou taxas desses sintomas em 47,2% dos professores. No estudo de Santos e Moreira (2018), 53,3% dos participantes apresentavam sinais e sintomas de estresse em fase de resistência e quase-exaustão. Em consonância com esses achados, Rossetti (2008) revelou que 38,4% dos indivíduos relataram sintomas de estresse, dos quais 79,7% foram classificados como sintomas psicológicos. Esses sintomas foram mais prevalentes entre os participantes em fases de resistência, quase-exaustão e exaustão. Com uma taxa um pouco menor, Menegazzi (2023) constatou que 26,9% dos participantes relataram níveis moderados a altos de estresse.

Características das intervenções. Dos 19 estudos analisados, apenas quatro aplicaram intervenções (detalhadas na Tabela 3). Duas das intervenções foram psicológicas, uma foi conduzida em ambientes de grupo (Traesel, 2014) e a outra em formato individual (Monteiro, 2015), ambas presenciais. A maneira como os estudos descreveram os tipos de intervenções variou, com alguns mencionando amplamente a abordagem teórica usada como base, enquanto outros forneceram informações mais detalhadas sobre as estratégias ou técnicas empregadas. As abordagens explicitamente mencionadas pelos autores incluíram terapia cognitivo-comportamental (Monteiro, 2015) e análise psicodinâmica do trabalho (Traesel, 2014). Quanto às estratégias ou técnicas, o estudo de Monteiro (2015) utilizou a psicoeducação e exercícios de relaxamento e os estudos de Martins (2000) e Osiecki (2013) utilizaram técnicas não oriundas da área da psicologia, como ginástica laboral e palestras sobre o ambiente laboral. O número de sessões variou de uma a 60 sessões. Em termos de duração, duas utilizaram protocolos de 15 minutos, uma com frequência

diária (Osiecki, 2013) e outra semanal (Martins, 2000). O estudo de Traesel (2014) teve uma intervenção de frequência única, não informando o tempo de sessão, e o estudo conduzido por Monteiro (2015) teve o formato de frequência semanal, com 12 encontros. A Tabela 3 apresenta o tipo (abordagem ou estratégia/técnica) e o formato de entrega das intervenções (número de sessões, duração, frequência), conforme detalhado nos quatro estudos.

Tabela 3

Características das intervenções

Autor/ Ano	Tipo de intervenção	Sintoma alvo	Técnica utilizada	Frequência, número e tempo das sessões	Formato
Martins, 2000	Ginástica Laboral	Estresse	Exercícios e palestras sobre o tema	Semanal 54 sessões 15 minutos	Presencial Grupal
Osiecki, 2013	Ginástica Laboral	Estresse	Ginástica recreativa e relaxamento	Diário 60 sessões 15 minutos	Presencial Grupal
Traesel, 2014	Escuta	Transtornos mentais graves	Análise psicodinâmica do trabalho	Único 1 sessão Não informa	Presencial Grupal
Monteiro, 2015	Intervenção Psicoeducativa	Estresse, depressão e ansiedade	Psicoeducação, técnicas de relaxamento e estratégias de enfrentamento	Semanal 12 sessões 60 minutos	Presencial Individual

Nota. Fonte: elaborado pelas autoras.

Apenas dois dos quatro estudos que aplicaram intervenção forneceram informações sobre o seu efeito nos sintomas. O estudo de Osiecki (2013), que aplicou sessões de 15 minutos de ginástica recreativa, mostrou redução nos sintomas de estresse e melhora na qualidade de vida. Já o estudo de Monteiro (2015), que aplicou 12 sessões individuais de psicoeducação sobre dor, relaxamento e estratégias de enfrentamento ao estresse, obteve redução nos sintomas de ansiedade, depressão e estresse. As outras duas pesquisas (Martins, 2000; Traesel, 2014) não informaram acerca do desfecho das intervenções.

Discussão

Este estudo teve como objetivo mapear e sintetizar as características metodológicas e os tipos de evidências disponíveis em estudos sobre sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre servidores públicos federais brasileiros. Os resultados indicam que as publicações sobre o tema são relativamente recentes, concentrando-se a partir dos anos 2000 e caracterizando-se pela predominância de estudos de levantamento, publicados, sobretudo, em formato de teses e dissertações. Além disso, observa-se uma escassez de pesquisas focadas na implementação de intervenções voltadas para este público. A seguir, discutimos as principais contribuições deste mapeamento, as limitações metodológicas identificadas e as implicações para futuras pesquisas e políticas públicas.

Quanto às características gerais das publicações, não foram identificados estudos relacionados aos sintomas de interesse em servidores públicos federais anteriores ao ano de 2000. Esse dado pode refletir tanto a incipiência das investigações sobre esse público específico quanto o processo de consolidação das políticas públicas voltadas à saúde dos trabalhadores, como exemplificado pela criação da Rede Nacional de Atenção Integral à Saúde do Trabalhador (Renast) em 2002. Como resultado, o campo passou a contar com uma sistematização significativa de dados sobre os agravos relacionados ao trabalho, o que possibilitou o fortalecimento e a ampliação da base de evidências sobre a relação entre as condições laborais e a saúde (Lacaz et al., 2020).

A escassez de artigos derivados de dissertações e teses nesta revisão sugere a hipótese de um viés de publicação. Esse viés pode estar relacionado ao próprio desenvolvimento do campo de pesquisa, que, conforme discutido anteriormente, se consolidou a partir dos anos 2000, juntamente com o avanço das políticas públicas voltadas à saúde dos trabalhadores. O progresso científico depende da comunicação aberta de todos os resultados de pesquisa, sejam eles positivos ou negativos. Contudo, estudos com resultados positivos têm maior chance de publicação em comparação com aqueles que apresentam resultados inconclusivos ou negativos (Almeida & Cendón, 2020).

Os resultados negativos, obtidos a partir de projetos bem planejados, mas que não confirmam as hipóteses iniciais, podem contribuir para o viés de publicação, também conhecido como viés de resultados positivos (Higgins et al., 2024). Esse viés ocorre devido à percepção de que resultados negativos são menos interessantes, o que diminui sua atratividade para leitores e citações. Apesar da importância de publicar todos os resultados, muitas vezes os negativos são negligenciados, comprometendo a transparência e limitando o avanço da ciência. Pesquisadores, editores e patrocinadores são os principais responsáveis pela falta de publicação desses resultados, o que reforça esse problema (Almeida & Cendón, 2020).

Além do viés de publicação, a variabilidade nos instrumentos de avaliação também influencia a produção científica sobre o tema. Dentre os estudos de levantamento encontrados, os instrumentos de avaliação apresentaram grande variabilidade. A revisão revelou que, para quantificar a qualidade de vida, o instrumento mais utilizado foi o *WHOQOL-Bref*, identificado em três estudos: Traesel (2014), Monteiro (2015) e Buratti (2022). Este questionário é reconhecido por avaliar a percepção de bem-estar e qualidade de vida em diversas dimensões, como física, psicológica, social e ambiental. A qualidade de vida refere-se à percepção que o indivíduo tem de que suas necessidades estão sendo atendidas, independentemente de seu estado de saúde (*Organización Mundial de la Salud* [OMS], 1998). A qualidade de vida no trabalho, por sua vez, amplia esse conceito ao aplicá-lo no ambiente laboral, considerando os fatores que influenciam o bem-estar dos trabalhadores.

Seguindo essa linha, os estudos sobre as questões laborais não apresentam consenso sobre como quantificar esses fatores. Nesta revisão, não foi identificada uma escala utilizada com maior frequência, sendo incluídos estudos que utilizaram questionários próprios para avaliar tais informações (Araujo, 2023a/2023b; Barreto, 2021; Martins, 2000; Monteiro, 2015). Considerando que os índices de ansiedade, depressão e estresse entre os trabalhadores têm sido foco de atenção da Organização Internacional do Trabalho, é fundamental compreender suas causas e implementar estratégias para prevenir o adoecimento desses indivíduos (Vieira & Santos, 2024).

Entre os instrumentos mais utilizados para quantificar os constructos de depressão, ansiedade e estresse, destacam-se o DASS-21, MBI, EST e ISSL. O DASS-21 foi utilizado para medir os níveis de depressão, ansiedade e estresse, permitindo uma análise detalhada do impacto psicológico dos indivíduos (Araujo, 2023a; 2023b). O MBI foi empregado para avaliar o nível de exaustão emocional e realização pessoal no contexto de estresse ocupacional, sendo uma ferramenta importante para diagnosticar o burnout (Araujo, 2023a/2023b). A EST foi aplicada para medir a satisfação geral dos participantes com relação ao seu ambiente de trabalho e suas atividades profissionais, identificando os fatores que influenciam o engajamento e o bem-estar no trabalho (Araujo, 2023a/2023b).

Tais investigações são importantes para a implementação de programas de qualidade de vida no trabalho, que visam melhorar o ambiente de trabalho. Essas iniciativas englobam aspectos físicos, psicológicos e sociais do contexto organizacional, gerando um impacto significativo na motivação, satisfação e produtividade dos funcionários. Além disso, configuram-se como uma estratégia vantajosa tanto para os colaboradores quanto para a organização, com reflexos positivos no clima organizacional, emergindo, assim, como um componente essencial da saúde ocupacional (Silva, 2023).

Além dos instrumentos mencionados, o ISSL foi utilizado em três estudos (Monteiro, 2015; Santos & Moreira, 2018; Rossetti et al., 2008) e tem como objetivo mensurar os sintomas de estresse e a resposta do indivíduo a situações estressoras, auxiliando na identificação de níveis elevados de estresse e nos possíveis riscos de desenvolvimento de distúrbios relacionados. Outro instrumento, também aplicado em quatro estudos, foi o PHQ-9 (Abdalla, 2014; Godinho et al., 2016; Godinho et al., 2019; Missiatto et al., 2019), utilizado para identificar sintomas de depressão e avaliar a gravidade da condição, configurando-se como uma ferramenta eficaz no diagnóstico clínico de distúrbios depressivos. Ademais, a PSS também foi utilizada para quantificar o nível de estresse percebido pelos participantes, sendo uma escala empregada para a compreensão dos fatores estressantes no cotidiano (Martins, 2000; Pinto, 2022). Esses instrumentos demonstram a diversidade das abordagens metodológicas utilizadas nos estudos analisados, refletindo a ampla gama de aspectos da saúde mental e do bem-estar investigados na literatura revisada.

Em suma, os instrumentos de avaliação apresentaram grande variabilidade. Além dos já citados, também foram utilizados para a avaliação de ansiedade, estresse e transtornos mentais comuns o GAD-7 (Menegazzi, 2023), a EET (Menegazzi, 2023), o SRQ-20 (Traesel, 2014), e as Escalas Beck (BAI e BDI) (Monteiro, 2015). Considerando que cada instrumento avalia os sintomas a partir de diferentes perspectivas e métricas, a falta de padronização entre as avaliações utilizadas dificulta a comparação dos resultados obtidos, reduzindo a validade externa desses estudos.

Os resultados dos estudos incluídos nesta revisão indicam uma alta prevalência de sintomas de ansiedade, depressão e estresse entre servidores públicos federais, independentemente da amostra analisada. Esses achados são consistentes com pesquisas envolvendo outros grupos, como

estudantes de graduação e pós-graduação, que também apresentam elevadas taxas desses sintomas, destacando a relevância do tema em diferentes contextos.

Uma revisão sistemática e meta-análise (Fang et al., 2022), que incluiu 104 estudos nacionais e internacionais com estudantes de graduação, identificou a prevalência de sintomas de ansiedade em 28% dos participantes, de depressão em 32% e de estresse em 31%. Taxas similares foram encontradas em um levantamento nacional (Lima Junior et al., 2024) sobre essa prevalência em 764 estudantes de graduação e pós-graduação em psicologia, 33,2% apresentaram sintomas de ansiedade, 29,5% de depressão e 6,5% de estresse nos níveis de moderado a extremamente severo. Outra revisão sistemática com meta-análise (Li et al., 2021), que incluiu 65 estudos internacionais, identificou a prevalência de sintomas moderados de depressão (21,7%), ansiedade (22,1%) e transtorno de estresse pós-traumático (21,5%) entre trabalhadores da saúde durante a pandemia de COVID-19. Esses achados reforçam a necessidade de uma atenção especial à saúde mental desses grupos, destacando a importância de intervenções específicas para o cuidado e apoio psicológico, tanto para profissionais quanto para estudantes, a fim de mitigar os impactos negativos desse conjunto de sintomas.

Sobre o desenho dos estudos incluídos nesta revisão, apenas quatro dos 19 estudos utilizaram delineamento quasi-experimentais e se caracterizam como pesquisa-intervenção. A pesquisa científica no Brasil enfrenta uma série de desafios estruturais que podem impactar a produção de estudos com foco em intervenções. A escassez de recursos, a burocracia excessiva, a sobrecarga dos pesquisadores e a infraestrutura inadequada são obstáculos que dificultam a realização de projetos de maior complexidade, como aqueles voltados à implementação e avaliação de eficácia e efetividade de intervenções (Souza et al., 2020). A dependência do financiamento público, exacerbada pelos frequentes cortes orçamentários, limita a execução de intervenções que exigem recursos contínuos e planejamento a longo prazo. Além disso, a ausência de uma equipe de apoio especializada para a captação de recursos e gestão de projetos impede que muitos estudos avancem para a fase de aplicação prática, comprometendo o desenvolvimento de soluções baseadas em evidências para problemas sociais e de saúde.

As dificuldades encontradas refletem o cenário de pesquisa no Brasil, sobretudo na produção e implementação da Psicologia Baseada em Evidências (PBE) em um contexto de saúde fundamentada em evidências. A necessidade de evidências atualizadas para embasar as atuações e intervenções clínicas em psicologia demanda o reconhecimento da importância de fomentar a produção de literatura científica brasileira, a fim de fornecer subsídios relevantes e de qualidade aos profissionais que aplicam intervenções em saúde mental nos diversos contextos (Oliva & Pereira, 2024). Nesse sentido, Sala et al. (2024) destacam que o intervalo entre a produção de evidências e sua aplicação prática pode chegar a 15–17 anos, enfatizando a urgência de utilizar tais evidências de forma mais célere, a fim de evitar que a prática se torne obsoleta ou até mesmo iatrogênica.

Um protocolo indicado pela *Cochrane* apresenta intervenções eficazes para melhorar a recuperação pós-trabalho, especialmente quando os trabalhadores enfrentam estressores laborais. Um exemplo de intervenção é o treinamento online para melhorar a qualidade do sono dos trabalhadores, com duração de seis sessões semanais. Esse treinamento utiliza terapia cognitivo-comportamental para insônia, abordando o controle de estímulos, a higiene do sono, intervenções cognitivas e restrição do sono (tempo na cama), e é complementado por terapia metacognitiva, ativação comportamental e práticas de gratidão. Outro exemplo é uma intervenção de gerenciamento de estresse, realizada via internet, composta por dois componentes: resolução de problemas e regulação emocional. Essa intervenção é dividida em sete sessões, que incluem psicoeducação, resolução de problemas, regulação emocional e elaboração de um plano para o futuro. Cada sessão, com duração de 45 a 60 minutos, contém conteúdos interativos, exemplos práticos, áudios, vídeos e planilhas (Sinval et al., 2021). Além disso, uma revisão de escopo que analisou 28 estudos identificou 14 estudos que apresentaram intervenções benéficas para a melhoria do contexto laboral, utilizando técnicas de relaxamento, treinamento para experiências de recuperação, promoção de atividade física e gerenciamento de estresse (Verbeek et al., 2018).

Ainda sobre os desafios de aplicar pesquisa-intervenção na área da psicologia, a sobrecarga de atividades acadêmicas influencia a elaboração de projetos com potencial para gerar mudanças práticas. Entretanto, a infraestrutura limitada e a escassez de recursos financeiros dificultam a realização de estudos experimentais e de larga escala. Esses obstáculos, aliados à ausência de um ambiente propício à pesquisa aplicada, corroboram a hipótese de que tais desafios criam um ciclo vicioso que limita a capacidade de transformar pesquisas básicas em intervenções efetivas. Portanto, torna-se imprescindível a implementação de estratégias que promovam uma maior captação de recursos, o desenvolvimento de infraestrutura e a reestruturação das políticas de fomento à pesquisa, de modo a possibilitar a geração de soluções concretas e o impacto positivo na sociedade (Souza et al., 2020). Em suma, o aprimoramento do delineamento de pesquisa-intervenção, integrando esforços acadêmicos e institucionais, revela-se fundamental para superar esses desafios e avançar na prática baseada em evidências em psicologia.

Um dos avanços promovidos por este estudo diz respeito ao público-alvo das publicações. Uma revisão sistemática internacional, que incluiu 29 estudos publicados até 2022, analisou a relação entre o equilíbrio entre vida profissional e pessoal e a saúde mental de trabalhadores de diversas categorias, com idades entre 15 e 50 anos. Os resultados indicaram que um equilíbrio adequado entre a vida pessoal e profissional está relacionado a melhores índices de saúde mental, enquanto o desequilíbrio foi associado a níveis mais elevados de depressão, ansiedade, sobrecarga e rotatividade no trabalho (Liswandi & Muhammad, 2023). O público dos estudos encontrados, em geral, não foca em servidores públicos, e, quando a pesquisa é direcionada para o setor público, concentra-se em docentes e técnicos administrativos de universidades (Caldas et al., 2022). Nesse contexto, a presente pesquisa avança ao delimitar o grupo investigado, focando em servidores federais e ampliando os cargos abordados, indo além do âmbito universitário. Mesmo com esse avanço, uma limitação importante desta revisão foi a falta de inclusão de estudos indexados exclusivamente na base de dados da APA (PsycInfo), o que pode ter influenciado a baixa retenção de artigos encontrados na triagem. No momento da busca, esta base de dados estava em manutenção.

Em conclusão, este estudo proporcionou uma visão abrangente das características metodológicas e das evidências existentes sobre os sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre servidores públicos federais brasileiros. Entre os pontos fortes, destaca-se a relevância do mapeamento realizado, que não apenas preenche uma lacuna importante na literatura, mas também contribui para o entendimento das dificuldades enfrentadas pelos trabalhadores públicos e das abordagens metodológicas mais utilizadas. A pesquisa avançou ao focar especificamente nesse grupo, ampliando o escopo para além dos estudos voltados para o setor universitário. Foram identificadas limitações nas pesquisas desta área, como a escassez de estudos experimentais e de intervenções, bem como a variabilidade nos instrumentos de avaliação, o que dificulta a comparação entre os resultados. Nesse sentido, futuras investigações devem buscar padronizar as ferramentas de avaliação e promover estudos com metodologias mais robustas, além de considerar as políticas públicas e os recursos necessários para implementar intervenções mais eficazes. A superação dessas limitações contribuirá significativamente para o avanço da pesquisa e para a implementação de estratégias mais eficazes na promoção da saúde mental entre os servidores públicos.

As implicações práticas deste estudo para a área de saúde do trabalhador são significativas. A compreensão aprofundada dos sintomas de depressão, ansiedade e estresse entre os servidores públicos possibilita o desenvolvimento de políticas públicas mais direcionadas e adequadas às necessidades específicas desse grupo. A adoção de programas de promoção da saúde mental e intervenções de manejo do estresse, como os indicados em estudos anteriores, pode resultar em melhorias no bem-estar geral e no desempenho dos servidores. Além disso, a implementação de ações que promovam o equilíbrio entre vida pessoal e profissional, a redução de sobrecarga e o suporte psicológico contínuo são essenciais para a saúde ocupacional.

Adicionalmente, os achados evidenciam a relevância de integrar avaliações regulares de saúde mental no contexto institucional, permitindo o monitoramento contínuo do bem-estar dos trabalhadores e a identificação precoce de situações de risco. Essa abordagem preventiva pode reduzir custos associados ao absenteísmo, à rotatividade e a afastamentos prolongados por motivos de saúde. Outro ponto relevante é a necessidade de investir na formação de gestores e equipes de recursos humanos para lidar com questões emocionais no ambiente de trabalho, criando uma cultura organizacional mais acolhedora e comprometida com o cuidado psicossocial. Tais mudanças estruturais, além de promoverem ambientes mais saudáveis, podem fortalecer o vínculo dos servidores com suas instituições, contribuindo para maior engajamento e eficiência no serviço público.

Referências

- Abdalla, M. A. C. S. (2014). *Prevalência de sintomas de depressão em trabalhadores de uma universidade pública*. [Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de Juiz de Fora]. Repositório Institucional da Universidade Federal de Juiz de Fora. <https://repositorio.ufjf.br/jspui/handle/ufjf/459>
- Almeida, F. G., & Cendón, B. V. (2020). O viés de publicação: por que publicar resultados negativos?. *Perspectivas em Ciência da Informação*, 25(2), 223-43. <https://doi.org/10.1590/1981-5344/3992>
- Arksey, H. & O'Malley, L. (2005). Scoping studies: towards a methodological framework. *International Journal of Social Research Methodology: Theory and Practice* 8(1), 19–32. <https://doi.org/10.1080/1364557032000119616>
- Araujo, A. V. (2023a). *Indicadores de saúde mental, de satisfação no trabalho e de gestão de pessoas: um estudo com servidores públicos de instituição de ensino superior*. [Dissertação de Mestrado, Universidade Federal da Bahia]. Repositório Institucional da Universidade Federal da Bahia. <https://repositorio.ufba.br/handle/ri/37642>
- Araujo, A. V., Vieira, F. D., & Manfro, E. C. (2023b). Panorama da literatura científica brasileira sobre saúde mental na universidade: uma revisão sistemática. *Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior*, 28, e023011. <https://doi.org/10.1590/S1414-40772023000100015>
- Barreto, B. C. (2021). *Saúde mental em tempos de pandemia: um programa de comunicação interna de atenção à saúde do servidor da Universidade Federal de Goiás*. [Dissertação de Mestrado, Universidade

- Federal de Goiás]. Repositório da Universidade Federal de Goiás. <http://repositorio.bc.ufg.br/tede/handle/tede/11757>
- Bouzada, D. F. (2023). Prevalence of occupational stress in servants of a federal university. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, 21(1), e2023829. <https://doi.org/10.47626/1679-4435-2023-829>
- Brunoro, C. M., Montedo, U. B., Mascia, F. L., & Sznclwar, L. I. (2021). Qual é o sentido do trabalho? A relação entre saúde, trabalho e adoecimento. Em D. Braatz, R. Rocha, & S. Gemma (Orgs.), *Engenharia do trabalho: Saúde, segurança, ergonomia e projetos* (pp. 79–98). Ex-Libris Comunicação Integrada.
- Buratti, T. B. (2022). Qualidade de Vida, dos servidores da saúde, em um hospital universitário, no Sul do Brasil. [Dissertação de Mestrado, Universidade Católica de Pelotas]. Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações. <http://tede.ucpel.edu.br:8080/jspui/handle/jspui/948>
- Caldas, F. B., Reis, M. C. P. M., Vieira, R. L. S., & Ferreira, B. O. (2022). Saúde mental e trabalho na universidade pública: uma revisão sistemática. *Revista de Psicologia*, 13(1), 81–96. <https://doi.org/10.36517/revpsiufc.13.1.2022.7>
- Escola Nacional de Administração Pública (ENAP). (2019). *Deteção de riscos à saúde mental no trabalho: como podemos utilizar ferramentas diagnósticas para antecipar os riscos de adoecimento mental dentro do serviço público federal por meio da coleta e análise de dados?* <http://repositorio.enap.gov.br/handle/1/4492>
- Fang, Y., Ji, B., Liu, Y., Zhang, J., Liu, Q., Ge, Y., Xie, Y., & Liu, C. (2022). The prevalence of psychological stress in student populations during the COVID-19 epidemic: A systematic review and meta-analysis. *Scientific Reports*, 12(1), 12118. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-16328-7>
- Federação das Indústrias do Estado de Minas Gerais (FIEMG). (2023). *Os Custos Econômicos dos Transtornos Mentais*.
- Freitas, R. F., Ramos, D. S., Freitas, T. F., Souza, G. R., Pereira, E. J., & Lessa, A. C. (2021). Prevalência e fatores associados aos sintomas de depressão, ansiedade e estresse em professores universitários durante a pandemia da COVID-19. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 70(4), 283–292. <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000348>
- Gatto, C. (2024). O trabalho com saúde mental dos servidores em uma instituição federal de ensino superior. *Cadernos Brasileiros de Saúde Mental*, 16(48), 1–18. <https://periodicos.ufsc.br/index.php/cbsm/article/view/94753>
- Godinho, M. R., Greco, R. M., Teixeira, M. T., Teixeira, L. R., Guerra, M. R., & Chaoubah, A. (2016). Work ability and associated factors of Brazilian technical-administrative workers in education. *BMC research notes*, 9(1). <https://doi.org/10.1186/s13104-015-1837-x>
- Godinho, M. R., Ferreira, A. P., Moura, D. C. A., & Greco, R. M. (2019). Apoio social no trabalho: um estudo de coorte com servidores de uma universidade pública. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 22, e190068. <https://doi.org/10.1590/1980-549720190068>
- Higgins, J. P. T., Savović, J., Page, M. J., Elbers, R. G. & Sterne, J. A. C. (2024). Assessing risk of bias in a randomized trial. In: J. P. T. Higgins, J. Thomas, J. Chandler, M. Cumpston, T. Li, M. J. Page, & V. A. Welch (Orgs), *Cochrane Handbook for Systematic Reviews of Interventions version 6.5*. Cochrane. <https://training.cochrane.org/handbook/current/chapter-08>
- Institute for Health Metrics and Evaluation. (n.d.). *GBD results*. University of Washington. <https://vizhub.healthdata.org/gbd-results/>
- Lima Junior, A. M., França, G. H. B., Oltramari, G., Andrade, A. L. M., & Lopes, F. M. (2024). Mental Health of Psychology Professionals and Students in Brazil: A Comparative Analysis. *Paidéia*, 34, e3433. <https://doi.org/10.1590/1982-4327e3433>
- Lacaz, F. A. C., Goulart, P. M., Souza, E. Á., Trapé, C. A., Moita, D., Mota-Sousa, G., & Ribeiro, B. C. (2020). O campo Saúde do Trabalhador nos 25 anos da Revista Ciência & Saúde Coletiva. *Ciência & Saúde Coletiva*, 25(12), 4843–4852. <https://doi.org/10.1590/1413-812320202512.21292020>
- Li, Y., Scherer, N., Felix, L., & Kuper, H. (2021). Prevalence of depression, anxiety and post-traumatic stress disorder in health care workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *PloS ONE*, 16(3). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246454>
- Liswandi, L., & Muhammad, R. (2023). The association between work-life balance and employee mental health: A systemic review. *Asia Pacific Journal of Health Management*, 18(3). <https://doi.org/10.24083/apihm.v18i3.2565>
- Lopes, F. M., Lessa, R. T., Carvalho, R. A., Reichert, R. A., Andrade, A. L. M., & De Micheli, D. (2022). Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: uma revisão sistemática da literatura. *Revista Psicologia em Pesquisa*, 16(1), 1-23. <https://doi.org/10.34019/1982-1247.2022.v16.31105>
- Lungu, A., Boone, M. S., Chen, S. Y., Chen, C. E., & Walser, R. D. (2021). Effectiveness of a Cognitive Behavioral Coaching Program Delivered via Video in Real World Settings. *Telemedicine and e-health*, 27(1), 47–54. <https://doi.org/10.1089/tmj.2019.0313>
- Martins, C. O. (2000). *Efeitos da ginástica laboral em servidores da reitoria da UFSC*. [Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de Santa Catarina]. Repositório Institucional da Universidade Federal de Santa Catarina. <http://repositorio.ufsc.br/xmlui/handle/123456789/78314>
- Mendes, R. (2021). A relação entre saúde, trabalho e adoecimento. Em D. Braatz, R. Rocha, & S. Gemma (Orgs.), *Engenharia do trabalho: saúde, segurança, ergonomia e projetos* (pp. 125-148). Ex-Libris Comunicação Integrada.
- Menegazzi, R. B. (2023). *Estresse, ansiedade, confiança e bem-estar do servidor público universitário em momento de pandemia Covid-19*. [Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de Santa Maria]. Repositório Institucional da Universidade Federal de Santa Maria. <http://repositorio.ufsm.br/handle/1/29907>
- Missiatto, L. A. F., Feitosa, F. B., Rodríguez, T. D. M., & Mathis, M. A. S. de. (2019). Prevalência de depressão em servidores do Instituto Nacional de Seguridade Social. *SMADRevista Eletrônica Saúde Mental Álcool E Drogas*, 15(3), 1-6. <https://doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2019.000423>
- Monteiro, B. K. (2015). *Saúde mental de servidores públicos: Avaliando um programa de intervenção para dor*. [Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de São Carlos]. Repositório Institucional da Universidade Federal de São Carlos. https://bdtd.ibict.br/vufind/Record/SCAR_b6a7e5809370fbf58636c96770304d5b

- Munn, Z., Stern, C., Aromataris, E., Lockwood, C., & Jordan, Z. (2018). What kind of systematic review should I conduct? A proposed typology and guidance for systematic reviewers in the medical and health sciences. *BMC Medical Research Methodology*, 18(5). <https://doi.org/10.1186/s12874-017-0468-4>
- Oliva, A. D., & Pereira, L. B. (2024). Risco de viés. In T. Melnik (Org.). *Prática da Psicologia Baseada em Evidências* (pp. 104-118). Manole.
- Organización Mundial de la Salud. (1998). *Promoción de la salud: Glosario*. OMS.
- Osiecki, A. C. V. (2013). *Efeito das práticas de ginástica recreativa, laboral e relaxamento sobre os fatores de risco cardiovasculares, estresse e qualidade de vida em servidores*. [Tese de Doutorado, Universidade Federal do Paraná]. Acervo Digital da UFPR. <https://acervodigital.ufpr.br/xmlui/handle/1884/36150?show=full>
- Ouzzani, M., Hammady, H., Fedorowicz, Z., & Elmagarmid, A. (2016). Rayyan—a web and mobile app for systematic reviews. *Systematic Reviews*, 5 (210). <https://doi.org/10.1186/s13643-016-0384-4>
- Pinto, M. J. P. R. (2022). *Cenário e condições da relação trabalho-família no contexto da realidade de servidores públicos*. [Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de Viçosa]. Locus UFV. <https://locus.ufv.br/handle/123456789/30442>
- Ribeiro, H. K. P., Santos, J. D. M., Silva, M. G., Medeiro, F. D. A., & Fernandes, M. A. (2019). Transtornos de ansiedade como causa de afastamentos laborais. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 44. <https://doi.org/10.1590/2317-6369000021417>
- Rossetti, M. O., Ehlers, D. M., Guntert, I. B., Leme, I. F. A. S., Rabelo, I. S., Tosi, S. M. V. D., Pacanaro, S. V., & Barrionuevo, V. L. (2008). O inventário de sintomas de stress para adultos de lipp (ISSL) em servidores da polícia federal de São Paulo. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 4(2), 108-120. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872008000200008&lng=pt&tlng=pt
- Sá, B. V. S., Gomes, R. S., & Dantas, R. A. A. (2023). Incapacidade para o trabalho por transtornos mentais e do comportamento no INSS: uma análise temporal. *Perspectivas em Medicina Legal e Perícia Médica*, 8, e230623. <https://dx.doi.org/10.47005/230623>
- Sala, D. C. P., Buccini, G. S., Hankins, J. S., & Baumann, A. A. (2024). Ciência da implementação e a prática clínica. Em J. L. Leonardi, R. F. Catelan, D. Josua & T. M. Pereira (Orgs.), *Prática baseada em evidências em psicologia clínica* (pp. 368-386). Manole.
- Santos, S. M. C. B., & Moreira, L. V. (2018). Estresse em homens funcionários públicos baianos e sua interferência no envolvimento paterno. *Polis Revista Latinoamericana*, 17(51), 189-206. <https://doi.org/10.32735/S0718-6568/2018-N51-1341>
- Santos, D., Chaoubah, A., Oliveira, H., Guerra, M., & Silva, P. (2022). Absenteísmo e custos indiretos por transtornos mentais no serviço público federal brasileiro. *Jornal Brasileiro de Economia da Saúde*, 14, 155-161. <https://doi.org/10.21115/JBES.v14.Suppl2.p155-61>
- Silva, T. G. (2023). A importância da qualidade de vida no trabalho (QVT) dentro das organizações. *Revista Científica Semana Acadêmica*, 11(232). <http://dx.doi.org/10.35265/2236-6717-232-12579>
- Sinval, J., Veldhoven, M., Oksanen, T., Azevedo, L. F., Atallah, A. N., Melnik, T. & Marôco, J. (2021). Interventions for improving recovery from work (Protocol). *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 12. CD014518. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD014518>
- Soares, L. F. G. (2024). *Tendência temporal de afastamento do trabalho por transtorno depressivo em servidores de uma universidade pública do estado de Mato Grosso do Sul (2012 – 2022)*. [Tese de Doutorado, Universidade Federal do Mato Grosso do Sul]. Repositório Institucional da Universidade Federal do Mato Grosso do Sul. <https://repositorio.ufms.br/handle/123456789/8662>
- Souza, D. L., Zambalde, A. L., Mesquita, D. L., Souza, T. A. & Silva, N. L. C. (2020). A perspectiva dos pesquisadores sobre os desafios da pesquisa no Brasil. *Educação & Pesquisa*, 46, e221528. <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202046221628>
- Tiara, T. C. S., Oliveira, N. C., & Castro, J. G. D. (2021). Afastamentos por transtornos mentais de servidores públicos de uma instituição federal de ensino. *REVISTA CEREUS*, 13(1), 138-155. <https://doi.org/10.18605/2175-7275/cereus.v13n1p138-155>
- Traesel, E. S. (2014). *O ser e o servir nas teias da (des)estabilidade: análise psicodinâmica das vivências de servidores públicos de uma gerência regional do INSS diante dos novos modelos de gestão*. [Tese de Doutorado, Universidade Federal do Rio Grande do Sul]. Repositório Digital da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/98296>
- Tricco, A. C., Lillie, E., Zarin, W., O'Brien, K. K., Colquhoun, H., Levac, D., Moher, D., Peters, M. D. J., Horsley, T., Weeks, L., Hempel, S., Akl, E. A., Chang, C., McGowan, J., Stewart, L., Hartling, L., Aldcroft, A., Wilson, M. G., Garritty, C., Lewin, S., ... Straus, S. E. (2018). PRISMA Extension for Scoping Reviews (PRISMA-ScR): Checklist and Explanation. *Annals of internal medicine*, 169(7), 467-473. <https://doi.org/10.7326/M18-0850>
- Vasconcellos, L. C. F., & Machado, J. M. H. (2011). Política Nacional de Saúde do Trabalhador: ampliação do objeto em direção a uma política de Estado. Em C. M. Gomez, J. M. H. Machado, & P. G. L. Pena (Orgs.), *Saúde do trabalhador na sociedade brasileira contemporânea* (pp. 35-65). Editora FIOCRUZ. <https://doi.org/10.7476/9788575413654.0003>
- Verbeek, J., Ruotsalainen, J., Laitinen, J., Korkiakangas, E., Lusa, S., Mänttari, S., & Oksanen, T. (2018). Interventions to enhance recovery in healthy workers; a scoping review. *Occupational Medicine*, 69(1), 54-63. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqy141>
- Vieira, C. E. C., & Santos, N. C. T. (2024). Fatores de risco psicossociais relacionados ao trabalho: Uma análise contemporânea. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, 49, e2024. <https://doi.org/10.1590/2317-6369/35222pt2024v49edsmsubj1>
- World Health Organization. (2022). *WHO guidelines on mental health at work*. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240053052>

Contribuições:

Jéssica Petronilha da Silva: conceituação, curadoria de dados, análise de dados, investigação, metodologia, administração do projeto, recursos (disponibilização de ferramentas), supervisão, visualização (Design da apresentação dos dados), Redação do manuscrito original, Redação - revisão e edição.

Francini Vargas Hess: curadoria de dados, análise de dados, investigação, metodologia, visualização (Design da apresentação dos dados), Redação do manuscrito original, Redação - revisão e edição.

Geovanna Ferrari Souza Brum: curadoria de dados, análise de dados, investigação, metodologia, visualização (Design da apresentação dos dados), Redação do manuscrito original, Redação - revisão e edição.

Andressa Nunes de Almeida: curadoria de dados, análise de dados, investigação, metodologia, visualização (Design da apresentação dos dados), Redação do manuscrito original, Redação - revisão e edição.

Fernanda Machado Lopes: conceituação, curadoria de dados, análise de dados, investigação, metodologia, administração do projeto, recursos (disponibilização de ferramentas), supervisão, visualização (Design da apresentação dos dados), Redação do manuscrito original, Redação - revisão e edição.

Disponibilização de dados:

Os conteúdos já estão disponíveis (títulos e respectivas URLs, números de acesso ou DOIs dos arquivos dos conteúdos subjacentes ao texto do artigo).

Conflitos de interesse:

As autoras declaram a inexistência de conflitos de interesse na realização e na comunicação dessa pesquisa.

Recebido: 15 de março de 2025

Revisado: 23 de junho de 2025

Aceito: 25 de julho de 2025

Publicado: 22 de outubro de 2025